فصلنامه تحقیقات جدید در علوم انسانی
Human Sciences Research Journal
دوره جدید، شماره بیستم، تابستان ۱۳۹۸، صص ۸-۱ New Period, No 20, 2019, P 1-8
شماره شاپا (۲٤۷٦-۷۰۱۸) ISSN (2476-7018)

باورهای غیرمنطقی در دانش‌آموزان

ماه صنم حسینی[۱]. زهرا لطیف[۲]. پروانه جریان پور[۳]. ناهید سیمی[٤]
۱. کارشناس علوم اجتماعی، دانشگاه شیراز. ایران
۲. کارشناس ارشد مدیریت آموزشی، دانشگاه آزاد اسلامی مرودشت. ایران
۳. کارشناس ارشد مدیریت آموزشی، دانشگاه آزاد اسلامی مرودشت. ایران
٤. کارشناس زبان و ادبیات عرب، دانشگاه سمنان. ایران

چکیده

نظام آموزشی به عنوان نهادی پویا، آینده نگر و برگرفته از اندیشه‌های تاریخی و اجتماعی وظیفه‌ی سنگین و در عین حال افتخارامیز، آگاه سازی و هدایت انسان را بر اساس بنیادهای اعتقادی وارزشی جامعه بر عهده دارد. بی‌تردید، نهاد تعلیم و تربیت بر نهادهای مشروع و واقعیت‌های اجتماعی، اقتصادی و سیاسی عمل می‌کند و در پیوندهای گذشته با حال وحال با آینده به گونه‌ای زنده و منطقی می‌کوشد. آموزش و پرورش کشورمان هم اکنون با واقعیت رو به روست که هریک ازدست اندرکاران ومسئولان این نهاد از زاویه‌ی نگاه کارشناسی خود بر ان اعتراف کردند.

خانواده‌ها نیز ناخواسته زمینه‌ی رویگردانی دانش‌آموزان از تحصیل و یادگیری را فراهم می‌آورند. در بسیاری از خانواده‌ها به دلایل مختلف، فرهنگ غلطی شکل گرفته که بر اساس آن هدف از مدرسه وتحصیل تنها کسب نمرات عالی است در حالی که بایستی هدف افزایش دانسته‌های علمی و ارتقای شخصیت افراد پیگیری شود. متاسفانه برخی از خانواده‌ها آن‌چنان بر خواسته غلط خود اصرار دارند که بعضی از دانش‌آموزان را به بی انگیزگی در تحصیل، سرخوردگی، عدم اعتماد به نفس و حتی تقلب سوق می‌دهد. باورهای غیرمنطقی دانش‌آموزانی که دچار ناکامی‌های تحصیلی گردیده‌اند باعث اشتغال خاطرتحلیل انرژی ذهنی و عدم تمرکز حواس، ایجاد فکر زائد، کاهش اعتماد به نفس و در نهایت به نوبه خود تشدید و تکرار افت تحصیلی آنان می‌گردد. در حالی که فرد تابع افکار وعقاید غیرمنطقی باشد به عواقب منطقی دست خواهد یافت و شخصیت سالمی خواهد داشت در حالی که فرد تابع دستخوش افراد و عقاید غیرمنطقی مواجه خواهد شد که دراین حالت او فردی است مضطرب و غیر عادی که شخصیت ناسالمی دارد (پاین ۱۹۷۴، پاترسن ۱۹۶۶، به نقل از شفیع ابادی ۱۳۶۸).

واژه‌های کلیدی: دانش اموزان، باورهای غیر منطقی، آموزش و پرورش

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-07]

مقدمه:

هدف‌های آموزش و پرورش زمانی عملی خواهد شد که دانش‌آموزان از نظر جسمی، ذهنی، روانی، اجتماعی و اخلاقی برای انجام دادن فعالیت‌های مربوط آمادگی داشته باشند. اگر دانش‌آموزان دچار مشکلاتی شوند رشد و یادگیری آنان مختل می‌گردد و معلم به تنهایی نمی‌تواند و نه فرصت دارد که به مشکلات آنان رسیدگی کند (شفع آبادی، ۱۳۸۳).

مردودی دانش‌آموزان در امتحانات وعواقب دردناک و مسائل و مشکلات که از آن راه گریبان‌گیر دانش‌آموزان ومعلم، مدیر ووالدین وحتی جامعه و کشور می‌شود نیاز چندانی به توصیف ندارد تنها عقب ماندگی از یک سال تحصیل نیست که مارا در دریایی از غم و اندوه غوطه ور می‌سازد. شماتت دوستان آگاهی معلمان، سرزنش اولیاء و آشنایان همچون خاری در جان می خلد وچون سوهانی از روح نشاط و اتکاء به نفس می کاهد (اردبیلی ۱۳۷۹).

یکی از علل افت تحصیلی مربوط به خود دانش‌اموز می‌باشد. درمورد خود دانش اموزتحقیات متعددی در ارتباط عزت نفس با مفهوم تحصیل، مشکات عاطفی پیشرفت تحصیلی توانمندی حرکتی و پیشرفت تحصیلی و. . . غیره صورت گرفته است. بخش قابل توجهی از علل افت و ناکامی‌های تحصیلی را باید در باورها و نگرشهای دانش‌آموزان نسبت به خود، محیط تحصیل و دیگر عامل جستوجو کرد. باورهای غیرمنطقی دانش‌آموزانی که دچار ناکامی‌های تحصیلی گردیده‌اند باعث اشتغال خاطرتحلیل انرژی ذهنی و عدم تمرکز حواس، ایجاد فکر زائد، کاهش اعتماد به نفس ودر نهایت به نوبه خود تشدید و تکرار افت تحصیلی آنان می‌گردد. در حالی که فرد تابع افکار وعقاید غیرمنطقی باشد به عواقب منطقی دست خواهد یافت و شخصیت سالمی خواهد داشت در حالی که فرد تابع دستخوش افراد و عقاید غیرمنطقی مواجه خواهد شد که دراین حالت او فردی است مضطرب و غیر عادی که شخصیت ناسالمی دارد (پاین ۱۹۷۴، پاترسن ۱۹۶۶، به نقل از شفیع ابادی ۱۳۶۸).

شخصیت ناسالم

مکتب عقلانی– عاطفی بر اساس تفکر غیر عقلانی و تغییر رفتار از راه ایجاد تفکر عقلانی و استدلال‌های محکم ومنطقی است تمام تلاش در این است که مراجع از تفکرغیرعقلانی و متناقضش با نفس خویش دست بردارد وفلسفه واقع‌بینانه‌تر و منطقی‌تر زندگی بدست آورد (شفیع آبادی ۱۳۶۸).

از آنجا که آموزگاران ودبیران ما درواقع متخصصان تدریس مواد وموضوعات درسی‌اند باید آنان نیز قادر باشند دانش‌آموزانی که شیوه های نادرستی در فراگیری وتحصیل دارند، بشناسند وآن‌ها را یاری کنند تا روشهای صحیح‌تری در کار وتحصیل خود پیش گیرند.

(اردبیلی ۱۳۷۹) اگر دانش‌آموزی فکر می‌کند مدرسه کسل‌کننده و موجب اتلاف وقت است، احساساتی را تجربه می‌کند که دامنه آن‌ها از بی‌تفاوتی وکسالت تا اضطراب بیگانگی را در برمی‌گیرد. از سوی دیگر

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-07]

اگر دانش‌آموزی فکر می‌کند که مدرسه جالب است و تلاش او و وقتش ارزشمند است آنگاه او دامنه احساساتی از تهیج و علاقه‌مندی تا کنجکاوی ودلبستگی را تجربه خواهد کرد. به عبارت دیگر احساسات منفی از افکار منفی و احساسات مثبت از افکار مثبت سرچشمه می‌گیرد. (ابراهیم قوام ۱۳۷۶).

باورهای غیرمنطقی درمورد مشکلات آینده (دلواپسی اضطرابی)

اعتقاد فرد به اینکه چیزهای خطرناک وترس‌آور موجب نهایت نگرانی می‌شوند و فرد باید همواره کوشا باشد تا امکان به وقوع پیوستن آن‌ها را به تأخیر بیندازد. این شور غیر عقلانی است زیرا ناراحتی واضطراب زیاد عوارض زیر را به بار می‌آورد.

الف) مانع ارزشیابی عینی حادثه‌های خطرناک وترس‌آور می‌شود.

ب) اگر اتفاقی بیفتد مانع مقابله منطقی با آن می‌شود.

ج) به ظهور خطر کمک می‌کند.

د) امکان وقوع آن بیش از حد افزایش می‌یابد.

ه) در اغلب موارد نمی توان از وقوع حادثه غیر قابل پیش بینی جلوگیری کرد.

و) موجب بدتر شدن حادثه ورویداد خواهد شد.

سعی کنید خطر واقعی مسائلی را که از آن‌ها می‌ترسید به دقت برسی کنید وببینید در صورت وقوع چه حادثه هولناکی اتفاق می‌افتد. برای انکه زندگی کامل و خلاقی داشته باشید باید برخی از خطرها را به جان خرید. سر منشاء بخش زیادی نگرانی‌های شدید شما، تعریف شما در مورد آن نگرانی‌ها است (الیس وهارپر ترجمه فیروز بخت ۱۳۷۷ جلالی طهرانی ۱۳۷۲). دراین رابطه همیشه یادتان باشد که فنا پذیر وذاتاً محدودیت‌هایی دارید. همچنین یادتان باشد که نمی‌توانید به طور کامل بر ترسها واضطراب‌ها غلبه کنید و زندگی یعنی جنگ دائمی با نگرانی‌های نامعقول. اگر در این جنگ هوشمندانه و بدون غفلت عمل کنید تقریبا از نگرانی‌های غیر ضروری خود خلاص خواهید شد از این بهترچه می‌خواهید (الیس وهارپر ترجمه فیروز بخت ۱۳۸۱).

باورهای غیرمنطقی وتوقع از خود (انتظارات بالا ازخود)

اعتقاد به این که لازمه احساس ارزشمندی وجود حداکثر لیاقت کمال وفعالیت شدید است. این تصور نیز امکان‌پذیر نیست وتلاش وسواسی راه کسب آن فرد را به اضطراب و بیماری روانی مبتلا می‌کند و در زندگی احساس حقارت و ناتوانی به فرد دست می‌دهد. سعی کنید همیشه به دنبال عملکردهای خوب باشید نه عملکردهای کامل، سعی کنید عملکردهای خود را اصلاح کنید نه عملکرد های دیگران، کارهای مورد علاقه خود را دوست داشته باشید و سعی کنید درآن‌ها موفق شوید. شکست‌های احتمالی را هم اتفاق نا خوشایند بدانید نه یک افتضاح و این شکست‌ها را نشانه بی‌ارزشی ذاتی خود ندانید (الیس وهارپر ترجمه

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-07]

فیروز بخت ۱۳۷۷ ساعتچی ۱۳۷۴). اگر معتقد باشید که باید در تمامی زمینه ها آدم با کفایت و لایقی باشید چاره ای ندارید جز انکه یا خودتان را یک انسان ندانید و یا یک ادم حقیر، به عبارتی دیگر به یک شیطان شبیه می‌شوید. پس اگر می‌خواهید در یک طرح، حرفه یا فعالیت، فرد با کفایتی باشید بدون هر گونه سرزنشی صادقانه بپذیرید که تمام تلاشتان را کرده‌اید اما شکست خورده‌اید، انگاه به جای انکه سعی کنید بهترین باشید فقط تلاش خواهید کرد وتلاش‌هایتان را ملاک ارزشمندیتان قرار نمی‌دهید. به این ترتیب صادقانه سعی خواهید کرد بر کارها وحتی خودتان مسلط شوید نه اینکه به دیگران ثابت کنید از آن‌ها بهترید حتی اگر عمل کرد خوبی داشته باشید (الیس هارپر ترجمه فیروزبخت، ۱۳۸۱).

باورهای غیرمنطقی سرزنش کردن

اعتقاد به سرزنش وتنبیه گناهان باعث می‌شود تا مردم احساس کنند بی‌ارزش هستند. مدام به خطاکاری فکر کنند، انکار کنند که مرتکب عمل اشتباهی شده‌اند ویا از تصدیق اشتباهاتشان خودداری کنند. آن‌ها نمی‌توانند عمل ساده اصلاح رفتار را انجام دهند چون به خاطر سرزنش کردن خود مدام به تنبیه خودشان فکر می‌کنند، یا در همان بدو امر از قبول خطای خود طفره میروند. پس سرزنش یا احساس گناه به جای انکه موجب کاهش خطا شود عمدتا موجب ریاکاری، بی‌اخلاقی وطفره رفتن از مسئولیت پذیری می‌شود. شما می‌توانید یاد بگیرید که بین مسئولیت پذیری و سرزنش تفاوت بگذارید. این شما هستید که غالبا مسئول رفتارتان می‌باشید. یعنی رفتارها عملاً از شما سر میزند واز لحاظ نظری می‌توانید جلوی آن‌ها را بگیرید. اما این که اعمالی مرتکب شده‌اید که از حیطه مسئولیت شما خارج بوده‌اند، دلیل نمی‌شود که موجود پست وبی ارزشی شوید، یا تا ابد خودتان را سرزنش کنید. بدون تفکر هیچ عملی را نادرست یا غیر اخلاقی ندانید بلکه سعی کنید ان عمل را مورد بررسی قرار دهید. اگر به نظر شما عاقلانه‌ترآن است که با برخی از قوانین هم رنگی کنید، حتی اگر آن‌ها بی‌ارزش‌اند از قوانین پیروی کنید. اما اگر با برخی رسوم مخالف هستید وتصور می‌کنید می‌توانید با مخالفت آن‌ها را مسخّرکنید، البته تا جایی که این مبارزه به ضررتان تمام نشود (الیس، هارپرترجمه فیروز بخت ۱۳۸۱).

باورهای غیرمنطقی واکنش به نا امیدی‌ها

اعتقاد فرد به این که اگر وقایع وحوادث آنطور نباشد که او میخواهد نهایت ناراحتی وبیچارگی به بار می‌آید و فاجعه امیز خواهد بود. این طرز تفکر غلطی است، زیرا ناکام شدن احساس طبیعی است ولی حزن و اندوه شدید وطولانی یک موضوع غیرمنطقی است وقتی اوضاع خوب نیست سعی کنید قاطعانه آن را عوض کنید. وقتی هم نمی‌توانید شرایط را هم تغییر دهید ان را بپذیرید (وبه دنبال فرصتی برای تغییر ان بگردید) هرچه ناکامی‌ها یا فقدآن‌های شما بزرگتر باشند، باید برخوردتان نسبت به آن‌ها فلسفی‌تر باشد، یعنی آن‌ها را ناخوشایند بدانید نه غیر قابل تحمل (الیس هارپر ترجمه فیروز بخت ۱۳۷۷، شفیع آبادی

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-07]

وناصری ۱۳۷۴). وقتی با چند ناکامی متوالی روبرو می‌شوید ابتدا سعی کنید ببینید آیا این ناکامی‌ها خودشان برای شما مشکل ایجاد کرده‌اند یا اینکه تفسیرشما از آن‌ها چنین مشکلاتی را به وجود آورده است. بهتر است خیلی ارام وبه شکل واقع بینانه وضعیت خود را بپذیرید. همچنین تصمیم بگیرید بر آن دسته از ناکامی‌های که می‌توانید آن‌ها را رفع کنید یا کاهش دهید غلبه کنید.

باورهای غیرمنطقی کنترل هیجانات (بی‌مسئولیتی عاطفی)

اعتقاد فرد به این که گروهی از مردم بد، شرور وبد ذات هستند وباید به شدت تنبیه و مذمت شوند. این عقیده غیر عقلانی است زیرا معیار منطقی برای درست و نادرست موجود نیست.

اعمال نادرست یا غیر اخلاقی ما مثل حماقت وجهالت ویا اختلال عاطفی است. تمام انسآن‌ها دچار خطا واشتباه می‌شوند، سرزنش، تنبیه، معمولا به بهبود رفتار نمی‌انجامد، زیرا در کاهش حماقت، افزایش هوشمندی و تعادل هیجانی تاثیر نمی‌کند خطاهای خودتان و دیگران را بپذیرید و از آن‌ها درس عبرت بگیرید قبول کنید که انسان‌ها جایز الخطاء هستند. متوجه باشید که وقتی خودتان ودیگران راتحقیر وسرزنش می‌کنید، رفتار کمال گرایانه و بزرگ منشآنه‌های انجام داده اید وبا این کاربه جای اصلاح خطاهایتان موجب تداوم آن‌ها می‌شوید.

انسآن‌ها همان اعمالشان نیستند و اشخاصی را که اعمال بدی انجام می‌دهند آدم‌های بدی ندانید (الیس وهارپرترجمه فیروز بخت ۱۳۷۷، شفیع‌آبادی و ناصری ۱۳۷۴).

باورهای غیرمنطقی فرار از مشکلات (اجتناب از مشکلات)

اعتقاد فرد به اینکه اجتناب ودوری از بعضی از مشکلات زندگی ومسئولیت‌های شخصی، برای فرد آسان‌تر از مواجهه شدن با آن‌هاست. این تفکر غیر عقلانی است، زیرا دوری واجتناب از یک کار سخت‌تر ودردناک‌تر از انجام آن است و به شکل و نارضایتی های بعدی می‌انجامد و باعث کاهش اعتماد به خود می‌شود. لذت‌پرستی موقتی ویا اصرار به ارضای آن معمولا فلسفه‌ای نا معقول است، بنابراین به شما توصیه می‌کنیم پیرو رویکرد لذت وخوشنودی عاقلانه ودرازمدت باشید. کارهایی را که صلاح است (یا باید!) انجام دهید مشخص کنید وصرف نظراز میزان ناخوشایندی آن‌ها بدون منشی و با اشتیاق زیاد آن‌ها را انجام دهید اگر چه خویشتندار شدن آن‌ها در سطحی وسیع کاری دشوار است اما در دراز مدت کار اسانی خواهد بود (ایس و هارپر، ترجمه فیروزبخت، ۱۳۷۷، شفیع ابادی و ناصری، ۱۳۷۸).

باورهای غیرمنطقی اتکاء به دیگران (وابستگی)

اعتقاد فرد به این که باید متکی به دیگران باشد ولازم است که به فرد قوی‌تری تکیه کند. در عین حال که ما تا حدی بر دیگران متکی هستیم، دلیل برافزایش وابستگی وجود ندارد، زیرا وابستگی شدید به فقدان یا

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-07]

کاهش استقلال، فردیت وتجلی نفس می‌انجامد. وابستگی موجب وابستگی شدیدتر، قصور در یادگیری و ناامنی خاطر می‌شود چرا که در این حالت انسان همواره در پناه افراد دیگر زندگی می‌کند که به آن‌ها وابسته است. فرد عقلانی برای کسب استقلال و مسئولیت برای خویشتن تلاش می‌کند ولی هیچ گاه هم از دریافت کمک‌های لازم امتناع نمی‌ورزد (الیس وهارپر، ترجمه فیروز بخت ۱۳۷۲، جلالی تهرانی ۱۳۷۲).

باورهای غیرمنطقی درمانده شدن از تغییر دادن خود (درماندگی نسبت به تغییر)

اعتقاد فرد به این که تجارب و وقایع گذشته و تاریخچه زندگی، تعیین کنند مطلق رفتار کنونی است و اثر گذشته را در تغیین رفتار کنونی به هیچ وجه نمی‌توان نادیده گرفت. این عقیده غیرعقلانی است، زیرا رفتارهای گذشته، ممکن است درحال حاضر هیچ گونه کاربرد و ضرورتی نداشته باشد و ممکن است راه حل‌های گذشته به هیچ وجه برای مشکل کنونی مناسب نباشد.

وقتی تاریخچه زندگی خود را به دقت برسی می‌کنید و سعی می‌کنید که از آن درس عبرت بگیرید، متوجه خواهید شد که زمان حال، گذشته فرد خواهد بود. بنابراین اگرحال خود را بهبود بخشیده‌اید، شما با بازنگری مداوم فرضیه‌های قبلی خود و با کار مجدد بر روی عادت‌های قبلی خود می‌توانید از تاثیر مخرب کودکی ونوجوانی خود بکاهید (الیس هارپر ترجمه فیروزبخت، ۱۳۷۷، ساعتچی ۱۳۷۴).

باورهای غیرمنطقی کمال طلبی

اعتقاد فرد به اینکه برای هر مشکلی همیشه یک راه‌حل درست وکامل (فقط یک راه حل) وجود دارد واگرانسان به ان دست نیابد، بسیاروحشتناک وفاجعه آمیز خواهد بود.

این عقیده به دلیل‌های غیر عقلانی است.

الف) هیچ گاه چنین راه‌حل کاملی وجود ندارد.

ب) نتایجی که فرد از قصور در پیدا کردن چنین راه‌حلی تصور می‌کند، غیرواقعی است وتأکید برپیدا کردن چنین راه‌حل مطلقی به اضطراب و ناراحتی می‌انجامد.

ج) این نوع کمال‌گرایی به راه‌حل‌های ناقص‌تری منجر خواهد شد. فرد عقلانی بر عکس می‌کوشد تا حتی‌الامکان راه‌حل‌های متعددی را برای مشکل خویش بیابد واز بین آن‌ها بهترین وعملی‌ترین را انتخاب کند. او آگاه است که هیچ راه‌حل کاملی نیست وسودمندی راه‌حل‌ها امری نسبی است و بر حسب موقعیت متغیر است (الیس وهارپر ترجمه فیروز بخت، ۱۳۷۷، شفیع‌آبادی و ناصری ۱۳۷۴).

مردم باید روش خود را تغییر دهند، وقتی نمی‌توانیم راه‌حلی برای موقعیت‌های دردناک پیدا کنیم زندگی وحشتناکی خواهیم داشت. واقعیت همین است که هست، پس بهتر است قبل از انکه بخواهید آن را عوض کنید، آن را بپذیرید. گاهی بهتر است به جای پیدا کردن راه‌حل‌های کامل و مشخص به دنبال راه‌حل‌های معقول یا مصالحه باشیم (الیس وهارپر ترجمه فیروز بخت نشریه هدف و اقتصاد ۱۳۸۴).

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-07]

میان باورهای غیرمنطقی، وابستگی به دیگران بین دانش‌آموزان عادی و دانش‌آموزان دچار ناکامی تحصیلی تفاوت معنا داری وجود دارد. در صورتی که نه در باور غیرمنطقی دیگربین دانش‌آموزان عادی ودانش‌آموزان دچار ناکامی تحصیلی تفاوت معنا داری وجود ندارد. لذا در مورد باور غیرمنطقی وابستگی به دیگران شایسته است که با انجام فعالیت های شناختی نسبت به اصلاح این باور در بین دانش‌آموزانی که دچار ناکامی تحصیلی شده‌اند اقدام شود باید به آن‌ها آموزش داده شود که نتیجه این اعتقاد که شما باید به دیگران وابسته باشید و به آن‌ها در تصمیم‌گیری متکی باشید از دست دادن استقلالتان ودست کشیدن از آنچه که می‌خواهید باشید وهر چه بیشتر به دیگران برای کمک در امور تصمیمات گوناگون متکی باشید وکمتر کاری برای خودتان انجام خواهید داد. بنابراین کمتراز انجام امور درس خواهید گرفت و سبب خواهد شد که احساس آرامش کاذبی بکنید. تنها هنگامی خواهید توانست اساس آرامش واقعی داشته باشید که برایتان اهمیت نداشته باشد که چقدر مرتکب اشتباه شوید و با این حال احساس پوچی نکنید. آرامش خاطراز آنجا ناشی می‌شود که این واقعیت را پذیرا باشید که شما به عنوان یک انسان جائزالخطا می‌باشید نه اینکه بخواهید به دیگران برای حمایت از شما در قبال اشتباهاتی که مرتکب می‌شوید متکی باشید علاوه بر این تا این حد به دیگران وابسته بودن شما را ممنون آن‌ها خواهد کرد.

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-07]

فهرست منابع و مآخذ

۱- استادی، رضا (۱۳۷۴). بررسی بین باورهای غیرمنطقی و عزت نفس در دانش‌آموزان پایه چهارم دبیرستان شهر تهران، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی علامه طباطبایی تهران.

۲- احیایی، محمد (۱۳۸۴). بررسی بائرهای غیرمنطقی در بین دانش‌آموزان عادی و دانش‌آموزان ناکام تحصیلی در بین دانش‌آموزان سال سوم دبیرستان شیراز، پایان نامه کارشناسی ارشد.

۳- آزاد، حمید (۱۳۸۴). سلامت روان از دیدگاه الیس، نشریه اصول بهداشت روانی: تهران.

۴- الیس، آلبرت (۱۳۸۴). همیشه دیگران باید مرا تأیید کنند، نشریه اقتصاد.

۵- بیابانگرد، اسماعیل (۱۳۷۰). بررسی بین مفاهیم منبع کنترل عزت نفس و پیشرفت تحصیلی پسران سال سوم دبیرستان های شهر تهران، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی علامه طباطبایی.

۶- شفیع آبادی، ناصری (۱۳۷۷). نظریه های مشاوره روان درمانی.

۷- نشریه فولاد- ۲۸ چگونه باورها و افکار غیرمنطقی در افراد رشد می کند؟ روان درمانی باورها و افکار غیرمنطقی.

۸- نشریه کیهان، چگونه بر افت تحصیلی غلبه کنیم: آفتی که همه چیز را هدر می‌دهد.

۹- نشریه ابزار (۱۳۷۸). ۱۰ درصد افت تحصیلی حاصل این همه اصلاحات، طراحان نظام آموزشی تیشه به ریشه می‌زنند.

۱۰- نشریه رشد معلم، شناخت دلایل افت تحصیلی ۸۴۱.

۱۱- نشریه جمهوری اسلامی، با افت تحصیلی فرزندان چه باید کرد؟ ۱۳۷۸.

۱۲- موسوی، حسن (۱۳۷۹-۱۳۸۱). عوامل مؤثر بر افت تحصیلی، نشریه اطلاعات.

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-07]