



The Effectiveness of Reality Therapy on the Psychological Capital and Loneliness of Single-Parent Girl Adolescents

Elham Amirian Farsani

MA in School Counseling, University of Tehran, Tehran, Iran. Email: amiriyanelham18@gmail.com

Masoud Gholamali Lavasani

Associate Professor, Department of Educational and Counseling Psychology, University of Tehran, Tehran, Iran. (Corresponding Author), Email: lavasani@ut.ac.ir

Hossein Keshavarz Afshar

Assistant Professor, Department of Educational and Counseling Psychology, University of Tehran, Tehran, Iran. Email: Keshavarz1979@ut.ac.ir

Received: 2023-09-30

Revised: 2023-12-16

Accepted: 2024-03-15

Published: 2024-03-16

Citation: Gholamali Lavasani, M., Amirian Farsani, E., & Keshavarz Afshar, H. (2024). The Effectiveness of Reality Therapy on Enhancing Psychological Capital and its Components, as well as Alleviating Loneliness in Single-Parent Adolescent Girls. *Research in Clinical Psychology and Counseling*, 13(2), 161-176. doi: 10.22067/tpccp.2024.83841.1542

Abstract

Introduction

A single parenthood is usually defined a situation, where a mother or father raises his/her children alone without the help of another partner. Parents are viewed two major pillars of every family. Providing a safe and sound atmosphere, they help children develop mentally and socialize correctly. When one of the parents is absent in doing his/her job in the family, the needed balance is disturbed, the family functioning becomes impaired, and supervision and care quality decrease. The consequences can be childrens' psychosocial problems and behavioral disorders. Moreover, over their adolescence, such boys and girls may experience psychological, emotional, social, behavioral, and family problems. The problems in turn might make adolescents unable to utilize all their abilities and potential. Empowering the children then becomes significant and necessary as it makes their lives more productive and useful by realizing their potentials. One of the main challenges of children in these families is loneliness. Loneliness is distressing and happens in cases when there is a distance between individuals' desired and current interpersonal relationships. This feeling, caused due to disturbance in a person's relationships can be transitory and chronic. Therefore, this experience may result in negative feelings and impacts mental and physical health. Among the effective interventions for treating this group of adolescents is reality therapy. Reality therapy is established on the choice theory. William Glasser believes that all human beings are somehow autonomous. If people rely more on their decisions than the circumstances, they will live with more responsibility and experience a more successful and satisfying life. People can make alternative decisions to change the situation if they are not satisfied with their life. This study was conducted to examine the effectiveness of reality therapy on increasing psychological capital and reducing loneliness among adolescents in single-parent families.

Method

This research used a semi-experimental method and a pre-test, post-test, and follow-up design. The research population consisted of single-parent girl adolescents aged 16-18 years old. They were students of Farsan city (Iran) studying in 2021-2022 school year. Applying available



©2022 The author(s). This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution (CC BY 4.0), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, as long as the original authors and source are cited. No permission is required from the authors or the publishers.

sampling method, one school was selected from among all schools of this city. Then, out of 31 single-parent students, 20 were selected considering the criteria of this research and were randomly divided into two groups of 10 participants. Luthans et al.'s (2007) Psychological Capital Questionnaire (PCQ) and Russell et al.'s (1980) Loneliness Scale were used as tools for collecting the data. All the questionnaires were answered by the participants in three stages. Psychological Capital Questionnaire, designed by Luthans et al. (2007), includes 24 questions and 4 components. The components are hope, resilience, optimism and self-efficacy. Each component embraces six items. The Loneliness Scale, designed by Russell, Peplau and Cutrona in 1980, includes 20 items; ten negative and ten positive items. Moreover, reality therapy training was done for the experimental group in eight sessions, each lasted for one and a half hours. Then, the collected data were analyzed using repeated measures ANOVA.

Results

The results showed that in the first part, the main effect of the within-subjects factor on psychological capital ($[F_{(1 \& 18)} = 141.64, P < 0.05, \eta^2 = 0.887]$) as well as self-efficacy ($[F_{(1 \& 18)} = 88.2, P < 0.05, \eta^2 = 0.831]$), hope ($[F_{(1 \& 18)} = 33.923, P < 0.05, \eta^2 = 0.653]$), resilience ($[F_{(1 \& 18)} = 4.445, P < 0.05, \eta^2 = 0.198]$), optimism ($[F_{(1 \& 18)} = 55.125, P < 0.05, \eta^2 = 0.754]$), and loneliness ($[F_{(1 \& 18)} = 384.923, P < 0.05, \eta^2 = 0.951]$) is significant. In the second part, the results showed that effects of the within-subjects factor on psychological capital ($[F_{(1 \& 18)} = 29.145, P < 0.05, \eta^2 = 0.618]$), as well as self-efficacy ($[F_{(1 \& 18)} = 51.66, P < 0.05, \eta^2 = 0.742]$), hope ($[F_{(1 \& 18)} = 7.43, P < 0.05, \eta^2 = 0.292]$), and loneliness ($[F_{(1 \& 18)} = 4.951, P < 0.05, \eta^2 = 0.216]$) are significant, but on resilience ($[F_{(1 \& 18)} = 2.948, P < 0.05, \eta^2 = 0.141]$) and optimism ($[F_{(1 \& 18)} = 1.35, P < 0.05, \eta^2 = 0.07]$) are not significant. In the third part, the results pertaining to the interactive effect of within-subjects and between-subjects factors on the psychological capital ($[F_{(1 \& 18)} = 141.64, P < 0.05, \eta^2 = 0.887]$), as well as self-efficacy ($[F_{(1 \& 18)} = 141.64, P < 0.05, \eta^2 = 0.887]$), hope ($[F_{(1 \& 18)} = 141.64, P < 0.05, \eta^2 = 0.887]$), resilience ($[F_{(1 \& 18)} = 141.64, P < 0.05, \eta^2 = 0.887]$), optimism ($[F_{(1 \& 18)} = 141.64, P < 0.05, \eta^2 = 0.887]$), and loneliness ($[F_{(1 \& 18)} = 141.64, P < 0.05, \eta^2 = 0.887]$) are significant. Finally, regarding the Bonferroni Test, comparing the scores of self-efficacy, hope, optimism as well as the overall score of psychological capital and loneliness, there is a significant difference between the average scores of the participants of experimental group in the post-test and follow-up stages with the average scores of the examined groups in the pre-test stage.

Conclusion

This study aimed to examine the effectiveness of reality therapy training on psychological capital and loneliness among single-parent female adolescents. The results showed that reality therapy training increases psychological capital and its self-efficacy, hope, and optimism components. Moreover, the therapy has reducing impacts on loneliness, as this impact remained stable until the follow-up stage. Over the training sessions, the adolescents found more about their needs and came to the conclusion that their thoughts and behaviors are under their own control, so that if a behavior does not result in satisfying their needs, they should change the behaviors for a more efficient ones. The participants tried to direct their thoughts towards more positive and productive ones; therefore their feelings changed. They learned to be responsible and choose internal control instead of external control. The results of this study might be used to help single-parent adolescents boost their psychological capital and reduce their loneliness.

Keywords: Reality Therapy, Psychological Capital, Loneliness, Single Parenthood

پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و مشاوره



مقاله پژوهشی

<https://tpccp.um.ac.ir>

دسترسی آزاد

اثربخشی واقعیت‌درمانی بر سرمایه روان‌شناختی و احساس تنهایی نوجوانان تک‌والد

الهام امیریان فارسانی

دانش آموخته دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران. amiriyanelham18@gmail.com

مسعود غلامعلی لواسانی

دانشیار گروه روانشناسی تربیتی و مشاوره، دانشگاه تهران، تهران، ایران. (نویسنده مسئول)، lavasani@ut.ac.ir

حسین کشاورز افشار

استادیار گروه روانشناسی تربیتی و مشاوره، دانشگاه تهران، تهران، ایران. Keshavarz1979@ut.ac.ir

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۷/۰۸	تاریخ بازنگری: ۱۴۰۲/۰۹/۲۵	تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۱۲/۲۵	تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۱۲/۲۶
استناد: غلامعلی لواسانی، مسعود؛ امیریان فارسانی، الهام؛ کشاورز افشار، حسین. (۱۴۰۳). اثربخشی واقعیت‌درمانی بر افزایش سرمایه روان‌شناختی و مولفه‌های آن و کاهش احساس تنهایی نوجوانان دختر تک‌والد. پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و مشاوره، ۱۳(۲)، ۱۷۶-۱۶۱. doi: 10.22067/tpccp.2024.83841.1542			

چکیده

هدف: پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی واقعیت‌درمانی بر سرمایه روان‌شناختی و احساس تنهایی نوجوانان در خانواده‌های تک‌والدی انجام شد.

روش: روش پژوهش، نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون و پیگیری بود. جامعه پژوهش حاضر نوجوانان دختر تک‌والد ۱۶ تا ۱۸ سال که در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ در مدارس شهرستان فارس مشغول تحصیل بودند، تشکیل دادند. با استفاده از نمونه‌گیری در دسترس از مدارس این شهرستان، یک مدرسه انتخاب شد. سپس از ۳۱ نفر دانش‌آموز تک‌والد، ۲۰ نفر بر اساس ملاک‌های ورود به پژوهش انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه ۱۰ نفری قرار گرفتند. ابزار پژوهش، پرسشنامه سرمایه روان‌شناختی لوتانز و همکاران (۲۰۰۷) و پرسشنامه احساس تنهایی راسل و همکاران (۱۹۸۰)، بود که توسط نوجوانان در سه مرحله تکمیل شد. آموزش واقعیت‌درمانی در هشت جلسه برای گروه آزمایش برگزار شد اما گروه کنترل هیچ‌گونه آموزشی دریافت نکردند. داده‌های به‌دست آمده با استفاده از تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها: یافته‌های به‌دست آمده حاکی از آن بود که آموزش واقعیت‌درمانی بر افزایش سرمایه روان‌شناختی و مؤلفه خودکارآمدی، امیدواری و خوش‌بینی و همچنین کاهش احساس تنهایی مؤثر بوده و این تأثیر تا مرحله پیگیری پایدار مانده است. از نتایج پژوهش حاضر می‌توان جهت یاری رساندن به نوجوانان تک‌والدی در راستای افزایش سرمایه روان‌شناختی و کاهش احساس تنهایی آن‌ها استفاده کرد.

کلیدواژه‌ها: واقعیت‌درمانی، سرمایه روان‌شناختی، احساس تنهایی، تک‌والد

مقدمه

رشد و شکوفایی هر چه بهتر استعدادها و توانایی‌های فرزندان در محیط خانواده با حضور مادی و معنوی هر دو والدین در کنار ایفای نقش آن‌ها در امر مهم والدگری به سهولت امکان‌پذیر می‌شود (Escalante-Barrios et al., 2020). برخلاف اهمیت حضور هر دو والدین برای تربیت و رشد فرزندان، گاهی به دلایل مختلف از جمله طلاق، فوت، ترک خانواده، بارداری خارج از ازدواج و فرزندخواندگی تنها یکی از والدین می‌تواند نقش والدگری را ایفا کند (Lamb, 2017). در واقع تک والد یا تک سرپرست وضعیتی تعریف می‌شود که در آن مادر و یا پدر، فرزندان خود را به تنهایی و بدون دخالت شریک زندگی دیگری بزرگ می‌کنند (Olaleye et al., 2017). والدین دو رکن اصلی خانواده هستند که با فراهم آوردن فضایی امن و سالم، به رشد روانی فرزندان کمک می‌کنند و در اجتماعی شدن آن‌ها نقش بسزایی دارند. غیبت هر یک از والدین در خانواده، تعادل آن را به هم می‌زند؛ عملکرد خانواده را ضعیف می‌کند؛ نظارت و مراقبت را کاهش می‌دهد و در نتیجه احتمال بروز مشکلات روانی، اجتماعی و اختلالات رفتاری در فرزندان را در پی دارد (Eitle, 2006). بنابراین رشد در خانواده‌هایی با والدین مجرد می‌تواند تأثیرات زیادی در زمینه‌های مختلف زندگی فرزندان داشته باشد (Nawaz et al., 2019). علاوه بر این در دوران نوجوانی، تغییرات جسمی، عاطفی، رفتاری، اجتماعی و روانشناختی در پسران و دختران نسبت به دوران کودکی رخ می‌دهد و به دلیل این تغییرات شاهد مشکلات روانشناختی، عاطفی، اجتماعی، رفتاری و خانوادگی بسیاری در دوران نوجوانی هستیم. وجود مشکلات و معضلات متعدد باعث می‌شود که نوجوان نتواند از تمام توانایی‌ها و پتانسل خود استفاده کند (Movahedirad et al., 2021).

بدین ترتیب توانمندسازی آن‌ها بسیار مهم و ضروری است؛ از جمله این توانمندی‌ها سرمایه روان‌شناختی^۱ است. سرمایه روان‌شناختی به معنای بهره‌ورتر و مفیدتر نمودن زندگی انسان‌ها و بروز وانمندی‌های بالقوه آن‌ها می‌باشد (Salles & d'Angelo, 2020). سرمایه روان‌شناختی، سازه‌ای پیچیده و مرتبط با یکدیگر است و این چهار مؤلفه ادراکی - شناختی یعنی خوش‌بینی، تاب‌آوری، امید و خودکارآمدی را شامل می‌شود (Lee & Chu, 2016). خوش‌بینی سبک تفسیری است که رویدادهای مثبت را به علل دائمی، شخصی و فراگیر و رویدادهای منفی را به علل خارجی، موقتی و شرایط خاص نسبت می‌دهد (Newman et al., 2018). تاب‌آوری، طبقه‌ای از پدیده‌هایی است که با الگویی از سازگاری مثبت در مواجهه با مسائل و مخاطرات قابل ملاحظه، مشخص شده است (Georgiou & Nikolaou, 2019).

امیدواری وضعیت مثبت انگیزشی مبتنی بر یک سائق کنش‌گرایانه احساس موفقیت پویایی و احساس موفقیت راهکارهاست (Hargrove et al., 2019). خودکارآمدی به باور و قضاوت در مورد توانایی خود برای انجام رفتارهای خاص برای دستیابی به نتایج مطلوب و موفقیت‌آمیز اشاره دارد (Lamarche et al., 2018). همچنین لازم به ذکر است که یکی از مشکلات فرزندان این خانواده‌ها احساس تنهایی^۱ است. مطالعه معینیان و مولازاده (Moinian & Molazadeh, 2017) نشان داد دانش‌آموزان تک‌والد بیشتر از دانش‌آموزان عادی احساس تنهایی می‌کنند. احساس تنهایی حالت ناراحت‌کننده‌ای است و زمانی رخ می‌دهد که بین روابط بین فردی دلخواه فرد و روابط بین فردی فعلی فرد فاصله وجود داشته باشد (Wongpakaran et al., 2020). این احساس می‌تواند یک تجربه گذرا به دلیل اختلال در روابط فرد یا یک تجربه مزمن باشد که در این صورت منجر به احساسات منفی در فرد می‌شود و بر سلامت روانی و جسمی او تأثیر می‌گذارد (Russell & Pang, 2020). تنهایی در دوران نوجوانی شایع‌تر است به گونه‌ای که بیش از ۷۰ درصد از نوجوانان در سن ۱۸ سالگی احساس تنهایی را تجربه می‌کنند، نرخی که در سنین ۳۵ تا ۴۰ به ۶۰ درصد و برای افراد مسن به ۳۹ درصد کاهش می‌یابد (Verity et al., 2022).

طبق ادبیات پژوهشی در این حوزه، از جمله مداخلات مؤثر در جهت کمک به این قشر از نوجوانان واقعیت‌درمانی است. واقعیت‌درمانی مبتنی بر تئوری انتخاب است. در این نظریه اعتقاد بر این است که هر آنچه از یک شخص سر می‌زند، رفتار است و تقریباً تمام رفتارها انتخاب می‌شوند. این نظریه ادعا می‌کند که افراد می‌توانند با انتخاب آگاهانه رفتار خود، زندگی خود را بهبود بخشند (Glasser, 2013). در این نظریه همه رفتارها هدفمند هستند و هدف همه رفتارها برآورده کردن یکی از این پنج نیاز اساسی است: ۱. بقا ۲. تعلق خاطر و علاقه اجتماعی ۳. پیشرفت و قدرت ۴. آزادی ۵. تفریح. افراد می‌توانند با انتخاب‌های مناسب‌تر برای رسیدن به این پنج نیاز، موقعیت‌های بهتری برای خود خلق کنند (Sweeney & Von Hagen, 2015). ویلیام گلاسر (۱۹۹۸) معتقد است همه انسان‌ها در نهایت خودمختار می‌باشند. چنانچه افراد بیشتر بر تصمیمات خود تکیه کنند تا شرایط، آن وقت با احساس مسئولیت بیشتری زندگی می‌کنند و زندگی موفق و رضایت‌بخش‌تری خواهند داشت و چنانچه از زندگی خود راضی نباشند می‌توانند برای تغییر آن تصمیم دیگری بگیرند (Holland & Walker, 2018). مطالعات نشان می‌دهد آموزش واقعیت‌درمانی بر افزایش سرمایه روان‌شناختی نوجوان بی‌سرپرست دختر (Shariatipour et al., 2019)، افزایش سرمایه روان‌شناختی و شادکامی نابینایان (Moin, 2019)، شادکامی و بهبودی امیدواری در فرزندان طلاق (Khayat Nezam & Jamalvandi,

(2016)، ارتقاء مسئولیت‌پذیری و تاب‌آوری در دانش‌آموزان (Soltani et al., 2020)، کاهش احساس تنهایی فرزندان خانواده‌های طلاق (Arzoomand et al., 2018)، کاهش احساس تنهایی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان (Roshanravan, 2021)، خودکارآمدی زنان (Law & Guo, 2015)، تقویت امید در بین زنان (Law & Guo, 2017)، ارتقای عزت نفس دانش‌آموزان دبیرستان (Rosidi et al., 2018) اثربخش بوده است.

با توجه به مطالب بیان شده در مورد اهمیت حضور هر دو والدین در خانواده و تأثیر آن‌ها بر سلامت جسمی و روانی و عملکرد فردی و اجتماعی فرزندان از یک سو، و از سوی دیگر با توجه به این‌که نوجوانی یکی از مهم‌ترین و حساس‌ترین دوران زندگی افراد و یکی از مؤثرترین دوره‌ها بر مراحل بعدی زندگی است به نظر می‌رسد نوجوانان در خانواده‌های تک والدی در کنار درگیری با مسائل و مشکلات این دوره با مسائل و مشکلات ناشی از نبود یکی از والدین نیز مواجه بوده و این موضوعات تهدیدی برای برآورده کردن نیازها و آینده ایشان به شمار رودند. لذا پژوهش حاضر به بررسی این سؤال می‌پردازد که آیا واقعیت‌درمانی می‌تواند برای افزایش سرمایه‌های روان‌شناختی و کاهش احساس تنهایی نوجوانان در خانواده‌های تک والدی اثربخش باشد؟

روش

طرح پژوهش حاضر کاربردی، و از نوع نیمه آزمایشی با دو گروه آزمایش و کنترل به صورت پیش‌آزمون - پس‌آزمون و پیگیری با گروه کنترل بود. جامعه پژوهش حاضر نوجوانان دختر تک والد ۱۶ تا ۱۸ سال (مقطع متوسطه دوم) بودند که در سال ۱۴۰۱-۱۴۰۰ در مدارس شهرستان فارسان اشتغال به تحصیل داشتند. پس از کسب مجوز از حراست اداره آموزش و پرورش شهرستان فارسان با استفاده از نمونه‌گیری در دسترس از مدارس این شهرستان، یک مدرسه انتخاب شد. پژوهش با معرفی محقق و برنامه آموزشی و اجرای پیش‌آزمون برای آزمودنی‌ها آغاز شد. سپس از ۳۱ نفر دانش‌آموز تک والد، ۲۰ نفر بر اساس ملاک‌های پژوهش انتخاب و به صورت تصادفی در گروه آزمایش و کنترل گمارده شدند. هشت جلسه به مدت یک ساعت و نیم مبتنی بر آموزش واقعیت‌درمانی برای گروه آزمایش برگزار شد و در این مدت گروه کنترل هیچ‌گونه آموزشی دریافت نکرد و به آن‌ها گفته شد در لیست انتظار هستند. بعد از پایان جلسات مجدداً به گروه آزمایش و گواه پرسشنامه‌ها داده شد تا پاسخ دهند. همچنین یک ماه بعد، پرسشنامه‌ها توسط هر دو گروه پاسخ داده شد و سپس تغییرات دو گروه با هم مقایسه شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش، دامنه سنی ۱۶ تا ۱۸ سال، زندگی با یکی از والدین، رضایت شخص و والد وی برای شرکت در جلسات، کسب نمره احساس تنهایی متوسط تا زیاد و نمره سرمایه روان‌شناختی متوسط تا پایین بود و ملاک‌های خروج از پژوهش عدم تمایل به همکاری و غیبت در جلسات بود.

ابزارها

در این پژوهش از ۲ پرسشنامه استاندارد شده استفاده شد:

پرسشنامه سرمایه روان‌شناختی (PCQ^۱): پرسشنامه سرمایه روان‌شناختی توسط لوتانز و همکاران (Luthans et al., 2007) ساخته شد. این پرسشنامه شامل ۲۴ سؤال و ۴ خرده مقیاس امیدواری، تاب‌آوری، خوش‌بینی و خودکارآمدی است و هر خرده مقیاس شامل ۶ گویه است و آزمودنی به هر گویه در مقیاس ۶ درجه‌ای لیکرت (کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم) پاسخ می‌دهد. سؤالات ۱ تا ۶ مربوط به خرده مقیاس خودکارآمدی، سؤالات ۷ تا ۱۲ مربوط به خرده مقیاس امیدواری، سؤالات ۱۳ تا ۱۸ مربوط به خرده مقیاس تاب‌آوری و سؤالات ۱۹ تا ۲۴ مربوط به خرده مقیاس خوش‌بینی می‌باشد. برای بدست آوردن نمره سرمایه روان‌شناختی ابتدا نمره هر خرده مقیاس به صورت جداگانه بدست آمد و سپس مجموع آن‌ها به عنوان نمره کل سرمایه روان‌شناختی محاسبه شد. لوتانز و همکاران اعتبار پرسشنامه را با روش آلفای کرونباخ بالای ۰/۹۰ گزارش کردند و در پژوهش محبی نورالدین‌وند و همکاران (Mohabi Nuruddin Vand et al., 2014) پایایی این پرسشنامه به ترتیب برای نمره کل سرمایه روان‌شناختی و ابعاد امیدواری، تاب‌آوری، خودکارآمدی و خوش‌بینی به ترتیب ۰/۸۵، ۰/۷۲، ۰/۸۲، ۰/۸۶ و ۰/۸۱ بدست آمد.

پرسشنامه احساس تنهایی (UCLA^۲): پرسشنامه احساس تنهایی توسط راسل و همکاران (Russell et al., 1980) ساخته شد. این ابزار شامل ۲۰ گویه می‌باشد که به صورت ده جمله منفی و ده جمله مثبت است که براساس مقیاس چهار گزینه‌ای لیکرت به ترتیب با گزینه‌های هرگز، به ندرت، گاهی و همیشه طراحی و تنظیم و به ترتیب از ۱ تا ۴ نمره گذاری شده است. ولی امتیازات سؤالات ۱ و ۵ و ۶ و ۹ و ۱۰ و ۱۵ و ۱۶ و ۱۹ و ۲۰ برعکس است. دامنه نمره‌ها بین ۲۰ حداقل و ۸۰ حداکثر است؛ بنابراین میانگین نمره ۵۰ است و نمره بالاتر از میانگین بیانگر شدت بیشتری است. پژوهش راسل و همکاران (Russell et al., 1980) ضریب پایایی این ابزار را برابر با ۰/۹۴ گزارش کردند و در پژوهش میردريک‌وند و همکاران (Mirdrikvand et al., 2016) پایایی این پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۶ بدست آمد.

برنامه مداخلاتی

بسته آموزشی واقعیت‌درمانی بر اساس فنون مبتنی بر واقعیت‌درمانی و کتاب تئوری انتخاب گلاسر ترجمه صاحبی (Sahebi, 2013) طراحی گردید و توسط چند تن از اساتید متخصص مورد ارزیابی قرار گرفت. این بسته دارای هشت جلسه بود که به صورت گروهی هفته‌ای یک بار به مدت نود دقیقه در مدت

1. psychological capital questionnaire (PCQ)

1. loneliness questionnaire (UCLA)

دوماه به وسیله پژوهشگر آموزش دیده به اجرا درآمد.

جدول ۱. خلاصه جلسات آموزشی واقعیت‌درمانی

جلسات	هدف	خلاصه محتوای جلسات
اول	آشنایی مقدماتی	آشنایی اعضای گروه و مشاور با یکدیگر، ایجاد رابطه مبتنی بر اعتماد میان اعضا و مشاور، بیان قواعد گروه، تشریح چگونگی انجام کار، صحبت در مورد زمان و مکان دقیق جلسات
دوم	آشنایی با رویکرد	آموزش چارچوب کلی تئوری انتخاب و واقعیت‌درمانی، معرفی چرایی و چگونگی صدور رفتار از سوی افراد
سوم	معرفی نیازها	آشنایی اعضا با پنج نیاز اساسی انسان شامل بقا، تعلق خاطر و علاقه اجتماعی، پیشرفت و قدرت، آزادی و تفریح. نیازها در هر انسانی به شیوه‌ای خاص برآورده می‌شود که ما به آن‌ها خواسته می‌گوییم. افراد هر رفتاری که انجام می‌دهند برای برآورده کردن یکی از خواسته‌هایشان است.
چهارم	معرفی رفتار کلی	معرفی رفتار کلی و آشنا سازی افراد گروه با ۴ مولفه تشکیل دهنده آن شامل: فکر، عمل، احساس و فیزیولوژی. توضیح ماشین رفتار و تأکید بر کنترل فکر و عمل بطور مستقیم و احساس و فیزیولوژی به طور غیر مستقیم.
پنجم	معرفی دنیای کیفی و مسئولیت‌پذیری	معرفی دنیای کیفی و شناسایی دنیای مطلوب اعضا. بررسی شکاف بین دنیای کیفی (آنچه می‌خواهم)، دنیای واقعی (آنچه دارم) و پیامدهای اضطرابی، افسردگی، خشم و غیره حاصل از آن. آشنایی اعضا با مسئولیت‌پذیری و افزایش مسئولیت‌پذیری در قبال انتخاب‌ها.
ششم	آشنایی با منبع کنترل و هفت عادت مخرب و هفت عادت مهرورزی	آشنایی با روانشناسی کنترل بیرونی و درونی. آشنایی با هفت عادت مخرب و جایگزینی آن با هفت عادت مهرورزی.
هفتم	معرفی WDEP	آشنایی اعضا با سیستم WDEP چه چیزی را می‌خواهی؟ W اکنون چه کاری برای خواسته‌ات انجام می‌دهی؟ D آیا آنچه انجام می‌دهی تو را به آنچه می‌خواهی می‌رساند؟ E کمک به اعضا برای شناسایی شیوه‌های تغییر انتخاب‌های نامؤثر به انتخاب‌های مؤثر P
هشتم	مرور و اختتام	جمع بندی از جلسات و مطالب طرح شده، اجرای پس آزمون

یافته‌ها

در این بخش ابتدا میانگین و انحراف استاندارد نمرات آزمودنی‌ها در متغیر سرمایه روان‌شناختی و زیر

مقیاس‌های آن و احساس تنهایی گزارش شده‌اند. سپس فرضیه‌های پژوهش با استفاده از تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر مورد بررسی قرار گرفته‌اند.

جدول ۲. میانگین و انحراف استاندارد نمره کلی سرمایه روان‌شناختی و زیرمقیاس‌های آن و احساس تنهایی

متغیر	گروه	پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پیگیری	
		SD	M	SD	M	SD	M
خودکارآمدی	آزمایش	۱/۱۶	۲۱/۷	۱/۶۴	۲۸/۷	۱/۳۳	۲۶
	کنترل	۰/۹۴۸	۲۱/۳	۱/۰۳	۲۲/۲	۱/۵۲	۲۱/۹
امیدواری	آزمایش	۱/۳۹	۲۲/۲	۱/۴۲	۲۴/۳	۱/۴۳	۲۳/۴
	کنترل	۱/۰۶	۲۱/۷	۱/۲۳	۲۱/۸	۰/۹۹۴	۲۱/۹
تاب‌آوری	آزمایش	۱/۱۹	۲۰/۹	۱/۱۹	۲۲/۹	۱/۵۵	۲۲/۲
	کنترل	۱/۰۳	۲۱/۲	۱/۴۹	۲۱/۳	۱/۱۹	۲۰/۹
خوش‌بینی	آزمایش	۰/۹۴۸	۲۱/۷	۱/۱۷	۲۳/۶	۰/۹۹۴	۲۲/۹
	کنترل	۱/۱۹	۲۱/۹	۱/۳۵	۲۲/۴	۱/۴۵	۲۲/۱
کل	آزمایش	۳/۳۷	۸۶/۵	۳/۷۵	۹۹/۵	۳/۵۳	۹۴/۵
	کنترل	۱/۲۸	۸۶/۱	۲/۳۱	۸۷/۷	۲/۴۴	۸۶/۸
احساس تنهایی	آزمایش	۷/۴۵	۴۴/۳	۷/۲۸	۳۱/۳	۷/۱۹	۳۶/۶
	کنترل	۵/۵۳	۴۴/۲	۵/۶	۴۳/۶	۵/۱۳	۴۳/۵

جدول ۲ میانگین و انحراف استاندارد مربوط به سرمایه روان‌شناختی و زیرمقیاس‌های آن و احساس تنهایی را در گروه‌های آزمایش و کنترل در مقاطع زمانی پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری نشان می‌دهد. همان‌طور که مشاهده می‌شود نمرات سرمایه روان‌شناختی و زیرمقیاس‌های آن در مرحله پس‌آزمون و پیگیری افزایش داشته است و نمرات احساس تنهایی در مرحله پس‌آزمون و پیگیری کاهش داشته است. پیش از ارائه نتایج مربوط به فرضیه‌های پژوهش با استفاده از تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر؛ پیش‌فرض‌های این آزمون بررسی شد. نتایج نشان می‌دهد که آماره موجلی معنادار نیست ($P > 0/05$). این یافته نشان می‌دهد که واریانس تفاوت‌ها در بین سطوح متغیر وابسته به صورت معناداری متفاوت نیست. بنابراین پیش‌فرض کرویت موجلی رعایت شده است. همچنین نتایج آزمون ام‌باکس و لون از همگنی واریانس‌ها و کواریانس‌ها برای متغیرهای سرمایه روان‌شناختی و احساس تنهایی نوجوانان، به طور تجربی دفاع می‌کند. برای بررسی نرمال بودن نمرات، نتایج آزمون شاپیرو و ویلک گزارش شد. بر اساس نتایج

چون مقادیر به دست آمده در دو گروه در سطح ۰/۰۵ معنادار نیست، بنابراین شرط برابری واریانس‌های درون‌گروهی و نیز توزیع نرمال بودن داده‌ها برقرار است.

جدول ۳. نتایج آزمون معناداری تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر در گروه‌های مورد مطالعه

نام آزمون	مجموع مجذورات	درجات آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	مجدور η^2 اتا		
							اثر گروه	اثر زمان
خودکارآمدی	۶۰/۰۲۵	۱۸ و ۱	۶۰/۰۲۵	۸۸/۲	۰/۰۰۱	۰/۸۳۱	اثر زمان	
	۲۰۱/۶۶۷	۱۸ و ۱	۲۰۱/۶۶۷	۵۱/۶۶	۰/۰۰۱	۰/۷۴۲	اثر گروه	
	۳۴/۲۲۵	۱۸ و ۱	۳۴/۲۲۵	۵۰/۲۹	۰/۰۰۱	۰/۷۳۶	گروه* زمان	
امیدواری	۴/۹	۱۸ و ۱	۴/۹	۳۳/۹۲۳	۰/۰۰۱	۰/۶۵۳	اثر زمان	
	۳۳/۷۵	۱۸ و ۱	۳۳/۷۵	۷/۴۳	۰/۰۱۴	۰/۲۹۲	اثر گروه	
	۲/۵	۱۸ و ۱	۲/۵	۱۷/۳۰۸	۰/۰۰۱	۰/۴۹۰	گروه* زمان	
تاب آوری	۲/۵	۱۸ و ۱	۲/۵	۴/۴۵۵	۰/۰۴۹	۰/۱۹۸	اثر زمان	
	۱۱/۲۶۷	۱۸ و ۱	۱۱/۲۶۷	۲/۹۴۸	۰/۱۰۳	۰/۱۴۱	اثر گروه	
	۶/۴	۱۸ و ۱	۶/۴	۱۱/۴۰۶	۰/۰۰۳	۰/۳۸۸	گروه* زمان	
خوش بینی	۴/۹	۱۸ و ۱	۴/۹	۵۵/۱۲۵	۰/۰۰۱	۰/۷۵۴	اثر زمان	
	۵/۴	۱۸ و ۱	۵/۴	۱/۳۵	۰/۲۶۰	۰/۰۷	اثر گروه	
	۲/۵	۱۸ و ۱	۲/۵	۲۸/۱۲۵	۰/۰۰۱	۰/۶۱	گروه* زمان	
کل	۱۸۹/۲۲۵	۱۸ و ۱	۱۸۹/۲۲۵	۱۴۱/۶۲۴	۰/۰۰۱	۰/۸۸۷	اثر زمان	
	۶۶۰/۰۱۷	۱۸ و ۱	۶۶۰/۰۱۷	۲۹/۱۴۵	۰/۰۰۱	۰/۶۱۸	اثر گروه	
	۱۳۳/۲۲۵	۱۸ و ۱	۱۳۳/۲۲۵	۹۹/۷۱۱	۰/۰۰۱	۰/۸۴۷	گروه* زمان	
احساس تنهایی	۱۷۶/۴	۱	۱۷۶/۴	۳۸۴/۹۲۳	۰/۰۰۱	۰/۹۵۱	اثر زمان	
	۶۰۸/۰۱۷	۱	۶۰۸/۰۱۷	۴/۹۵۱	۰/۰۳۹	۰/۲۱۶	اثر گروه	
	۱۲۲/۵	۱	۱۲۲/۵	۲۴۲/۳۰۸	۰/۰۰۱	۰/۹۳۱	گروه* زمان	

همان‌گونه که در جدول ۳ نشان داده شده است در بخش اول، نتایج نشان داد که اثر اصلی عامل درون‌گروهی (زمان) بر سرمایه روان‌شناختی و زیرمقیاس‌های آن از لحاظ آماری معنادار می‌باشد. در بخش دوم، نتایج مربوط به اثر بین‌گروهی (اثر گروه) نیز بر سرمایه روان‌شناختی و زیرمقیاس‌های خودکارآمدی و امیدواری از لحاظ آماری معنادار می‌باشد و در زیرمقیاس تاب‌آوری و خوش‌بینی از لحاظ آماری معنادار نمی‌باشد. در بخش سوم، نتایج مربوط به اثر تعاملی عوامل درون‌گروهی و بین‌گروهی نیز بر سرمایه

روان‌شناختی و زیر مقیاس‌های آن از لحاظ آماری معنادار می‌باشد. همچنین در بخش اول، نتایج نشان داد که اثر اصلی عامل درون‌گروهبی بر احساس تنهایی نوجوانان از لحاظ آماری معنادار می‌باشد. در بخش دوم، نتایج مربوط به اثر بین‌گروهبی (اثر گروه) بر احساس تنهایی نوجوانان از لحاظ آماری معنادار می‌باشد. در بخش سوم، نتایج مربوط به اثر تعاملی عوامل درون‌گروهبی و بین‌گروهبی نیز بر احساس تنهایی نوجوانان از لحاظ آماری معنادار می‌باشد. در نهایت، نتایج آزمون بنفرونی نشان داد که در تمامی مقایسه‌های انجام شده بر اساس خودکارآمدی، امیدواری، خوش‌بینی و نمره کلی سرمایه روان‌شناختی و احساس تنهایی، تفاوت بین متوسط نمرات مشارکت‌کنندگان در گروه‌های آزمایش در مرحله پس‌آزمون و پیگیری با متوسط نمرات گروه‌های مورد بررسی در مرحله پیش‌آزمون در کل از لحاظ آماری معنادار می‌باشد.

نتیجه

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش واقعیت‌درمانی بر افزایش سرمایه روان‌شناختی در نوجوانان تک‌والد انجام شد. نتایج حاصل از تحلیل واریانس نشان داد که آموزش واقعیت‌درمانی به نوجوانان تک‌والد در مراحل پس‌آزمون و پیگیری موثر است بدین معنی که سرمایه روان‌شناختی آنها در مقایسه با قبل از شروع آموزش واقعیت‌درمانی به طور معناداری افزایش داشته است. این نتایج با یافته‌های خیاط‌نظام و جمالوندی (Khayat Nezam & Jamalvandi, 2016)، معین و کارگر (Moin & kargar, 2019) لاو و گئو (Law & Guo, 2017) همسو است.

در تبیین اثربخشی واقعیت‌درمانی بر سرمایه روان‌شناختی می‌توان گفت برآورده شدن نیازهای اساسی بر سرمایه روان‌شناختی تأثیر می‌گذارد (Purhossein et al., 2018)، نوجوانان در طی جلسات نیازهای خود را شناختند و به این باور رسیدند رفتار هر فرد تحت کنترل خود او می‌باشد و چنانچه رفتاری آنها را در جهت ارضای نیازهایشان سوق نمی‌دهد، رفتار کارآمدتری را که پاسخگوی نیازهایشان می‌باشد، انتخاب و جایگزین کنند. همچنین آنها دریافتند که بر افکار خویش کنترل مستقیم دارند و سعی کردند افکار منفی خود را به سمت افکار مثبت و سازنده سوق دهند و احساسات آنها نیز تغییر پیدا کرد و شرایط زندگی آنها به سوی وضعیتی مطلوب‌تر حرکت کرد و بدین ترتیب سرمایه روان‌شناختی نوجوانان بهبود پیدا کرد. همچنین می‌شود چنین تبیین کرد که خودکارآمدی باور فرد به توانایی خود است. نوجوانان توانستند باور و افکارشان را نسبت به توانایی‌های خود تغییر دهند و به این ترتیب آموزش واقعیت‌درمانی می‌تواند خودکارآمدی آنان را بهبود بخشد. همچنین بین مسئولیت‌پذیری با خودکارآمدی رابطه وجود دارد و

دانش‌آموزانی که مسئولیت‌پذیری بالاتری دارند باورهای مثبت تری درباره خود دارند (Zarei & farzi, 2018). پس در تبیینی دیگر می‌شود چنین نتیجه گرفت به دلیل آن‌که آموزش واقعیت‌درمانی به افراد می‌آموزد که مسئولیت‌پذیر باشند بدین ترتیب خودکارآمدی آنان نیز بهبود پیدا می‌کند. همچنین بین منبع کنترل با امیدواری رابطه وجود دارد (Khanzadeh et al., 2019)، این آموزش به نوجوانان کمک کرد به جای کنترل بیرونی، کنترل درونی را انتخاب کنند.

پژوهش حاضر با هدف اثربخشی آموزش واقعیت‌درمانی بر کاهش احساس تنهایی نوجوانان تک‌والد انجام شد. نتایج حاصل از تحلیل واریانس نشان داد که آموزش واقعیت‌درمانی به نوجوانان تک‌والد در مراحل پس‌آزمون و پیگیری بر کاهش احساس تنهایی مؤثر است بدین معنی که احساس تنهایی آن‌ها در مقایسه با قبل از شروع آموزش واقعیت‌درمانی به طور معناداری کاهش داشته است. این نتایج با یافته‌های آرزومند و همکاران (Arzoomand et al., 2018) و روشن‌روان (Roshanravan, 2021) همسو است.

نظریه انتخاب بر این اصل استوار است که چون انسان ذاتاً موجودی اجتماعی است (Corey, 2013). در تبیین اثربخشی واقعیت‌درمانی بر احساس تنهایی می‌شود چنین تبیین کرد با توجه به این که واقعیت‌درمانی به نیازهای اساسی انسان به ویژه مبادله عشق و محبت تاکید دارد و تلاش می‌کند در جریان جلسات از طریق بهبود در روابط به این نیاز پردازد لذا در کاهش احساس تنهایی تأثیر معناداری دارد. بعلاوه می‌شود چنین تبیین کرد در این رویکرد آزمودنی‌ها به این نکته توجه می‌کنند که چه می‌خواهند و چه کاری برای تأمین خواسته و نیازهای خود از جمله برقراری روابط رضایت‌بخش با دیگران انجام می‌دهند و بدین صورت به ارزیابی رفتارهای خود و برنامه‌ریزی برای آینده می‌پردازند. در تبیین دیگری در مورد اثربخشی واقعیت‌درمانی بر احساس تنهایی می‌شود چنین مطرح کرد که تئوری انتخاب روانشناسی، کنترل بیرونی را زیر سؤال می‌برد. کسانی که به کنترل درونی اعتقاد دارند بر این باورند که رفتار تحت کنترل خودشان است؛ گرچه گذشته و اطرافیان نقش مهمی دارند اما تعیین کننده رفتار نیستند و فرد هر گاه احساس کند رفتار او را به سمت خواسته‌اش سوق نمی‌دهد رفتاری دیگری را انتخاب و جایگزین آن می‌کند.

به دلیل محدودیت‌های اجرای تحقیقات در آموزش و پرورش به جای نمونه‌گیری تصادفی از نمونه‌گیری در دسترس استفاده شد؛ لذا می‌بایست تعمیم یافته‌ها با احتیاط انجام شود. همچنین به دلیل عدم امکان جداسازی نوجوانان در خانواده‌های طلاق و نوجوانان در خانواده‌های فوتی، این دو گروه نوجوانان با هم تحت عنوان نوجوانان تک‌والد در جلسات آموزشی شرکت کردند. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های بعدی، به منظور مقایسه نتایج از سایر رویکردها نیز استفاده شود و نوجوانان خانواده‌های طلاق و نوجوانان

خانواده‌های فوتی از هم جدا شوند. همچنین پیشنهاد می‌شود مشاوران در مدارس از این رویکرد برای کمک به نوجوانان تک‌والد استفاده کنند.

تشکر و قدردانی

بدین وسیله از شرکت کنندگان محترم که در این پژوهش ما را یاری نمودند تشکر و قدردانی می‌شود.

References

- Arzoomand, S., Arzoomand, S., & Demhari, F. (2018). *The effectiveness of reality therapy on feelings of loneliness of divorced children of Mashhad city*. International conference of educational sciences, psychology, counseling, education and research. <https://civilica.com/doc/1010842> (In Persian)
- Corey, G. (2013). *Theory and application of counseling and psychotherapy*. Translated by Yahya Seyed Mohammadi, Tehran: Arsbaran Publishing.
- Eitle, D. (2006). Parental gender, single-parent families, and delinquency: Exploring the moderating influence of race/ethnicity. *Social Science Research*, 35(3), 727-748. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0049089X05000256>
- Escalante-Barrios, E. L., Suarez-Enciso, S. M., Raikes, H., Davis, D., Garcia, A., Gonen, M., Veziroglu-Celik, M., & Hazar, R. G. (2020). Child-parent interactions in American and Turkish families: Examining measurement invariance analysis of child-parent relationship scale. *Plos One*, 15(4), e0230831. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0230831>
- Georgiou, K., & Nikolaou, I. (2019). The influence and development of psychological capital in the job search context. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, 19(3), 391-409. <https://doi.org/10.1007/s10775-018-9385-2>
- Glasser, W. (2013). *Selection theory*. Translated by Ali Sahebi, Tehran: Sayeh Sokhan Publications.
- Hargrove, D., Caza, A., & McCarter, M. W. (2019). Third-Party Effects of Psychological Capital: Observer Attributions and Responses. *Academy of Management Proceedings*, 2019(1), 18119. <https://doi.org/10.5465/AMBPP.2019.18119abstract>
- Holland, C., & Walker, M. (2018). Choice theory and interfaith dialogue: building relationships between faiths and embracing diversity. *International Journal of Choice Theory & Reality Therapy*, 37(2), 17-23. <https://www.proquest.com/openview/9b681a0f83ade4fd4cbdd33a8423961a/1?pq-origsite=gscholar&cbl=1046401>
- Khanzadeh, M., Aminimanesh, S., Hadian, S. A., & Aliasgari, R. (2019). Role of Locus of Control on Students Happiness with the Mediating of Optimism and Hope. *Positive Psychology Research*, 5(3), 29-38. <https://doi.org/10.22108/ppls.2020.113941.1569> (In Persian)
- Khayat Nezam, M., & Jamalvandi, A. N. (2016). The effectiveness of reality therapy on happiness and hope in children of divorce in Ilam city. *Quarterly Journal of Psychology and Educational Sciences*, 2(18), 199-209. <https://civilica.com/doc/1501384> (In Persian)
- Lamarche, L., Tejpal, A., & Mangin, D. (2018). Self-efficacy for medication management: a systematic review of instruments. *Patient Prefer Adherence*, 12, 1279-1287. <https://doi.org/10.2147/ppa.S165749>
- Lamb, G. E. (2017). Fatherlessness: Implications for God's Word, Church, and World. *Christian Education Journal*, 14(1), 99-108. <https://doi.org/10.1177/073989131701400109>
- Law, F. M., & Guo, G. J. (2015). The Impact of Reality Therapy on Self-Efficacy for Substance-Involved Female Offenders in Taiwan. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 59(6), 631-653. <https://doi.org/10.1177/0306624x13518385>

- Law, F. M., & Guo, G. J. (2017). Choice and Hope: A Preliminary Study of the Effectiveness of Choice-Based Reality Therapy in Strengthening Hope in Recovery for Women Convicted of Drug Offences in Taiwan. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 61(3), 310-333. <https://doi.org/10.1177/0306624x15596392>
- Lee, C.-h., & Chu, K.-K. (2016). Understanding The Effect Of Positive Psychological Capital On Hospitality Interns' Creativity For Role Performance. *International Journal of Organizational Innovation (Online)*, 8(4), 213-222. <https://www.proquest.com/openview/9f882603cb236abae66ed498277c71a8/1?pq-origsite=gscholar&cbl=55118>
- Mirdrikvand, F., Panahi, H., & Hoseyni Ramaghani, N. S. (2016). Loneliness of The Elderly: The Role of Communication Skills, Social Support and Functional Disability. *Aging Psychology*, 2(2), 113-103. https://jap.razi.ac.ir/article_582.html (In Persian)
- Mohabi Nuruddin Vand, M. H., Shahni Yilaq, M., & Pasha Sharifi, H. (2014). Investigating the simple and multiple relationship between psychological capital dimensions and students' academic performance. *Scientific Journal of Social Psychology*, 11(40), 61-79. https://jsr-e.isfahan.iau.ir/article_534316.html (In Persian)
- Moin, L., & Kargar, F. (2019). The effectiveness of group reality therapy on psychological capital and happiness of the blind. *Iranian Quarterly Journal of Psychology and Behavioral Sciences*, 32(5), 104-116. <https://www.noormags.ir/view/en/articlepage/1821162> (In Persian)
- Moinian, D., & Molazadeh, A. (2017). *Comparison of social skills, feelings of loneliness and adaptation to school in single-parent students with normal students* The second international conference on innovation and research in humanities and social cultural studies. <https://civilica.com/doc/809873> (In Persian)
- Movahedirad, M., Ebrahimi, M. I., & Sahebi, A. (2021). The effect of teaching choice theory on the basic needs satisfaction and level of aggression among high school girls. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ)*, 10(9), 137-148. <http://frooyesh.ir/article-1-2844-fa.html> (In Persian)
- Nawaz, S., Ali, U., Najmussaqib, A., Ahmed, M., & Rehna, T. (2019). The relationship between parental rejection and social skills among children of single parents. *European Online Journal of Natural and Social Sciences: Proceedings*, 8(2 (s)), pp. 195-202. https://european-science.com/eojnss_proc/article/view/5789/2677
- Newman, A., Nielsen, I., Smyth, R., & Hirst, G. (2018). Mediating Role of Psychological Capital in the Relationship between Social Support and Wellbeing of Refugees. *International Migration*, 56(2), 117-132. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/imig.12415>
- Olaleye, F. O., Ajayi, A., Oyebola, O. B., & Ajayi, O. A. (2017). The psycho-social effect of single parenthood on children academic performance among selected secondary school in Ife central local government, Osun state, Nigeria. *International Journal of Higher Education and Research*, 7(1), 81-109.
- Purhossein, R., Ehsani, S., Ensanimehr, N., & Nabizadeh, R. (2018). Investigating the relationship between the satisfaction of basic psychological needs and satisfaction with life: the mediating role of motivation and psychological capital. *Educational Psychology*, 14(50), 71-87. <https://doi.org/10.22054/jep.2019.38898.2548> (In Persian)
- Roshanravan, N. (2021). The Effectiveness of Reality Therapy in Improving Students'

- Loneliness and Academic Achievement. *Journal of Assessment and Research in Applied Counseling*, 3(1), 49-65. <https://www.magiran.com/paper/2290182> (In Persian)
- Rosidi, R., Sutoyo, A., & Purwanto, E. (2018). Effectiveness of Reality Therapy Group Counseling to Increase The Self-Esteem of Students. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 7(1), 12-16. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk/article/view/21582>
- Russell, D., Peplau, L., & Cutrona, C. (1980). The Revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminate validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 472-480. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.39.3.472>
- Russell, D. W., & Pang, Y. C. (2020). Loneliness. In V. Zeigler-Hill & T. K. Shackelford (Eds.), *Encyclopedia of Personality and Individual Differences* (pp. 2674-2677). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-24612-3_1085
- Salles, F. L. P., & d'Angelo, M. J. (2020). Assessment of psychological capital at work by physiotherapists. *Physiotherapy Research International*, 25(3), e1828. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/pri.1828>
- Shariatipour, S., Barabadi, H. A., & Heydarnia, A. (2019). The Effectiveness of Reality Therapy based on Choice Theory on Psychological Capital of Orphan Adolescent Girls. *Journal of Counseling Research*, 71(18), 37-60. <https://www.noormags.ir/view/fa/articlepage/1588656> (in Persian)
- Soltani, Z., Matinfar, B., Bashaar, M., & Khataei, A. (2020). The effectiveness of group reality therapy approach on promoting responsibility and resilience in high school students. *Scientific Journal of Social Psychology*, 8(special letter), 101-112. https://psychology.ahvaz.iau.ir/article_680973.html (In Persian)
- Sweeney, S. M., & Von Hagen, L. A. (2015). Middle School Students' Perceptions of Safety: A Mixed-Methods Study. *Journal of School Health*, 85(10), 688-696. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26331751/>
- Verity, L., Yang, K., Nowland, R., Shankar, A., Turnbull, M., & Qualter, P. (2022). Loneliness From the Adolescent Perspective: A Qualitative Analysis of Conversations About Loneliness Between Adolescents and Childline Counselors. *Journal of Adolescent Research*, 0(0), 0743558422111121. <https://doi.org/10.1177/0743558422111121>
- Wongpakaran, N., Wongpakaran, T., Pinyopornpanish, M., Simcharoen, S., Suradom, C., Varnado, P., & Kuntawong, P. (2020). Development and validation of a 6-item Revised UCLA Loneliness Scale (RULS-6) using Rasch analysis. *British journal of health psychology*. <https://doi.org/10.1111/bjhp.12404>
- Zarei, H. A., & farzi, h. (2018). The survey of relationship between responsibility with academic self-efficacy among sixth grad student of Shahindezh in 1393-1394 academic year. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ)*, 7(9), 309-324. <http://frooyesh.ir/article-1-769-en.html> (In Persian)