



The Effectiveness of Individual and Group Counseling Between Students from the Perspective of Counselors in the First Secondary School of Karaj

Shima Zabihi Far ^{1*}, Morteza Mohammadzade ², Arsalan Afsar ³

¹ Master student of educational psychology, Shahid Rajaei University

² Master of Educational Management, Shahid Beheshti University of Tehran

³ BA in Educational Sciences, Farhangian University, Imam Khomeini Salmas, elementary school teacher

* **Corresponding author:** Master student of educational psychology, Shahid Rajaei University

Received: 2020-07-08

Accepted: 2020-07-08

Abstract

The purpose of this study was to evaluate the effectiveness of individual and group counseling between students from the perspective of first grade high school counselors in Karaj. The statistical population of this study consists of all first grade high school students in Karaj. Krejcie and Morgan table was used to determine the minimum sample size. Accordingly, the number of samples from the two mentioned communities is 146 people. Random clustering method was used to select the sample members. In order to collect information, a researcher-made questionnaire on the effectiveness of individual and group counseling in the form of 12 closed-ended questions was used. The validity of the questionnaire was confirmed by experts and its reliability was confirmed by Cronbach's alpha. Kolmogorov-Smirnov, one-sample t-test and independent t-test were used to analyze the data. The results showed that individual and group counseling is effective and also there was no difference between group and individual counseling.

Keywords: Counseling, Individual, Group, Students, High school



اثربخشی مشاوره های فردی و گروهی بین دانش آموزان از منظر مشاوران در مقطع متوسطه اول شهر کرج

شیمای ذبیحی فر^{۱*}، مرتضی محمدزاده^۲، ارسلان افسر^۳

^۱ دانشجوی ارشد روانشناسی تربیتی دانشگاه شهید رجایی

^۲ کارشناسی ارشد مدیریت آموزشی دانشگاه شهید بهشتی تهران

^۳ کارشناسی علوم تربیتی دانشگاه فرهنگیان امام خمینی سلماس آموزگار ابتدایی

* نویسنده مسئول: دانشجوی ارشد روانشناسی تربیتی دانشگاه شهید رجایی Shima.zabihi@yahoo.com

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۹/۰۵/۱۷

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۹/۰۵/۱۷

چکیده

هدف از پژوهش حاضر سنجش اثربخشی مشاوره های فردی و گروهی بین دانش آموزان از منظر مشاوران مقطع متوسطه اول شهر کرج صورت گرفت. جامعه آماری این پژوهش را کلیه دانش آموزان مقطع متوسطه اول شهر کرج تشکیل می دهند. جهت تعیین حداقل حجم نمونه از جدول کرجسی و مورگان استفاده شد. بر این اساس تعداد نمونه از دو جامعه مذکور ۱۴۶ نفر میباشد. به منظور انتخاب اعضای نمونه از روش تصادفی خوشه بندی استفاده شد. به منظور جمع آوری اطلاعات از پرسشنامه محقق ساخته اثربخشی مشاوره فردی و گروهی در قالب ۱۲ سوال بسته پاسخ استفاده شد. روایی پرسشنامه توسط متخصصان و پایایی آن توسط آلفای کرونباخ مورد تایید قرار گرفت. جهت تجزیه و تحلیل اطلاعات از آزمون های کولموگروف اسمیرنوف، آزمون t - تک نمونه ای و تی مستقل استفاده شده است. یافته نشان داد که مشاوره بصورت فردی و گروهی موثر می باشد و همچنین بین مشاوره گروهی و فردی تفاوتی دیده نشد.

واژگان کلیدی: مشاوره، فردی، گروهی، دانش آموزان، مقطع متوسطه.

تمامی حقوق نشر برای فصلنامه علمی - تخصصی رویکردی نو در علوم تربیتی محفوظ است.

مقدمه

دو دهه قبل به کشور ما نتوانسته است به اهداف خود برسد و به دلایل مختلفی، از جمله اینکه به زمینه فرهنگی جامعه توجه نکرده بود. از مرحله راهنمایی به سایر قسمتهای اداری و آموزشی نقل مکان کرد. در این فصل به بیان مسئله و اهمیت و ضرورت تحقیق پرداخته میشود و سپس به بیان اهداف و فرضیه های تحقیق و در ادامه به بیان تعریف نظری و عملیاتی متغیرهای تحقیق پرداخته میشود.

مشاوره به عنوان فرآیندی برای برخورد با مسایل موقعیتی و به عنوان یک نیاز برای کمک به حل مشکلات افراد عادی، از سالها قبل در جوامع غربی آغاز شده و متناسب با زمینه فرهنگی آن جوامع به راه حل هایی رسیده است. مشاوره در ایران بیشتر جنبه رای زنی و مشورت داشته و به صورت جریانی برای کمک به تصمیم گیری به کار میرفته است. مشاوره به صورت فعلی آن

بیان مساله

برای دستیابی به فضایل؛ موانع، دردها و رنج های فراوانی در برابر انسان وجود دارد. اگر آدمی بتواند بر مشکلات خود فایق آید و از سدهای پیش راه بگذرد، نگه داشتن و پایداری فضیلت های به دست آمده را آسان از دست نمی دهد و چنان چه فرزندان ما به این حکمت زیبا در کسب فضایل آگاه شوند به طور قطع در بردباری و شکیبایی ها استوارتر خواهند بود. نقش مشاور نیز در این مسیر تکاملی نقشی حساس و مؤثر است، آگاه کردن آدمی به چگونگی مقابله و مبارزه با مشکلات، پشتیبانی و حمایت از مراجعان و تقویت روحیه و بالا بردن ظرفیت های احساسی و روانی آنان از نکات ممتاز کارکرد او در کمک به کسب فضائل است. برنامه های مشاوره و راهنمایی مدارس، یکی از پیشرفتهای آموزش و پرورش قرن پیشین است که از شاخصهای مدنیت و اداره علمی جامعه به شمار میرود. مشاوره یک رابطه یاورانه دو نفری است که برنیاز فرد به رشد، سازگاری، تصمیمگیری و حل مشکل تکیه دارد [۱].

رابطه های است منحصربه فرد که در آن به مراجع فرصت یاد گرفتن، احساس کردن، فکر کردن، تجربه کردن و غییر دادن به شیوه های متناسب با خود، داده میشود [۱]. یک مشاور به فرد دارای مشکل کمک میکند تا ضمن شناخت مسایل و مشکلات خود، راه حل های احتمالی مشکل را ارائه دهد و سرانجام به حل آن بپردازد. مشاوره به دانش و مهارتهای بسیاری نیازمند است. بررسیها در کشورهای غربی چند نقش کلی را برای مشاوران (به ویژه مشاوران مدرسه) مشخص می کنند که عبارتند از: اطلاع رسانی و راهنمایی، حمایت، پیشگیری و ارتقای بهداشت روانشناختی، ایجاد یک شبکه محکم میان کارکنان و مشاوران با دانش آموزان، حفظ اسرار مراجعان، ارجاع بموقع و مناسب، نظارت بر فعالیتهای فوق برنامه، برقراری ارتباط مناسب و توأم با علاقه با والدین، مشاوره گروهی، ضبط و هر کدام از روشهای مشاوره در شرایط مختلف مورد استفاده قرار می گیرند [۱]. میزان اثربخشی هر یک از روشهای مشاوره، موضوعی است که برای تمامی کارشناسان و مشاوران تعلیم و تربیت بسیار حائز اهمیت میباشد. مدیران دبیرستانهای همانند سازمان ها و نهادهای دست اندرکار تعلیم و تربیت در کشور بسیار علاقمند به بررسی میزان اثربخشی هر یک از روشهای مشاوره بر روی دانش آموزان می باشند. از اینرو در این پژوهش قصد داریم به سنجش اثربخشی مشاوره های فردی و گروهی بپردازیم. بنابراین سوال اصل که در این پژوهش مطرح میباشد این است که اثربخشی مشاوره های فردی و گروهی در مقطع متوسطه اول از منظر مشاوران چگونه است؟

اهمیت و ضرورت

دوران تحصیل در آموزشگاه سالهای مهم شخصیت ساز کودکان و نوجوانان و ایام سرنوشت ساز زندگی بزرگسالی آنان است. خوشبینی و بدبینی نسبت به زندگی و هستی، پشتکار و تن آسایی، علاقه مندی و بی علافگی، اعتماد به نفس و بی اعتمادی نسبت به خود، و حتی سلامتی و عدم سلامتی و عدم سلامتی روان به مقدار زیاد ناشی از تجارب موفق و ناموفق دانش دانش آموزان در دوران تحصیل است. زمانی که شخصیت کودک، شکل نگرفته و هنوز خود را نیافته، سالهای اولی زندگی تحصیلی خود را آغاز میکند، در مسیر رشد و بالندگی قرار میگیرد، و در طول چندین سال از بهترین دوران شخصیت ساز فرد، با عوامل مختلف و مؤثر بر تحول شناختی، عاطفی و اجتماعی به کنش متقابل میپردازد که نتیجه اش همان چیزی است که به صورت جوان ۱۸ ۱۹ ساله به جامعه تحویل داده میشود. یک کودک خردسال ۵ ۶ ساله در روز ورود به مدرسه تصور گنگ و - مبهمی از محیط آموزشگاه دارد. اگر هم جسته و گریخته اطلاعاتی از والدین یا برادر و خواهر بزرگتر درباره آنچه در مدرسه اتفاق میافتد شنیده باشد، اطلاعاتی ناقص است و کودک در سن و سالی نیست که آن را درست درک کرده باشد و بداند که روانه چه مکانی است! جایی مملو از شادی و سرزندگی یا محلی ترس آور و کین آلود. کوتاه سخن اینکه، کودک در روز اول ورود به آموزشگاه با احساس مبهم بیم و امید از درگاه مدرسه قدم به درون میگذارد و همان روزهای اول تجارب آموزشگاهی، نخستین صفحات زندگی او را رقم میزنند. از اینرو، معلم، مشاور، والدین از همان روزهای ورود کودک به مدرسه باید مواظب اعمال و رفتار او و واکنشهای خود نسبت به وی باشند. موفقیت های او را ارج بگذارند و شکست های او را به سوی موفقیت هدایت کنند. مانند کودک خردسالی که به تازگی تمرین راه رفتن را آغاز کرده است، هر گام درست او را با آغوش باز پذیرا باشند و هر قدم کج او را با مهربانی اصلاح نمایند. اگر معلوم شد دانش جویان در یکی از زمینه های تحصیلی یا موضوعی درسی خیلی قوی نیست، در زمینه های دیگری که به خوبی جلو میروند به علایم شایستگی او تأکید بورزند.

اهداف پژوهش

- ۱- بررسی اثربخشی مشاوره های فردی در بین دانش آموزان از منظر مشاوران مقطع متوسطه اول شهر کرج
- ۲- بررسی اثربخشی مشاوره های گروهی در بین دانش آموزان از منظر مشاوران مقطع متوسطه اول شهر کرج
- ۳- بررسی تفاوت بین اثربخشی مشاوره های فردی در بین دانش آموزان از منظر مشاوران مقطع متوسطه اول شهر کرج

سوالات پژوهش

- ۱- وضعیت اثربخشی مشاوره فردی در بین دانش آموزان از منظر مشاوران مقطع متوسطه اول شهر کرچ چگونه است؟
- ۲- وضعیت اثربخشی مشاوره گروهی در بین دانش آموزان از منظر مشاوران مقطع متوسطه اول شهر کرچ چگونه است؟
- ۳- اثربخشی مشاوره فردی و گروهی در بین دانش آموزان از منظر مشاوران مقطع متوسطه اول شهر کرچ تفاوتی وجود دارد؟

تنه اصلی

مشاوره

شفیع آبادی (۱۳۷۳) [۱] مشاوره جریانی کمکی و تخصصی بین مراجع و مشاوره است. مراجع شخصاً قادر به حل مشکل روانی خود نیست و برای دریافت کمک به منظور حل مشکل از مشاور که در حل مشکلات روانی مهارت دارد یاری می طلبد. با توجه به تعاریف فوق، می توان چنین نتیجه گرفت که مشاوره فعالیت تخصصی، هدفدار و یا بین فرد مشکل دار و مشاور کسی که در برقراری رابطه حسنه و حل مشکلات روانی تخصص دارد است که در آن مراجع در یک جو مملو از تفاهم و همدلی، آزادانه و صادقانه به طرح مشکلیش با مشاور می پردازد و پس از تجزیه و تحلیل موضوع و خود شناسی بیشتر و عمیق تر، با کمک مشاور به تصمیم گیری مناسب و نهایتاً حل مشکل موفق می شود.

توجه به ظهور مشکلات و نیازهای گوناگون و متنوع در جوامع امروزی تأثیر آن ها بر جوانان و قشر محصل، اهمیت و لزوم مشاوره و راهنمایی آن ها را در زندگی، صدچندان کرده است. امروزه هدایت مؤثر این قشر در جوامع رمز بقا و توسعه آن ها نیز هست. اما نکته اساسی این است که عملکرد مراکز مشاوره و راهنمایی نیز باید متناسب با این مشکلات و نیازهای گوناگون باشد. یکی از مهم ترین راهکارهایی که می توان از این امر اطلاع حاصل نمود ارزیابی این مراکز است. این ارزیابی بسیاری از نقاط ضعف و محدودیت های این مراکز را مشخص کرده و رهنمودهای مفیدی برای بهبود کیفیت و انطباق پذیری آن ها ارائه خواهد کرد.

گیسپرز^۱، هاگی^۲، استار^۳ و لاپان^۴ (۱۹۹۲) [۲] معتقدند که امروزه دست اندرکاران برنامه ریزی مشاوره برای دستیابی به استانداردهای عالی بیش از پیش نیازمند ارزشیابی برنامه های در حال اجرا هستند. آن ها مؤلفه ارزشیابی را جز جدانشدنی فرآیند مشاوره حتی آن را پیش درآمد روند اجرایی برنامه اصلی می دانند. از آنجا که نیازهای مراجعان، با توجه به رشد جوامع و بحران های موجود و اتفاقات خاص هر دوره، در حال تغییر است، آگاهی از این نیازها و تعیین میزان دستیابی به اهداف خدمات مشاوره ای سازمان آموزش و پرورش ضروری به نظر می رسد.

نکته مهم این که اعمال برنامه های مشاوره صحیح و بجا و مناسب، نه تنها به ارتقا اهداف و غنای آموزش و پرورش می انجامد، بلکه علاوه بر تسریع و تسهیل اهداف نظام آموزشی، بسیاری از مسائل و معضلات برخاسته از درون نظام آموزشی را نیز به نحوی شایسته و منطبق حل و فصل خواهد کرد. مشاور، متخصصی است که طبق ضوابط حرفه ای آموزش دیده و دارای زمینه ای قوی در علوم رفتاری و روابط انسانی است. مشاوران در برنامه ها و خط مشی مدرسه مداخله می کنند. آن ها در شناسایی مشکلات مدرسه، را افراد و نیز در کمک به دانش آموزان جهت رویارویی با مشکلات اجتماعی و در جهت تسهیل برنامه های آتی آموزش و پرورش متخصص هستند. مشاوران مدرسه، دانش آموزان را در جهت توسعه مهارت های ضروری زندگی به شکلی که متناسب با ویژگی رشد آن ها باشد، یاری می کنند؛ آن ها همچنین دانش آموزان را در مقابله با مشکلات زندگی و ایجاد همبستگی در روابط یاری می رسانند. اگرچه مشاور پدیده ای نسبتاً جدید است که هنوز در مراحل رشد خود قرار دارد، اما تأثیر کلی آن در جامعه با سرعتی شگرف در حال افزایش است. تعداد روزافزون افرادی که جهت یاری جستن از مشاوران برای برطرف کردن مشکلات غیر قابل تحمل زندگی روزمره، شامل بیکاری، مشکلات خانوادگی و زناشویی، عدم اعتماد به نفس، ناتوانی در تصمیم گیری ها، مشکلات آموزشی و تحصیلی، مشکلات مربوط به بی قراری و تدام روابط انسانی و مشکلات متعدد دیگر، به مشاوران مراجعه می کنند نشان می دهد که هیچ گاه ضرورت مشاوره با چنین گستردگی احساس نمی شده است [۳].

به نظر شفیع آبادی (۱۳۷۳) [۱] مشاوره جریانی است که در آن وجود ارتباط خاص بین مراجع و مشاور ضرورت دارد. مراجع معمولاً با مسئله و مشکلی عاطفی مواجه است و مشاور در ارائه راه حل برای مشکلات عاطفی تخصص دارد. از طریق برقراری رابطه مشاوره ای، مشاور به مراجع کمک می کند تا راه حلی برای مشکلیش پیدا کند. صاحب نظران آموزش و پرورش و راهنمایی و مشاوره بر این باورند که تحقق بخشیدن به اهداف تعلیم و تربیت و شکوفایی استعداد های آدمی در یک نظام آموزش و پرورش پویا و ثمربخش، لازم است تا از خدمات راهنمایی و مشاوره به خوبی استفاده شود. آن ها بر این مسئله تأکید دارند که اهمیت وجود هسته راهنمایی و مشاوره در فرآیند آموزش و پرورش برابر با اهمیت تعلیم و تربیت است [۳]. با توجه به این که نیروی انسانی کارا و موفق یکی از عوامل به ثمر رسیدن هر برنامه ای است، آگاهی از میزان آشنایی مراجعان و مدیران مراکز مشاوره نسبت به مفید بودن مشاوره ما را به مشکلاتی که در زمینه ادامه کمی و کیفی خدمات مشاوره ای

۳. نیاز به مداخله و کمک در بحران و به عبارت دیگر کمک به افرادی که دچار مشکلات شدید عاطفی، روانی و اجتماعی شده اند، به سنی که آن مشکل ممکن است به آنان آسیب های جبران ناپذیری وارد کند [۵].

مشکل این قبیل افراد با مشکلات هادی و روزمره متفاوت است و نیاز به راه کارها و مهارت های مشاوره ای خاص دارد. در سال های اخیر ضرورت خدمات مشاوره ای در کشور ما موجب شده که مشاوره و راهنمایی دیگر منحصر به مدارس نباشد و خدمات مشاوره و راهنمایی به صورت های مختلف در دسترس همگان قرارگیرد [۵].

هدفهای فرایند مشاوره

الف رشد و تکامل : اقدام به کاهش اضطراب سازگاری اجتماعی کردن و شدن نقش با هویت خود سازگاری اجتماعی تغییر رفتار. ب. کارایی تکاملی: رفع تعارضات و مشکلات فرایند رشد تسلط بر شیوه های برخورد، حل مشکل-تصمیم گیری، کفایت نفس. ج عزت نفس: خود آگاهی خود پذیری اعتماد به نفس صداقت بازخود خود شکوفایی: شکوفا کردن قابلیت های عقلی، عاطفی، اجتماعی هدفهای برنامه ی راهنمایی تحصیلی معمولاً هدف های یک دوره ی راهنمایی تحصیلی به ترتیب زیر طبقه بندی می شود.

۱. برنامه های تحصیلی مربوط به آینده

۲. تحصیلات حرفه ای

۳. فعالیت های هنری

۴. فعالیت های مربوط به حفظ سلامت جسمی و فکری

۵. رشد علائق اجتماعی [۵].

منظور این نیست که دانش آموز در یک یا چند فعالیت مربوط به این هدف ها شرکت نماید، بلکه لازم است برنامه راهنمایی تحصیلی طوری تربیت یابد که دانش آموز با هر کدام از هدف های فوق درگیری فعالانه داشته باشد. چنانچه دانش آموز بخواهد در کلیه ی فعالیت های آموزشی و پرورشی فوق به طور مؤثر شرکت نماید، لازم است به او کمک شود، کمکی که در این راه به دانش آموز می شود، می تواند از ناحیه معلمان و کارکنان مدرسه به طور کلی و از جانب مشاور راهنمایی بخصوص انجام شود.

مهارت های مشاوران

مشاوران مهارت ها را از راه تحصیل و کار عملی کسب می کنند. این مهارتها عبارتند از:

۱. مهارتهای ارتباطی

۲. مهارتهای غیر کلامی

۳. مهارتهای ارتباط کلامی

۴. مهارتهای تشخیصی

این مراکز وجود دارد، رهنمون می سازد و در نهایت می تواند منجر به بهبود روش ها و اصلاح بخشی از برنامه های آموزشی و انجام اقدامات لازم در زمینه خدمات مشاوره ای گردد. مراکز مشاوره و خدمات روان شناختی که در سطح وزارت آموزش و پرورش تشکیل شده اند، نقش مهمی در ارائه خدمات مورد نیاز به دانش آموزان و خانواده های آنان بر عهده دارند. بسیاری از مسائل و مشکلات دانش آموزان آنقدر مبهم و حاد هستند که به طور حتم می توان گفت که بدون بررسی موشکافانه متخصصان روانشناسی، مشاوره و روانپزشکی قابل حل نخواهد بود. بدین سبب رفع از مسائل و مشکلات دانش آموزان، تأسیس و ایجاد مراکز را می طلبد که با تشخیص دقیق مسائل و مشکلات فردی، خانوادگی، روانی، عاطفی و اجتماعی در مراحل اولیه و ارائه راه حل، از سوی متخصصان بتواند باعث پیشگیری درمان و پیگیری شود [۳].

ضرورت راهنمایی و مشاوره

برای بکارگیری علائق و استعداد های دانش آموزان و به منظور ایجاد ارتباط مطلوب با محیط، راهنمایی شغلی، انتخاب رشته مناسب تحصیلی و حل مشکلات و مسائل عاطفی روانی دانش آموزان، وجود فردی به- عنوان مشاور در مدارس کاملاً ضروری به نظر می رسد. در این طریق، همان طور که در بالا اشاره شد، وزارت آموزش و پرورش اقدام به تربیت و تعلیم مشاورانی کرده است که حداقل در سطح تمام دبیرستان ها بتوانند به ارشاد و راهنمایی دانش آموزان در زمینه های مختلف بپردازند و خدمات مشاوره ای ارائه دهند. [۴]. از آنجا که مشاوره از دیرباز در زندگی انسان ها به دلایل گوناگون مورد نیاز بوده و تنها اختصاص به دانش آموزان نداشته است، لذا در هر زمان با ساختارهای متفاوت و متناسب با ضرورت های عصر خود وجود داشته است. در حال حاضر نیز رشد شتابان جوامع بشری در زمینه های علمی، تکنولوژی و فرهنگی و گسترش پدیده هایی چون مهاجرت، جنگ، فقر و پی آمدهای آسیب زای آن ها، نیاز مشاوره را به عنوان ضرورتی اجتناب ناپذیر مطرح می سازد. در کشور ما علاوه بر عوامل بالا، افزایش جمعیت و جوان بودن آن خصوصیتی است که جامعه را با مشکلات بیشتری روبرو می کند [۴] و این مسأله موجب می شود که ضرورت مشاوره افزون تر شود. بدین لحاظ مشاوره را حداقل در سه زمینه اساسی می توان مورد توجه قرار داد:

۱. نیاز به آگاه سازی و دادن اطلاعات لازم درباره مسائل مختلف که بیشتر جنبه راهنمایی و پیشگیری دارد.

۲. نیاز به ارائه راه کارهایی در مورد حل مشکلات مختلف افراد و کمک به آنان.

۵. مهارت‌های انگیزشی

۶. مهارت‌های مدیریتی [۵]

پیشینه تحقیق

خیر (۱۳۹۴) [۶] در پژوهش خود به بررسی تاثیر مشاوران در مدارس دخترانه بر دانش آموزان دختر دبیرستانی شهر تهران پرداخت. نتایج نشان داد که مشاوران در دبیرستان دخترانه در زمینه انتخاب رشته تحصیلی، انتخاب واحد درسی، پیشرفت تحصیلی دانش آموزان، کمک به دانش آموزانی که دچار افت تحصیلی شده اند و آشنایی با قوانین و مقررات آموزشی نقش بسزایی دارند و به عبارتی تمام فرضیه های مطرح شده در پژوهش مورد تایید قرار گرفتند.

نبوی (۱۳۹۱) [۵] در پژوهش خود به مقایسه ی اثربخشی آموزش گروهی شناختی رفتاری و واقعیت درمانی بر عزت نفس دانش آموزان دبیرستانی پرداختند. نتایج نشان داد آموزش گروهی واقعیت درمانی و شناختی رفتاری در مقایسه، تاثیر مثبتی بر افزایش عزت نفس داشته اند.

بهبودیان (۱۳۸۸) [۷] در پژوهش خود به بررسی تاثیر مشاوره فردی و گروهی با استفاده از تئوری معکوس در کاهش استرس ورزشکاران تیم های ملی پرداخت. نتایج تحقیق نشانگر تاثیر مثبت و معنی داری در سطح کمتر از مشاوره فردی با استفاده از تئوری معکوس و تاثیر مثبت و مشاوره گروهی در کاهش استرس ورزشکاران تیم- / معنی داری در های ملی بود. بین مشاوره فردی و مشاوره گروهی در کاهش استرس ورزشکاران تیمهای ملی تفاوت معنی داری وجود نداشت.

جهانگرد (۱۳۸۱) [۸]، در پژوهش خود به بررسی جایگاه مشاوران مدارس و موانع مشاوره: که عدم شکل گیری ساختارهای ذهنی مناسب، باعث « نقد کیفی پرداختند. نتایج، این فرض را تایید میکند. « عملکرد معیوب مشاوره روانشناختی شده است.

جعفری (۲۰۱۴) [۹] در پژوهش خود به مدل بهبود عملکرد مشاوره‌ی مدرسه مبتنی بر توانمندسازی روانشناسان و مشاوران پرداختند. یافته ها تفاوت فاحش بین وضع موجود و وضع مطلوب فعالیت‌های مشاوره در مدارس نشان داد. عوامل آسیب زای فعالیت‌های مشاوره و میزان تاثیر هر یک از عوامل شناسایی شد. بر همین اساس، الگوی مفهومی بهبود عملکرد مشاوران ارائه شد.

بامنی مقدم (۱۳۹۱) [۱۰] در تحقیقات خود به مقایسه اثربخشی سه شیوه آموزش مستقیم، آموزش به کمک کامپیوتر و ترکیبی بر کاهش مشکلات دانش آموزان دارای اختلال ریاضی پرداختند. نتایج این پژوهش نشان داد که برنامه آموزش مستقیم، آموزش به کمک کامپیوتر و برنامه ترکیبی در کاهش اختلالات ریاضی دانش آموزان موثر بوده اند.

خانی و اسکندری (۱۳۸۴) [۱۱] در پژوهشی به بررسی همه گیر شناسی مشکلات رفتاری دانش آموزان ۱۸۷ ساله شهر تهران پرداختند. تحلیل نتایج پژوهش با استفاده از آزمون خی دو- نشان داد که بین متغیرهای جمعیت شناختی نظیر سن، جنس، وضعیت اقتصادی اجتماعی، وضعیت- تحصیلی و سابقه مشکلات روانی در خانواده با مشکلات رفتاری دانش آموزان رابطه معنی داری دارد.

فرخنده و به پژوه (۱۳۸۲) در پژوهشی به مقایسه اثربخشی روش های مشاوره گروهی و اقتصاد ژتونی در کاهش مشکلات رفتاری دانش آموزان عقب مانده ذهنی پرداختند. نتایج به دست آمده با استفاده از روش آماری تحلیل واریانس یک عاملی نشان داد که بین اثربخشی استفاده از روش مشاوره گروهی و روش اقتصاد ژتونی در کاهش مشکلات رفتاری دانش آموزان عقب مانده ذهنی تفاوت معناداری وجود نداشت.

روش تحقیق

پژوهش حاضر از نظر روش توصیفی همبستگی است، زیرا پژوهش های توصیفی به پدیده هایی می- پردازد که بصورت طبیعی رخ می دهند و در آن هیچ دستکاری آزمایشی صورت نمی گیرد. از لحاظ هدف کاربردی است چون نتایج آن می تواند در تدریس و بکارگیری از مشاوره فردی و گروهیبه دانش آموزان به خدمت درآید، چرا که پژوهش کاربردی به بررسی ساخت های نظری در بفت ها و موقعیت های علمی و واقعی می پردازد و به روش می انجامد.

جامعه آماری این پژوهش را کلیه دانش آموزان آماری و روش نمونه گیری-جهت تعیین حداقل حجم نمونه از جدول کرجسی و مورگان استفاده شد. بر این اساس تعداد نمونه از دو به منظور انتخاب اعضای نمونه از روش تصادفی ساده استفاده شد. پرسشنامه محقق ساخته اثربخشی مشاوره فردی و گروهی در قالب ۱۲ سوال بسته پاسخ و با استفاده از طیف لیکرت خیلی کم، کم، تا حدودی، زیاد، خیلی زیاد (طراحی شده که در میان آزمودنی ها توزیع گردیده است).

پایایی یکی از ویژگی های فنی ابزار اندازه گیری است. مفهوم یاد شده با این امر سروکار دارد که ابزار اندازه گیری در شرایط یکسان تا چه اندازه نتایج یکسانی به دست می دهد. پایایی ابزار از طریق روش آلفای کرونباخ مشخص شده است. برای پرسشنامه ابتدا ۳۱ پرسشنامه به صورت تصادفی در بین افراد مورد آزمون توزیع و جمع آوری شد، و سپس با استفاده از نرم افزار SPSS آلفای کرونباخ برای پرسشنامه موبوطه محاسبه شد. برای بررسی روایی علمی پرسش نامه های پژوهش حاضر، از روایی صوری استفاده شده است و پرسشنامه مورد روایی سنجی

۲- وضعیت اثربخشی مشاوره گروهی در بین دانش آموزان از منظر مشاوران مقطع متوسطه اول شهر کرج چگونه است؟

جدول ۱ تی تک نمونه ای آزمون سوال دوم پژوهش

مقدار آزمون : ۳				
سوال ۲	آماره t	df	sig	اختلاف میانگین
	۶/۱۳۵	۱۴۶	۰/۰۰۰	۰/۴۹۲

با توجه به جدول ۲ آزمون تی تک نمونه ای با مقدار تی ۶/۱۳۵ مثبت و مقدار معناداری ۰/۰۰۰ نشان دهنده مشاوره گروهی موثر واقع شده است.

۳- بین مشاوره فردی و گروهی بین دانش آموزان از منظر مشاوران تفاوتی وجود دارد؟

جدول ۱ تی تک نمونه ای سوال اول

مقدار آزمون : ۳				
سوال ۱	آماره t	df	sig	اختلاف میانگین
	۷/۶۲۵	۱۴۶	۰/۰۰۰	۰/۶۱۲

با توجه به جدول ۱ آزمون تی تک نمونه ای با مقدار تی ۷/۶۲۵ مثبت و مقدار معناداری ۰/۰۰۰ نشان دهنده مشاوره فردی موثر واقع شده است.

جدول ۳ تی مستقل سوال سوم

گروه ها	اختلاف میانگین	معنی داری دو طرفه	درجه آزادی	آماره t	معناداری	f
مشاوره فردی	-۰/۰۵۲	۰/۶۵۲	۱۴۵	-۰/۴۲۸	۰/۰۲۹	۶/۲۱۰
مشاوره گروهی	-۰/۰۵۹	۰/۶۷۲	۱۴۵	-۰/۴۳۱		

تفاوت بین دو گروه مشاوره فردی و مشاوره گروهی پرداخته شد که یافته ها نشان داد بین این دو گروه تفاوتی به لحاظ معناداری و اختلاف در میانگین نیست. نتایج این پژوهش با پژوهش صورت گرفته بهبودیان (۱۳۸۸) [۷] در پژوهش خود به بررسی تأثیر مشاوره فردی و گروهی با استفاده از تئوری معکوس در کاهش استرس ورزشکاران تیم های ملی پرداخت. بین مشاوره فردی و مشاوره گروهی در کاهش استرس ورزشکاران تیم های ملی تفاوت معنی داری وجود نداشت. همسو است. بسیاری از پژوهش ها نشان دهنده آن است، مشاوره در برطرف سازی و کاهش استرس و تنش های فردی و بین فردی و مسایل اجتماعی و مدیریت رفتار و روابط عملکرد مناسبی دارد. استفاده است مشاوره های فردی و گروهی به تناسب نوع مشاوره و مراجعین میتواند تاثیرات متفاوت باشد و بیشتر مسایل بین فردی و اختلاف شخصیت در مشاوره های گروهی دیده میشود و همچنین بسیاری از افراد در مشاوره های گروهی اطمینان خاطر کافی از گفتن نقاط ضعف خود داری می کنند، و مسایل

جدول ۳ آزمون تی تست برای دو گروه مستقل نشان میدهد اختلاف میانگین گروه مشاوره گروهی با میزان -۰/۰۵۲ و میزان مشاوره فردی با مقدار -۰/۰۵۹ اختلاف میانگین مشاهده نشده است، همچنین میزان معناداری مقدار ۰/۰۲۹ این مقدار عدم معناداری این تفاوت را تایید می کند.

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر به منظور تا اثربخشی مشاوره فردی و گروهی در بین دانش آموزان از منظر مشاوران مقطع متوسطه اول شهر کرج پرداخته شد. این پژوهش در سه سوال به ترتیب : سوال اول به بررسی اثربخشی مشاوره فردی در بین دانش آموزان پرداخت که یافته ها نشان داد، اثربخشی مشاوره فردی در بین دانش آموزان شرایط اثربخشی را داشته است، سوال دوم به بررسی وضعیت اثربخشی مشاوره گروهی در بین دانش آموزان پرداخته شد، یافته های این سوال نشان دهنده اثربخش بودن این نوع مشاوره بصورت گروهی بوده است. در سوال سوم

- Research Institute of Education. 2012. [Persian]
- [6] Kheyr M, Alborzi Sh. Predicting the level of behavioral problems of students at home, school and with. Peers, Psychology, 2003; 82(25):73-86. [Persian]
- [7] Behboodian J. Preliminary Statistics and Probabilities, Imam Reza University, Astan Quds Razavi Publications. 2009. [Persian]
- [8] Jahangard Y. History of guidance and counseling in Iran, Payvand Magazine, 2009; (22). [Persian]
- [9] Jafari A. A study of the performance of counseling centers affiliated with the Association of Parents and Educators of Tehran from the perspective of clients, Master Thesis in Counseling, Faculty of Teacher Education. 1998. [Persian]
- [10] Bamani Moghadam M. Statistics and its application in management, Sharh Publications. 2009. [Persian]
- [11] Mohammadkhani Sh, Eskandari. Epidemiological study of behavioral problems of 14-year-old students in Tehran, Educational Psychology, 2005; (2): 71-92. [Persian]

شخصی و اختلالات فردی جهت مشاوره فردی عملکرد بهتری دارد.

واژه نامه

1. Gyspers	گیسپرز
2. Hughey	هاگی
3. Starr	استار
4. Lapan	لاپان

فهرست منابع

- [1] Shafiabadi A. Career and professional advice and job selection theories in Tehran: Roshd Publications, fifth edition. 1994. [Persian]
- [2] Gyspers NC, Hughey KF, Starr M, Lapan RT. Improving school guidance programs. A Framework for program. Personal and resulte evaluation Journal of Counselling & Development, 1992; 70:565-570.
- [3] Palmer S. Handbook of counseling british association for counseling London, routlede. 1999.
- [4] Alborzi Sh, Khair M. Adaptation and standardization of BRP Behavior Grading Profile Questionnaire for Shirazi children, the final report of the research project approved by Shiraz University. 2000. [Persian]
- [5] Nabavi SP. A study of the situation of counseling centers and student psychological services and their problems. Research plan of the Ministry of Education,