

اثر بخشی مشاوره گروهی بر اساس نظریه انتخاب ویلیام گلاسر^۱ با دانش‌آموزان قربانی قلدری، به‌منظور افزایش توان مقابله با رفتارهای قلدرانه

* محمد راضی مرادی*

** دکتر احمد اعتمادی**

*** الهام نعیم آبادی***

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی مشاوره گروهی بر اساس نظریه انتخاب ویلیام گلاسر با دانش‌آموزان قربانی، به‌منظور افزایش توان مقابله با رفتارهای قلدرانه دانش‌آموزان پسر مقطع راهنمایی شهر تهران انجام شده است. روش پژوهش، نیمه تجربی از نوع پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری کلیه دانش‌آموزان مناطق ۲۲ گانه آموزش و پرورش شهر تهران را شامل بود که به صورت نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای ابتدا یکی از مناطق انتخاب و سپس از آن منطقه یکی از مدارس انتخاب شد و سپس با اجرای مقیاس قربانی قلدری^۲ (B.V.S) از میان دانش‌آموزانی که بالاترین نمره را کسب کردند و به عنوان قربانی قلدری شناخته شده بودند، ۳۰ نفر به صورت تصادفی انتخاب و در دو گروه ۱۵ نفری آزمایش و کنترل جای گرفتند، سپس مشاوره گروهی به شیوه نظریه انتخاب به مدت ۱۰ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای در میان گروه آزمایش اجرا شد. گردآوری داده‌ها به کمک مقیاس قربانی قلدری، پیش از جلسات و پس از آن انجام شد و درباره نتایج بحث و بررسی شد. داده‌های به دست آمده با استفاده از آزمون (t) گروه‌های مستقل، تجزیه و تحلیل شد و تفاوت معناداری بین میانگین نمرات در گروه آزمایش و کنترل مشاهده شد. مشاوره گروهی به شیوه نظریه انتخاب، برای مقابله با رفتارهای قلدرانه اثربخش بوده است و کاهش قربانی شدن دانش‌آموزان در مقابل رفتارهای قلدرانه را در پی داشته است.

کلید واژه‌ها:

نظریه انتخاب، قربانی قلدری، رفتارهای قلدرانه.

1. Glasser

* نویسنده مسئول: کارشناس ارشد مشاوره m_razi_m@yahoo.com

** عضو هیأت علمی دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه علامه طباطبایی

*** کارشناس ارشد مشاوره - مدرس دانشگاه پیام نور

2. Bully Victimization Scale

مقدمه

مازلو^۱ (۱۹۵۴) در سلسله مراتب نیازها پنج نیاز را مطرح می‌کند که بعد از اولین نیاز که همان نیازهای فیزیولوژیکی است، نیاز به ایمنی مطرح می‌شود. در یک محیط آموزشی دانش‌آموز باید در تمام مراحل آموزش و یادگیری دارای احساس ایمنی عاری از هر گونه تهدید و ارباب باشد.

وجود پدیده‌ای به نام قلدری در محیط آموزشی می‌تواند اثرات جبران ناپذیری بر اهداف اساسی تعلیم و تربیت دانش‌آموزان داشته باشد. در ارتباط با رفتارهای قلدرانه دست اندرکاران آموزش و پرورش، مدارس و والدین، هریک در جایگاه خود در جهت کمک به دانش‌آموزان قربانی رفتارهای قلدرانه می‌توانند گام‌های مؤثری بردارند و مانع بروز مشکلات روانی و افت تحصیلی فرد شوند.

به‌طور کلی می‌توان گفت پدیده قلدری هنگامی رخ می‌دهد که از طرف دانش‌آموزان به دانش‌آموز دیگری اعمالی منفی مانند: فیزیکی، کلامی و حالات دیگری مانند تبعیض، مسخره کردن یا محروم کردن فرد از گروه نشان داده می‌شود (اولویوس^۲، ۱۹۹۴).

در بعضی موارد، قربانیان قلدری احساس می‌کنند که از نظر اجتماعی طرد یا منزوی شده‌اند که در نتیجه عزت نفس پایین، اضطراب، افسردگی و خیال پردازی درباره خودکشی را تجربه می‌کنند و احساس می‌کنند که از نظر اجتماعی طرد یا منزوی شده‌اند (مک نیل و نیول^۳، ۲۰۰۴). تا کنون در جامعه ما درباره قلدری در مدارس و دیگر حوزه‌های اجتماعی (خانواده، محیط کار و...) به‌طور کارآمد و فراگیر بررسی نشده است در حالی که در سایر کشورها این حوزه‌ها مشخص شده و مؤسساتی نیز ایجاد شده‌اند که به مردم خدمات مقابله با قلدری یا متوقف کردن قلدری را ارائه می‌دهند.

به عنوان مثال می‌توان از "برنامه پیشگیری از قلدری اولویوس" نام برد که شامل مداخلاتی در سه سطح می‌باشد: (اولویوس، ۲۰۰۴).

۱. مدرسه ۲. کلاس ۳. فرد

1. Maslow
2. Olweus
3. Mac Neil & newell

واقعیت درمانی راهبرد گلاسر برای کمک کردن به دیگران به منظور درک اولیه دلایل رفتار آنها و سپس آموزش انتخاب راهبردهای مؤثرتر می‌باشد. و چهار گام اساسی را شامل است:

۱. تعیین خواسته‌ها و نیازهای فرد.
۲. شناسایی رفتارهای اخیری که به منظور برآورده کردن نیازهای فرد از آنها استفاده می‌شود.
۳. ارزیابی تأثیرات این رفتارها
۴. طرح‌ریزی رفتارهای قابل استفاده که به احتمال بیشتری می‌تواند نیازها را برآورده کند (گلاسر، ۱۹۹۸).

بیش از نیم قرن است که گلاسر به نوشتن تمرین و سخنرانی نظریه خود در کار با واقعیت درمانی و نظریه انتخاب مبادرت کرده و طی این مدت تلاش‌های خود را در چندین حوزه متمرکز کرده است. برخی از این حوزه‌ها بهداشت روان، تعلیم و تربیت و روابط انسانی است. اساس نظریات او در این باور روانشناسی کنترل درونی^۱ قرار دارد که "انسان‌ها توانایی و قدرت انتخاب کردن در ارتباط با رفتار فردی و حرفه‌ای خودشان را دارند" (لیتواک^۲، ۲۰۰۳).

گلاسر با این باور که درمان‌های رایج سلامت روان مؤثر نبوده‌اند کار خود را شروع کرد و به همین دلیل به ایجاد واقعیت درمانی اقدام کرد؛ زمانی که او در کار خود موفقیت بیشتری کسب کرد برای جلب موافقت دیگر متخصصان باید چگونگی کار و واقعیت درمانی را تشریح می‌کرد (هووات^۳، ۱۹۹۷).

واقعیت درمانی روشی است که بر "انجام دادن" مبتنی است و در آن روش تلاش می‌شود که از طریق ارضای تصاویر دنیای کیفی^۴ نیازها برآورده شوند. پنج نیاز اساسی انسان، بقاء (زنده ماندن)، عشق و تعلق خاطر، قدرت، آزادی و تفریح را شامل می‌شود. درمانگر به همراه مراجع برنامه‌ای قابل حصول و دارای مراحل مثبت ایجاد خواهد کرد و از ابتدا او را در جهت ارضاکردن نیازها قرار می‌دهد. "رازهای زیادی در برنامه وجود دارد، کنترل در آن وجود دارد و برنامه همان چیزی است که شما می‌توانید آن را انجام دهید نه آنچه که او می‌تواند انجام دهد."

1. Internal Control theory
2. Litwack
3. Howwat
4. quality world

(گلاسر، ۱۹۹۸ به نقل از سانسون^۱، ۲۰۰۵). واقعیت درمانگر به منظور کشف ادراکات و خواسته‌های مراجع، سؤال‌هایی را مطرح خواهد کرد. این سؤال‌ها عبارت است:

W: (تعیین خواسته‌ها) خواسته‌ها و ادراکات مراجع چه چیزهایی هستند؟

D: (تعیین مسیر) مراجع در حال حاضر در حوزه انجام دادن، فکر کردن، احساس کردن و فیزیولوژی چه می‌کند؟

E: (خود ارزیابی) مراجع چگونه به انجام دادن کارهایی اقدام می‌کند که او را دورتر یا نزدیکتر به خواسته‌های او می‌کند؟

P: (برنامه) برنامه‌ریزی برای تغییر چگونه باید باشد؟ (سامرز- فلانگان و سامرز- فلانگان^۲، ۲۰۰۴).

با قراردادن مراجعان در فرآیند (WDEP)^۳، آنها می‌توانند به آسانی به پیش برسند و راه روشنی برای ارضاء خواسته‌ها و نیازهای خود داشته باشند (کاستنر^۴، ۲۰۰۶).

در سال ۱۹۹۸، گلاسر (با بسط کار اولیه خود که کنترل درمانی است) نظریه انتخاب را پایه‌ریزی کرد و در آن بر پنج نیاز اساسی انسان تأکید کرده است که انگیزش تمام رفتارهای انسان‌ها از آن نشأت می‌گیرد. این نیازها درونی، جهان شمول، و همخوان با هم است. در نظریه انتخاب اعتقاد بر این است که ما برانگیخته می‌شویم تا از طریق بنیان نهادن "دنیای کیفی" ویژه خود نیازها را ارضاء کنیم. دنیای کیفی در برگرفته انسان‌های مورد علاقه، عقاید و "خواسته‌های ما" است. انجام دادن یعنی تمام آن رفتارهایی که از ماسر می‌زند و معمولاً این انجام دادن‌ها هدفمند می‌باشند. در هر صورت وقتی تفاوت ادراک شده‌ای بین آنچه که به دست آوریم و آنچه که می‌خواهیم، وجود داشت، تلاش می‌کنیم تا با نزدیکتر شدن به ارضاء نیازها و رسیدن به خواسته‌های خود این "ناکامی" را به حداقل برسانیم یا حذف کنیم (تریگوناکی^۵، ۲۰۰۲). به باور گلاسر، تکرارپذیری پرخاشگرانه از جانب یک قلدر، کارکردی از انتخاب دانش‌آموز است تا با تعداد بیشتری از پنج نیاز اساسی بشر (مانند: بقاء، عشق و تعلق خاطر،

-
1. Sansone
 2. Sommers- Flangan & Sommers- Flangan
 3. WDEP:determining Wants, Direction, self-Evaluations, Plans
 4. Kastner
 5. Trigonaki

قدرت، آزادی و تفریح) مواجه شود. نظریه انتخاب، روانشناسی کنترل درونی است و تبیین می‌کند که ما چگونه و چرا مسیر زندگی خود را انتخاب می‌کنیم (گلاسر، ۱۹۹۸). در حقیقت مهمترین چیزی که نظریه انتخاب را از واقعیت درمانی متمایز می‌کند مفهوم دنیای کیفی می‌باشد.

به نظر گلاسر تمام اعمال و افکار خود را به شکل غیرمستقیم و تقریباً تمام احساسات و حتی بخش عمده‌ای از فیزیولوژی خود را انتخاب می‌کنیم. هرچقدر هم که احساس بدی داشته باشیم، بخش اعظم وقایعی که در هنگام درد و بیماری درون بدن می‌گذرد در نتیجه غیرمستقیم اعمال و افکاری است که تحت تأثیر مفهوم دنیای کیفی خود انتخاب کرده یا می‌کنیم (لاین^۱، ۲۰۰۳).

نظریه انتخاب می‌گوید ما بیش از آنچه تصور می‌کنیم، بر زندگی خود کنترل داریم. متأسفانه بخش زیادی از این کنترل مؤثر نیست؛ بذرتمام بدبختی‌های ما در سال‌هایی کاشته می‌شود که با آدم‌هایی سروکار داریم که معتقد هستند نه تنها دریافته‌اند چه چیزی برای خود آنها درست است، بلکه صلاح دیگران را نیز می‌دانند. نظریه انتخاب مخالف سنت باستانی من صلاح تو را می‌دانم است (هالوک^۲ و هالوک، ۲۰۰۳).

نظریه انتخاب درباره به کنار گذاردن کنترل بیرونی است که مفهوم عشق را نابود می‌کند. عشق منبع ارتباط نزدیک و نافذ است؛ زمان‌هایی وجود دارد که باید از کنترل بیرونی استفاده شود، اما باید به روش مقبول و درک‌پذیری کاربرد داشته باشد که دوطرف ارتباط بدانند چرا این بهترین روش برای یک موقعیت و زمان ویژه است (کلاگ^۳، ۲۰۰۶).

زمانی که انسان‌ها رفتارهای کارآمدتر و مفیدتری را برای ارضاء نیاز خود انتخاب کنند علائم به سرعت برطرف می‌شود. گلاسر به طور فراوان از اصطلاح "ارتباط بد" برای توصیف روابطی استفاده می‌کند که در آن رفتارهای غیر مؤثر و ناکارآمد اعمال می‌شود. در این ارتباط بد، فرد رفتار مخرب و دردسری را انتخاب می‌کند که عموماً بیماری روانی، جرم، اعتیاد و تعارض‌زناشویی نامیده می‌شود. در نظریه انتخاب برای ارزشیابی رفتار یک برنامه راهبردی

1. Lyons
2. Hallock
3. Klug

ویژه طراحی می‌شود. این برنامه ویژگیهای منحصر به فردی دارد. برنامه راهبردی همانند دیگر برنامه‌ها در نظریه انتخاب باید:

- پیچیده نباشد.
 - در زمان و حوزه مشخصی انجام پذیر باشد.
 - مشخص و دارای جزئیات باشد.
 - معنادار باشد؛ یعنی انجام دادن آن ارزشمند دریافت شود.
 - همانی باشد که فرد قصد انجام دادن آن را دارد.
 - به تعهد نیاز داشته باشد تا مسئولیت ایجاد کند (زیپکی^۱، ۲۰۰۳).
- بنابراین، با توجه به اثرات بسیار مخرب رفتارهای قلدرانه بر دانش‌آموزان قربانی قلدری لازم و ضروری بود تا در جهت روشن شدن چگونگی مواجهه با این پدیده و کاستن از اثرات ویران‌کننده آن بر زندگی افراد پژوهش‌هایی انجام شود. در این پژوهش سعی شده است حوزه‌های قلدری (کلامی، جسمانی و عاطفی) مشخص شود و اثرات آن بر افراد قربانی روشن شود. با توجه به اینکه مشاوره گروهی می‌تواند درباره بیشتر مشکلات دانش‌آموزان کارساز باشد، لذا در این پژوهش سعی شد تا براساس نظریه انتخاب ویلیام گلاسر با دانش‌آموزان قربانی قلدری مشاوره گروهی انجام شود. تا آنها احساس مسئولیت بیشتری کرده و بتوانند در مقابله با رفتارهای قلدرانه به نحو شایسته‌ای عمل کنند.
- قلدری می‌تواند استفاده کردن از اختیارات، مقام یا تنومند بودن، در جهت خرابکاری، به وحشت‌انداختن یا تهدید کردن شخص دیگری باشد. این عمل در قربانی احساسی از ترس، ضعف، بی‌کفایتی و خجالت باقی می‌گذارد (فاترمن^۲، ۲۰۰۴).
- قلدری کردن شکلی از پرخاشگری نظام مند و تکراری است که همسالان در آن گرفتار می‌شوند و پهنه‌ای از مسائل روان‌شناختی مانند؛ خودکنترلی ضعیف، ارتکاب رفتارهای ضد اجتماعی، و بزهکاری را شامل می‌شود (هینی^۳ و همکاران، ۲۰۰۱؛ ریگبی^۴، ۲۰۰۱؛ نانسِل^۵ و

1. Zipke
 2. Futherman
 3. Haynie
 4. Rigby
 5. Nansel

همکاران، ۲۰۰۱).

قلدري کردن می‌تواند نتایج منفی اجتماعی، عاطفی و فیزیکی برای قربانیان قلدري و کسانی که مرتکب قلدري می‌شوند، به همراه داشته باشد. قربانیان قلدري علائم جسمانی نظیر، اختلالات خواب، شب ادراری، سردرد، معده درد، خستگی و هم چنین مشکلاتی را در مدرسه نشان می‌دهند (ویلیامز^۱ و همکاران، ۲۰۰۴؛ ریگی، ۲۰۰۱).

هرچند رفتارهای پرخاشگرانه در کودکان هم سن و سال معمول می‌باشد، اما قلدري کردن پدیده‌ای متفاوت با پرخاشگری است، زیرا معمولاً الگویی تکراری از اذیت و آزار است و به همین علت به فقدان تعادل در توان و نیرومندی فرد آزاردهنده و افراد مورد آزار، نیازمند می‌باشد (اولویوس، ۱۹۹۹).

بر اساس نظر اولویوس (۱۹۹۹) دو نوع اصلی از قلدري وجود دارد:

۱. قلدري مستقیم، که شکلی از حملات فیزیکی یا کلامی می‌باشد.
۲. قلدري غیرمستقیم، یا قلدري اجتماعی - ارتباطی که شکلی از حذف یا منزوی کردن فردی به شکل عمدی است.

بر طبق نظر اولویوس (۱۹۹۹) قلدري بر اساس این ملاکها مشخص می‌شود:

۱. رفتار پرخاشگرانه یا آسیب رساندن به طور عمدی.
 ۲. رفتاری که به طور مرتب و در اکثر مواقع ادامه پیدا می‌کند.
 ۳. در رابطه میان فردی به وسیله نبود تعادل در قدرت مشخص می‌شود.
- از سوی دیگر دانش‌آموزان قربانی قلدري در تمام موقعیت‌های مدرسه و خارج از مدرسه از آزار و اذیت دانش‌آموزان قلدر در امان نمی‌باشند، این شرایط هنگامی خطرناکتر می‌شود که دانش‌آموز از ترس آزار شدیدتر در این باره به اولیاء یا معلم چیزی نمی‌گوید. بنابراین، اجرای پژوهش و بررسی در این زمینه برای جلوگیری از قربانی قلدري شدن و بالا بردن سطح آگاهی بسیار حائز اهمیت است.

آنچه قلدري را از سایر رفتارهای پرخاشگرانه و ضداجتماعی تفکیک می‌کند تکرار این

گونه رفتارها و هم چنین نبود تعادل در قدرت میان دو دانش‌آموز است، زیرا قلدری کردن مستلزم نبود تعادل در قدرت است. برنامه‌های مقابله با قلدری بیشتر بر این تأکید داشته‌اند که دانش‌آموزان مسئولیت بیشتری بپذیرند تا در برابر قلدری بایستند و آن را به بزرگترها گزارش دهند (مک کارتنی^۱، ۲۰۰۵).

اگر قربانی قلدری شدن در دانش‌آموز بدون درمان باقی بماند می‌تواند به افسردگی، اختلال استرس پس از ضربه، ترک تحصیل از مدرسه و حتی خودکشی منجر شود (مسی^۲، ۲۰۰۳).

تحقیقات پیرامون مسائل مرتبط با قلدری، نشان داده است که پیامدهای درازمدت شدیدی هم برای قربانیان و هم برای قلدران وجود دارد (انجمن پزشکی آمریکا^۳، ۲۰۰۵).

مطالب ذکر شده وجود مسئله پژوهشی را بیان می‌کند، به علاوه اگر مسئولیت‌پذیری دانش‌آموزان بالا باشد توان مقابله آنها با رفتارهای قلدرانه افزایش می‌یابد. نظریه انتخاب به وضعیت دانش‌آموزان در مدرسه اشاره‌های مستقیم بسیاری دارد؛ همانند آنچه که گلاسر درباره دختران بی مسئولیت مدرسه و نتورا انجام داد. قربانیان قلدری تمایل دارند از عکس‌العمل‌های اجتماعی و احساس مسئولیت به دور باشند. بنابراین، برنامه مقابله با قلدری بر اساس نظریه انتخاب به دانش‌آموزانی که نسبت به آنها قلدری شده کمک خواهد کرد تا واقعیت مربوط به قلدری‌های را دریابند و احساس مسئولیت خود را افزایش دهند. پژوهشگر در صدد بود، با مشاوره گروهی بر اساس نظریه انتخاب به دانش‌آموزان قربانی قلدری کمک کند.

در پژوهشی آن کیم^۴ (۲۰۰۶) تأثیر برنامه مقابله با قلدری بر احساس مسئولیت و قربانی شدن کودکان کره‌ای را بررسی کرد که نسبت به آنها قلدری شده بود. این محقق درباره نمونه‌ای با حجم ۱۶ نفر که کودک یا کودکان دیگری نسبت به آنها قلدری کرده بودند به اجرای جلسات مشاوره گروهی اقدام کرد. کودکانی که در این پژوهش آزمایش شدند در فعالیت‌ها و نمایش‌های متنوعی شرکت کردند که از واقعیت‌درمانی و تئوری انتخاب و برنامه پیشگیری از قلدری اولویوس نشأت گرفته بود. سرانجام مشخص شد که گروه درمانی (آزمایش) کاهش بسیار شدیدی در قربانی شدن نسبت به گروه کنترل نشان داد.

-
1. Mc Carteni
 2. Macy
 3. American Medical Association
 4. Un-Kim

در پژوهشی دیگر آن کیم (۲۰۰۸) تأثیر برنامه مشاوره گروهی بر اساس نظریه انتخاب را بر سطح اعتیاد به اینترنت و عزت نفس دانشجویان کره‌ای معتاد به اینترنت بررسی کرد، این برنامه بر اساس نظریه انتخاب شامل نظریه کنترل، پنج نیاز اساسی، رفتار کلی، ارتباط دوستانه و ساختن یک طرح شکل یافته بود. شرکت کنندگان ۲۰ مرد و ۵ زن بودند و میانگین سنی آنها ۲۴ سال بود که به صورت تصادفی در دو گروه، ۱۳ نفر در گروه آزمایشی (۱۰ مرد و ۳ زن) و ۱۲ نفر در گروه کنترل (۱۰ مرد و ۲ زن) جایگزین شدند. سپس مشاوره گروهی در طی ۵ هفته و هر هفته دو جلسه و هر جلسه به مدت ۲ ساعت انجام شد. در پایان یافته‌ها نشان داد که برنامه درمانی به شکلی بارز در کاهش اعتیاد به اینترنت و افزایش عزت نفس دانش جویان مؤثر بوده است.

گیلیام^۱ (۲۰۰۴) در پژوهشی با عنوان بررسی اثربخشی نظریه انتخاب بر مرتکبان خشونت خانگی به این نتیجه رسید که مدل مداخله‌ای بر اساس رویکرد گلاسر می‌تواند خشونت خانگی را کاهش دهد. برنامه او بر دوازده جلسه مشاوره گروهی مبتنی بود که در آن نمونه‌ای به حجم ۳۰ نفر به شکل تصادفی در دو گروه کنترل و آزمایش جایگزین شدند، شیوه او به شکل پیش آزمون و پس آزمون بود. بعد از ارزیابی نمرات تفاوت معناداری بین نمرات پیش آزمون و پس آزمون دو گروه ایجاد شده بود؛ بنابراین، نتایج نشان داد که مدل مداخله‌ای بر اساس رویکرد گلاسر در کاهش خشونت خانگی مؤثر است.

موترن^۲ (۲۰۰۷) در پژوهشی با مراجعان مجرم در دادگاه بر اساس نظریه انتخاب برای افزایش کیفیت آموزش به مشاوره اقدام کرد، نمونه او شامل ۲۹ نفر (۱۸ مرد و ۱۱ زن) بود که به شکل تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۴ نفر) جایگزین شدند، مشاوره گروهی در هشت جلسه انجام شد و در پایان نتایج نشان داد کیفیت آموزش در میان گروه آزمایشی به میزان زیادی افزایش یافت.

ترینج^۳ و همکاران، (۲۰۰۳) در پژوهشی با عنوان "واقعیت درمانی، نجات یافتگان خشونت خانواده و خودبخودگی" تأثیر واقعیت درمانی در کمک به قربانیان خشونت خانگی

1. Gilliam
2. Mottern
3. Turnage

را بررسی کرد. پژوهشگر از طریق طرح چهار پرسش که به قربانیان کمک می‌کرد تا نقش خود را در این گونه موقعیت‌ها بیشتر درک کنند و قادر شوند تا مسئولیت بیشتری در این بخش از روابط درک کنند. سؤالات عبارت بودند از: ۱. چه می‌خواهی؟ ۲. برای به دست آوردن آنچه می‌خواهی چه کار می‌کنی؟ ۳. چگونه مؤثر بودن آنچه را انجام می‌دهید، در می‌یابید؟ ۴. چه کاری را انجام خواهید داد تا به آنچه می‌خواهید دست یابید؟ در پایان نتایج نشان داد افرادی که خشونت خانگی را تجربه می‌کنند به انتقاد و سرزنش از خود اقدام می‌کنند. در این پژوهش برای نجات یافتگان یک جنایت به وسیله تمرکز بر ترمیم روابط شخص با خود، خودبخوددگی فراهم شد و از انتقاد و سرزنش از خود دست کشیدند.

شیلینگفورد و ادواردز (۲۰۰۸) در یک مطالعه موردی کاربرد نظریه انتخاب را با دانش‌آموزی بررسی کرد که پدرش زندانی شده بود. دانش‌آموز مورد مطالعه در این پژوهش از یک خانواده آفریقایی-آمریکایی و در پایه پنجم بود که با مادر و سه خواهر و برادر دیگر خود زندگی می‌کرد. پدر او در رابطه با خرید و فروش مواد مخدر در ۵ سال گذشته زندانی شده بود، او در مدرسه فردی ناسازگار و ناآرام بود و به طور دائم با دیگر دانش‌آموزان درگیر می‌شد و افت تحصیلی شدیدی نیز داشت، پس از مشاوره فردی بر اساس نظریه انتخاب با دانش‌آموز مذکور رفتار او به طور معناداری با همسالان خود بهبود پیدا کرد و کارکرد روانی-اجتماعی او با به کارگیری مقیاس WDEP و ترکیبات گوناگونی از نظریه انتخاب بهبود پیدا کرد.

طبق بررسی‌هایی که پژوهشگر انجام داده در حوزه رفتارهای قلدرانه در ایران پژوهشی انجام نشده است و در جهت مقابله با رفتارهای قلدرانه مداخله آزمایشی انجام نشده. به این سبب با توجه به مطالب مذکور، پژوهشگر در پی پاسخگویی به این سؤال است که آیا مشاوره گروهی به شیوه نظریه انتخاب با قربانیان قلدری بر افزایش میزان توان مقابله با رفتارهای قلدرانه مؤثر است؟

فرضیه‌های پژوهش

فرضیه اول: مشاوره گروهی به شیوه نظریه انتخاب با قربانیان قلدری، بر افزایش توان مقابله با رفتارهای قلدرانه مؤثر است.

فرضیه دوم: مشاوره گروهی به شیوه نظریه انتخاب بر کاهش میزان قربانی شدن دانش‌آموزان قربانی قلدری به شکل جسمانی مؤثر است.

فرضیه سوم: مشاوره گروهی به شیوه نظریه انتخاب بر کاهش میزان قربانی شدن دانش‌آموزان قربانی قلدری به شکل عاطفی مؤثر است.

فرضیه چهارم: مشاوره گروهی به شیوه نظریه انتخاب بر کاهش میزان قربانی شدن دانش‌آموزان قربانی قلدری به شکل کلامی مؤثر است.

روش:

جامعه آماری، نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه آماری تمامی دانش‌آموزان مناطق ۲۲ گانه آموزش و پرورش شهر تهران را شامل بود، که با استفاده از شیوه نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای ابتدا یکی از مناطق انتخاب و سپس از آن منطقه یکی از مدارس انتخاب شد و سپس با اجرای مقیاس قربانی قلدری^۱ (B.V.S) از میان دانش‌آموزانی که بالاترین نمره را در این مقیاس کسب کردند تعداد ۳۰ نفر به عنوان دانش‌آموز قربانی شناخته و به طور تصادفی در دو گروه ۱۵ نفری به عنوان گروه آزمایش و گروه کنترل جایگزین شدند. نمونه این پژوهش دانش‌آموزان پایه سوم راهنمایی در دامنه سنی ۱۳ تا ۱۵ سال بوده‌اند.

طرح تحقیق:

در این پژوهش طرح تحقیق، از نوع نیمه تجربی پیش‌آزمون پس‌آزمون با گروه کنترل بوده است. پس از مطالعات مقدماتی در حیطه موضوع پژوهش، به آماده‌سازی و تنظیم ساختار جلسات درمانی و تکثیر پرسشنامه اقدام شد و بعد از تعیین گروه آزمایش، اجرای جلسات مشاوره گروهی آغاز شد. جلسات مشاوره به صورت گروهی در ۱۰ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای به صورت یک بار در هفته تنظیم شد. زمان و مکان جلسات با توافق گروه مشخص شد. پس از اجرای مشاوره گروهی به شیوه نظریه انتخاب با گروه آزمایش، مقیاس قربانی قلدری مجدداً در میان هر دو گروه اجرا و نتایج بررسی شد. از آنجا که به لحاظ اخلاقی رها

1. Bully-Victimization Scale

کردن گروه گواه صحیح نبود، پس از پایان پژوهش به دلیل کمبود وقت و افزایش هزینه با مشاور و معاونان مدرسه جلسه‌ای به منظور بالا بردن آگاهی آنها در خصوص این پدیده و لزوم توجه به کاهش این گونه رفتارهای مخرب، تشکیل شد.

روش کار در هر جلسه به صورت ایفاء نقش، بررسی تکالیف، بحث گروهی پیرامون مباحث و بررسی مفاهیم نظریه بود. اهداف جلسات مشاوره بدین شرح بودند:

جلسه اول:

هدف: آشنایی با اعضاء، بیان قوانین و اهداف (مشارکت، حضور منظم و رازداری)، ایجاد رابطه عاطفی میان اعضاء و مشاور و ارزیابی نگرش اعضاء درباره قلدری و همچنین ایجاد احساس تعلق در اعضاء نسبت به گروه.

جلسه دوم:

هدف: آشنایی با نظریه انتخاب و پنج نیاز اساسی. در این جلسه نظریه انتخاب و پنج نیاز اساسی (بقاء، عشق و تعلق، نیاز به قدرت، آزادی و تفریح) آموزش داده شد. و در نهایت چگونگی تأثیر آنها بر زندگی روشن شد. از اعضاء خواسته شد در طی هفته نیازهای خود را بررسی کرده و آنها را بر اساس پنج نیاز اساسی مطرح شده اولویت بندی کنند.

جلسه سوم:

هدف: آموزش اجزاء رفتار انسان به مراجعان (مفهوم رفتار کلی). در جلسه گذشته از اعضاء خواسته شده بود تا ماشین های بازی با خود بیاورند و با کمک ماشین توضیح داده شد که ۴ جزء رفتاری کدام است و چگونه عمل می کند. چرخ های جلو تفکر و عمل و چرخ های عقب احساس و فیزیولوژی را نشان می دهد. اعضاء یاد گرفتند که انسان تنها بر چرخ های جلویی کنترل دارد که تفکر و عمل هستند و با کنترل آنها احساس و فیزیولوژی شکل می گیرد که چرخ های عقب ماشین هستند. در اتومبیل هم ما تنها بر چرخ های جلو کنترل داریم.

جلسه چهارم:

هدف: انتخاب موقعیت های بهتر و دستیابی به کنترل درونی.

اینکه ما می‌توانیم موقعیت‌های بهتری را انتخاب کنیم. و همچنین به ارزش کنترل درونی واقف شویم و بدانیم تا چه حد تحت تأثیر کنترل بیرونی هستیم؟ در این جلسه از اعضا خواسته شد به انتخاب‌هایی توجه کنند که در طی هفته انجام می‌دهند. تا مشخص شود که آیا این انتخاب‌ها بر اساس کنترل درونی بوده یا بیرونی؟

جلسه پنجم:

هدف: ایجاد روحیه سالم برای برقراری روابط مطلوب و تعلق خاطر با خانواده، دوستان، هم کلاسی‌ها و مسئولان مدرسه.

در این جلسه هفت عادت رفتاری مخرب (انتقاد، سرزنش، گله، غر زدن، تهدید، تنبیه و تطمیع) بررسی و شناسایی شد. و در نهایت بر لزوم ترک این عادات مخرب و مضر، برای کنترل دیگران و جایگزین ساختن هفت عامل ارتباطی مؤثر شامل (حمایت، تشویق، پذیرش، اعتماد، احترام، گوش دادن و گفتگو) تأکید شد.

جلسه ششم:

هدف: بررسی مطالب جلسات گذشته و یادگیری روشهای خویشتن داری. در ابتدا مطالب جلسات گذشته و تجربیات اعضا گروه بررسی شد. روشهای خویشتن داری شامل آرامش خود را حفظ کردن در موقعیت‌هایی که دانش‌آموزان قلدر با آنها مواجه می‌شوند و استفاده از تکنیک‌های رفتاری مانند نفس عمیق کشیدن، شمارش رو به جلو یا رو به عقب آموزش داده شد. تا اعضا بتوانند این گونه موقعیت‌ها را مدیریت کنند و از آسیب‌های احتمالی در امان باشند. این مهارت به صورت ایفاء نقش آموزش داده شد.

جلسه هفتم:

هدف: ایجاد مسئولیت پذیری و رفتار مسئولانه به وسیله ایجاد روحیه همکاری با انجام دادن کار گروهی.

در این جلسه اعضا به گروه‌های کوچکتر ۲ الی ۴ نفره تقسیم شدند و با یکدیگر در انجام دادن فعالیت‌هایی همکاری کردند، فعالیت‌ها نقاشی و طراحی را شامل بود. که اعضا به انتخاب خود درباره موضوعی به کار مشغول شدند. با حضور در این فعالیت‌های مشارکتی

اعضاء احساس تعلق و مسئولیت را هر چه بیشتر آموختند.

جلسه هشتم:

هدف: راهبردهایی برای طرح ریزی یک رفتار جدید.

دانش‌آموزان قربانی قادر نیستند، هنگامی که دیگران نسبت به آنها قلدری می‌کنند پاسخی مناسب انتخاب کنند. بنابراین، در این جلسه سعی شد دانش‌آموزان روش‌هایی را بیاموزند که انتخاب غلط آنها با انتخاب‌های صحیح جایگزین شود.

جلسه نهم:

هدف: ترغیب اعضاء به تغییر روند رسیدن به خواسته‌های خود از طریق فرایند WDEP

اعضاء چگونه می‌خواهند در زندگی به خواسته‌های خود دست پیدا کنند؟ (۱) خواسته‌ها و نیازهای اعضاء کدامند؟ (۲) آیا شیوه‌های عمل اعضاء مناسب است؟ (۳) اعضاء چگونه میزان موفقیت خود را ارزیابی کنند؟ (۴) آیا برنامه ریزی و طرح ریزی اعضاء مسئولانه است؟ در پایان اعضاء آموختند با انتخاب رفتارهای مناسب، از بروز رفتارهای غیر مسئولانه جلوگیری کنند.

جلسه دهم:

هدف: بررسی و مرور جلسات قبلی، نتیجه‌گیری، اتمام جلسات و اجرای پس‌آزمون.

اعضاء گروه به خود نامه نوشتند که در طی جلسات مشاوره چه تغییراتی داشته‌اند. نامه‌ها در برابر اعضاء گروه خوانده شد و اعضاء به نامه‌های آنها بازخورد نشان دادند. خلاصه‌ای از جلسات ارائه شد و اعضاء گروه با کمک مشاور به نتیجه‌گیری و جمع‌بندی جلسات اقدام کردند.

ابزار پژوهش

مقیاس قربانی قلدری را، که میزان قربانی قلدری شدن دانش‌آموزان در مدرسه را می‌سنجد، دن اولویوس تدوین کرده است. او پرسشنامه خود را در سال ۱۹۹۶ طراحی کرد که ۴۰ سؤال دارد که قلدری جسمانی، کلامی، غیرمستقیم، نژادی، جنسی و دیگر اشکال قلدری را اندازه‌گیری می‌کند. با بررسی سؤالات آزمون و با توجه به اینکه این آزمون برای مدارس مختلط طراحی شده بود و بسیاری از سؤالات از نظر فرهنگی با جامعه ما همخوان نبود با راهنمایی و مساعدت اساتید، محقق به تهیه مقیاسی برای شناسایی دانش‌آموزان قربانی رفتار

قلدرانه اقدام کرد. در ابتدا با استفاده از مبانی نظری این حوزه، ۳۵ سؤال طراحی شد و با توجه به تعاریف قلدری و انواع آن سؤال‌ها در ۳ حوزه کلامی، جسمانی و عاطفی قرار گرفتند و سپس به منظور مشخص کردن روایی محتوایی در اختیار اساتید و برخی از دانش‌جویان دکتری و کارشناسی ارشد قرارداد شد و بعد از اصلاحات و اعمال نظرات نهایی، ۹ سؤال به طور کلی حذف و در برخی از سؤال‌ها تغییراتی انجام شد. سرانجام پرسشنامه ۲۶ سؤالی اصلاح شده در نمونه‌ای به حجم ۱۰۰ نفر از دانش‌آموزان پسر راهنمایی مدرسه‌ای در منطقه (۱۴) آموزش و پرورش شهر تهران، که به شیوه نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای از بین مناطق آموزش و پرورش انتخاب شد، در دو نوبت با فاصله زمانی یکماه اجرا شد تا پایایی و روایی آزمون محاسبه شود. با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون، ضرایب به دست آمده برای مقیاس‌های آزمون به این شرح می‌باشند: ضریب همبستگی بین دوبار اجرا برای کل مقیاس ۰/۹۸، حوزه عاطفی ۰/۹۸، حوزه کلامی ۰/۹۹ و برای حوزه جسمانی ۰/۹۸ می‌باشد.

در ساخت این ابزار علاوه بر روایی محتوا، که از نظر اساتید و دانشجویان دوره دکتری و کارشناسی ارشد حاصل شد. برای تعیین روایی سازه پرسشنامه، از روش همسانی درونی بهره گرفته شد و نتایج نشان داد که همه سؤالات خرده مقیاس عاطفی رابطه معناداری با جمع کل نمرات سؤالات عاطفی دارد به طوری که همبستگی حاصل از این آزمون از حداقل ۰/۸۷ تا حداکثر ۰/۹۳ در نوسان بود و بنابراین، به حذف هیچ یک از سؤال‌ها نیاز نبود.

سؤال‌های خرده مقیاس کلامی نیز رابطه‌ای قوی و معنادار با جمع کل نمرات سؤالات کلامی دارد به طوری که ضرایب همبستگی حاصل از این آزمون از حداقل ۰/۷۵ تا حداکثر ۰/۹۰ در نوسان بود. این مسأله نشان داد که کلیه سؤالات خرده مقیاس کلامی، موضوع مورد بررسی را می‌سنجد و نیازی به حذف هیچ یک از آنها نبود.

در خرده مقیاس فیزیکی (جسمانی) نیز سؤالات رابطه معناداری با جمع کل نمرات خرده مقیاس داشتند به قسمی که نیازی به حذف هیچ یک از آنها احساس نشد. در این مقیاس هر گویه یک لیکرت ۶ درجه‌ای است که در آن هرگز (نمره ۰)، یک یا دو بار (نمره ۱)، چند بار در ماه (نمره ۲)، هر هفته (نمره ۳)، دو یا سه بار در هفته (نمره ۴) و تقریباً هر روز (نمره ۵) می‌گیرد؛ بنابراین، بالاترین نمره در این مقیاس ۱۳۰ می‌باشد و از آنجا که میانگین در این آزمون ۴۹/۵ بوده است لذا نمرات بالاتر از این مقدار به عنوان قربانی قلدری در نظر گرفته می‌شوند.

به عنوان مثال: در حوزه جسمانی در پاسخ به این سؤال، در دو ماه گذشته دانش‌آموزان به من آسیب فیزیکی رسانده‌اند، به من لگد زده‌اند، مشت زده‌اند یا من را هل داده‌اند. اگر گزینه هرگز انتخاب شود کمترین نمره یعنی هیچ گونه قلدری جسمانی و اگر گزینه تقریباً هر روز انتخاب شود بالاترین نمره کسب می‌شود، یعنی بیشترین قلدری جسمانی را فرد تجربه کرده است. در حوزه کلامی در پاسخ به این سؤال، که در دو ماه گذشته توسط دانش‌آموزان مورد تهدید لفظی و تهدید به کتک کاری قرار گرفته‌ام. اگر گزینه هرگز انتخاب شود کمترین نمره یعنی هیچ گونه قلدری کلامی و اگر گزینه تقریباً هر روز انتخاب شود بالاترین نمره کسب می‌شود، یعنی بیشترین قلدری کلامی را فرد تجربه کرده است.

در حوزه عاطفی در پاسخ به این سؤال، که در دو ماه گذشته دانش‌آموزان من را از بازی محروم کرده‌اند. اگر گزینه هرگز انتخاب شود کمترین نمره یعنی هیچ گونه قلدری عاطفی و اگر گزینه تقریباً هر روز انتخاب شود بالاترین نمره کسب می‌شود، یعنی بیشترین قلدری عاطفی را فرد تجربه کرده است.

یافته‌های پژوهش

همان‌طور که بیان شد هدف مطالعه حاضر بررسی اثر بخشی مشاوره گروهی به شیوه نظریه انتخاب با دانش‌آموزان قربانی برای افزایش توان مقابله با رفتارهای قلدرانه در گروه آزمایش و مقایسه آن با گروه گواه است. در این پژوهش به منظور تجزیه و تحلیل داده‌های به دست آمده و بررسی فرضیه‌های پژوهش از آزمون (t) مستقل استفاده شده است. در این قسمت یافته‌ها بر اساس فرضیه‌های پژوهش در جدول‌های یک تا هشت ارائه شده است.

جدول ۱: مقادیر میانگین و انحراف معیار در پیش آزمون و پس آزمون در میزان قربانی شدن در گروه کنترل و آزمایش

گروه‌ها	پیش آزمون		پس آزمون	
	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
آزمایش	۷۸/۶	۲۵/۲۹	۵۸/۶۶	۲۲/۳۶
کنترل	۷۶/۷۹	۲۲/۰۶	۷۵/۳۲	۲۳

جدول ۲: نتایج آزمون t گروه آزمایش و کنترل در میزان قربانی قلدری شدن (df=۲۸)

گروه ها	حجم نمونه	میانگین نمره اختلافی	انحراف استاندارد	تفاوت میانگین ها	t مشاهده شده	T جدول	سطح معناداری
آزمایش	۱۵	۱۹/۵۳	۱۰/۷۹	۱۸/۰۶	۳/۹۶۰	۲/۴۶	۰/۰۰۱
کنترل	۱۵	۱/۴۶	۱۳/۹۸				

از نتایج جدول ۲ مشاهده می شود، تفاوت معناداری بین میزان قربانی شدن دو گروه آزمایش و کنترل وجود دارد که مقدار t مشاهده شده (۳/۹۶) با درجه آزادی ۲۸ بیشتر از مقدار بحرانی جدول (۲/۴۶) می باشد. بنابراین، با ۰/۹۹ اطمینان می توانیم بگوییم که فرضیه ما، مبنی بر مؤثر بودن مشاوره گروهی به شیوه نظریه انتخاب با قربانیان قلدری بر افزایش توان مقابله با رفتارهای قلدرانه تأیید می شود.

جدول ۳: مقادیر میانگین و انحراف معیار در پیش آزمون و پس آزمون در میزان قربانی شدن به شکل جسمانی در گروه کنترل و آزمایش

گروه ها	پیش آزمون		پس آزمون	
	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
آزمایش	۴۵/۴۰	۱۲/۷۸	۳۵/۹۳	۱۳/۲۹
کنترل	۴۴/۹۳	۱۱/۸۸	۴۴/۲۶	۱۲/۷۲

جدول ۴: نتایج آزمون t گروه آزمایش و کنترل در میزان قربانی شدن به شکل جسمانی (df=۲۸)

گروه ها	حجم نمونه	میانگین نمره اختلافی	انحراف استاندارد	تفاوت میانگین ها	t مشاهده شده	T جدول	سطح معناداری
آزمایش	۱۵	۹/۴۶	۱۵/۱۶	۸/۸۰	۱/۷۰	۲/۰۵۲	۰/۱۰۲
کنترل	۱۵	۰/۶۶	۱۳/۳۳				

بر اساس نتایج جدول ۴ مشاهده می‌شود که تفاوت معناداری بین میزان قربانی شدن دو گروه آزمایش و کنترل در حوزه جسمانی وجود ندارد. مقدار t مشاهده شده (۱/۷۰) با درجه آزادی ۲۸ کمتر از مقدار بحرانی جدول (۲/۰۵۲) می‌باشد، بنابراین، با ۰/۹۵ اطمینان می‌توانیم بگوییم که فرضیه ما، مبنی بر مؤثر بودن مشاوره گروهی به شیوه نظریه انتخاب بر کاهش میزان قربانی شدن دانش‌آموزان قربانی قلدری به شکل جسمانی رد می‌شود.

جدول ۵: مقادیر میانگین و انحراف معیار در پیش آزمون و پس آزمون در میزان قربانی شدن به شکل عاطفی در گروه کنترل و آزمایش

گروه‌ها	پیش آزمون		پس آزمون	
	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
آزمایش	۱۰/۶۰	۵/۷۷	۷/۴۰	۴/۵۴
کنترل	۱۱/۰۶	۴/۱۶	۱۱/۲۰	۴/۵۷

جدول ۶: نتایج آزمون t گروه آزمایش و کنترل در حوزه عاطفی (df=۲۸)

گروه‌ها	حجم نمونه	میانگین نمره اختلافی	انحراف استاندارد	تفاوت میانگین‌ها	t مشاهده شده	T جدول معناداری	سطح معناداری
آزمایش	۱۵	۷/۲۶	۶/۹۲	۶/۳۳	۲/۱۵۷	۲/۰۵۲	۰/۰۴۰
کنترل	۱۵	۰/۹۳	۹/۰۱				

همان‌طور که از نتایج جدول ۶ مشاهده می‌شود، تفاوت معناداری بین میزان قربانی شدن دو گروه آزمایش و کنترل در حوزه عاطفی وجود دارد. مقدار t مشاهده شده (۲/۱۵۷) با درجه آزادی ۲۸ کمتر از مقدار بحرانی جدول (۲/۰۵۲) می‌باشد. بنابراین، با ۰/۹۵ اطمینان می‌توانیم بگوییم که فرضیه ما، مبنی بر مؤثر بودن مشاوره گروهی به شیوه نظریه انتخاب بر کاهش میزان قربانی شدن دانش‌آموزان قربانی قلدری به شکل عاطفی، تأیید می‌شود.

جدول ۷: مقادیر میانگین و انحراف معیار در پیش آزمون و پس آزمون در میزان قربانی شدن به شکل کلامی در گروه کنترل و آزمایش

گروه ها	پیش آزمون		پس آزمون	
	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
آزمایش	۲۲/۶۰	۶/۷۴	۱۵/۳۳	۴/۵۳
کنترل	۲۰/۸۰	۶/۰۲	۱۹/۸۶	۵/۷۱

جدول ۸: نتایج آزمون t گروه آزمایش و کنترل در حوزه کلامی (df=۲۸)

گروه ها	حجم نمونه	میانگین نمره اختلافی	انحراف استاندارد	تفاوت میانگین ها	t مشاهده شده	T جدول معناداری	سطح معناداری
آزمایش	۱۵	۳/۲۰	۳/۷۰	۳/۹۳	۲/۱۹۱	۲/۰۵۲	۰/۰۳۷
کنترل	۱۵	۰/۱۳۳	۴/۵۸				

همان طور که از نتایج جدول ۸ مشاهده می شود، تفاوت معناداری بین میزان قربانی شدن دو گروه آزمایش و کنترل در حوزه عاطفی وجود دارد. مقدار t مشاهده شده (۲/۱۹۱) با درجه آزادی ۲۸ کمتر از مقدار بحرانی جدول (۲/۰۵۲) می باشد. بنابراین، با ۰/۹۵ اطمینان می توانیم بگوییم که فرضیه ما، مبنی بر مؤثر بودن مشاوره گروهی به شیوه نظریه انتخاب بر کاهش میزان قربانی شدن دانش آموزان قربانی قلدری به شکل کلامی تأیید می شود.

بحث و نتیجه گیری

نتایج پژوهش حاضر هم سو با پژوهش های دیگر، اثر بخشی مشاوره گروهی به شیوه نظریه انتخاب را، مبنی بر کاهش میزان قربانی شدن دانش آموزان در رفتارهای قلدرانه را، نشان داده است. در این پژوهش فرضیه اول تأیید شد، مبنی بر اینکه مشاوره گروهی به شیوه نظریه انتخاب با قربانیان قلدری بر افزایش توان مقابله با رفتارهای قلدرانه مؤثر است. بر اساس یافته های جدول (۱) t مشاهده شده در سطح (۰/۰۱) معنادار بوده است. بنابراین، تفاوت مشاهده شده بین میانگین نمرات قربانی قلدری شدن در دو گروه معنادار بوده است. نتایج این پژوهش در ارتباط با فرضیه فوق، فرضیه اصلی پژوهش، با نتایج پژوهش های آن کیم (۲۰۰۶) مبنی بر تأثیر

برنامه مقابله با قلدری بر احساس مسئولیت و قربانی شدن کودکان کره ای، پژوهش گیلیام (۲۰۰۴) مبنی بر اثر بخشی نظریه انتخاب گلاسر بر مرتکبان خشونت خانگی، پژوهش موسوی (۱۳۷۷) مبنی بر اثر بخشی مشاوره فردی با رویکرد واقعیت درمانی بر بحران هویت دختران ۱۵ الی ۱۸ ساله، پژوهش رضوانی نژاد (۱۳۷۸) مبنی بر تأثیر آموزش گروهی بر اساس واقعیت درمانی بر کاهش بحران هویت، پژوهش شعبانی (۱۳۸۳) مبنی بر تأثیر مشاوره گروهی با رویکرد گلاسر بر کاهش بحران هویت قربانیان بزه، پژوهش جراره (۱۳۸۰) مبنی بر تأثیر مشاوره گروهی با رویکرد واقعیت درمانی بر کاهش بحران هویت نوجوانان، همخوانی دارد. باید اضافه کرد که نتیجه این پژوهش به ویژه با پژوهش آن کیم (۲۰۰۶) که بر اساس نظریه انتخاب با قربانیان قلدری انجام داد، همخوان است، زیرا آزمودنی‌ها پس از اتمام دوره به میزان کمتری در رفتارهای قلدرانه قربانی شدند.

از سوی دیگر، فرضیه دوم تأیید نشد، مبنی بر اینکه مشاوره گروهی به شیوه نظریه انتخاب بر کاهش میزان قربانی شدن دانش‌آموزان قربانی قلدری به شکل جسمانی مؤثر است. همین طور که در جدول (۲) مشاهده می‌شود بین نمرات مقیاس قربانیان قلدری در دو گروه آزمایش و کنترل، در آزمون t ، تفاوت معنا داری وجود ندارد.

به عقیده پژوهشگر در ارتباط با تأیید نشدن اثر بخشی مشاوره گروهی به شیوه نظریه انتخاب بر کاهش میزان قربانی شدن دانش‌آموزان به شکل جسمانی، می‌توان گفت که کاهش قربانی قلدری شدن در حوزه جسمانی به تعداد جلسات مشاوره بیشتری نیاز دارد و باید همانند اولویوس به کارکنان مدرسه نیز آموزش داد تا در جهت به حداقل رساندن قلدری جسمانی آنها نیز کمک کنند. تأیید نشدن این فرضیه نشان دهنده نداشتن اثر بخشی مشاوره گروهی در این حوزه از قلدری و تنها در این محیط آموزشی است و پژوهشگر بر این عقیده است که افراد شرکت کننده در دوره مشاوره گروهی، به احتمال زیاد مهارتهایی را آموخته‌اند که مانع از قربانی شدن آنها در محیط‌های جدید و از سوی افراد جدید خواهد شد. زیرا همان‌طور که در جدول شاخص‌های توصیفی مربوط به گروه آزمایش مشاهده می‌شود آزمودنی‌ها در پیش آزمون فیزیکی، میانگین (۴۵/۴۰) و در پس آزمون فیزیکی، میانگین (۳۵/۹۳) را کسب کرده‌اند و این نشان می‌دهد که گروه آزمایش کاهش جالب توجهی در میزان قربانی قلدری شدن به شکل جسمانی داشته است. اگر آزمودنی‌ها در این حوزه باز هم

به طور نسبی قربانی شده‌اند به سابقه قبلی ارتباط قربانی با فرد قلدر نیز مرتبط است. زیرا به احتمال زیاد آزمودنی‌ها در طی جلسات مشاوره گروهی مهارتهایی را کسب کرده‌اند که باعث شده تا در دو حوزه دیگر از قربانی شدن کاهش چشمگیری داشته باشند، به عنوان مثال، در پاسخ به این سؤال که در سه ماه گذشته دانش‌آموزان به من آسیب فیزیکی رسانده‌اند (لگد یا مشت زده‌اند یا من را هل داده‌اند) درمان قربانی به تنهایی کافی نمی‌باشد و فرد قلدر نیز باید در یک برنامه درمانی دیگر شرکت داده شود، زیرا در حوزه عاطفی و کلامی اراده و مسئولیت فرد قربانی از طریق فقدان توجه و در نتیجه تقویت نکردن رفتار فرد قلدر در کاهش فراوانی وقوع آن نقشی مهم دارد. به همین منظور، برای اینکه این قبیل پژوهش‌ها نتیجه ایده آلی در تمامی ابعاد داشته باشد لازم است به معلمان و ناظم مدرسه روش‌های صحیح مقابله با این مشکل در محیط کلاسی و در محوطه مدرسه آموزش داده شود.

در این پژوهش، فرضیه سوم تأیید شد، مبنی بر اینکه مشاوره گروهی به شیوه نظریه انتخاب بر کاهش میزان قربانی شدن دانش‌آموزان قربانی قلدری به شکل عاطفی مؤثر است. بر اساس یافته‌های جدول (۳) t مشاهده شده در سطح (۰/۰۱) معنادار بوده. بنابراین، تفاوت مشاهده شده بین میانگین نمرات قربانی قلدری شدن در دو گروه معنادار بوده است. نتایج این پژوهش در ارتباط با فرضیه فوق، با نتایج پژوهش‌های آن کیم (۲۰۰۸) مبنی بر تأثیر برنامه مشاوره گروهی بر اساس نظریه انتخاب بر کاهش سطح اعتیاد به اینترنت و افزایش عزت نفس دانشجویان کره‌ای، مطالعه موردی شیلینگفورد و ادواردز (۲۰۰۸)، که تأثیر مشاوره فردی را با یک دانش‌آموز دارای پدر زندانی بررسی کردند که در پایان افزایش سازگاری و کاهش رفتارهای ناکارآمد در مدرسه را موجب شد، همچنین با پژوهش ترنیج و همکاران (۲۰۰۳) با عنوان "واقعیت درمانی، نجات یافتگان خشونت خانواده و خودبخودگی" که تأثیر واقعیت درمانی را در کمک به قربانیان خشونت خانگی نشان داد و پژوهش بدرخانی (۱۳۸۶) مبنی بر تأثیر مشاوره گروهی بر اساس نظریه انتخاب بر افزایش میزان سازگاری دانش‌آموزان در سه حوزه عاطفی، اجتماعی و آموزشی همخوانی دارد، که در مجموع بیان‌کننده اثر بخشی واقعیت درمانی و نظریه انتخاب می‌باشد.

در ادامه بررسی فرضیه‌ها، فرضیه چهارم تأیید شد، مبنی بر اینکه مشاوره گروهی به شیوه نظریه انتخاب بر کاهش میزان قربانی شدن دانش‌آموزان قربانی قلدری به شکل کلامی مؤثر

است. بر اساس یافته‌های جدول (۴) t مشاهده شده در سطح (۰/۰۱) معنادار بوده بنابراین، تفاوت مشاهده شده بین میانگین نمرات قربانی قلدری شدن در دو گروه معنادار بوده است. نتایج این پژوهش در ارتباط با فرضیه فوق، با پژوهش (هریس^۱، ۱۹۹۵، به نقل از مرادی شهر بابک، ۱۳۸۶) که تأثیر واقعیت درمانی بر رفتار مسئولانه دانش‌آموزان را بررسی کرد و دریافت که عزت نفس و مسئولیت پذیری گروه در اثر جلسات آموزشی بالا رفته است، همچنین با پژوهش موترن (۲۰۰۷) همخوانی دارد که به مشاوره گروهی به شیوه نظریه انتخاب با افراد مجرم در دادگاه برای افزایش کیفیت آموزش اقدام کرد و در طی آن میزان کیفیت آموزش افزایش یافت.

در پایان پس از بررسی فرضیه‌های پژوهش حاضر می‌توان نتیجه گرفت که به طور کلی مشاوره گروهی به شیوه نظریه انتخاب با قربانیان قلدری برای مقابله با رفتارهای قلدرانه مؤثر بوده است. به نحوی که کاهش قربانی شدن دانش‌آموزان در مقابل رفتارهای قلدرانه را در پی داشته است. نتایج نشان داد، میزان قربانی شدن در حوزه‌های کلامی و عاطفی از لحاظ آماری معنا دار بود، ولی در حوزه جسمانی این تأثیر معنا دار نبود. با توجه به بارز بودن رفتار قلدری جسمانی و فراوانی آن و با توجه به اینکه این حوزه از قلدری بر دو حوزه دیگر به لحاظ تکرار غلبه دارد، به نظر می‌رسد اگر زمان بیشتری برای به کارگیری مداخلات آزمایشی اختصاص داده می‌شد، بدین صورت که جلسه‌های بیشتری برای انجام دادن مشاوره گروهی در نظر گرفته می‌شد، با تکرار و مرور ذهنی بیشتر مهارت‌های جدید و درونی کردن آنها تغییرات ملموس تری در میزان قربانی قلدری شدن به شکل جسمانی نیز پدید می‌آمد.

به رغم یافته‌های مهم این پژوهش، از محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به کمبود پژوهش‌های مشابه در خارج از کشور و نبود پژوهشی مشابه (در حوزه رفتارهای قلدرانه) در داخل کشور اشاره کرد. نبود ابزار مناسب به لحاظ ویژگی‌های روانسنجی و فرهنگی برای سنجش میزان قربانی قلدری شدن از دیگر محدودیت‌ها و موانع پژوهشی بود، که پژوهشگر با در نظر گرفتن فضای آموزشی و مسائل فرهنگی، ابزاری فرهنگ بسته را ساخت. همچنین استفاده از یک مقطع آموزشی (راهنمایی) یکی دیگر از محدودیت‌های پژوهشی

است، که باعث می‌شود نتایج تنها برای همان گروه سنی تعمیم پذیر باشد. به علاوه این پژوهش تنها در میان پسران انجام شده است؛ بنابراین، پیشنهاد می‌شود پژوهش در سایر گروه‌های سنی و مقاطع تحصیلی و همچنین در میان دختران انجام شود و نتایج این گروه‌ها با هم مقایسه شود.

به دلیل محدود بودن زمان جلسات مشاوره گروهی، پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آینده رابطه بین مدت زمان مشاوره و کاهش میزان قربانی شدن سنجیده شود.

از آنجا که پدیده قلدری در تمامی موقعیت‌های مدرسه و حتی خارج از مدرسه رخ می‌دهد، لذا پیشنهاد می‌شود در جهت ارتقاء میزان آگاهی معلمان، والدین و دیگر اولیاء مدرسه از این پدیده و نحوه کمک به فرزندان خود در این رابطه آموزش‌های کاربردی انجام شود. به این دلیل برای ایجاد تغییرات ماندگار در شناخت و الگوهای رفتاری قربانیان قلدری بهتر است افراد خانواده در این زمینه آموزش لازم را ببینند.

یکی از مشکلات این پژوهش این بود که مدت زمان به کارگیری مداخلات آزمایشی محدود بود و به این علت امکان پی‌گیری تغییرات حاصله وجود نداشت.

با توجه به تأثیرات مخرب رفتارهای قلدرانه در روند دستیابی به اهداف آموزشی و تربیتی، پیشنهاد می‌شود مشاوران مدارس به همراه سایر اولیاء نسبت به شناسایی و از بین بردن این گونه رفتارها اقدام کنند.

منابع

- بدرخانی، محمد، (۱۳۸۶). اثر بخشی مشاوره گروهی بر مبنای نظریه انتخاب گلاسر بر افزایش سازگاری دانش‌آموزان، پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه علامه طباطبایی.
- جراره، جمشید، (۱۳۸۰). تأثیر مشاوره گروهی با رویکرد واقعیت‌درمانی بر کاهش بحران هویت نوجوانان، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی.
- رضوانی نژاد، محبوبه، (۱۳۷۸). تأثیر آموزش مشاوره گروهی به روش واقعیت‌درمانی بر بحران هویت دانشجویان، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد واحد خوراسگان.
- شعبانی، علی اکبر، (۱۳۸۳). تأثیر مشاوره گروهی با تأکید بر رویکرد واقعیت‌درمانی در کاهش بحران هویت قربانیان بزه (۲۲-۱۸ سال) زندانی در زندان قصر، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی.
- مرادی شهربابک، فاطمه، (۱۳۸۶). اثربخشی واقعیت‌درمانی به شیوه گروهی بر افزایش میزان عزت‌نفس دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی فردوسی مشهد.
- موسوی، معصومه، (۱۳۷۷). اثر بخشی مشاوره گروهی با رویکرد واقعیت‌درمانی بر بحران هویت دختران ۱۵-۱۸ سال ناحیه یک کرج، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت معلم.

- American Medical Association, (2005).** Bullying behaviors Among children, *Featured CSARepor.*, <<http://www.amaassn.org/ama/pub/catagory/print/14312.html>>.
- Futterman,S,(2004).** *When you work for a bully. Assessing your options and taking action*, Montvale,NJ:Croce Publishing Group.
- Gilliam, A, (2004).** *The efficacy of William Glasser reality/choice theory with domestic violence perpetrators*, Walden university.
- Glasser,W,(1998).** *choice theory*, New york, harper Collins.
- Hallock,S & hallock-bannigan,(2003).** Choose wealth: A choice theory Based financial Management program. *International journal of reality theory*, volume.XL.Number 1.
- Haynie,D.L,Nansel,T. R,Eitel,P,Crump,A.D,Saylor,K.e & simons – Morton , B.G, (2001).** Bullies, victims & bully / victims: Distinct groups at risk, *journal of Early Adolescence*, 21(1).29 – 50.

- Howatt,w,a, (1997).** organizing behaviors using the active choice box, *Internaional journal of reality therapy*,Vol 16(2)(69-74).
- Kastner,B, (2006).** Choice Theory as it Applies to Different Backdrops-A Case Study, *International Journal of Reality Therapy*,Vol. XXVI, number1.
- Klug,K, (2006).** Applying choice Theory and Reality Therapy to Coaching Athletes, *International Journal of Reality Therapy*, vol. XXV,number2.
- Litwack,L, (2003).** Ethics for educations, *International Journal of reality therapy*,vol. XXI, number1.
- Lyons,Ken, July, (2003).** The Relationship Between Glasser's Quality school concept and Brain- Based Theory, *Journal of social psychology*, 131,26-38.
- Mac Neil. A & newell, J. M, (2004).** School bullying: Who, why, and what to do, *the prevention Researcher*,11(3),15-17.
- Mc cartney, M.D, (2005).**Getting bullying victims to speak up, *Virginia journal of education*,99(1),11-14.
- Macy, B, (2003).** Getting a handle on Bullies, *The Roanoke Times*,pp.E1,E3.
- Maslow,A, H, (1954).** *Business Drive and National Achivement*, Harward Business Review.
- Mottern,R, (2007).** Working with Forensic Clients in Quality Education: Tools of the Trade, *International Journal of Reality Therapy* ,Spring 2007. vol.XXVI,number2.
- Nansel,T.R,Over peck,M, Pill,R.S,Ruan ,w. j,simons - Morton,B, Schidet, P, (2001).** the problems of bullying behaviors, *Journal of applied school psychology*.vol ,22.13-18.
- Olweus,D, (1994).** *Bullying at school:what we know and what we can do*, Oxford: Blackwell.
- Olweus,D, (1999).** *Bulling at school: what we know and what we can do*, Oxford, Blackwell.
- Olweus Bullying Prevention Program, (2004).** *Exclusively distributed in North America by Hazelden Publishing and Education Services,1-800-328-9000.* Information available from,< www.clemson.edu/Olweus>.
- Rigby, K, (2001).**Health consequences of bullying and its prevention in schools. In Juana & Sandra. *Peer Harassment in school: the plight of the vulnerable and victimized*, New York, NY, US: Guilford press.
- Sansone,D, (2005).** Morita therapy and Constructive living:Choice Theory and Reality Therapy's Estern family, *International Journal of Reality Therapy*, vol.XXV,number 1.
- Shillingford,M,Ann & Edwards,Oliver,W, (2008).**Application of Choice Theory with a Student Whose Parent is Incarcerated, *International Journal of Reality Therapy*, vol.XXVIII,number 1.
- Sommers-Flangan,J & Sommers - Flangan, R, (2004).** *Counseling and Psychotherapy Theories in Context and Practice Skills, Strategies and Techniques*, New Jersy, John Wiley and Sons.

- Trigonaki,N, (2002).** Parents of Children with Autism and Five Basic Needs. *International Journal of Reality Therapy*, Vol. *XXI*, number 2.
- Turnage, Barbara, F & Jacinto,George,A & Kirven, Joshua, (2003).**Reality Therapy, Domestic Violence Survivors& Self-Forgiveness, *International Journal of Reality Therapy*, Vol. *XXII*, number 2.
- Un-Kim,Jong, (2006).**the effect of a bullying prevention program on responsibility and victimization of bullied children in Korea,*International Journal of Reality Therapy*, Fall 2006.volXXVI,number 1.
- Un-Kim,Jong, (2008).**the effect of a R/T Group Counseling program on The Internet Addiction Level and Self-Esteem of Internet Addiction University Students, *International Journal of Reality Therapy*, spring 2008. volXXVII ,number 2.
- Williams,K,Chambers,M,Logan, S & Robinson, (2004).** Association of common health symptoms with bullying in primary school children, *British Medical Journal*,313,17-19.
- Zipke,A, (2003).** Strategic Planning by Choice Not by Chance, *International Journal of Reality therapy*,Vol.XXIII,Number 1.