

## اثربخشی گروه درمانی شناختی- رفتاری بر عزت نفس دانشجویان دختر دانشگاه پیام نور ملارد

تاریخ دریافت: ۹۷/۰۹/۱۵- تاریخ پذیرش: ۹۷/۱۱/۰۱

### خلاصه

نادره بحری\*

**مقدمه:** مطالعه حاضر باهدف بررسی اثربخشی گروه درمانی شناختی- رفتاری بر عزت نفس دانشجویان دختر دانشگاه پیام نور ملارد صورت گرفته است.

**روش کار:** روش پژوهش نیمه آزمایشی دوگروهی با پیش آزمون و پس آزمون و جامعه آماری همه دانشجویان دختر دانشگاه پیام نور ملارد می باشد. که از میان آن ها ۳۶ نفر به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند و به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه به نسبت مساوی قرار گرفتند. ابزار سنجش پرسشنامه عزت نفس کوپر اسمیت (۱۹۶۷) بود. در گروه آزمایش ۶ جلسه آموزش الگویی از درمان مرور زندگی با گرایش هستی شناسی اسلامی اسمعیلی (۱۳۸۹) برای آن ها اجرا گردید. داده ها از طریق تحلیل واریانس و با استفاده از نسخه ۲۲ نرم افزار (SPSS) تحلیل شد.

**نتایج:** نتایج نشان داد که تفاوت بین نمرات پیش آزمون و نمرات پس آزمون عزت نفس با مقدار  $F(1/17) = 43/029$  در سطح  $p < 0/01$  معنادار است. یعنی نمرات عزت نفس دانشجویان گروه آزمایش پس از اجرای جلسات درمان (پس آزمون)، نسبت به قبل از اجرا (پیش آزمون) افزایش معناداری داشته است. نتایج آزمون اثر بین گروهی نیز نشان داد که تفاوت نمرات گروه با  $F(1/34) = 4227/670$  در سطح  $p < 0/01$  معنادار است. یعنی بین گروه آزمایش و کنترل از لحاظ نمرات عزت نفس تفاوت معناداری وجود دارد که حاصل از تاثیر مثبت این مداخله بر دانشجویانی می باشد که از این رویکرد بهره مند شده اند.

**نتیجه گیری:** باتوجه به یافته های این پژوهش اثربخشی گروه درمانی شناختی- رفتاری بر عزت نفس دانشجویان دختر موثر بوده است.

**کلمات کلیدی:** درمان شناختی- رفتاری، عزت نفس، دانشجویان، دختر

۱- عضو هیئت علمی گروه روانشناسی و مشاوره، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

Email: nbahri@ymail.com

## مقدمه

خانواده اولین واحد بنیادین جامعه و کانون اصلی رشد و تعالی انسان‌هاست و به عنوان یک سیستم اجتماعی و فرهنگی تلقی می‌شود که در کنار همه خصوصیات دیگرش دارای مجموعه‌ای از قواعد است و هر یک از اعضا نقش خاصی دارند به عنوان اولین نهاد اجتماعی مسئول تربیت و حفظ قداست اعضای خود است در واقع پایه گذار بخش مهمی از سرنوشت انسان است و در سبک زندگی و آینده، اخلاق، سلامت و عملکرد او نقش بسزایی بر عهده دارد در چنین بستری ایست که فرد در اثر تعامل با سایر اعضای خانواده و بویژه والدین که برای او اهمیت بالایی برخوردارند بسیاری از خصیصه‌های شخصیتی را کسب کرده و آن را تا آخر عمر خود حمل می‌کنند (۱). نحوه ارزیابی والدین از فرزندان و شرایط ارزش گذاری و روابط عاطفی حاکم بین آن‌ها و ادراکاتی که فرزندان از این ارزیابی‌ها دارند در ساختن هویت فردی و اجتماعی هر یک از کودکان و نوجوانان تأثیری بسیار دارد (۲). پیچیدگی‌های جاری جامعه بشری، سرعت تغییرات، و بی توجهی نسبت به زمینه‌های مذهبی و ایدئولوژیک و نظام اجتماعی، عاطفی خانواده برای افراد و اجتماع بشری تضادها و تعارض‌ها و اضطراب‌های جدیدی به وجود آورده است (۳). یکی از نتایج روابط بین والدین و فرزندان را در شکل گیری عزت نفس در فرزندان می‌توان جست و جو کرد. اگر عزت نفس را ارزیابی کلی فرد از خودش تعریف کنیم این ارزیابی می‌تواند در جریان تعاملاتی بوجود آورد که فرد در اثر ارتباط با دیگرانی که برایش اهمیت فراوان دارد شکل می‌گیرد یکی از افراد مهم در زندگی فرد خانواده و بویژه والدین آن و نحوه تعامل و ارتباط آن‌ها با یکدیگر و با فرزندان دارای اهمیت زیادی می‌باشد. عزت نفس یکی از مهم‌ترین مبانی شکل گیری شخصیت انسان است خانواده محیطی ایست که در آن احساس اساسی ما از خود بر اثر تعامل صمیمانه با یکدیگر بویژه والدین شکل می‌گیرد یکی از نهادهای جامعه پذیر شدن هر عضو جامعه در ابتدای تولد خانواده است خانواده محیطی ایست که فرد به لحاظ عاطفی در آن غنی

می‌شود در خانواده‌هایی که در آنها والدین با همدیگر و با فرزندان دارای روابط گرم و صمیمی هستند و برخورد مناسب دارند و می‌توانند الگوی مناسب برای فرزندان خود باشند در چنین خانواده‌هایی کارکرد مناسب خانوادگی می‌تواند در اجتماعی شدن فرزندان و رشد سایر ویژگی‌های فرزندان تأثیر گذار باشد داشتن والدین مهربان و صمیمی و قاطع باعث می‌شود کودکان با عزت نفس بالا و مسولیت پذیر در مقابل وظایف و نقش‌ها و داشتن توانایی برای برخورد با عملکرد بالا تربیت کنند. اما در صورتی که در خانواده و بخصوص بین والدین با همدیگر تعارضات مختلف رخ بدهد و یا با فرزندان خود اختلافات و تعارضات زیادی داشته باشند منجر به بوجود آمدن سرخوردگی، احساس عدم امنیت، اضطراب و عزت نفس پایین در فرزندان تقویت خواهد شد یکی از نیازهای روانی اساسی هر فرد عزت نفس است که نقش تعیین کننده‌ای در سلامت و سعادت و پیشرفت هر فرد دارد و عبارتست از نحوه ارزشیابی فرد اینکه چه میزان خود را تصدیق می‌کند و می‌پذیرد و ارزشمند می‌شمارد (۴). پژوهش‌های بی‌شمار نشان داده‌اند که بسیاری از مشکلات بهداشتی و اختلالات روانی - عاطفی ریشه های روانی اجتماعی دارند برای مثال پژوهش در زمینه اعتیاد و سوء مصرف نشان داده است که سه عامل مرتبط با سوء مصرف مواد عبارتند از: عزت نفس پایین، ناتوانی در بیان احساسات و فقدان مهارت‌های ارتباطی. همچنین پژوهش‌ها نشان داده‌اند که بین عزت نفس و خود کارآمدی ضعیف و مصرف سیگار و الکل و مصرف مواد و رفتارهای مخاطره آمیز و ضعف در عملکرد شناختی رابطه معنادار وجود دارد (۵).

از جمله عوامل موثر در پیدایش این اختلال‌ها می‌توان به مشکلات خانوادگی، تحصیلی، احساس طرد شدگی، عزت نفس پایین، نگرانی‌های مربوط به آینده و شغل یا تغییرات محیطی مثل بیماری، زلزله، مرگ یکی از عزیزان می‌توان اشاره کرد (۶). در دهه‌های اخیر گستره متنوعی از شیوه‌های درمانی برای بهبود و افزایش عزت نفس شکل گرفته‌اند که به طور کلی می‌توان به مداخلات روانشناختی و درمان‌های دیگر اشاره کرد

زندگی من با فضای بزرگتر انطباق می‌یابد؟ مقصود زندگی من چیست؟ آیا در زندگی من معنا و مفهومی وجود دارد؟ برای رسیدن به چه ارزشی باید زندگی کرد و سختی‌ها را تحمل کرد (۱۲). در ایران نیز اسمعیلی (۱۳۸۹) در پژوهشی نشان داد درمان مرور زندگی با گرایش هستی‌شناسی اسلامی بر افزایش اضطراب و نشانگان اختلال استرس پس از سانحه تاثیر دارد (۹). هر چند درمان مرور زندگی و تجدید خاطرات تا کنون بیش‌ترین کاربرد را با سالمندان داشته است اما با توجه به اطلاعات فوق این مسئله برای پژوهشگر مطرح شد که آیا الگوی آموزشی مرور زندگی با گرایش هستی‌شناسی اسلامی بر افزایش عزت نفس نیز می‌تواند موثر باشد؟ هدف پژوهش حاضر تعیین اثر بخشی درمان مرور زندگی با تاکید بر هستی‌شناسی اسلامی بر افزایش عزت نفس است.

### روش کار

روش پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه گواه بود که طی آن درمان مرور زندگی با گرایش هستی‌شناسی اسلامی به عنوان متغیر مستقل و میزان عزت نفس به عنوان متغیر وابسته در نظر گرفته شد. جامعه آماری پژوهش را دانشجویان دختر یکی از دانشگاه‌های پیام نور شهر تهران (دانشگاه پیام نور واحد ملارد) در سال تحصیلی ۹۷-۹۶ تشکیل داده است تعداد اعضای نمونه ۳۶ نفر می‌باشد که از بین دانشجویان دختر که پایین‌ترین نمره عزت نفس را کسب کردند و به صورت نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند، سپس به صورت تصادفی در دو گروه ۱۸ نفره آزمایشی و گواه جایگزین شدند. در پژوهش حاضر از طرح درمانی، درمان مرور زندگی هایت و وبستر (۱۹۹۵) (۱۳) و ترکیب آن‌ها با عناصر هستی‌شناسی اسلامی اسمعیلی (۱۳۸۹) که شامل ۶ جلسه‌ی درمانی ۱/۵ ساعته است به عنوان الگو به کار گرفته شد (۹).

### پروتکل درمانی

در این مطالعه از پروتکل، درمان هایت و وبستر (۱۹۹۵) (۱۳) و ترکیب آن با عناصر هستی‌شناسی اسلامی اسمعیلی (۱۳۸۹) استفاده شد (۹).

از جمله مداخلات روانشناختی می‌توان به شناخت درمانی<sup>۱</sup> درمان حل مساله<sup>۲</sup> درمان مرور زندگی<sup>۳</sup> درمان‌های روان‌پویایی<sup>۴</sup> اشاره کرد. درمان مرور زندگی به نظریه‌ی رشدی اریکسون برمی‌گردد، باتلر<sup>۵</sup> (۱۹۶۳) با ارائه چاقوب برای آن، شکل درمانی به آن بخشید (۷)؛ جنبه‌ی درمان مرور زندگی از این لحاظ است که زنده شدن این تجارب و تعارضات باعث ارزیابی مجدد و حل آن‌ها و در نتیجه انسجام و یکپارچگی شخصیت می‌شود (۸). یکی از درمان‌هایی که با توجه به هدف درمانی آن در رفع و افزایش اختلال اضطراب می‌تواند موثر واقع شود درمان مرور زندگی با تاکید بر هستی‌شناسی اسلامی است که اولین بار توسط اسمعیلی (۱۳۸۹) در درمان نشانگان اختلال استرس پس از سانحه به کار گرفته شده است (۹). هدف از درمان مرور زندگی، افزایش بازداری‌های شناختی و افکار مزاحم و ناخواسته و پردازش عاطفی عواطف مربوط به حوادث منفی گذشته است (۱۰) و ایجاد موقعیتی است که طی آن مشاور و مراجع معانی جدیدتر و سازمان یافته‌تری را برای تجارب گذشته و حال مراجع خلق کرده و در جمع بندی تجربیات موفقیت آمیز زندگی اش کمک می‌کند (۷) پژوهش‌های زیادی در مورد تاثیر دین بر سلامت روان انجام شده است و نتایج آن‌ها نشان دهنده‌ی اثر مثبت دین بر سازگاری، بهداشت روانی و افزایش نشانه‌های منفی بیماری بوده است.

آنواسکانسلوس<sup>۶</sup> (۲۰۰۵) در پژوهشی فرا تحلیلی بر روی ۴۹ تحقیق به این نتیجه دست یافتند که روش‌های دینی کنار آمدن با استرس، همبستگی مثبتی با مقیاس‌های روانشناختی چون رضایت از زندگی و شاد زیستن دارد و همبستگی منفی با اضطراب و عزت نفس دارد (۱۱).

کراکو (۲۰۰۰) اشاره می‌کنند که روند مرور زندگی ممکن است با نظریه‌ی هستی‌گرایی درهم تنیده باشد، زیرا این دو به سوال‌هایی مشابه اشاره می‌کنند از جمله اینکه چگونه حوادث در

<sup>1</sup>cognitive therapy

<sup>2</sup> solving problem therapy

<sup>3</sup> Life-review

<sup>4</sup> psychoanalytic therapy

<sup>5</sup> Butler, R

<sup>6</sup> Ano,G,G,&Vasconcell,E,B

معیار) نمرات عزت نفس گروه کنترل در پیش آزمون ۳۴/۹۴ (۶/۱۵) و در پس آزمون ۳۸/۲۷ (۳/۸۳) می‌باشد. مقایسه میانگین نمرات پیش آزمون و پس آزمون گروه آزمایش نشان دهنده افزایش میانگین نمرات عزت نفس در پس آزمون می‌باشد.

### جدول ۲- میانگین و انحراف معیار نمرات گروه آزمایش و کنترل در پیش آزمون و پس آزمون عزت نفس

گروه	تعداد	پیش آزمون		پس آزمون	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
گروه آزمایش	۱۸	۳۴/۰۵	۴/۲۰	۳۹/۱۶	۳/۲۹
گروه کنترل	۱۸	۳۴/۹۴	۶/۱۵	۳۸/۲۷	۳/۸۳

### جدول ۳- آزمون اثرهای درون آزمودنی برای نمرات عزت نفس و تعامل آن با گروه

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
گروه	۲۳۵/۱۱۱	۱	۲۳۵/۱۱۱	۴۳/۰۲۹	۰/۰۱
آزمون	۰۰۰	۰	۰		
خطا	۹۲/۸۸۹	۱۷	۱۵/۴۶۴		

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که تفاوت بین نمرات پیش آزمون و نمرات پس آزمون عزت نفس با مقدار  $F(1/17) = 43/029$  در سطح  $p < 0/01$  معنادار است. یعنی نمرات عزت نفس دانشجویان گروه آزمایش پس از اجرای جلسات درمان (پس آزمون)، نسبت به قبل از اجرا (پیش آزمون) افزایش معناداری داشته است.

### جدول ۴- آزمون اثرهای بین گروهی برای بررسی اثر درمان بر عزت نفس دانشجویان

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
گروه	۱۷۷۸	۱	۱۷۷۸	۱۶۷۰	۰/۰۱
خطا	۵۳۹۷۸	۵۳۹۷۸	۴۲۲۷		

خلاصه جلسات درمانی طبق ترتیب ارائه شده به صورت زیر بود:

دو جلسه بررسی حادثه‌ی تولد و خطرات طی شده در دوران کودکی و حوادث مربوط به آن با تاکید بر اصل هماهنگی و هدفمندی و آزمونگری هستی، دو جلسه بررسی مشکل‌ترین حوادث پس از کودکی و آسیب‌های احتمالی و واقعی که پشت سر گذاشته با تاکید بر اصل رنج و رشد، دو جلسه ارزیابی حوادث رخ داده برای اطرافیان مراجع که شاهد آن بوده با تاکید بر اصل مسولیت و توانمندی انسان برای مقاومت، دو جلسه بررسی حوادث مرتبط با انسان‌های خاص و نمونه برای مراجع با تاکید بر اصل "تداوم اثرات وجودی انسان همراه با تداوم هستی تا پایان" و دو جلسه نهایی بر خلاصه، ارزیابی و جمع بندی زندگی دانشجویان با تاکید بر اصل انتخاب، تصمیم و عمل تمرکز شده است.

همچنین پژوهشگر از مهارت‌های پایه‌ای مشاوره مثل همدلی، درک و پذیرش بی قید و شرط، عدم قضاوت، از فنون آموزش تنفس عمیق، تصویر سازی ذهنی، توقف فکر و آموزش آرمیدگی، جدول ثبت افکار، شناسایی تفکرات منفی، تحریفات شناختی و جایگزینی افکار منطقی هم بهره گرفته است.

### نتایج

در جدول ۱ میانگین و انحراف معیار سن دانشجویان آمده است. همان طور که ملاحظه می‌شود میانگین (و انحراف معیار) سن در گروه آزمایش ۲۲/۹۴ (۴/۵۹) می‌باشد. همچنین میانگین (و انحراف معیار) سن در گروه کنترل ۲۳/۰۵ (۳/۷۸) می‌باشد.

### جدول ۱- میانگین و انحراف معیار سن دانشجویان

متغیر	گروه آزمایش		گروه کنترل	
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
سن	۲۲/۹۴	۴/۳۵	۲۳/۰۵	۳/۷۸

در جدول ۲ میانگین و انحراف معیار گروه آزمایش و کنترل در پیش آزمون و پس آزمون عزت نفس دانشجویان آمده است. همان طور که ملاحظه می‌شود میانگین (و انحراف معیار) نمرات عزت نفس گروه آزمایش در پیش آزمون ۳۴/۰۵ (۴/۲۰) و در پس آزمون ۳۸/۲۷ (۳/۲۹) می‌باشد. همچنین میانگین (و انحراف

خطا	۴۳۴/۱۱۱	۳۴	۱۲/۷۶۸
کل	۵۴۴۲۰	۳۶	

نتایج جدول ۴ آزمون اثر بین گروهی را نشان می دهد. همان طور که در جدول مشاهده می شود تفاوت نمرات گروه با  $F(۱/۳۴) = ۴۲۲۷/۶۷۰$  در سطح  $p < ۰/۰۱$  معنادار است. یعنی بین گروه آزمایش و کنترل از لحاظ نمرات عزت نفس تفاوت معناداری وجود دارد که حاصل از تاثیر مثبت این مداخله بر دانشجویانی می باشد که از این رویکرد بهره مند شده اند. به این معنا که دانشجویانی که در درمان گروهی با گرایش هستی شناسی اسلامی شرکت نمودند نسبت به دانشجویانی که در درمان فوق شرکت نکردند افزایش معنادار نمرات عزت نفس را تجربه نمود.

### بحث و نتیجه گیری

خانواده اولین واحد بنیادین جامعه و کانون اصلی رشد و تعالی انسان هاست و به عنوان یک سیستم اجتماعی و فرهنگی تلقی می شود که در کنار همه خصوصیات دیگرش دارای مجموعه ای از قواعد است و هر یک از اعضا نقش خاصی دارند به عنوان اولین نهاد اجتماعی مسئول تربیت و حفظ قداست اعضای خود است (۹). لذا مطالعه حاضر به بررسی عوامل موثر در این مساله پرداخته است.

بطوریکه نتایج حاصل در پیش آزمون و پس آزمون نشان داد که درمان مرور زندگی با گرایش هستی شناسی اسلامی باعث افزایش میزان عزت نفس دانشجویان دختر شرکت کننده در پژوهش شده است. نتایج این پژوهش با نتایج کامرفورد<sup>۱</sup> که گزارش کرد که باورهای مذهبی باعث تقویت عزت نفس و کاهش افسردگی می شود همسو است (۱۴). لگراندا<sup>۲</sup> (۱۹۹۰) در پژوهش خود به این نتیجه دست یافت که مرور زندگی به افراد این فرصت را می دهد که احساس کنترل بیشتری نسبت به داستان زندگی خود داشته باشند و این حس بهتر باعث افزایش آرامش و عزت نفس و کاهش اضطراب و افسردگی می گردد (۱۵). همچنین نتایج این پژوهش با نتایج پژوهش تفت و نهرک (۱۹۹۰) (۱۶)، هالند (۱۹۹۷) (۸) که کاهش افسردگی را در

نتیجه درمان مرور زندگی در مراجعان را گزارش کرده اند. هماهنگ است.

در ایران نیز اسمعیلی (۱۳۸۹) اثر بخشی این الگوی درمانی را بر کاهش افسردگی و اضطراب که همراه با PTSD گزارش می شود را نشان داد همچنین این روش درمانی در مطالعات اسمعیلی (۱۳۸۹) مطالعه اثر بخشی درمان مرور زندگی با تاکید بر اصول هستی شناسی اسلامی بر کاهش نشانگان اختلال استرس پس از سانحه (۹)؛ اسمعیلی، (۱۳۸۶) بررسی تاثیر گسترش هستی شناسی اسلامی بر مولفه های هوشبهر هیجانی (۱۷)؛ کاظمیان (۱۳۹۱) درمان مرور زندگی بر میزان اضطراب دختران خانواده های طلاق (۱۸)؛ شاه کرمی (۱۳۹۳) با عنوان مرور زندگی با تاکید بر هستی شناسی اسلامی بر تعارضات زناشویی و تصمیم بر پایداری ازدواج، موثر واقع شده است (۱۹). افرادی که عزت نفس بالایی دارند شادکامی بیشتر و خوشبینی و انگیزه بیشتری داشته و افسردگی و اضطراب کمتری را تجربه می کنند (۲۰). در تبیین یافته ها می توان گفت با افزایش عزت نفس احساس توانمندی و ارزشمندی در فرد بوجود می آید و به تغییراتی چون اعتماد به نفس بالا و سلامت روان و توجه به نقاط مثبت و افزایش احساس خود ارزشمندی منجر می گردد و توانایی افراد را در انجام وظایف و فعالیت ها بالا می برد و فرد ناکامی کمتری را تجربه می کند، کمتر احساس افسردگی و اضطراب می کند لذا می تواند از تمام توان خود در انجام فعالیت ها و وظایفش استفاده کند. بنابراین می توان با اطمینان گفت این نوع درمان در افزایش عزت نفس تاثیر به سزایی داشته است.

<sup>1</sup> Commerford

<sup>2</sup> Legrand, J.C

## Reference

1. Gallarin M, Alonso-Arbiol I. Parenting practices, parental attachment and aggressiveness in adolescence: A predictive model. *J Adolesc* 2012; 35:1601-10.
2. Hosseini Nasab D, Mesrabadi J, Aghajanzadeh N. The effect of social skills training on the self-esteem of the third grader female high school students in tabriz. *J Educ Sci* 2010; 3:47-64.
3. Gilavand A, Espidkar f, Fakhri A. A comparative evaluation of depression and anxiety rate among native and non-native students of dentistry school at Ahvaz Jundishapur University of Medical Sciences. *Educ Dev Judishapur* 2015; 6:185-90.
4. Neacşu V. The efficiency of a cognitive-behavioral program in diminishing the intensity of reactions to stressful events and increasing self-esteem and self-efficiency in the adult population. *Proc Soc Behav Sci* 2013; 78:380-4.
5. Kleinke CL. *Coping with life challenges*. New York: Pacific Grove, Calif.: Brooks/Cole; 1991.
6. Sowislo JF, Orth U. Does low self-esteem predict depression and anxiety? A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychol Bull* 2013; 139:213.
7. Butler RN. The life review: an interpretation of reminiscence in the aged. *Psychiatry* 1963; 26:65-76.
8. Holland DS. The effects of life review on ego integrity versus ego despair in the geriatric population: a case study. Doral: Caribbean Center for Advanced Studies, Miami Institute of Psychology; 1997.
9. Esmaili M. Study the effectiveness of life review therapy with emphasis on Islamic ontology on decreasing the symptoms PTSD. *Counsel Cult Psychother* 2010; 1:1-20.
10. Butler RN. Successful aging and the role of the life review. *J Am Geriatr Soc* 1974; 22:529-35.
11. Ano GG, Vasconcelles EB. Religious coping and psychological adjustment to stress: a meta-analysis. *J Clin Psychol* 2005; 61:461-80.
12. Krakow B, Hollifield M, Schrader R, Koss M, Tandberg D, Lauriello J, et al. A controlled study of imagery rehearsal for chronic nightmares in sexual assault survivors with PTSD: a preliminary report. *J Traumatic Stress* 2000; 13:589-609.
13. Haight BK, Webster JD. *The art and science of reminiscing: theory, research, methods, and applications*. Washington DC: Taylor & Francis; 1995.
14. Commerford MC, Reznikoff M. Relationship of religion and perceived social support to self-esteem and depression in nursing home residents. *J Psychol* 1996; 130:35-50.
15. LeGrand JC. *The relationship between selected biographical characteristics and anxiety and depression of participants in a divorce workshop*. Austin: The University of Texas; 1990.
16. Taft LB, Nehrke MF. Reminiscence, life review, and ego integrity in nursing home residents. *Int J Aging Hum Dev*. 1990; 30:189-96.
17. Esmaili M. Investigating the impact of islamic ontology expansion on activation of emotional intelligence components. *Stud Islam Psychol* 2007; 1:33-44.
18. Somaye K. The effect of life review on the rate of anxiety in adolescent girls of the divorced families. *J Manag Syst* 2012; 13:11-7.
19. Shahkaramoi M. The effect of life review treatment with emphasis on Islamic ontology on marital conflicts and decision on marriage sustainability. [Master Thesis]. Tehran: Allameh Tabataba'i School of Psychology and Educational Sciences; 2014.
20. Pyszczynski T, Greenberg J, Solomon S, Arndt J, Schimel J. Why do people need self-esteem? A theoretical and empirical review. *Psychol Bull* 2004; 130:435.

*Original Article***The Effectiveness of Cognitive-Behavioral Group Therapy on Self-Esteem of Female Students of Payame Nuremelard University**

Received: 06/12/2018 - Accepted: 31/01/2019

Nadere Bahri<sup>1</sup><sup>1</sup> Faculty member, Department of Psychology and Counseling, Payame Noor University, Tehran, Iran

\* Department of Psychology and Counseling, Payame Noor University, Tehran, Iran

Email: nbahri@ymail.com

**Abstract****Introduction:** Self-esteem is one of the most important bases for the formation of human personality. The purpose of this study was to investigate the effect of life review therapy with emphasis on the principles of Islamic ontology on the rate of self - esteem in undergraduate female students.**Methods:** The methodology was based on a quasi-experimental research design including two groups of pretest and posttest and the population comprised the undergraduate female students of Payame Noor Open University (Malard Branch). Thirty six students selected through convenient sampling were randomly assigned into the two experimental and control groups with equal numbers. The Beck Self - esteem Inventory (1967) was used to measure students' self - esteem. The experimental group received six sessions of training patterns of life review therapy with emphasis on the principles of Islamic ontology (Esmaili, 2010). The collected data was analyzed with ANOVA using SPSS software version 22.**Results:** The results showed that the difference between pre-test scores and self-esteem scores on post-test scores with  $F(1.17) = 43.029$  was significant at  $p < 0.01$ . Mean scores of students' self-esteem in the experimental group after the treatment sessions (post-test), had a significant increase compared to the pre-run (pre test). The results of the intergranular effect also showed that the difference between the scores of the group with  $F(1.34) = 4227.670$  at the level of  $p < 0.01$  was significant. That is, there is a significant difference between the experimental and control groups in terms of self-esteem scores as a result of the positive impact of this intervention on students who have benefited from this approach.**Conclusion:** According to the findings of this research life review therapy with emphasis on the principles of Islamic ontology effectively reduced the rate of self - esteem in undergraduate female students.**Key words:** life review therapy, Islamic ontology, self - esteem, undergraduate female students