

تاریخ دریافت مقاله: ۹۴/۷/۲۰

تاریخ تصویب مقاله: ۹۶/۱/۱۹

## فرا تحلیل اثربخشی مداخلات روان‌شناختی بر عزت نفس دانش‌آموزان (۱۳۸۰-۱۳۹۱) (مورد مطالعه: دانش‌آموزان دوره راهنمایی و دبیرستان)

دکتر فرهاد کهرآزنی\*، بهزاد ریگی کوه\*\*

### چکیده

پژوهش حاضر به منظور بررسی پژوهش‌های انجام شده در ارتباط با اثربخشی مداخلات روان‌شناختی بر عزت نفس دانش‌آموزان دوره دبیرستان و راهنمایی انجام شد. در این خصوص، فرا تحلیل با یکپارچه کردن نتایج حاصل از انجام تحقیقات مختلف، تلاش می‌کند تا میزان اندازه اثر مداخلات روان‌شناختی را مشخص کند. بدین منظور با استفاده از ملاک‌های درون‌گنجی به منظور انتخاب نمونه پژوهش، از بین ۴۰ پژوهش، ۲۷ پژوهش را که از لحاظ روش‌شناختی مورد تأیید قرار گرفتند، انتخاب و فرا تحلیل بر روی آنها انجام گرفت. تعداد کل آزمودنی‌هایی که در پژوهش‌های انتخاب شده مشارکت داشتند، برای دانش‌آموزان دبیرستان ۶۵۵ نفر و برای دانش‌آموزان راهنمایی برابر با ۱۱۵۱ نفر بود. ابزار پژوهش، چک‌لیست فرا تحلیل بود. پژوهش حاضر مبتنی بر ۲۷ اندازه اثر بود. نتایج پژوهش نشان داد، میزان اندازه اثر مداخلات روان‌شناختی بر عزت نفس دانش‌آموزان، مطابق جدول تفسیر اندازه اثر کهن

---

farhad\_kahraz@ped.usb.ac.ir

\* استادیار روان‌شناسی، دانشگاه سیستان و بلوچستان، زاهدان (نویسنده مسئول)

\*\* مربی گروه روانشناسی بالینی، دانشگاه علوم پزشکی زاهدان.

در حد بالاست. بنابراین مداخلات روان‌شناختی بر ارتقاء عزت نفس دانش‌آموزان در ایران تأثیر بسیار زیادی داشته است.

**واژه‌های کلیدی:** فراتحلیل، مداخلات روان‌شناختی، عزت نفس.

#### مقدمه

نوجوانان دانش‌آموز با حرکت در مسیر ارتقای سطح علمی کشور به‌عنوان یک قشر تأثیرگذار، نقش بسیار چشمگیری در ساختن آینده کشور برعهده دارند؛ ولی از آنجایی که این دوران، به‌عنوان دوره رشد و تکامل در نظر گرفته می‌شود و با تغییرات برجسته جسمانی و روان‌شناختی همراه است، از آن به‌عنوان دوره بحران، طوفان و فشار یاد شده است. نکته قابل تأمل و توجه این است که ریشه بسیاری از آسیب‌های روان‌شناختی دوران بزرگسالی، ناشی از وجود مشکلات این دوران زندگی است؛ بنابراین، برخورداری از شاخص‌های سلامت روانی از جمله «عزت نفس<sup>۱</sup>» و «احساس خودارزشمندی»، نقش مهمی در پویایی و کارآمدی یک جامعه ایفا می‌کند (احمدی، محمدی سرتنگ، نورعلی‌ای، ویسی و رسولی، ۱۳۹۲).

«عزت نفس» به‌عنوان یک سازه مهم در رشد و تحول شخصیت کودکان و نوجوانان، نقش بسزایی در سازگاری هیجانی- اجتماعی و سلامت روانی فرد دارد. در واقع منظور از عزت نفس، برخورداری از تأیید، پذیرش و احساس ارزشمندی فرد نسبت به خودش است (کیاء، شعبانی، احقر و مدانلو، ۱۳۹۵). جیمز<sup>۲</sup> (۱۸۹۰، به نقل از پری‌هادی و چوا<sup>۳</sup>، ۲۰۱۲)، عزت نفس را به‌عنوان یک پدیده عاطفی و یک فرایند پویا که تحت تأثیر موفقیت‌ها و شکست‌ها بسط می‌یابد، تعریف کرد. عزت نفس، ارزیابی خود در پرتو عقاید دیگران است که براساس فرایندهای عاطفی، به‌ویژه احساس مثبت و منفی درباره خود بنا شده است (سانتراک<sup>۴</sup>، ۱۳۸۵). وقتی افراد

<sup>۱</sup>. Self-esteem

<sup>۲</sup>. James

<sup>۳</sup>. Prihadi & Chua

<sup>۴</sup>. Santrock

مطلع می‌شوند که در ایده‌آل‌های خود شکست خورده‌اند، عزت نفس آنها می‌تواند کاهش یابد (بارون، بیرون و برنسکامپ<sup>۱</sup>، ۱۳۸۷). عزت نفس و مفهوم خودارزشمندی از اساسی‌ترین عوامل در رشد مطلوب شخصیت فرد به حساب می‌آید که نقش تعیین‌کننده‌ای در سازگاری فرد با تنیدگی‌های روزمره دارد و سبب می‌شود فرد در چنین شرایطی با احساس اطمینان خاطر بیشتر، آماده برخورد و روبرو شدن با این چالش‌ها و تنیدگی‌ها شود (کیاء، شعبانی، احقر و مدانلو، ۱۳۹۵). متون علمی حاکی از آن است که عزت نفس از نیازهای اساسی هر فرد شمرده می‌شود و نقش بسیار تعیین‌کننده‌ای در سلامت و پیشرفت وی دارد (کجباف نژاد، دبیری و قاسم‌نژاد، ۱۳۸۴). به اعتقاد بیابانگرد (۱۳۸۴) برخورداری از اراده و اعتماد به نفس قوی، قدرت تصمیم‌گیری، ابتکار، خلاقیت، نوآوری، سلامت فکر و بهداشت روانی رابطه مستقیمی با میزان چگونگی عزت نفس و احساس خودارزشمندی دارد.

اسمیت<sup>۲</sup> (۱۹۹۰)، به نقل از نریمانی، بیابانگرد و رجبی، (۱۳۸۵) معتقدند که عزت نفس کلی ضعیف یا احساس نابسندگی، در هر دو حوزه تحصیلی و غیرتحصیلی می‌تواند مانع پیشرفت شود و به نظر ویسبرگ و گولد<sup>۳</sup> (۱۹۹۹)، اعتماد به نفس و عزت نفس پایین سبب آسیب‌پذیری نوجوان به اختلالات رفتاری و عاطفی می‌شود و نوجوانانی که اعتماد به نفس و عزت نفس بالاتری دارند، در تکالیف مدرسه و پیشرفت تحصیلی موفق‌تر هستند، در اجتماعات درون مدرسه و بیرون از مدرسه مشارکت بیشتری دارند، روابط بین فردی موفق‌تری دارند و از سازگاری عاطفی و اجتماعی بالاتری برخوردارند (اسوان، اشنایدر و لارسین<sup>۴</sup>، ۲۰۰۷). برخورداری از حس عزت نفس قوی برای همه انسان‌ها به‌ویژه نوجوانان، جزء نیازهای ویژه و ضروری است. همچنین، ارزیابی و پرورش احساس عزت نفس، تقویت اعتماد به نفس و مهارت‌های فردی و اجتماعی، در اصلاح و درمان بسیاری از اختلالات شخصیتی و رفتاری

<sup>۱</sup>-Baron., Biron., & Bernscamp

<sup>۲</sup>. Smith

<sup>۳</sup>. Weinberg., Gould

<sup>۴</sup>.Swan., Chang-Schneider., McClary

از قبیل کمرویی و گوشه‌گیری، لجبازی، پرخاشگری، تنبلی و ... به‌عنوان اولین و مهم‌ترین گام مورد توجه قرار می‌گیرد (بیابانگرد، ۱۳۸۴).

با توجه به نقش عزت نفس در سلامت روانی کودکان و نوجوانان، روان‌شناسان بالینی و اجتماعی بر اهمیت آن تأکید بسیاری دارند. در این راستا، درمان‌های روان‌شناختی متعددی برای افزایش و بهبود عزت نفس به کار برده شده و نتایج گوناگون و گاه متناقضی به دست آمده است؛ برای مثال، در پژوهش الوندنژاد، موسوی و سهرابی (۲۰۱۴) نتایج نشان داد که هنردرمانی می‌تواند در افزایش عزت نفس دانش‌آموزان مؤثر واقع شود. نتایج پژوهش جلالی و پوراحمدی (۱۳۸۹) نشان داد که آموزش ابراز وجود باعث بهبود نمره عزت نفس کلی در دانش‌آموزان می‌شود. همچنین، در پژوهش محمودی‌راد و آراسته، افقه، براتی‌سده (۱۳۸۶)، نشان داده شد که آموزش مهارت‌های ارتباطی و حل مسئله اجتماعی اثر مثبتی بر اعتماد به نفس و هوشبهر دارد. در پژوهشی دیگر که شریفی‌درآمدی (۱۳۸۴) انجام داد، نتایج نشان داد که تأثیر آموزش سبک حل مسئله بر میزان عزت نفس دانش‌آموزان دارای مشکلات رفتاری ارتباطی، مؤثر است. کجباف‌نژاد، دبیری و قاسم‌پور (۱۳۸۴) به این نتیجه رسیدند که مشاوره گروهی باعث افزایش عزت نفس دانش‌آموزان دختر می‌شود. واگنر<sup>۱</sup> (۲۰۰۴)، ولف و ساکس<sup>۲</sup> (۱۹۹۷)، وطن‌خواه، دریابری، قدامی و نادری‌فر (۲۰۱۳) و رابرت<sup>۳</sup> (۲۰۱۲)، نیز در پژوهش‌های خود به تأثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی بر بهبود عزت نفس اشاره کردند. هالو، اسپورتر، ناتا، پیترو و یونگ<sup>۴</sup> (۲۰۱۷) بر نقش رفتارمانگری شناختی در افزایش عزت نفس نوجوانان تأکید داشتند.

از دیگر سو، برخی از پژوهش‌های صورت گرفته نشان می‌دهد که مداخلات روان‌شناختی بر بهبود عزت نفس تأثیر معناداری ندارد؛ به‌طور مثال، تری دیانیا<sup>۵</sup> (۱۹۹۵) و یوویت آرمند<sup>۶</sup>

<sup>۱</sup> .Wagner

<sup>۲</sup> .Wolffe., Sacks

<sup>۳</sup> .Robert

<sup>۴</sup> . Hullu., Sportel., Nauta., Peter., & Jong

<sup>۵</sup> . Tri Diania

<sup>۶</sup> .Yvette Armand

(۱۹۹۶) نشان دادند که مشاوره گروهی تأثیری بر بهبود عزت نفس دانش‌آموزان ندارد. نتایج تحقیق دوکانه‌ای فرد (۱۳۸۶) نشان داد که آموزش مهارت‌های زندگی بر افزایش عزت نفس تأثیری ندارد. عبدالله‌پور (۱۳۸۵) نیز در پژوهش خود اشاره کرد که آموزش مهارت‌های زندگی بر افزایش عزت نفس اثر معناداری ندارد.

بنابراین، با توجه به ناهمخوانی که در نتایج تحقیقات مربوط به اثربخشی مداخلات روان‌شناختی بر عزت نفس وجود دارد، به نظر می‌رسد که انجام یک فراتحلیل<sup>۱</sup>، به روشن ساختن مقدار واقعی تأثیر مداخلات روان‌شناختی بر بهبود عزت نفس کمک خواهد کرد. به عبارت دیگر، با انجام فراتحلیل می‌توان دیدگاه کلی‌تری نسبت به کارایی الگوهای درمانی در کشور به دست آورد. درحقیقت، این تحقیق با استفاده از روش فراتحلیل در پی پاسخگویی به این سؤال است که اثربخشی مداخلات روان‌شناختی بر عزت نفس در کشور تا چه اندازه است؟ با توجه به آنکه ارتقای عزت نفس در تمام اقشار جامعه باعث ارتقای پیشرفت و سلامت روان می‌شود، ضرورت انجام این تحقیق احساس می‌شود. با توجه به مطالب فوق، پژوهش حاضر بر آن است تا با استفاده از الگوی پژوهش فراتحلیل، میزان اثرگذاری الگوی مداخلات روان‌شناختی را بر عزت نفس مورد بررسی قرار دهد.

## روش

روش مورد استفاده در این پژوهش، فراتحلیل مطالعات انجام شده با استفاده از شیوه کمی‌سازی اندازه اثر بوده است. کلیه پژوهش‌های چاپ شده در مجلات علمی-پژوهشی که در طی سال‌های ۱۳۸۰ تا ۱۳۹۱ به نقش مداخلات روان‌شناختی بر عزت نفس در ایران پرداخته بودند، جامعه آماری پژوهش را تشکیل می‌دهد. در ابتدای کار از روش نمونه‌گیری در دسترس استفاده شد؛ یعنی از پژوهش‌های انجام گرفته، آنهایی که حجم نمونه مناسبی داشته و از لحاظ

<sup>۱</sup> . meta analyze

روش‌شناسی شرایط لازم را داشتند، تعداد ۴۰ پژوهش انتخاب شد. سپس برای ورود به فراتحلیل، تعداد ۲۷ پژوهش که ملاک‌های درون‌گنجی (داشتن شرایط لازم از نظر روش‌شناسی (فرضیه‌سازی، روش تحقیق، جامعه، حجم نمونه و روش نمونه‌گیری، ابزار اندازه‌گیری، روایی و پایایی ابزار اندازه‌گیری، فرضیه‌های آماری، روش تحلیل آماری و صحیح بودن محاسبات آماری) داشتند، مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. اطلاعات مربوط به ۲۶ پژوهش مورد استفاده در جدول‌های ۱ و ۲، آمده است. لازم به ذکر است که حداقل تعداد پژوهش فراتحلیل بایستی ۵ مورد باشد (هومن، ۱۳۹۳). برای تحلیل اطلاعات جمع‌آوری شده از پژوهش‌های مورد نظر، پس از کدگذاری، از برنامه فراتحلیل جامع برای انجام محاسبات آماری استفاده شد. بدین ترتیب که آزمون آماری استفاده شده در فرضیات، پس از تبدیل به اندازه اثر، مورد تحلیل قرار گرفتند. برای تفسیر، از جدول کوهن (۱۹۷۷، به نقل از هومن، ۱۳۹۳) بهره گرفته شد.

جدول ۱. مشخصات نمونه فراتحلیل مداخلات روان‌شناختی بر عزت نفس دانش‌آموزان دبیرستان

ردیف	عنوان تحقیق	پژوهشگر	سال اجرا	سطح معناداری	اندازه اثر
۱	اثربخشی آموزش مهارت‌های مثبت‌اندیشی به شیوه گروهی بر انگیزه پیشرفت، عزت نفس و شادکامی دانش‌آموزان پسر پایه اول دبیرستان شهر جیرفت	برخوردی، رفاهی و فرح‌بخش	۱۳۸۹	۰/۲۸	۰/۱۰
۲	بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر سلامت روانی و عزت نفس دانش‌آموزان دختر سال اول مقطع متوسطه	حقیقی، موسوی، مهربایی‌زاده هنرمند و بشلیده	۱۳۸۵	۰/۰۰۱	۰/۳۹
۳	تأثیر آموزش دلگرمی مبتنی بر رویکرد آدلری بر روی خودکارآمدی و عزت نفس دختران نوجوان کرمی	علیزاده، نصیری‌فرد و کرمی	۱۳۸۹	۰/۰۲	۰/۴۵

۰/۳۹	۰/۰۰۰۱	۱۳۸۰	نیسی و شهینی بیلاق	تأثیر آموزش ابراز وجود بر ابراز وجود، عزت نفس، اضطراب اجتماعی و بهداشت روانی دانش‌آموزان پسر مضطرب اجتماعی دبیرستان‌های شهرستان اهواز
۰/۴۳	۰/۰۰۱	۱۳۸۹	صاحب‌الزمانی، نوروژی‌نیا، آلیلو و رشیدی	تأثیر آموزش ابراز وجود بر عزت نفس و قاطعیت دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه
۰/۲۵	۰/۰۰۵	۱۳۸۷	یاربازی، کدیور و میرزاخانی	بررسی تأثیر روش تدریس مشارکتی بر عزت نفس، مهارت‌های اجتماعی و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دبیرستانی
۰/۴۸	۰/۰۰۲	۱۳۸۶	توزنده‌جانی، صدیقی، نجات و کمال‌پور	اثربخشی نسبی آموزش شناختی- رفتاری عزت نفس بر سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان
۰/۴۲	۰/۰۱	۱۳۸۹	جلالی و پوراحمدی	اثربخشی آموزش ابراز وجود بر سلامت روان و عزت نفس نوجوانان
۰/۳۹	۰/۰۰۰	۱۳۸۸	بحری	تأثیر آموزش جرأت‌ورزی به روش گروهی بر عزت نفس دانش‌آموزان
۰/۶۷	۰/۰۰۰۱	۱۳۸۹	مهدوی، عنایتی و نیسی	بررسی اثربخشی آموزش مسئولیت‌پذیری بر عزت نفس دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه
۰/۴۷	۰/۰۰۵	۱۳۸۶	ولی‌زاده و امامی‌پور	تأثیر درمان عقلانی هیجانی رفتاری بر عزت نفس دانش‌آموزان دختر نابینا
۰/۳۵	۰/۰۱۳	۱۳۸۹	نظری و حسین‌پور	اثربخشی مهارت‌های اجتماعی بر اضطراب و عزت نفس دانش‌آموزان دختر دبیرستانی باغ‌ملک
۰/۴۸	۰/۰۰۱	۱۳۸۶	رجبی و خدایی	تأثیر مشاوره گروهی با روش عقلانی- عاطفی- رفتاری بر سلامت عمومی و عزت نفس دانش‌آموزان
۰/۶۳	۰/۰۰۰۰۱	۱۳۹۱	فرقانی‌طرقی و همکاران	مقایسه اثربخشی آموزش گروهی- شناختی- رفتاری و واقعیت‌درمانی بر عزت نفس دانش‌آموزان دبیرستانی
۰/۴۳	۰/۰۱	۱۳۹۱	روشن‌چسلی،	اثربخشی شیوه درمانی حساسیت‌زدایی از طریق

بابازاده و ناصح	حرکات چشم و پردازش مجدد در میزان شرم درونی شده و عزت نفس نوجوانان	۱۳۹۱	۰/۰۱۹	۰/۴۸
دادپور، توکلی زاده و پناهی شهری	اثربخشی آموزش های عقلانی هیجانی به شیوه گروهی بر عزت نفس و اضطراب دانش آموزان تیزهوش پسر			

## جدول ۲. مشخصات نمونه فراتحلیل مداخلات روان شناختی بر عزت نفس دانش آموزان راهنمایی

ردیف	عنوان تحقیق	پژوهشگر	سال اجرا	سطح معناداری	اندازه اثر
۱	تأثیر گروه درمانی آموزشی بر میزان عزت نفس - دختران نوجوان	ترکاشوند، کرمانشاهی و آزادفلاح	۱۳۸۹	۰/۰۱۳	۰/۳۶
۲	تأثیر آموزش الگوی یادگیری اجتماعی بر عزت نفس، اعتماد به نفس، رفتارهای خودآبرازی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان کلاس سوم راهنمایی	جلالی و نظری	۱۳۸۸	۰/۰۰۱	۰/۱۷
۳	تأثیر مشاوره شناختی - رفتاری گروهی بر عزت نفس، منبع کنترلی بیرونی و افسردگی	لطافتی بريس و یونسی	۱۳۹۰	۰/۰۱	۰/۵۱
۴	نقش آموزش مهارت های زندگی بر دانش و نگرش نسبت به مواد مخدر و عزت نفس دانش آموزان	محمدی، شقاقی و زارع	۱۳۹۳	۰/۰۰۱	۰/۴۱
۵	بررسی اثربخشی آموزش مهارت های اجتماعی بر عزت نفس دانش آموزان نابینا	به پژوه، خانجانی، حیدری و شکوهی یکتا	۱۳۸۶	۰/۰۲	۰/۳۳
۶	اثربخشی مشاوره گروهی به شیوه عقلانی - عاطفی - رفتاری الیس بر اضطراب امتحان و عزت نفس دانش آموزان دختر پایه سوم مقطع متوسطه راهنمایی شهر بهبهان	استادیان، سودانی و مهرایی زاده هنرمند	۱۳۸۸	۰/۰۰۱	۰/۴۴
۷	اثربخشی برنامه آموزش فلسفه به دانش آموزان دختر بر عزت نفس و توانایی حل مسئله آنها	سیفی گندمانی، شقاقی و کلاتری	۱۳۹۰	۰/۰۰۱	۰/۴۸



میبیدی					
۰/۲۰	۰/۰۱	۱۳۸۰	یارمحمدیان و قادری‌دهکردی	بررسی تأثیر یک برنامه آموزش پیشگیری از اعتیاد بر روی عزت نفس، نگرش و آگاهی نوجوانان در مورد سوء مصرف مواد مخدر	۸
۰/۷۵	۰/۰۰۱	۱۳۸۴	شریفی درآمدی	تأثیر آموزش سبک حل مسئله بر میزان عزت نفس دانش‌آموزان ۱۲-۱۳ ساله دارای مشکلات رفتاری ارتباطی دوه راهنمایی	۹
۰/۱۹	۰/۰۰۱	۱۳۸۱	یوسفی و شیخ	بررسی و مقایسه اثر سه برنامه هدف چنی بازآموزی اسنادی و ترکیبی بر میزان عزت نفس، احساس خودسودمندی سبک اسنادی و انگیزه توفیق‌گرایی دانش‌آموزان پسر مقطع راهنمایی شهر کرمانشاه	۱۰

### یافته‌ها

جدول ۳، میانگین اندازه اثر مداخلات روان‌شناختی بر عزت نفس دانش‌آموزان دبیرستان و جدول ۴، میانگین اندازه اثر مداخلات روان‌شناختی بر عزت نفس دانش‌آموزان راهنمایی را نشان می‌دهد. براساس اطلاعات جدول ۳ تأثیر متغیر مستقل (مداخلات روان‌شناختی) بر متغیر وابسته (عزت نفس) برابر با ۰/۹۷ است که براساس جدول تفسیر اندازه اثر کوهن (۱۹۷۷)، به نقل از هومن، (۱۳۹۳)، بالا ارزیابی می‌شود. همچنین، براساس جدول ۴، تأثیر متغیر مستقل (مداخلات روان‌شناختی) بر متغیر وابسته (عزت نفس) برابر با ۰/۸۵ است که براساس جدول تفسیر اندازه اثر کوهن، بالا ارزیابی می‌شود. نتایج این دو جدول نشان داد که مداخلات روان‌شناختی تأثیر بالایی بر عزت نفس دانش‌آموزان دوره دبیرستان و راهنمایی داشته است.

جدول ۳. نتایج فرا تحلیل اثربخشی مداخلات روان‌شناختی بر عزت نفس دانش‌آموزان دبیرستان

پژوهش	اندازه اثر (d کوهن)	سطح معناداری مطالعات	Z تبدیل سطح معناداری به
۱	۰/۲۰	۰/۲۸	۰/۵۸۳
۲	۰/۸۵	۰/۰۰۱	۳/۰۹۰

۲/۰۵۳	۰/۰۲	۱/۰۱	۳
۳/۷۱۹	۰/۰۰۰۱	۰/۸۵	۴
۳/۰۹۰	۰/۰۰۱	۰/۹۵	۵
۱/۶۴۵	۰/۰۵	۰/۵۲	۶
۳/۰۹۰	۰/۰۰۲	۱/۰۹	۷
۲/۳۲۶	۰/۰۱	۰/۹۳	۸
۳/۰۹۰	۰/۰۰۰	۰/۸۵	۹
۳/۰۷۱	۰/۰۰۰۱	۱/۸۱	۱۰
۱/۶۴۵	۰/۰۵	۱/۰۶	۱۱
۲/۳۲	۰/۰۱	۰/۷۵	۱۲
۳/۰۹۰	۰/۰۰۱	۱/۰۹	۱۳
۴/۲۶۵	۰/۰۰۰۰۱	۱/۶۲	۱۴
۲/۳۲۶	۰/۰۱	۰/۹۵	۱۵
۳/۰۹۳	۰/۰۱۹	۱/۰۹	۱۶
سطح معناداری $P \leq ۰/۰۰۰۰۱$		میانگین اندازه اثر: ۰/۹۷	

جدول ۴. نتایج فراتحلیل اثربخشی مداخلات روان‌شناختی بر عزت نفس دانش‌آموزان راهنمایی

پژوهش	اندازه اثر (d کوهن)	سطح معناداری مطالعات	تبدیل سطح معناداری به Z
۱	۰/۷۷	۰/۰۱۳	۳/۰۹۰
۲	۰/۳۵	۰/۰۰۱	۳/۰۹۰
۳	۱/۱۹	۰/۰۱	۲/۳۲۶
۴	۰/۹۰	۰/۰۰۱	۳/۰۹۰
۵	۰/۷۰	۰/۰۲	۲/۰۵۴
۶	۰/۹۸	۰/۰۰۱	۳/۰۹۰
۷	۱/۰۹	۰/۰۰۱	۳/۰۹۰
۸	۰/۴۱	۰/۰۵	۱/۶۴۵

۳/۷۱۹	۰/۰۰۰۱	۲/۲۷	۹
۳/۰۹۰	۰/۰۰۱	۰/۳۹	۱۰
سطح معناداری $P \leq 0/001$		میانگین اندازه اثر: ۰/۸۵	

### بحث

فرا تحلیل با یکپارچه کردن نتایج حاصل از پژوهش‌های مختلف که روی نمونه‌های متعددی اجرا شده‌اند، دیدگاه جامع‌تری از اثر متغیرهای مختلف به دست می‌دهد. چنین دیدگاهی در جوامعی چون جامعه ایران که گوناگونی بیشتری دارد، مهم‌تر است؛ چرا که این گوناگونی، تفاوت‌های بیشتری را به همراه دارد. به‌ناچار باید اطلاعات متعددی را از نمونه‌های مختلف این جامعه در دست داشت تا با یکپارچه کردن این اطلاعات، شباهت‌ها را به دست آورد و با تفاوت‌ها به گونه مناسبی برخورد کرد. به بیانی دیگر، روش فرا تحلیل به پژوهشگر امکان می‌دهد که به شناختی بیشتر از پدیده‌ها برسد؛ زیرا با ترکیب مطالعات انجام‌شده، نتیجه‌گیری کلی حاصل می‌شود (شکرکن، ۱۳۷۷؛ به نقل از گنجی، زاهد بابلان و معینی‌کیا، ۱۳۹۱).

یافته‌های حاصل از این فرا تحلیل نشان داد که مداخلات روان‌شناختی بر عزت نفس دانش‌آموزان تأثیر بالایی مطابق با تفسیر جدول کوهن دارد. یافته‌های این فرا تحلیل تأییدی بر بسیاری از پژوهش‌های قبلی، از جمله جلالی و پوراحمدی (۱۳۸۹)، کجیاف‌نژاد و همکاران (۱۳۸۴)، واگنر (۲۰۰۴)، ولف و ساکس (۱۹۹۷)، یاداو و اکبال (۲۰۰۹)، ربر (۲۰۱۲)، بهرامی، سودانی و مهرابی‌زاده (۱۳۸۹) است. با توجه به نتایج پژوهش‌های پیشین، عزت نفس از یک طرف یکی از تعیین‌کننده‌های اصلی در شکل‌دهی الگوهای رفتاری-عاطفی به‌ویژه در دانش‌آموزان به‌شمار می‌آید و از طرفی دیگر، بر عملکرد تحصیلی نیز اثرگذار است. علاوه بر این، رابطه عزت نفس پایین با افت تحصیلی، افسردگی و بزهکاری لزوم توجه به مداخلات روان‌شناختی ارتقا دهنده عزت نفس در دانش‌آموزان را نمایان می‌سازد (هارتر، ۱۹۹۸).

از میان ۲۷ پژوهش که اندازه‌ اثر هریک از آنها گزارش شد، بیشترین میزان اندازه‌ اثر (۲/۲۷) مربوط به پژوهش شریفی‌درآمدی (۱۳۸۴) باعنوان «تأثیر آموزش سبک حل مسئله بر میزان عزت نفس دانش‌آموزان ۱۲-۱۳ ساله دارای مشکلات رفتاری ارتباطی دوره‌ راهنمایی» است. در واقع با توجه به پژوهش یادشده، مداخلات متمرکز بر حل مسئله به‌عنوان یک رویکرد سودمند برای بهبود عزت نفس دانش‌آموزانی که از اختلالات رفتاری رنج می‌برند، مطرح می‌شود. در این مداخلات، فرد با تسلط بر روش‌های حل مسئله و راهبردهای سازگاری، عزت نفس خود را ارتقاء داده و به‌نحو مؤثری به مقابله با مشکلات می‌پردازد؛ بنابراین، مداخلات روان‌شناختی راهی درجهت دستیابی به ساخت‌های شناختی افراد با عزت نفس پایین است که با مشخص شدن این ساخت‌های شناختی، درمانگران می‌توانند به این دانش‌آموزان کمک کنند (شریفی‌درآمدی، ۱۳۸۴).

علاوه‌براین، توجه به زمینه‌های فرهنگی در جوامع مختلف، می‌تواند در اثربخشی رویکردهای گوناگون درمانی مؤثر باشد. یکی از ویژگی‌های بارز فراتحلیل این است که امکان مقایسه‌ کارایی الگوهای درمانی مختلف را در بافت‌های فرهنگی مختلف فراهم می‌کند. به هر حال، به‌کارگیری رویکردهای درمانی مختلف درجهت بهبود و افزایش عزت نفس امری بدیهی است، اما آنچه بهتر است مورد توجه قرار گیرد، میزان موفقیت اعمال الگوی مورد نظر در رفع مشکل مطرح شده است. در این فراتحلیل سعی شد تا با یکپارچه کردن درمان‌های روان‌شناختی، میزان موفقیت هر الگو مورد بررسی قرار گیرد. در این فراتحلیل مشخص شد، مداخلات روان‌شناختی بر بهبود عزت نفس مؤثر است. براساس یافته‌ این فراتحلیل، درمانگران می‌توانند الگوهای درمانی مناسبی را انتخاب کنند تا نتیجه بهتر و قابل اطمینان‌تری را به‌دست آورند. براساس این یافته‌هاست که درمانگران می‌توانند با توجه به حیطه تخصصی خود، الگوهای متناسب با مشکلات مورد مواجهه را علمی‌تر انتخاب و اجرا کنند. یافته‌های فوق در سطح کاربردی پیشنهادهایی را دربر دارد. می‌توان از یافته‌های بالا در راستای تدوین و اجرای برنامه آموزشی و درمانی در سطح مدارس کشور، مراکز مشاوره و روان‌درمانی به‌منظور افزایش

عزت نفس استفاده کرد و بستر لازم را در جهت ارائه آگاهی و آموزش مداخلات لازم به متولیان امر تعلیم و تربیت فراهم آورد.

### منابع و مأخذ

۱. احمدی، افسانه؛ محمدی‌سرتنگ، محسن؛ نورعلی‌ای، پیروش؛ ویسی، مژگان؛ رسولی، جواد (۱۳۹۲). بررسی شیوع اضطراب و ارتباط آن با نوع میان وعده‌های مصرفی دانش‌آموزان سوم و پیش‌دانشگاهی شیراز. *مجله علوم پزشکی شهرکرد*، ۱۵ (۱)، ۸۳-۹۰.
۲. استادیان، مریم؛ سودانی، منصور؛ مهربانی‌زاده‌هنرمند، مهناز (۱۳۸۸). اثربخشی مشاوره گروهی به شیوه عقلانی-عاطفی-رفتاری الیس، بر اضطراب امتحان و عزت نفس دانش‌آموزان دختر پایه سوم مقطع راهنمایی شهر بهبهان. *مطالعات آموزش و یادگیری-علوم اجتماعی و انسانی دانشگاه شیراز*، ۱ (۲)، ۱-۱۸.
۳. بارون، رابرت؛ بیرون، دان؛ برنسکامب، نایلا (۱۳۸۷). *روان‌شناسی اجتماعی*. (ترجمه یوسف کریمی). تهران: انتشارات روان. (سال انتشار به زبان اصلی ۲۰۰۶).
۴. بحری، نادره. (۱۳۸۹). تاثیر آموزش جرات ورزی به روش مشاوره گروهی بر عزت نفس دانش‌آموزان دختر، بیک نور، ۱۸ (۱)، ۱۳۷-۱۲۴.
۵. برنخوردی، حمید؛ رفاهی، ژاله؛ فرح‌بخش، کیومرث (۱۳۸۸). اثربخشی آموزش مهارت‌های مثبت‌اندیشی به شیوه گروهی بر انگیزه پیشرفت، عزت نفس و شادکامی دانش‌آموزان پسر پایه اول دبیرستان شهر جیرفت. *مجله رهیافتی نو در مدیریت آموزشی*، ۲ (۵)، ۱۴۴-۱۳۱.
۶. به‌پژوه، احمد؛ خانجانی، مهدی؛ حیدری، محمود؛ شکوهی‌یکتا، محسن (۱۳۸۶). بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های اجتماعی بر عزت نفس دانش‌آموزان نابینا. *پژوهش در سلامت روان‌شناختی*، ۱ (۳)، ۲۹-۳۷.

۷. بهرامی، فرحناز؛ سودانی، منصور؛ مهربانی‌زاده‌هنرمند، مهناز (۱۳۸۹). بررسی اثربخشی گشتالت درمانی بر عزت نفس، افسردگی و احساس تنهایی زنان مطلقه افسرده. *مطالعات اجتماعی روان‌شناختی زنان*، ۸ (۱)، ۱۴۵-۱۲۹.
۸. بیابانگرد، اسماعیل (۱۳۸۴). رابطه میان عزت نفس، انگیزه پیشرفت، و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان سال سوم دبیرستان های تهران. *مطالعات روان‌شناختی*، ۱ (۵-۴)، ۱۴۴-۱۳۱.
۹. ترکاشوند، رؤیا؛ کرمانشاهی، سیما؛ آزادفلاح، پرویز (۱۳۹۰). تأثیر گروه‌درمانی آموزشی بر میزان عزت نفس دختران نوجوان. *مجله تحقیقات علوم پزشکی زاهدان (طیب شرق)*، ۱۳ (۳)، ۳۴-۳۰.
۱۰. توزنده‌جانی، حسن؛ صدیقی، کاظم؛ نجات، حمید؛ کمال‌پور، نسرين (۱۳۸۶). اثربخشی نسبی آموزش‌های شناختی- رفتاری عزت نفس بر سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان. *پژوهش در برنامه‌ریزی درسی (دانش و پژوهش در علوم تربیتی- برنامه‌ریزی درسی)*، ۲۱ (۱۶)، ۵۶-۴۱.
۱۱. حقیقی، جمال؛ موسوی، محمد؛ مهربانی‌زاده‌هنرمند، مهناز؛ بشلیده، کیومرث (۱۳۸۵). بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر سلامت روانی و عزت نفس دانش‌آموزان دختر سال اول مقطع متوسطه. *مجله علوم تربیتی و روان‌شناسی*، ۱۳ (۱)، ۷۸-۶۱.
۱۲. جلالی، داریوش، و نظری آذر. (۱۳۸۸). تأثیر آموزش الگوی یادگیری اجتماعی بر عزت نفس، اعتماد به نفس، رفتارهای خودابرازی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان کلاس سوم دوره راهنمایی. *تحقیقات علوم رفتاری*، ۷ (۱)، ۵۳-۴۳.
۱۳. جلالی، محسن، و پوراحمدی، الناز (۱۳۸۹). اثربخشی آموزش ابراز وجود بر سلامت روان و عزت نفس نوجوانان. *اندیشه و رفتار*، ۵ (۱۷)، ۳۶-۲۷.
۱۴. دادپور، قدرت‌الله؛ توکلی‌زاده، جهانشیر؛ پناهی‌شهری، محمود (۱۳۹۱). اثربخشی آموزش‌های عقلانی- هیجانی به‌شیوه گروهی بر عزت نفس و اضطراب دانش‌آموزان تیزهوش پسر. *مجله تخصصی پژوهش و سلامت*، ۲ (۱)، ۱۲۵-۱۱۸.
۱۵. دوکانه‌ای‌فرد، فریده (۱۳۸۶). تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر افزایش عزت نفس و کاهش کمروبی دانشجویان، فصلنامه اندیشه‌های تازه در علوم تربیتی، ۲ (۳)، ۵۶-۴۴.

۱۶. رجبی، غلامرضا؛ خدایی، ملک‌حسین (۱۳۸۶). تأثیر مشاوره گروهی با روش درمان عقلانی-عاطفی- رفتاری بر سلامت عمومی و عزت نفس دانش‌آموزان. تازه‌های پژوهش در برنامه‌ریزی درسی، ۱ (۲)، ۳۱-۴۸.
۱۷. روشن‌چسلی، رسول؛ بابازاده، سوره؛ ناصح، اشکان (۱۳۹۱). اثربخشی شیوه درمانی حساسیت‌زدایی از طریق حرکت چشم و پردازش مجدد در میزان شرم درونی‌شده و عزت نفس نوجوانان. فصلنامه رویش روان‌شناسی، ۱ (۳)، ۲۷-۲۹.
۱۸. سانتراک، جان. دیلیو (۱۳۸۵). روان‌شناسی تربیتی. (ترجمه مرتضی امیدیان). بزد: انتشارات دانشگاه. (سال انتشار به زبان اصلی ۲۰۰۱).
۱۹. سیفی‌گندمانی، محمدیاسین؛ شقاقی، فرهاد؛ کلانتری میبدی، سارا (۱۳۹۰). اثربخشی برنامه آموزش فلسفه به دانش‌آموزان دختر بر عزت نفس و توانایی حل مسئله آنها. روان‌شناسی کاربردی، ۵ (۲)، ۶۶-۸۳.
۲۰. شریفی‌درآمدی، پرویز (۱۳۸۴). تأثیر آموزش سبک حل مسئله بر میزان عزت نفس دانش‌آموزان ۱۲ تا ۱۳ ساله دارای مشکلات ارتباطی در دوره راهنمایی تحصیلی. فصلنامه نوآوری‌های آموزشی، شماره ۱۴، ۳۹-۶۳.
۲۱. عبدالله‌پور، محمد (۱۳۸۵). تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر عزت نفس، خودپنداره و سلامت روان دانش‌آموزان پسر سال دوم مقطع متوسطه شهرستان کهگیلویه (دهدشت). پایان‌نامه کارشناسی ارشد، واحد علوم و تحقیقات اهواز.
۲۲. صاحب‌الزمانی، نوروزی نیا، روح‌انگیز، آلیلو، & رشیدی. (۱۳۸۹). بررسی تأثیر آموزش ابزار وجود بر عزت نفس و قاطعیت دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه. مجله پزشکی ارومیه، ۲۱ (۱)، ۵۱-۵۳.
۲۳. علی‌زاده، حمید؛ نصیری‌فرد، نفیسه؛ کرمی، ابوالفضل (۱۳۸۹). تأثیر آموزش دلگرمی مبتنی بر رویکرد آدلر بر روی خودکارآمدی عزت نفس دختران نوجوان. مطالعات اجتماعی- روان‌شناختی زنان (مطالعات زنان)، ۸ (۴ پیاپی ۲۶)، ۱۶۷-۱۴۳.

۲۴. فرقانی طرقي، ام‌البنين؛ جوان‌بخت، مريم؛ بياضي، محمدحسين؛ صاحبي، علي؛ وحيدى، شعيب؛ دروگر، خديجه (۱۳۹۱). مقایسه اثربخشی آموزش گروهی - شناختی - رفتاری و واقعیت‌درمانی بر عزت نفس دانش‌آموزان دبیرستانی. مجله اصول بهداشت روانی، ۱۴ (۲ پیاپی ۵۴)، ۱۸۰-۱۷۲.
۲۵. کجیاف‌نژاد، هادی؛ دبیری، فرزاد؛ قاسم‌پور، ژيلا (۱۳۸۴). بررسی تأثیر آموزش گروهی بر عزت نفس دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دبیرستان‌های شهرستان بهبهان. پژوهش‌های تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد، شماره ۵، ۸۹-۸۴.
۲۶. کياء، سيما؛ شعبانی، حسن؛ احقر، قدسی؛ مدانلو، مهناز (۱۳۹۵). تأثیر آموزش مهارت ابراز وجود بر عزت نفس دانش‌آموزان؛ نشریه روان پرستاری، ۴ (۱)، ۴۶-۳۸.
۲۷. گنجی، مسعود؛ زاهدیابلان، عادل؛ معینی‌کيا، مهدی (۱۳۹۱). فراتحلیل پژوهش‌های انجام شده درخصوص نقش الگوهای تدریس بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان. مجله روان‌شناسی مدرسه، ۱ (۱)، ۹۳-۱۰۷.
۲۸. لطافتی بریس، رامین، و یونسی، سید جلال (۱۳۹۰). تأثیر مشاوره شناختی - رفتاری گروهی بر عزت نفس، منبع کنترلی بیرونی و افسردگی. فصلنامه تازه‌های روان‌درمانی، ۱۷ (۶۱-۶۲)، ۷۳-۶۱.
۲۹. محمودی‌راد، مريم؛ آراسته، حمیدرضا؛ افقه، سوسن؛ براتی‌سده، فرید (۱۳۸۶). بررسی نقش آموزش مهارت‌های ارتباطی و حل مسئله اجتماعی بر عزت نفس و هوشبهر دانش‌آموزان مقطع سوم دبستان. مجله توانبخشی، ویژه‌نامه توانبخشی در بیماری‌ها و اختلالات روانی، ۲ (۸)، ۷۴-۶۹.
۳۰. نریمانی، محمد؛ بیابانگرد، اسماعیل؛ رجبی، سوران (۱۳۸۵). بررسی کارآمدی روان‌نمایشگری بر بهبودبخشی مهارت‌های اجتماعی و عزت نفس دانش‌آموزان نارساخوان. پژوهش در حیطه کودکان استثنایی؛ ۶ (۲)، ۶۳۸-۶۲۳.
۳۱. نظری، ایمان؛ حسین‌پور، محمد (۱۳۸۷). اثربخشی مهارت‌های اجتماعی بر اضطراب و عزت نفس دانش‌آموزان دختر دبیرستان. یافته‌های نو در روان‌شناسی (روان‌شناسی اجتماعی، ۲ (۶)، ۹۵-۱۱۶.
۳۲. نیسی، عبدالکاسم، و شهینی بیلاق، منیجه (۱۳۸۰). تأثیر آموزش ابزار وجود بر ابراز وجود، عزت نفس، اضطراب اجتماعی و بهداشت روانی دانش‌آموزان پسر مضطرب اجتماعی دبیرستانی شهرستان اهواز. مجله علوم تربیتی و روان‌شناسی، ۸ (۱-۲)، ۱۱-۳۰.



۳۳. محمدی، منوچهر؛ شقاقی، فرهاد؛ زارع، حسین (۱۳۸۹). نقش آموزش مهارت‌های زندگی بر دانش و نگرش نسبت به مواد مخدر و عزت نفس دانش‌آموزان. *مجله پیک‌نور*؛ ۸ (۱)، ۸۳-۶۶.
۳۴. مهدوی، اسماعیل؛ عنایتی، میرصلاح‌الدین؛ نیسی، عبدالکاظم (۱۳۸۹). بررسی اثربخشی آموزش مسئولیت‌پذیری بر عزت نفس دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه. *مجله یافته‌های نو در روان‌شناسی*، شماره ۱، ۱۳۱-۱۱۷.
۳۵. یارمحمدیان، محمدحسین؛ قادری‌دهکردی، صغری (۱۳۸۰). بررسی تأثیر یک برنامه آموزش پیشگیری از اعتیاد بر روی عزت نفس، نگرش و آگاهی نوجوانان در مورد سوء مصرف مواد مخدر. *مجله دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، شماره ۱۰، ۲۰-۷.
۳۶. یاریاری، فریدون؛ کدیور، پروین؛ میرزاحانی، محمد (۱۳۸۷). بررسی تأثیر روش تدریس یادگیری مشارکتی بر عزت نفس، مهارت‌های اجتماعی و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان (دبیرستان). *پژوهش‌های نوین روان‌شناختی*، ۳ (۱۰)، ۱۶۴-۱۴۸.
۳۷. یوسفی، بهرام؛ شیخ، محمود (۱۳۸۱). بررسی و مقایسه اثر سه برنامه هدف‌چینی بازآموزی اسنادی و ترکیب بر میزان عزت نفس احساس خودسودمندی سبک اسنادی و انگیزه توفیق‌گرایی دانش‌آموزان پسر مقطع راهنمایی شهر کرمانشاه. *مجله حرکت*، شماره ۱۳، ۴۳-۳۱.
۳۸. ولی‌زاده، شیرین؛ امامی‌پور، سوزان (۱۳۸۶). تأثیر درمان عقلانی-هیجانی-رفتاری بر عزت نفس دانش‌آموزان دختر نابینا. *اندیشه و رفتار (روان‌شناسی کاربردی)*، ۱ (۳)، ۵۰-۴۳.
۳۹. هومن، حیدرعلی. (۱۳۹۳). *استنباط آماری در پژوهش رفتاری*، تهران: انتشارات سمت.
40. Alavinezhad, R; Mousavi, M; Sohrabi, N. (2014). *Effects of art therapy on anger and self-esteem in aggressive children. Procedia - Social and Behavioral Sciences, 113(7), 111-117.*
41. Harter, S; Eisenberg, N. (1998). *Handbook of child psychology: Social, emotional, and personality development. John Wiley & Sons, Inc. England.*
42. Hullu, E. D; B. Sportel, E; Nauta, M. H; Peter, J; de Jong, P. J. (2017) *Cognitive bias modification and CBT as early interventions for adolescent social and test anxiety: Two-year follow-up of a randomized controlled trial. Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry, 55, 81-89.*

43. Prihadi, K; Chua, M. (2012). *Students' self-esteem at school: The risk, the challenge, and the cure. Journal of Education and Learning*, 6(1), 1-14.
44. Reber, C. D. (2012). *The impact of group counseling on the self-esteem levels of students who have been identified as the targets of bullying aggressors. The College at Brockport: State University of New York*.
45. Swann, Jr, W.B; Chang Schneider, C; McClary, K. L. (2007). *Do people self-view matter? Self-concept and self-esteem in everyday life. 62(2)*, 84-94.
46. Tri Diania, F. (1995). *Effect of group counseling on the self-esteem of at risk students attending an alternative school. Mount Vincent University*, 36, AAT MQ23761.
47. Vatankhah, H; Daryabari, D; Ghadami, V; Naderifar, N. (2013). *The Effectiveness of communication skills training on self-concept, self-esteem and assertiveness of female students in guidance school in Rasht. Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 84(9), 885-889
48. Wagner, E. (2004). *Developmental and implementation of a curriculum to develop social competence for student with visual impairment in Germany. Journal of visual Impairment & Blindness*, 98(11), 703-710.
49. Weinberg, R. S; Gould, D. (1999). *Foundations of sport exercise psychology. Journal of Human Kinetics*, 21(3), 286-303
50. Wolfe, F; Sacks, S. Z. (1997). *The life styles of blind, low vision, and sighted youths: A quantitative comparison. Journal of Visual Impairment & Blindness*, 91(3), 245-257.
51. Yadav, Y; Iqbal, N. (2009). *Impact of life skill training on self-esteem, adjustment and empathy among adolescents. Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 35, 61-7.
52. Yvette Armand, C. (1996). *The of group counseling and counselor utilization of immigration his panic secondary limited England proficient student. Florida International University*, 158, AAT 9717842.