

Research Paper

The Effect of Choice Theory Training on Responsibility, Resilience and Hope in Second-grade High School girls

Mohammadali Mohammadifar¹, Somaie Shirazi noghondar^{2*}

¹ Assistant Professor in Educational Psychology, Department of Educational Sciences and Exceptional Children, Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Semnan, Iran.

² MSc in Educational Psychology, Department of Educational Sciences and Exceptional Children, Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Semnan, Iran.



Citation: Mohammadifar, M. Shirazi noghondar. S. (2022). [The Effect of Choice Theory Training on Responsibility, Resilience and Hope of Female Second grade High School Students]. (Persian). *Journal of School Counseling*, 7(1), 1-18

doi: [10.22098/jsc.2022.10661.1036](https://doi.org/10.22098/jsc.2022.10661.1036)



Received: 2022/1/4

Accepted: 2022/1/20

Available Online: 2022/1/19

ABSTRACT

Objective: Considering the importance of adolescence in people's lives and the importance of responsibility, resilience, and hope in this period as the underlying characteristics of a person with high mental health, the present study aimed to investigate the effect of choice theory training on responsibility, resilience, and hope of second-grade high school girls.

Methods: This is a quasi-experimental study that was performed with 40 high school girls participants in Mashhad city in 2020-2021, assessments including The Kordlo's Responsibility Questionnaire, the Connor-Davidson's Resilience, and the Hinds Adolescent Hope were completed once before and once after the intervention. Participants were randomly divided into intervention and control groups. The members of the intervention group received Choice Theory Training for Responsibility, Resilience, and Hope in 8, 90-minute sessions. Analysis was performed using SPSS 24 by multivariate covariance method for the components of the responsibility variable and univariate covariance for responsibility, resilience, and hope.

Results: The main findings of the study show that the intervention had a significant effect on the responsibility, hope, and resilience at the 0.01 alpha level.

Conclusion: Choice theory training can be used as an effective way to improve and enhance the responsibility, hope, and resilience of high school girls.

Keywords:

Choice theory,
Responsibility, Hope,
Resilience, Students

Extended Abstract

1. Introduction

Adolescence is defined as the transition period from childhood to adulthood that is associated with physiological changes in the body; these changes bring many challenges and difficulties for adolescents, and the final result of these challenges is adulthood (Frydenberg, 1997). One part of this transition is the achievement of responsibility, resilience, and hope. These achievements make the adolescent at the end of the period become a person who takes social roles well and experiences good mental health (Sheikholeslami and Borzo, 2010).

*Corresponding Author: Somaie Shirazi noghondar

Address: Central Administration of Semnan University, Campus 1, Semnan, Iran.

Tel: +98 (910) 1109330

E-mail: somaieshirazi@gmail.com



One of the ways to this transfer is through family and school education. Responsibility is one of the first and most important things that adolescents learn, Responsibility is one of the most important factors that have a prominent role in feeling valued at this age it makes adolescents think they are productive for other people, And the community will value them too; Studies have shown that responsibility has a lot to do with adaptation and resilience (Snyder, 2002 & Kyngas et al, 2001). In the other words, responsibility prevents the strong psychological complications that occur in human life (Hinds, 1990 & Hinds, 2004).

On the other hand, what makes teens more adaptable is the hope; Because teens are usually future-oriented And most of the time they are thinking about having a better life in the future, As mentioned earlier; Studies have shown that hope and responsibility have a prominent role with adaptation and resilience (Snyder, 2002 & Kyngas et al, 2001).

There are various methods to improve responsibility, resilience, and hope (Ramezani et al, 2018; rashidzade and Beyrami, 2019 & Yousefipour and Samarin, 2021); One of these methods can be called reality therapy, which is an approach to responsibility and consequently affects resilience and hope (Jones and Parish, 2000). The theory according to which reality therapy has gained strength, validity and power is the choice theory. A basic concept in reality therapy is responsibility and the meaning of responsibility is the ability to meet personal needs this should be done in a way that does not lose the needs of others. When a person is responsible and behaves in a way that besides the person that has a sense of value, other people who are around him/her feel value (Glasser, 1999).

Among the choice theory training studies, no study was found that focused on all the three variables of responsibility, resilience and hope (Johnson, 1980; Monsefi, Ahadi, and Hatami, 2018 & Sadeghian, Fakhri and Hasanazadeh, 2020); Therefore, this study aimed to investigate the effect of choice theory training on responsibility, resilience and hope of high school girls.

2. Materials and Methods

This study is an applied study and in terms of methodology is a quasi-experimental research with pre-test and post-test and has the control group, the statistical population of this study is high school female students of Mashhad who were studying in the academic year 1399-1400. Samples gathered randomly from 300 students in the 10th, 11th and 12th grades in 18 schools from 1, 2, 3, 4, and 0 districts in Mashhad which had been announced preparations for the choice theory training, finally 80 students were selected based on Morgan table sampling criteria that all, scored less on mentioned three scales, participants randomly assigned to the experimental and the control group. The experimental group received the intervention (Choice theory training) for experimental 8 sessions of 90 minutes and then both experimental and control groups completed the questionnaires.

Demographic Questionnaire

The researcher-made demographic questionnaire includes age, gender, and education level.

Questionnaire students' responsibility

This questionnaire was created by (Kordlo, 2011) and has 26 questions and 3 subscales (internal commitment, external commitment, sense of security, self-esteem and sense of belonging). 1 grade is assigned for each item and the sum of grades shows the degree of responsibility. The scoring method of this questionnaire is like a Likert scale from I completely agree (1 point), I agree (2 points), I disagree (3 points) and I completely disagree (4 points); for negative questions, the reverse of above scores are considered. The total score in this questionnaire is obtained from the total scores of the subscales; the lowest score in this questionnaire is 26 and the highest score

is 0.94. Based on Cronbach's alpha the Questionnaire has a reliability of 0.94 and 0.90 which indicates the high reliability of this Questionnaire (Kordlo, 2011 & Gharibi, 2017).

Hinds et al's hope scale

This scale has 24 questions and was designed by (Hinds et al, 1991). The item scores are calculated as a 5-point Likert scale and in reverse expressions, an item score is 1 if it is fully agreed. The internal consistency of this scale in different studies was reported as 0.86, 0.92 and 0.87 which indicates the high reliability of this Questionnaire (Hinds et al, 1991 & Rassouli, Yaghmaie, and Majd, 2010).

Connor-Davidson's Resilience questionnaire

(Connor-Davidson, 2003) developed this questionnaire by reviewing research resources on resilience. The scale has 25 items; the score of the items is based on the Likert scale, in which "always true" (5 points), "often true" (4 points), "sometimes true" (3 points), "rarely true" (2 points) and "absolutely true" (1 point). The total scores are in the range of 25 to 125, the scores that are between 25 and 40 indicate low resilience, scores that are between 41 and 65 indicate moderate resilience and scores that are above 66 indicate high levels of resilience. Based on Cronbach's alpha, this test has a reliability of 0.84.

3. Results

Multivariate covariance analysis was used to investigate the effect of the intervention on the subscales of the responsibility and uni-variable covariance analysis was used to investigate the effect of the intervention program on a total score of responsibility, resilience, and hope.

Table 1. The results of multivariate covariance analysis for responsibility in the two groups

Variables	F-test	Significance	Eta Coefficient
Internal commitment	1/34	0.700	0.03
External commitment	98/79	**0.001	0.70
Feelings of security	20/80	**0.001	0.43
Self-esteem	68/03	**0.001	0.67
Sense of belonging	13/34	**0.001	0.28

Starred coefficients (**) are significant at $P < 0.01$

As shown in Table 1, in the subscale of external commitment ($P < 0.01$ and $F = 98/79$), feelings of security ($P < 0.01$ and $F = 20/80$), self-esteem ($P < 0.01$ and $F = 68/03$) and sense of belonging ($P < 0.001$ and $F = 13/34$) effect of the intervention is significant and their Eta Coefficient were 0.70, 0.43, 0.67 and 0.28, respectively. However, the effect of the intervention on internal commitment is not significant ($P > 0.01$).

Table 2. The results of univariate covariance analysis for responsibility in two groups

Variables	F-test	Significance	Eta Coefficient
Responsibility	22/26	**0.001	0.369

Starred coefficient (**) is significant at $P < 0.01$

As shown in Table 2, there is a significant effect of an intervention for the responsibility ($P < 0.01$ and $F = 22/26$) and its Eta Coefficient is 0.369.

Table ۳. The results of univariate covariance analysis for resilience in two groups

Variables	F-test	Significance	Eta Coefficient
Resilience	۴۴/۵۳	**./۰.۰۱	۰/۵۴۶

Starred coefficient (**) is significant at $P < ۰/۰۰۱$

As shown in Table ۳, the effect of the intervention on the resilience is significant ($P = ۰/۰۰۱ >$, $F = ۴۴/۵۳$) and its Eta Coefficient is ۰/۵۴۶.

Table ۴. The results of univariate covariance analysis for resilience in two groups

Variables	F-test	Significance	Eta Coefficient
Hope	۱۷/۹۷	**./۰.۰۱	۰/۵۴۶

Starred coefficient (**) is significant at $P < ۰/۰۰۱$

As shown in Table ۴, there is a significant effect for intervention on the difference resilience variable ($P = ۰/۰۰۱ >$ and $F = ۱۷/۹۷$) and its Eta Coefficient is ۰/۵۴۶.

۴. Discussion and Conclusion

This study aimed to investigate the effect of choice theory training on the responsibility, resilience and hope in the second-grade girls.

In this study, the teaching choice theory has a significant effect on increasing the responsibility of second-grade school students, so there are various studies that are consistent with the present study (Yadolahi et al, ۲۰۱۹; Mirabdolazimi, Mardani and Noormohammadi, ۲۰۲۱ & Vaziri et al, ۲۰۱۴). In choice theory, people are taught to increase their responsibility for their behavior. According to this view, human control over behavior is an informed control so that the person chooses the overall behavior and is responsible for his/ her choices. A person chooses his desires, expectations, thoughts, beliefs and actions in a way that can create the best and most pleasant state in himself/herself thus the behavior is the result of human choice.

The results show that the training choice theory has a significant effect on increasing the resilience of second-grade school students, so there are various studies that are consistent with the present study (Kazemabadi and Karami, ۲۰۱۹ & Hokm Abadi et al, ۲۰۱۴). The choice theory believes that people in the worst situations also have at least a few ways to behave appropriately, thus promoting their problem-solving ability and thereby increasing resilience in the other language. The person does not see themselves alone in difficult situations and can offer their best choice in those situations.

The results also show that the training choice theory has a significant effect on increasing the hope of second-grade school students, so there are various studies that are consistent with the present study (Safari et al, ۲۰۲۲ & Shamedi and Hasani, ۲۰۱۷). Teaching and learning this theory leads to personal freedom in all situations in the life and as the result, it keeps the light of hope alive in our hearts and shows us that we are not controlled by external forces and agents, we are not victims of our past, we are not the puppet of the underlying layers of the brain and hormones. We choose our behavior, so far, from the psychological perspective external factors, can not control us and play no important role in our destiny and behaviors.

◦. Ethical Consideration

Compliance with ethical guidelines: All applicable ethical guidelines and principles are considered in this study.

Funding: No funding was received for this research from funding agencies in the public, commercial, or non-profit sectors.

Authors' contributions: Designing a study, collecting data and writing a report and analyzing the data, Somayeh Shirazi Noghandar's master's thesis with the guidance of Dr. Mohammad Ali Mohammadifar.

Conflicts of interest: No potential conflict of interest relevant to this article was reported



مقاله علمی- پژوهشی

بررسی تاثیر آموزش تئوری انتخاب بر مسئولیت پذیری، تاب آوری و امیدواری دانش آموزان دختر مقطع متوسطه دوم

محمدعلی محمدی^۱، سمیه شیرازی نقندر^۲ ID

۱دانشیار گروه علوم تربیتی آموزش و پرورش کودکان استثنایی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه سمنان، سمنان، ایران.
 ۲کارشناس ارشد روان‌شناسی تربیتی، گروه لوم تربیتی آموزش و پرورش کودکان استثنایی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه سمنان، سمنان، ایران.

استناد به مقاله: محمدی، محمد علی؛ شیرازی نقندر، سمیه. (۱۴۰۰). بررسی تاثیر آموزش تئوری انتخاب بر مسئولیت پذیری، تاب آوری و امیدواری دانش آموزان دختر مقطع متوسطه دوم. فصلنامه مشاوره مدرسه، ۲ (۱)، ۱۸-۱

doi: [10.22098/jsc.2022.10661.1036](https://doi.org/10.22098/jsc.2022.10661.1036)



چکیده

اهداف: با توجه به اهمیت دوران نوجوانی در زندگی افراد و از طرفی اهمیت مسئولیت پذیری، تاب آوری و امیدواری در این دوران به عنوان ویژگی‌های یک فرد با سلامت روان بالا، مطالعه‌ی حاضر با هدف بررسی تاثیر آموزش تئوری انتخاب بر مسئولیت پذیری، تاب آوری و امیدواری دانش آموزان دختر مقطع متوسطه دوم انجام گردید.

روش: این مطالعه از نوع نیمه آزمایشی که در سال ۱۴۰۰-۱۳۹۹ بر روی ۴۰ دختر مقطع متوسطه دوم شهر مشهد انجام شده است؛ پرسشنامه‌های سنجش میزان مسئولیت پذیری کردلو سال ۲۰۱۱، تاب آوری کانر-دیویدسون سال ۲۰۰۳ و امیدواری نوجوانان هیندز و همکاران سال ۱۹۹۱ یک مرتبه قبل و بعد از مداخله تکمیل شدند، شرکت کنندگان به طور تصادفی در گروه‌های مداخله و کنترل قرار گرفتند، به افراد گروه مداخله طی ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای مفاهیم مسئولیت پذیری، امیدواری و تاب آوری بر اساس مولفه‌های تئوری انتخاب آموزش داده شد. تحلیل‌ها از روش کوواریانس چند متغیره برای مولفه‌های متغیر مسئولیت پذیری و برای متغیرهای مسئولیت پذیری، تاب آوری و امیدواری از کوواریانس تک متغیره با استفاده از نرم افزار SPSS ۲۴ انجام شد.

یافته‌ها: یافته‌های اصلی مطالعه نشان می‌دهد که مداخله اثربخشی معناداری بر متغیرهای مسئولیت پذیری، امیدواری و تاب آوری در سطح ($P < 0.01$) داشته‌اند.

نتیجه گیری: آموزش تئوری انتخاب می‌تواند به عنوان راهکاری موثر برای بهبود و ارتقا مسئولیت پذیری، امیدواری و تاب آوری دانش آموزان استفاده شود.



تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۱۰/۴

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۱۱/۲۰

تاریخ انتشار: ۱۴۰۱/۱۰/۱۹

کلیدواژه‌ها: تئوری-

انتخاب، مسئولیت پذیری، امیدواری، تاب آوری، دانش آموزان دختر

۱. مقدمه

نوجوانی را دوره انتقال از کودکی به جوانی بیان کرده‌اند که با تغییرات فیزیولوژیک در بدن همراه است؛ این تغییرات، دوره نوجوانی را با چالش‌های متعدد و دشواری‌های فراوانی همراه می‌کند و نتیجه این چالش‌ها و بحران‌ها تکامل است (فریدنبرگ^۱، ۱۹۹۷). قسمتی از این انتقال، دستیابی به مسئولیت پذیری^۲، تاب آوری^۳ و امیدواری^۴ است که باعث می‌شود نوجوان در پایان این دوره به فردی تبدیل شود تا نقش‌های اجتماعی را به خوبی ایفا می‌کند و سلامت روان بالایی را تجربه می‌کند (شیخ الاسلامی و برزو، ۱۳۹۴).

^۱ Frydenberg
^۲ Responsibility

^۳ Resilience
^۴ Hope

*نویسنده مسئول:

سمیه شیرازی نقندر

نشانی: کارشناسی ارشد روان‌شناسی تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و آموزش و پرورش کودکان استثنایی، دانشگاه سمنان، ایران

تلفن: ۰۹۱۵۱۱۵۹۳۳۰

پست الکترونیک: Somaiieshirazi@gmail.com



یکی از راه های این انتقال از طریق آموزش های خانواده و مدرسه است؛ از جمله اولین و مهم ترین این موارد که یادگیری آن در سن نوجوانی ادامه می یابد و کامل می شود، مسئولیت پذیری است. مسئولیت پذیری از مهم ترین عوامل احساس ارزشمندی در این سن است و باعث می شود که آنها تصور داشته باشند که برای افراد دیگر ثمربخش هستند و افراد جامعه نیز برای آنها ارزش قائل خواهند شد؛ همچنین مسئولیت پذیری را می توان توانایی برآوردن نیازهای خود و پذیرفتن پیامد رفتارها به گونه ای که مانعی در جهت برآوردن نیازهای افراد جامعه نباشد عنوان نمود، ویژگی ای که نوجوان در این سن به صورت ذاتی به سمت آن حرکت می کند و اهمیت بسیار بالایی در سراسر زندگی فرد دارا می باشد (اسنایدر،^۱ ۲۰۰۲ و گلسر،^۲ ۱۹۹۹). در مطالعات بررسی شده است که مسئولیت پذیری ارتباط زیادی با سازگار شدن و تاب آوری دارد (اسنایدر،^۱ ۲۰۰۲ و کینگاس^۳ و همکاران،^۴ ۲۰۰۱)؛ به زبان دیگر مسئولیت پذیری باعث جلوگیری از ضربات محکم روحی و روانی می شود که در انسان در زندگی روی می دهد (هیندز^۵، ۱۹۹۰ و هیندز،^۶ ۲۰۰۴) و به بیان دیگر انعطاف پذیری و تاب آوری سازه هایی هستند که در دوران کودکی و نوجوانی به احتمال قوی سبب تداوم رشد مثبت و سازگاران در جهات مختلف وجودی می شود (سالتر،^۷ ۲۰۱۸). از سویی آنچه که در نوجوانان باعث می شود که آنها سازگارتر باشند امیدواری است؛ چرا که نوجوانان معمولاً آینده محور می باشند و اکثر اوقات همیشه به این مسئله توجه دارند که در آینده زندگی بهتری داشته باشند، همانطور که قبل تر گفته شد؛ در مطالعات بررسی شده است که امیدواری و مسئولیت پذیری ارتباط زیادی با سازگار شدن و تاب آوری دارد (اسنایدر،^۱ ۲۰۰۲؛ کینگاس^۳ و همکاران،^۴ ۲۰۰۱). امید و امیدواری فرد را قادر می سازد که به فرد و گروه انرژی مثبت دهد، نوجوانان معمولاً دارای امید بیشتری هستند و به همین دلیل است که نسبت به مراقبت از خود مسئولیت پذیری بیشتری دارند؛ امید باعث انرژی به فرد می شود و او را برای فعالیت و کارهای روزمره آماده می کند. انعطاف پذیری، نشاط، جلوگیری از ضربات محکم روحی و روانی ای که در انسان در زندگی روی می دهد و بهبود رضایت، همگی از مزایای امید می باشند. برای بهبود مسئولیت پذیری، تاب آوری و امیدواری در زندگی یک فرد روش های مختلفی وجود دارد (رمضانی و همکاران،^۸ ۱۳۹۷؛ رشید زاده و بایرامی،^۹ ۱۳۹۸ و یوسفی پور و سامارین،^{۱۰} ۱۴۰۰). یکی از این روش ها را می توان واقعیت درمانی^۶ که رویکردی جهت مسئولیت پذیری و در نتیجه تاب آوری و امیدواری است عنوان کرد (جونز^۷ و پاریش^۸، ۲۰۰۵). نظریه ای که بر اساس آن واقعیت درمانی دارای استحکام و اعتبار و قدرت شده است نظریه انتخاب^۹ می باشد. یک مفهوم پایه که در واقعیت درمانی مسئولیت پذیری است که معنی و مفهوم آن توانایی در برآوردن نیازهای فرد یا نیازهای شخصی می باشد؛ این مساله باید به گونه ای صورت گیرد که شخص باعث از بین رفتن نیازهای دیگران نشود. انسان وقتی که مسئول باشد به گونه ای رفتار می کند که هم خود فرد دارای احساس ارزشی باشد و هم دیگران و افرادی که با او در ارتباط هستند احساس ارزش کنند (گلسر،^۲ ۱۹۹۹).

مطالعاتی وجود دارد که اثربخشی واقعیت درمانی را سنجیده اند، مثل (جانسون^{۱۱}، ۱۹۸۵) یک دوره آموزشی واقعیت درمانی را در دو دبیرستان ارائه کرد؛ نتایج آنها حاکی از آن بود که این نظریه در مدارس و محیط های درسی بسیار لازم و ضروری است. یا مطالعه (منصفی، احدی و حاتمی،^{۱۲} ۱۳۹۸) نیز نشان داده است که واقعیت درمانی بر افزایش امید به آینده و مسئولیت پذیری اثربخش است. و همچنین در مطالعه صادقیان، فخری و حسن زاده مشخص شد واقعیت درمانی باعث افزایش مسئولیت پذیری می شود (صادقیان، فخری و حسن زاده،^{۱۳} ۱۳۹۹)؛ در این میان مطالعه ای یافت نشد که بر هر سه متغیر مسئولیت پذیری، تاب آوری و امیدواری متمرکز

^۱ Snyder
^۲ Glasser
^۳ Kyngas
^۴ Hinds
^۵ Sattler

^۶ Reality therapy
^۷ Jones
^۸ Parish
^۹ Choice theory
^{۱۰} Johnson



شده باشد؛ از این رو این مطالعه با هدف بررسی تاثیر آموزش تئوری انتخاب بر مسئولیت پذیری، تاب آوری و امیدواری دانش آموزان دختر مقطع متوسطه دوم انجام شد.

۲. مواد و روش ها

مطالعه‌ی حاضر از لحاظ هدف، کاربردی و از نظر ماهیت پژوهش، نوع نیمه آزمایشی به صورت پیش آزمون و پس آزمون با گروه گواه است، جامعه آماری این پژوهش دانش آموزان دختر متوسطه دوم آموزش و پرورش شهر مشهد که در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ مشغول به تحصیل بودند؛ به صورت تصادفی بر روی ۳۰۰ نفر از دانش آموزان پایه‌های دهم، یازدهم و دوازدهم تعداد ۱۸ مدرسه از نواحی ۱، ۲، ۳، ۴، ۵ شهر مشهد که برای شرکت در جلسات آموزش تئوری انتخاب اعلام آمادگی کرده بودند، پرسشنامه مسئولیت‌پذیری، امیدواری و تاب‌آوری اجرا شد. از این تعداد با استفاده از معیارهای نمونه‌گیری جدول مورگان ۴۰ نفر انتخاب شدند و در حین حال این افراد در این سه مقیاس نمره‌ی کمتری گرفته بودند سپس به دو گروه ۲۰ نفری تقسیم و هر گروه به صورت تصادفی به گروه آزمایش و گروه گواه تخصیص یافتند، مداخله (آموزش تئوری انتخاب) برای گروه آزمایش طی ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای انجام پذیرفت و پس از آن هر دو گروه آزمایش و گواه پرسشنامه‌ها را تکمیل کردند. ابزارهای جمع‌آوری داده در مطالعه حاضر پرسشنامه‌های "میزان مسئولیت‌پذیری دانش آموزان" (کردلو، ۱۳۹۰). "امیدواری نوجوانان" (هیندز و همکاران، ۱۹۹۱). "پرسشنامه تاب‌آوری" (کانر و دیویدسون، ۲۰۰۳) و نیز پرسشنامه دموگرافیک بود که در ادامه توضیحات مربوط به هر کدام ارائه می‌گردد.

پرسشنامه دموگرافیک

پرسشنامه دموگرافیک محقق ساخته در مطالعه حاضر شامل سن، جنسیت و سطح تحصیلات است.

پرسشنامه سنجش میزان مسئولیت‌پذیری دانش آموزان

این پرسشنامه توسط (کردلو، ۱۳۹۰) ساخته شده و دارای ۵۶ سؤال و ۵ زیر مقیاس (تعهد درونی، تعهد بیرونی، احساس امنیت، عزت نفس و احساس تعلق) است. برای هر عبارت ۱ نمره اختصاص یافته است و جمع عبارت‌ها میزان مسئولیت‌پذیری آزمودنی را نشان می‌دهد. روش نمره گذاری این پرسشنامه به صورت طیف لیکرت می‌باشد، که در آن کاملاً موافقم (۱ امتیاز)، موافقم (۲ امتیاز)، نظری ندارم (۳ امتیاز)، مخالفم (۴ امتیاز)، کاملاً مخالفم (۵ امتیاز) دارد. برای سوالات منفی عکس نمرات فوق در نظر گرفته می‌شود. نمره‌ی کل در این پرسشنامه از مجموع نمرات مقیاس‌ها به دست می‌آید. پایین‌ترین نمره در این پرسشنامه ۵۶ و بالاترین نمره ۲۲۴ است. این پرسشنامه طی سه مرحله بر روی ۴۸۲، ۱۰۴، ۳۵ نفر که به شیوه نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شده بودند، اجرا گردیده و بر اساس تحلیل آماری آلفای کرونباخ بیانگر این بود که این آزمون دارای پایایی برابر ۰/۸۹ است که نشان از پایایی بالای این آزمون است (کردلو، ۱۳۹۰). بر اساس همین منبع و بر اساس نظر صاحب نظران حوزه تعلیم و تربیت روایی پرسشنامه به روش صوری مورد تایید قرار گرفته است. همچنین روایی محتوایی این آزمون توسط (یونسی، لادین و شمشیری نیا، ۱۳۸۹) مورد پژوهش قرار گرفت و اعتبار ۰/۹۰. گزارش شد. در پژوهشی که توسط (غریبی، ۱۳۹۶) انجام شد پایایی این پرسشنامه برای نمره‌ی کلی مسئولیت‌پذیری ۰/۹۰ و برای خرده‌مقیاس‌های آن؛ تعهد بیرونی ۰/۸۹، احساس تعلق ۰/۸۶، عزت نفس ۰/۷۵، احساس امنیت ۰/۷۳ و تعهد درونی ۰/۸۸ گزارش شد و در انتها پایایی پژوهش حاضر برای این پرسشنامه ۰/۸۳ است.



پرسش نامه امیدواری نوجوانان هیندز و همکاران

این مقیاس دارای ۲۴ سؤال می‌باشد و توسط (هیندز و همکاران، ۱۹۹۱) طراحی گردید و توسط (رسولی، یغمایی و علوی-مجد، ۱۳۸۹) در مراکز شبانه روزی نوجوانان هنجاریابی گردید؛ ویژگی‌های روان سنجی آن بررسی شد. به دلیل اینکه این مقیاس روی گروه خاصی از نوجوانان اجرا شده بود و برای اینکه بتوان از این پرسشنامه برای جامعه‌ی نوجوانان استفاده شود، (رسولی، ۱۳۸۹) اعتبار و پایایی این پرسشنامه را بر روی دانش‌آموزان ساکن تهران در سال ۱۳۸۷-۱۳۸۶ بررسی نمود و جهت این بررسی آلفای کرونباخ را محاسبه نمود. این مقیاس دارای ۲۴ سؤال می‌باشد که نمره‌گذاری آن به صورت طیف لیکرت ۵ درجه ای محاسبه می‌شود و در عبارات معکوس نمره ی کاملاً موافق نمره ۱ تعلق می‌گیرد. مقیاس مذکور از اعتبار محتوا و صوری برخوردار بوده و ویژگی‌های روان سنجی آن در نمونه های مختلف نوجوانان مورد بررسی قرار گرفته است. همسانی درونی این مقیاس در مطالعات مختلف ۰/۹۲-۰/۸۶ گزارش شده است. مقیاس امیدواری نوجوانان از اعتبار پیش بینی که متمایز ساختن نوجوانانی که افسرده هستند از نوجوانانی که سالم تشخیص داده شده‌اند و (اعتبار سازه) همبستگی مثبت معنی‌دار با پرسشنامه سلامت عمومی نوجوانان نیز برخوردار است (هیندز و همکاران، ۱۹۹۱ و رسولی، یغمایی و علوی مجد، ۱۳۸۹) و در انتها پایایی پژوهش حاضر برای این پرسشنامه ۰/۸۲ است.

پرسشنامه تاب‌آوری کانر و دیویدسون

(کانر و دیویدسون، ۲۰۰۳) این پرسشنامه را با بازبینی منابع پژوهشی در زمینه تاب‌آوری تهیه نمودند. این مقیاس ۲۵ گویه دارد؛ نمره‌گذاری پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت می‌باشد که در آن همیشه درست (۵ امتیاز)، اغلب درست (۴ امتیاز)، گاهی درست (۳ امتیاز)، به ندرت درست (۲ امتیاز) و کاملاً درست (۱ امتیاز) را در بر می‌گیرد. مجموع امتیازات از ۲۵ تا ۱۲۵ می‌باشد؛ نمرات بین ۲۵ تا ۴۱ حد پایین تاب‌آوری، نمرات بین ۴۱ تا ۸۳ حد متوسط تاب‌آوری و نمرات بالاتر از ۸۳ سطح بالای تاب‌آوری می‌باشند. توسط (اردستانی، ۱۳۹۷) روایی این پرسشنامه نیز (به روش تحلیل عوامل و روایی همگرا و واگرا) و پایایی این پرسشنامه نیز (به روش بازآزمایی و آلفای کرونباخ) مقیاس در گروه‌های مختلف احراز گردیده است و پایایی ۰/۸۴ و روایی آن را ۰/۶۴ گزارش کرده‌اند. این مقیاس با چندین مقیاس با ساختار مشابه مقایسه شده است و به طور قابل توجهی با آنها همبسته بوده اند. این مقیاس با مقیاس استرس درک شده و مقیاس آسیب‌پذیری استرس، همبستگی منفی معناداری دارد. همه ی این یافته ها نشان می‌دهد که اعتبار همگرا این مقیاس خوب است (کانر و دیویدسون، ۲۰۰۳؛ اردستانی، ۱۳۹۷). در انتها پایایی پژوهش حاضر برای این پرسشنامه ۰/۸۱ است. برای بررسی داده‌ها ابتدا از شاخص‌های مرکزی میانگین و انحراف استاندارد برای توصیف داده‌ها استفاده گردید و در ادامه از روش آماری کوواریانس چند متغیری و تک متغیری استفاده شد و تحلیل‌های حاضر با استفاده از نرم‌افزار SPSS۲۴ انجام گرفت.

۳. یافته‌ها

یافته‌های توصیفی بیانگر این است که میانگین و انحراف استاندارد سن افراد شرکت کننده در گروه آزمایش به ترتیب ۱۵/۳۵ و ۱/۴۹ و در گروه گواه ۱۵/۴۵ و ۱/۳۱ بوده است و همه شرکت کنندگان دختر، مشغول به تحصیل در مقطع تحصیلی متوسطه دوم بودند؛ از این بین در گروه آزمایش ۱۳ نفر (۶۵ درصد) در پایه تحصیلی دهم، ۴ نفر (۲۰ درصد) در پایه تحصیلی یازدهم و ۳ نفر (۱۵ درصد) در پایه تحصیلی دوازدهم مشغول به تحصیل بودند و در گروه گواه ۱۱ نفر (۵۵ درصد) در پایه تحصیلی دهم، ۷ نفر (۳۵ درصد) در پایه تحصیلی یازدهم و ۲ نفر (۱۰ درصد) در پایه تحصیلی دوازدهم مشغول به تحصیل بودند.



جدول ۱. آماره های توصیفی مؤلفه های متغیر مسئولیت پذیری، مسئولیت پذیری، تاب آوری و امیدواری به تفکیک گروه ها و نوع آزمون

متغیرها	گروه ها	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد
تعهد درونی	آزمایش	۲۰	۲۶/۹۵	۵/۸۵
	پس آزمون	۲۰	۲۸/۴۰	۴/۱۹
گواه	پیش آزمون	۲۰	۲۶/۶۵	۴/۸۳
	پس آزمون	۲۰	۲۶/۲۰	۴/۷۲
تعهد بیرونی	آزمایش	۲۰	۲۴/۷۰	۴/۸۶
	پس آزمون	۲۰	۳۰/۵۵	۳/۳۶
گواه	پیش آزمون	۲۰	۲۵/۰۰	۲/۸۷
	پس آزمون	۲۰	۲۴/۱۵	۲/۸۱
احساس امنیت	آزمایش	۲۰	۱۸/۲۰	۵/۲۰
	پس آزمون	۲۰	۲۱/۱۵	۳/۳۰
گواه	پیش آزمون	۲۰	۱۹/۷۰	۳/۵۶
	پس آزمون	۲۰	۱۸/۷۵	۳/۶۰
عزت نفس	آزمایش	۲۰	۲۷/۵۰	۳/۳۵
	پس آزمون	۲۰	۳۳/۱۵	۱/۶۹
گواه	پیش آزمون	۲۰	۲۸/۱۵	۴/۵۲
	پس آزمون	۲۰	۲۷/۴۵	۴/۳۸
احساس تعلق	آزمایش	۲۰	۲۸/۱۰	۲/۹۴
	پس آزمون	۲۰	۳۲/۲۰	۲/۷۸
گواه	پیش آزمون	۲۰	۲۷/۶۰	۳/۰۲
	پس آزمون	۲۰	۲۷/۸۰	۳/۶۱
مسئولیت پذیری	آزمایش	۲۰	۱۲۵/۴۵	۱۵/۶۱
	پس آزمون	۲۰	۱۴۵/۴۵	۹/۱۱
گواه	پیش آزمون	۲۰	۱۲۷/۱۰	۱۳/۸۸
	پس آزمون	۲۰	۱۲۴/۳۵	۱۴/۹۰



۴/۷۳	۷۷/۴۰	۲۰	پیش آزمون	آزمایش	امیدواری
۷/۴۷	۸۴/۸۰	۲۰	پس آزمون		
۶/۲۱	۷۵/۰۰	۲۰	پیش آزمون	گواه	
۶/۸۷	۷۶/۰۰	۲۰	پس آزمون		
۶/۵۲	۷۸/۰۰	۲۰	پیش آزمون	آزمایش	تاب آوری
۲۹.۱۱	۱۱۰/۱۰	۲۰	پس آزمون		
۶/۱۱	۵۵.۷۶	۲۰	پیش آزمون	گواه	
۴۴.۹	۶۵.۷۷	۲۰	پس آزمون		

همچنان که در جدول ۱ ملاحظه می شود میانگین گروه آزمایش در مرحله پس آزمون، نسبت به پیش آزمون تغییر نشان می دهد. نرمال بودن توزیع داده ها یکی از مهم ترین پیش فرض های تمامی آزمون های پارامتریک از قبیل تحلیل کوواریانس چند متغیری است. برای بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها در پیش آزمون و پس آزمون از آزمون کالموگروف - اسمیرنوف، از آزمون ام باکس برای بررسی برابری ماتریس کوواریانس متغیرهای وابسته در بین گروه آزمایش و کنترل و از آزمون لون برای پیش فرض برابری واریانس های خطا استفاده می شود، از این سه آزمون برای بررسی پیش فرض های مربوطه استفاده شد که نتیجه هر سه آزمون معنادار است و توزیع داده ها نرمال بوده است پس می توانیم با توجه به نرمال بودن داده ها از تحلیل کوواریانس چند متغیری برای بررسی تفاوت میان گروه آزمایش و کنترل استفاده کنیم.

همانطور که در جدول شماره ۲ نشان می دهد، در مؤلفه های تعهد بیرونی ($F=98/79$ و $P<0/01$)، احساس امنیت ($F=25/85$ و $P<0/01$)، عزت نفس ($F=68/03$ و $P<0/01$) و احساس تعلق ($F=13/34$ و $P<0/05$) تفاوت معناداری بین دو گروه آزمایش و کنترل وجود دارد و ضریب اتا آنها به ترتیب $0/75$ ، $0/43$ ، $0/67$ و $0/28$ است. اما در مؤلفه تعهد درونی ($P<0/01$) تفاوت معناداری بین دو گروه آزمایش و کنترل وجود ندارد.

جدول ۲. نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیری برای بررسی تفاوت مؤلفه های متغیر مسئولیت پذیری در دو گروه

متغیرها	آماره F	معناداری	ضریب اتا
تعهد درونی	۱۳/۳۴	۰/۲۵۵	۰/۰۳
تعهد بیرونی	۹۸/۷۹	**۰/۰۰۱	۰/۷۵
احساس امنیت	۲۵/۸۵	**۰/۰۰۱	۰/۴۳
عزت نفس	۶۸/۰۳	**۰/۰۰۱	۰/۶۷
احساس تعلق	۱۳/۳۴	**۰/۰۰۱	۰/۲۸

ضرایب ستاره دار (***) در سطح $P<0/01$ معنادار هستند



همانطور که در جدول شماره ۳ نشان می‌دهد. در مورد متغیر مسئولیت پذیری ($P < 0.01$ و $F = 26/22$) تفاوت معناداری بین دو گروه آزمایش و کنترل وجود دارد و ضریب اتا آن ۰/۳۶۹ است.

جدول ۳. نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیری برای بررسی تفاوت متغیر مسئولیت پذیری در دو گروه

متغیرها	آماره F	معناداری	ضریب اتا
مسئولیت پذیری	۲۲/۲۶	**۰/۰۰۱	۰/۳۶۹

ضریب ستاره دار (***) در سطح $P < 0.01$ معنادار هستند

همانطور که در جدول شماره ۴ نشان می‌دهد. در مورد متغیر تاب آوری ($P < 0.01$ و $F = 44/53$) تفاوت معناداری بین دو گروه آزمایش و کنترل وجود دارد و ضریب اتا آن ۰/۵۴۶ است.

جدول ۴. نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیری برای بررسی تفاوت متغیر تاب آوری در دو گروه

متغیرها	آماره F	معناداری	ضریب اتا
تاب آوری	۴۴/۵۳	**۰/۰۰۱	۰/۵۴۶

ضریب ستاره دار (***) در سطح $P < 0.01$ معنادار هستند

همانطور که در جدول شماره ۵ نشان می‌دهد. در مورد متغیر امیدواری ($P < 0.01$ و $F = 17/97$) تفاوت معناداری بین دو گروه آزمایش و کنترل وجود دارد و ضریب اتا آن ۰/۵۴ است.

جدول ۵. نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیری برای بررسی تفاوت متغیر امیدواری در دو گروه

متغیرها	آماره F	معناداری	ضریب اتا
امیدواری	۱۷/۹۷	**۰/۰۰۱	۰/۵۴

۴. بحث و نتیجه گیری

هدف از این مطالعه بررسی تاثیر آموزش تئوری انتخاب بر مسئولیت پذیری، تاب آوری و امیدواری دانش آموزان دختر مقطع متوسطه-دوم بوده است.

فرضیه اول مطالعه حاضر این است که آموزش تئوری انتخاب بر افزایش مسئولیت پذیری دانش آموزان دوره متوسطه دوم تأثیر معنادار دارد، در همین راستا مطالعه‌ی (بدلهی و همکاران، ۱۳۹۸) که با هدف بررسی اثربخشی آموزش تئوری انتخاب را بر مسئولیت پذیری و امیدواری دانشجویان دختر در سال ۲۰۱۹ انجام شد، نشان می‌دهد آموزش تئوری انتخاب باعث افزایش مسئولیت پذیری دانشجویان دختر شده است، جامعه مورد مطالعه که دانشجو بوده اند و پرسشنامه‌های استفاده شده در این مطالعه، پرسشنامه مسئولیت پذیری- (گاف، ۱۹۵۷) و مقیاس امیدواری (اشنایدر، ۱۹۹۱) بوده است که با مطالعه حاضر متفاوت است و آموزش مورد استفاده همانند مطالعه حاضر تئوری انتخاب بوده است؛ نتیجه این مطالعه نیز همسو با مطالعه حاضر می‌باشد. مطالعه‌ی دیگری توسط (میرعبدالعظیمی، مردانی‌راد و نورمحمدی، ۱۴۰۰) که با هدف بررسی اثربخشی آموزش تئوری انتخاب بر مسئولیت پذیری و تعهد زناشویی زوجین- مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر تهران در سال ۲۰۲۱ انجام شد، نشان می‌دهد آموزش تئوری انتخاب باعث افزایش مسئولیت پذیری زوجین شده است، جامعه مورد مطالعه که زوجین بوده‌اند و پرسشنامه استفاده شده در این مطالعه، خرده مقیاس مسئولیت پذیری

محمدی فر، محمد علی؛ شیرازی نقندر، سمیه. (۱۴۰۰). بررسی تاثیر آموزش تئوری انتخاب بر مسئولیت پذیری، تاب آوری و امیدواری دانش آموزان دختر مقطع-



پرسشنامه شخصیتی (کالیفرنیا، ۱۹۴۸) بوده است که با مطالعه حاضر متفاوت است و آموزش مورد استفاده همانند مطالعه حاضر تئوری انتخاب بوده است؛ نتیجه این مطالعه نیز همسو با مطالعه حاضر می‌باشد. در مطالعه‌ی (وزیری و همکاران، ۱۳۹۸) نیز که با هدف بررسی اثربخشی گروه درمانی مبتنی بر تئوری انتخاب بر مسئولیت‌پذیری زندانیان در سال ۲۰۱۹ انجام شد، نشان می‌دهد گروه درمانی مبتنی بر تئوری انتخاب باعث افزایش مسئولیت‌پذیری زندانیان شده است، جامعه مورد مطالعه زندانیان بوده‌اند و پرسشنامه استفاده شده در این مطالعه، خرده مقیاس مسئولیت‌پذیری پرسشنامه شخصیتی کالیفرنیا بوده است که با مطالعه حاضر متفاوت است و روش مورد استفاده همانند مطالعه حاضر تئوری انتخاب بوده است؛ با این تفاوت که در قالب گروه درمانی مورد استفاده قرار گرفته است؛ نتیجه این مطالعه نیز همسو با مطالعه حاضر می‌باشد.

فرضیه دوم مطالعه حاضر این است که آموزش تئوری انتخاب بر افزایش امیدواری دانش‌آموزان دوره متوسطه دوم تأثیر معنادار دارد؛ در همین راستا علاوه بر مطالعه‌ی (یدالهی و همکاران، ۱۳۹۸) که قبل‌تر ذکر شد، (کاظم آبادی و کرمی، ۱۳۹۸) مطالعه‌ی ای را با هدف بررسی تأثیر گروه درمانی مبتنی بر تئوری انتخاب بر امید به زندگی مبتلایان به MS انجام دادند، نتیجه آن نشان داد گروه درمانی مبتنی بر تئوری انتخاب می‌تواند بر امید به زندگی مبتلایان به MS موثر باشد؛ جامعه مورد مطالعه که مبتلایان به MS بوده‌اند و پرسشنامه استفاده شده در این مطالعه پرسشنامه امید به زندگی (میلر، ۱۹۸۸) بوده است که با مطالعه حاضر متفاوت است و روش مورد استفاده همانند مطالعه حاضر تئوری انتخاب بوده است؛ با این تفاوت که در قالب گروه درمانی مورد استفاده قرار گرفته است؛ نتیجه این مطالعه نیز همسو با مطالعه حاضر می‌باشد. مطالعه‌ی دیگری نیز توسط (حکم آبادی و همکاران، ۱۳۹۳) که با هدف بررسی تأثیر واقعیت‌درمانی نوین گروهی مبتنی بر تئوری انتخاب بر امیدواری سوء‌مصرف‌کنندگان مواد در سال ۲۰۱۴ انجام شد، نشان می‌دهد واقعیت‌درمانی گروهی مبتنی بر تئوری انتخاب باعث افزایش امیدواری سوء‌مصرف‌کنندگان موارد شده است، جامعه مورد مطالعه که سوء‌مصرف‌کنندگان مواد بوده‌اند و پرسشنامه استفاده شده در این مطالعه، پرسشنامه امیدواری (اشنایدر، ۱۹۹۱) بوده است که با مطالعه حاضر متفاوت است و آموزش مورد استفاده همانند مطالعه حاضر تئوری انتخاب بوده است؛ با این تفاوت که در قالب واقعیت‌درمانی ارائه شده است؛ نتیجه این مطالعه نیز همسو با مطالعه حاضر می‌باشد.

فرضیه سوم و آخر مطالعه حاضر این است که آموزش تئوری انتخاب بر افزایش تاب‌آوری دانش‌آموزان دوره متوسطه دوم تأثیر معنادار دارد؛ در همین راستا مطالعه‌ی (صفاری و همکاران، ۱۴۰۱) که با هدف بررسی اثربخشی آموزش مبتنی بر تئوری انتخاب بر تاب‌آوری تحصیلی و نشاط ذهنی دانش‌آموزان دوره متوسطه در سال ۲۰۲۲ انجام شد، نشان می‌دهد آموزش تئوری انتخاب باعث افزایش تاب‌آوری تحصیلی شده است، پرسشنامه استفاده شده در این مطالعه، پرسشنامه تاب‌آوری تحصیلی بوده است که با مطالعه حاضر متفاوت است و جامعه مورد مطالعه که همانند مطالعه حاضر دانش‌آموز بوده‌اند همچنین آموزش مورد استفاده همانند مطالعه حاضر تئوری انتخاب بوده است؛ نتیجه این مطالعه نیز همسو با مطالعه حاضر می‌باشد. مطالعه‌ی دیگری نیز توسط (شاملی و حسینی، ۱۳۹۸) که با هدف بررسی اثربخشی واقعیت‌درمانی بر تاب‌آوری مادران دارای فرزند مبتلا به سرطان در سال ۱۳۹۸ انجام شد، نشان می‌دهد واقعیت‌درمانی باعث افزایش تاب‌آوری مادران مبتلا به سرطان شده است، جامعه مورد مطالعه که مادران دارای فرزند مبتلا به سرطان بوده‌اند با مطالعه حاضر متفاوت است، پرسشنامه مربوط که پرسشنامه تاب‌آوری (کانر و دیویسون، ۲۰۰۳) همانند مطالعه حاضر است همچنین آموزش مورد استفاده همانند مطالعه حاضر واقعیت‌درمانی بوده است با این تفاوت که در قالب واقعیت‌درمانی ارائه شده است؛ نتیجه این مطالعه نیز همسو با مطالعه حاضر می‌باشد.



در تبیین یافته‌های به دست آمده می‌توان گفت فراگیری اصول و مفاهیم تئوری انتخاب می‌تواند در بهبود مسئولیت‌پذیری، تاب‌آوری - و امیدواری دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم موثر باشد. به عنوان مثال، در تئوری انتخاب به افراد آموزش داده می‌شود تا میزان مسئولیت خود را در قبال رفتار خویش افزایش دهند. مطابق این دیدگاه کنترل انسان بر رفتار، یک کنترل آگاهانه است به طوری که فرد رفتار کلی را انتخاب کرده و مسئول انتخاب‌های خویش است. انسان خواسته‌ها، انتظارات، افکار، عقاید و اعمال خود را طوری انتخاب می‌کند که بتواند بهترین و خوشایندترین حالت را در خویش ایجاد نماید. هر رفتاری، نتیجه انتخاب انسان است. آموزش و یادگیری این نظریه به اختیار و آزادی شخصی ما در تمام جنبه‌های زندگی منتهی می‌شود و برآیند آن این است که نور امید را در دل ما زنده نگه می‌دارد که ما نیروها و عوامل بیرونی نیستیم، ما قربانی گذشته خود نیستیم، ما بازیچه لایه‌های زیرین مغز و هورمون‌ها نیستیم. ما رفتار خود را انتخاب می‌کنیم. تئوری انتخاب به ما می‌آموزد هر لحظه در حال انتخاب هستیم، آدمی هر لحظه در حال ارضا یکی از ۵ نیاز اساسی بقاء، آزادی، قدرت، تفریح و عشق و احساس تعلق است به این معنی که همه رفتارهای آدمی در طول شبانه روز به این ۵ نیاز مربوط می‌شود؛ با یادگیری تئوری انتخاب می‌توانیم متوجه شویم هر رفتار ما مربوط به کدام نیاز اساسی است و به این روش آگاهی‌مان نسبت به رفتارهایمان بالاتر رود به این معنی که در هر شرایطی می‌توانیم بهترین رفتار یا بهترین انتخاب را داشته باشیم. تئوری انتخاب اعتقاد دارد افراد در بدترین شرایط نیز حداقل چند راه برای رفتار مناسب دارند، بدین ترتیب تئوری انتخاب حل مسئله افراد را ارتقا می‌دهد و از این طریق تاب‌آوری افزایش می‌یابد، یعنی فرد در شرایط سخت نیز خود را تنها نمی‌بیند و می‌تواند بهترین انتخاب خود را در آن شرایط ارائه دهند. در نتیجه پیشنهاد می‌گردد از آموزش تئوری انتخاب در مدارس، برای - دانش‌آموزان و نوجوان استفاده شود و به کمک این تئوری می‌توانیم به افزایش مسئولیت‌پذیری، امیدواری و تاب‌آوری این گروه - کمک به‌سزایی بکنیم. در مطالعه حاضر نیز مانند تمام مطالعات انجام شده در کنار یافته‌های ارزشمند، همواره محدودیت‌ها و نقص‌هایی نیز در فرآیند کار رخ داد که می‌توان به فقدان امکانات و زمان برای پیگیری نتایج درمان، عدم بررسی دانش‌آموزان در جنبه‌های دیگر و کنترل متغیرهای مداخله‌گر مثل شرایط خانوادگی، کوچک بودن نمونه مورد بررسی و در نظر نگرفتن مشکلات و بحران‌های زندگی این خانواده‌ها اشاره کرد و پیشنهاد می‌شود در مطالعات دیگر نتایج مطالعه حاضر پیگیری شود، متغیرهای مداخله‌گر دیگر مثل شرایط خانوادگی و والدینی کنترل شوند و همچنین پیشنهاد می‌گردد که حجم نمونه‌ی گسترده‌تری انتخاب شده و از هر دو جنس استفاده شود.

۵. ملاحظات اخلاقی

پیروی از اصول اخلاقی پژوهش:

تحقیق حاضر، پس از اخذ رضایت آگاهانه از همه شرکت‌کنندگان و همچنین ایشان در جریان روند پژوهش بودند و اطلاعات آن‌ها محرمانه نگه داشته شد.

حامی مالی:

این تحقیق حاصل پایان‌نامه مقطع ارشد روان‌شناسی تربیتی دانشگاه سمنان است.

مشارکت نویسندگان:

تمام نویسندگان در طراحی، اجرا و نگارش همه بخشهای پژوهش حاضر مشارکت داشته‌اند.

تعارض منافع:

بنابراین اظهار نویسندگان این مقاله تعارض منافع ندارد.



منابع

اردستانی سامانی، ندا. (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش تاب‌آوری بر کاهش استرس شغلی. فصلنامه دانش نظامی چهارم‌حال و بختیاری ۱۳۹۷ (۲۱)، ۱-۱۴

http://chb.jrl.police.ir/article_۹۲۵۳۲.html

حکم‌آبادی، محمد ابراهیم، رضایی، علی محمد، اصغری ابراهیم‌آباد، محمدجواد، سلامت، علی. (۱۳۹۳). مطالعات علوم پزشکی، (۸)، ۷۵۹-۷۵۲

<http://umj.umsu.ac.ir/article-۱-۲۴۵۰-en.html>

رسولی، مریم، یغمائی، فریده، علوی مجد، حمید. (۱۳۸۹). ویژگی‌های روان‌سنجی «مقیاس امیدواری نوجوانان» در نوجوانان ساکن مراکز شبانه روزی. پایش؛ (۲): ۹-۲۰۴-۱۹۷

<http://dorl.net/dor/۲۰,۱۰۰۱,۱,۱۶۸,۷۶۶۶,۱۳۸۹,۹,۲,۹,۹>

رشیدزاده، عبدالله، بیرامی، منصور، هاشمی نصرت‌آباد، تورج، میرنسب، میر محمود. (۱۳۹۸). اثربخشی آموزش مثبت‌نگری با تکیه بر آموزه‌های دینی در سلامت روان‌شناختی و تاب‌آوری مادران دارای فرزند اتیسم. زن و مطالعات خانواده، (۴۳): ۱۲-۸۳، ۵۹-۸۳

<https://dx.doi.org/۱۰,۳۰۴۹۵/jwsf.۲۰۱۹,۶۶۸۷۹۹>

رمضانی شکوفه، محمدی نسیم، عزیززاده چهاربرج طاهر، رحمانی سیف‌اله (۱۳۹۶). تأثیر آموزش تاب‌آوری بر سبک‌های مقابله‌ای و خوش‌بینی کودکان بی‌سرپرست و بدسرپرست. فصلنامه سلامت روان کودک؛ (۴): ۴۶-۵۸، ۴۶-۵۸

<http://childmentalhealth.ir/article-۱-۲۰۰-en.html>

شاملی، رامونا، حسینی، فریبا. (۱۳۹۶). اثربخشی واقعیت‌درمانی بر تاب‌آوری مادران دارای فرزند مبتلا به سرطان. اندیشه و رفتار در روان‌شناسی - بالینی، (۴۳): ۱۲-۸۷، ۷۷-۸۷

https://jtbcp.riau.ac.ir/article_۱۰۴۶.html

شیخ‌الاسلامی، راضیه، برزو، شیوا. (۱۳۹۴). فرزندپروری و مسئولیت‌پذیری در نوجوانان: نقش واسطه‌گری سبک‌های پردازش هویت. فصلنامه علمی - پژوهشی روشها و مدل‌های روان‌شناختی، (۱۹): ۶-۹۷، ۹۷-۱۲۰

https://jpmm.marvdasht.iau.ir/article_۸۵۳.html

صادقیان، عباس، فخری، محمد کاظم، حسن‌زاده، رمضان. (۱۳۹۸). اثربخشی واقعیت‌درمانی گروهی بر سرمایه روان‌شناختی و مسئولیت‌پذیری - نوجوانان طلاق، سلامت/اجتماعی، (۱): ۷-۲۷، ۲۷-۳۸

<https://doi.org/۱۰,۲۲۰۳۷/ch.v۷i۱,۲۳۷۰۴>

صفاری بیدهندی، سمیه، اسدزاده، حسن، فرخی، نورعلی، درتاج، فریبرز. (۱۴۰۰). اثربخشی آموزش خودشفقتی بر تاب‌آوری تحصیلی و نشاط - ذهنی دانش‌آموزان دوره متوسطه. فصل‌نامه پژوهش‌های کاربردی روان‌شناختی، (۴): ۱۲-۳۲۷، ۳۲۷-۳۴۳

https://japr.ut.ac.ir/article_۸۵۶۹۰.html

محمدی فر، محمد علی؛ شیرازی نقندر، سمیه. (۱۴۰۰). بررسی تاثیر آموزش تئوری انتخاب بر مسئولیت‌پذیری، تاب‌آوری و امیدواری دانش‌آموزان دختر مقطع - متوسطه. دوم. فصلنامه مشاوره مدرسه، (۱): ۱۸-۱، ۱-۱۸



غریبی، حسن. (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش مهارت حل مسأله بر مسئولیت‌پذیری دانش‌آموزان پسر سال سوم متوسطه دوره اول. پژوهش‌های - برنامه‌درسی، ۶۷-۷۸، ۷(۲): ۶۷-۷۸

<https://dx.doi.org/10.22099/jcr.2018.4744>

کاظم آبادی فراهانی، زهرا، کرمی، ابوالفضل. (۱۳۹۸). تأثیر درمان گروهی بر مبنای تئوری انتخاب بر کنترل عواطف و امید به زندگی بیماران - مبتلا به MS استان تهران. دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی، ۲۰(۴)، ۳۷-۴۵

https://jsr-p.isfahan.iau.ir/article_667708.html

کردلو، منیره. (۱۳۹۰). پرسشنامه مسئولیت‌پذیری دانش‌آموز. تهران: موسسه آزمون یار پویا.

<http://www.azmonyar.com/pro002.aspx>

منصفی، سارا، احدی، حسن، حاتمی، حمیدرضا. (۱۳۹۷). بررسی اثربخشی گروه درمانی حمایتی با رویکرد واقعیت‌درمانی، بر امیدواری و مسئولیت‌پذیری زنان مطلقه قربانی خشونت خانگی. فصلنامه علمی پژوهشی علوم روانشناختی، ۱۷(۱۷)، ۵۷۴-۵۶۷

<http://psychologicalscience.ir/article-1-261-fa.html>

میرعبدالعظیمی، فاطمه، مردانی راد، مژگان، نورمحمدی، فرحناز. (۱۴۰۰). اثربخشی آموزش تئوری انتخاب بر مسئولیت‌پذیری و تعهد مراکنده به مراکز مشاوره شهر تهران، ۷(۱۱)، ۱۱-۱

<http://jnip.ir/article-1-387-en.html>

یداللهی صابر، فاطمه، ابراهیمی، محمداسماعیل، زمانی، نرگس، صاحبی، علی. (۱۳۹۸). تعیین اثربخشی آموزش تئوری انتخاب بر مسولیت‌پذیری و امیدواری دانشجویان دختر، فصلنامه‌ی شناخت اجتماعی، ۱(۸)، ۱۷۴-۱۶۵

<https://dx.doi.org/10.30473/sc.2019.32877,2019>

یونسی، فلورا، معین، لادن، شمشیری نیا، ترلان. (۱۳۸۹). مقایسه سلامت روان، عزت نفس و مسئولیت‌پذیری دانش‌آموزان دختر مدارس راهنمایی از خانواده‌های مطلقه و عادی مطالعه موردی شهرستان فیروزآباد.

<https://dx.doi.org/10.22099/jcr.2018.4744>

Ardestani, S. (2019). The effectiveness of resilience training on reducing job stress. Chaharmahal and Bakhtiari Law Enforcement Quarterly, 21(1): 1-4. [Persian]. http://chb.jrl.police.ir/article_92532.html

Connor, K. M, & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). Depression and anxiety, 18(2), 76-82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>

Frydenberg, E. (1997). Adolescent coping. London: Routledge. <https://doi.org/10.4332/9780203938876>

Sheikholeslami, R. Borzo, S. (2015). Child-rearing and responsibility among adolescents: The mediating role of identity processing styles. Psychological Methods and Models, 6(19), 97-120. [Persian]. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.22285516.1394.6.19.7.2>

Gharibi, H. (2017). The effectiveness of problem solving skills training on the responsibility of third year high school male students. Curriculum Research, 7(2): 67-87. [Persian].

<https://dx.doi.org/10.22099/jcr.2018.4744>



- Glaser, W. (1999). Choice theory: A new psychology of personal freedom. HarperPerennial.
<https://doi.org/10.26022/BROCKED.V9I1.334>
- Hinds, P.S., Gattuso, J.S. (1991). Measuring hopefulness in adolescents. Journal of Pediatric Oncology Nursing, 8(2), 92-94. <https://doi.org/10.1177/10.43404291.08.0241>
- Hinds, P., Scholes, S., Gattuso, J., Riggins, M., Heffner, B. (1990). Adaptation to illness in adolescents with cancer. Journal of Pediatric Oncology Nursing, 7(2), 64-70.
<https://doi.org/10.1177/10.43404291.07.0214>
- Hinds, P. S. (2004). The hopes and wishes of adolescents with cancer and the nursing care that helps. In Oncology nursing forum Vol. 31, No. 5, pp. 927-934. Oncology Nursing Press.
<https://doi.org/10.1188/04.ONF.927-934>
- Hokm Abadi, M.E., Rezaei, A.M., Asghari Ebrahim Abad, M.J., Salamat, A. (2014). The effect of group new reality therapy based on choice theory on hopefulness in drug abusers. Studies in Medical Sciences, 20(8), 702-709. [Persian]. <http://umj.umsu.ac.ir/article-1-2450-en.html>
- Jones, L.C., & Parish, T. S. (2000). Ritalin Vs. Choice Theory and Reality Therapy. International journal of reality therapy, 20(1): 60-73. <https://www.proquest.com/docview/162013669>
- Johnson, E.J. (1980). Reality therapy in the elementary/junior high school. Journal of Reality Therapy. <https://psycnet.apa.org/record/1986-31341-001>
- Kazemabadi Farahani, Z., Karami, A. (2019). Effect of group therapy based on choice theory on emotional control and life expectancy in patients with MS in Tehran. Knowledge & Research in Applied Psychology, 20(4), 37-40. [Persian]. <https://dx.doi.org/10.30486/jsrp.2019.081692.1626>
- Kurdloo, M. (2011). Student Responsibility Questionnaire. Tehran: Yar Pouya Test Institute. [Persian]. <http://www.azmonyar.com/pro02.aspx>
- Kyngas, H., Mikkonen, R., Nousiainen, E., M. Rytelahti, M. Seppänen, P., Vaattovaara, R., Jamsa, T. (2001). Coping with the onset of cancer: coping strategies and resources of young people with cancer. European journal of cancer care, 10(1), 6-11. <https://doi.org/10.1046/j.1365-2354.2001.00243.x>
- Mirabdolazimi, F., Mardani Rad, M., Noormohammadi, F. (2021). The Effectiveness of Choice Theory Training on Responsibility and Marital Commitments of Couples Referred to the City's Counseling Centers in Tehran. Journal of Psychology New Ideas, 7(1), 1-11. [Persian]. <http://jnip.ir/article-1-287-en.html>
- Monsefi, S., Ahadi, H., Hatami, H. (2018). Investigate the effectiveness of supportive group reality therapy on the hope and responsibility of divorced women of victim of domestic violence. Journal of Psychological Science, 79(17), 567-574. [Persian]. <http://psychologicalscience.ir/article-1-261-fa.html>
- Ramezani, S., Mohammadi, N., Alizadeh Chhar Borjh, T., Rahmani, S. (2018). The effectiveness of resilient education on the coping style and optimism of unprotected and neglected children. Quarterly Journal of Child Mental Health, 4(4), 46-58. [Persian]. <http://childmentalhealth.ir/article-1-200-en.html>
- Rashidzade, A., Beyrami, M., Touraghashemi, T., mirnasab, M. (2019). The effect of teaching positive thinking skills based on spiritual resources and religious beliefs on resilience and psychological well-being of mothers with autistic children." Women and Family Studies 12, no. 43: 59-83. [Persian]. <https://dx.doi.org/10.30490/jwsf.2019.768799>
- Rassouli, M., Yaghmaie, F., AlaviMajd, H. (2010). Psychometric properties of "Hopefulness Scale for Adolescents" in Iranian institutionalized adolescents. Payesh (Health Monitor), 9(2), 197-204 [Persian]. <http://dorl.net/doi/20.10.1.1.168.07626.1389.9.2.9.9>



- Sadeghian, A., Fakhri, M. K., & Hasanzadeh, R. (۲۰۲۰). The Effectiveness of Group Reality Therapy on the Psychological Capital and Responsibility among Children of Divorce. *COMMUNITY health*, ۷(۱): ۲۸-۳۷. [Persian]. <https://doi.org/10.22037/ch.v7i1.23704>
- Safari Bihandi, S., Asadzade, H., Farokhi, N., Dortaj, F. (۲۰۲۲). The effectiveness of choice theory-based education on academic resilience and mental vitality of high school students, ۱۲(۴۴): ۲۷-۳۹ [Persian]. <https://dx.doi.org/10.22059/japr.2022.318739.643706>
- Sattler, K.M., Font, S.A. (۲۰۱۸). Resilience in young children involved with child protective services. *Child abuse & neglect*, ۷۵, ۱۰۴-۱۱۴. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2017.05.004>
- Shameli, R., Hasani, F. (۲۰۱۷). The effectiveness of reality therapy on resilience in mothers with children afflicted by cancer. ۱۲(۴۳): ۷۷-۸۷ [Persian]. https://jtbcp.riau.ac.ir/article_1046.html
- Snyder, C.R. (۲۰۰۲). Hope theory: Rainbows in the mind. *Psychological Inquiry*, ۱۳(۴), ۲۴۹-۲۷۵. https://doi.org/10.1207/S10327965PLI1304_01
- Vaziri, S., Kashani, F. L., Jamshidifar, Z., Vaziri, Y., Jafari, M. (۲۰۱۴). Group counseling efficiency based on choice theory on prisoners' responsibility increase. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, ۱۲۸, ۳۱۱-۳۱۵. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.03.162>
- Yadolahi Saber, F., Ebrahimi, M. E., Zamani, N., Sahebi, A. (۲۰۱۹). The Effect of Choice Theory Training on Responsibility and Hopefulness of Female Students Islamic Azad University Hamedan. *Social Cognition*, ۸(۱), ۱۶۵-۱۷۴. [Persian]. <https://dx.doi.org/10.30473/sc.2019.32877.2019>
- Younesi, F., Moein, L., Shamshirinia, T. (۲۰۱۰). A Comparison of the Mental Health, Self-Esteem and Responsibility of Guidance School Girl Students from Divorced and Normal Families a Case Study of Firuzabad City Women and society. ۲۰۱۰ Apr ۲۱; ۲(۱): ۷۹-۹۶ [Persian]. <https://www.sid.ir/en/Journal/ViewPaper.aspx?ID=184617>
- Yousefipour, L., Samarin, S.N. (۲۰۲۱). The Effectiveness of Reality Therapy Education to Increase Responsibility and as well as to Decrease the Feeling of Loneliness in Students of Islamic Azad University, Dezful Branch. *Indian Journal of Positive Psychology*, ۱۲(۴), ۳۷۲-۳۷۸. [Persian]. http://www.iahrw.com/index.php/home/journal_detail/19#list