

اثر بخشی درمان شناختی رفتاری گروهی مدیریت خشم بر پرخاشگری و عزت‌نفس زنان  
آسیب‌دیده با سابقه سوء مصرف مواد

The effectiveness of group cognitive behavioral therapy of anger management on  
aggression and self-esteem of women affected by substance abuse

**Anna Sang Pahn**

M.A. of Clinical Psychology, Department of Clinical Psychology, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran.

**Behrooz Dolatshahi \***

Associate Professor, Department of Clinical Psychology, Faculty of Behavioral Sciences, University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran.

[dolatshahee@yahoo.com](mailto:dolatshahee@yahoo.com)

**Mahtab Yazdani**

M.A. of Social Service Management, Department of Social Work, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran.

آنا سنگ پهنی

کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، گروه روان‌شناسی بالینی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

بهروز دولت‌شاهی (نویسنده مسئول)

دانشیار، گروه آموزشی روان‌شناسی بالینی، دانشکده علوم رفتاری، دانشگاه علوم توابعی و سلامت اجتماعی، تهران، ایران.

مهتاب یزدانی

کارشناسی ارشد مدیریت خدمات اجتماعی، گروه مددکاری اجتماعی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

**Abstract**

This research was conducted to determine the effectiveness of group cognitive behavioral therapy of anger management on aggression and self-esteem of women affected by substance abuse. The method of the current research was semi-experimental with a pre-test-post-test design and a control group. The statistical population was all the en affected by substance abuse in the center of injured women welfare of Shemiranat in 2022. 24 people were selected as a sample using the available sampling method and were randomly divided into 2 groups of 12 people (experimental and control group). The Aggression Questionnaire (BPAQ) (Bass and Perry, 1992) and the Self-Esteem Questionnaire (RSE) (Rosenberg, 1965) as well as from the 12-session protocol (one session per week and each session between 90 and 120 minutes) of group cognitive behavioral therapy Anger management was used for intervention. Data were analyzed using multivariate analysis of covariance test. The results showed that by controlling the pre-test effect, there is a significant difference between the post-test mean of aggression and self-esteem in the two experimental and control groups ( $p < 0.001$ ). It can be concluded that the group cognitive behavioral therapy approach of anger management has been effective in the process of aggression and self-esteem in affected women.

**Keywords:** Aggression, anger management, cognitive behavioral therapy, self-esteem, substance abuse.

**چکیده**

این پژوهش با هدف تعیین اثربخشی درمان شناختی رفتاری گروهی مدیریت خشم بر پرخاشگری و عزت‌نفس زنان آسیب‌دیده با سابقه سوء مصرف مواد انجام گردید. روش پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون و گروه گواه بود. جامعه آماری کلیه زنان آسیب‌دیده با سوء مصرف مواد در مرکز زنان آسیب‌دیده بهزیستی شمیرانات در سال ۱۴۰۱ بودند. ۲۴ نفر، به عنوان نمونه با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند که به صورت تصادفی به ۲ گروه ۱۲ نفری (گروه آزمایش و گواه) تقسیم شدند. از پرسشنامه پرخاشگری (BPAQ، باس و پری، ۱۹۹۲) و پرسشنامه عزت‌نفس (RSE، روزنبرگ، ۱۹۶۵) و همچنین از پروتکل ۱۲ جلسه‌ای (هر هفته یک جلسه و هر جلسه بین ۹۰ تا ۱۲۰ دقیقه) درمان شناختی رفتاری گروهی مدیریت خشم برای مداخله استفاده شد. داده‌ها با استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیری تجزیه و تحلیل شدند. نتایج نشان داد که با کنترل اثر پیش‌آزمون بین میانگین پس‌آزمون پرخاشگری و عزت‌نفس در دو گروه آزمایش و گواه تفاوت معناداری وجود دارد ( $p < 0.001$ ). از یافته‌های فوق می‌توان نتیجه گرفت که رویکرد درمانی شناختی رفتاری گروهی مدیریت خشم بر فرآیند پرخاشگری و عزت‌نفس در زنان آسیب‌دیده موثر بوده است.

**واژه‌های کلیدی:** پرخاشگری، مدیریت خشم، درمان شناختی رفتاری، عزت‌نفس، سوء مصرف مواد.

آسیب‌دیدگی در زنان به‌عنوان یک آسیب اجتماعی علاوه بر آثار و پیامدهای منفی در سطوح فردی و خانوادگی از ابعاد مختلف اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی مشکلات فراوانی را برای جامعه در پی دارد (میر<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۹). زنان آسیب‌دیده به‌مراتب بیشتر از زنان عادی از میان خانواده‌های ازهم‌گسیخته بر خواسته‌اند (آلمیدا و فلچر<sup>۲</sup>، ۲۰۲۲). فقر، اعتیاد، بیکاری، بیماری‌های مقاربتی و مرگ زودرس از مهم‌ترین ویژگی‌های زنان آسیب‌دیده است (اولیواری<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). اعتیاد یکی از ویژگی‌های زنان آسیب‌دیده است (محسن زاده و همکاران، ۱۳۹۸). تصور اکثر افراد جامعه در مورد اعتیاد این است که اعتیاد و سوء‌مصرف مواد عمدتاً پدیده‌ای مردانه است درحالی‌که زنان هم همپای مردان در معتاد شدن پیش می‌روند (پالاتینو<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۱). زنان معتاد در مقایسه با مردان در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به مشکلات روانی هستند (پادوئی<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۲۲؛ آریان<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). عزت‌نفس و خودکارآمدی پایین، عدم کنترل تکانه، عدم شناخت هیجانات و کمبود قدرت‌های تطابقی در فرد برای مقابله با حوادث روزانه زندگی می‌تواند مقدمه‌ی ایجاد اعتیاد یا از پیامدهای آن باشد (نایتینگل<sup>۷</sup> و همکاران، ۲۰۲۳). افراد معتاد در شناسایی هیجانات خود و دیگران دچار مشکلاتی هستند که باعث می‌شود در برقراری ارتباط عاطفی مثبت، سازنده و هدایتگر با دیگران دچار نابهنجاری‌هایی شوند و در بسیاری از مواقع با خشونت در خصوص رفتار دیگران عمل کنند و در نتیجه عزت‌نفسشان تحت تأثیر منفی قرار بگیرد (یانگ<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۲۰؛ کاپالدی<sup>۹</sup> و همکاران، ۲۰۱۹). متأسفانه آمار زنان آسیب‌دیده در سال‌های اخیر افزایش یافته است و وجود مشکلات روان‌شناختی باعث تشدید آسیب‌های اجتماعی در زنان می‌شود. یکی از این مشکلات روان‌شناختی عدم تنظیم هیجانات و عدم کنترل پرخاشگری است و بسیاری از افراد به خاطر اختلال در تنظیم هیجانی و عدم کنترل تکانه به اعتیاد روی می‌آورند (ولتنز<sup>۱۰</sup> و همکاران، ۲۰۲۱).

پرخاشگری<sup>۱۱</sup> یکی از رفتارهای رایج بشری و در اصل پدیده‌ای اجتماعی است که جنبه‌های روان‌شناختی مهمی دارد (سونتیت<sup>۱۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۱). خشم یکی از احساسات عمومی است که در زندگی روزمره تجربه می‌شود و به صورت یک حالت هیجانی درونی و ناخوشایند است که با توجه به فراوانی و شدت متغیر تعریف می‌شود. این حالت غالباً با افکار و ادراکات نادرست برانگیختگی و تمایل فزاینده برای انجام رفتارهای کلامی و یا حرکتی که از لحاظ فرهنگی ناپسند است مشخص می‌شود (درخش و همکاران، ۱۴۰۱). رفتار پرخاشگرانه انسان در یک سازه کلی ریشه دارد سازه‌ای که در سطح می‌تواند به صورت خشم، خصومت و پرخاشگری جسمانی و پرخاشگری کلامی نمایان گردد (ارسان<sup>۱۳</sup>، ۲۰۲۰). این ابعاد پرخاشگری می‌تواند زمینه‌ی بروز انواع آسیب‌های جسمانی و روان‌شناختی را فراهم آورد. یکی از این آسیب‌ها می‌تواند مسئله‌ی اعتیاد به مواد مخدر باشد. چوئینی<sup>۱۴</sup> و همکاران (۲۰۱۷) در پژوهش خود بیان کردند که در سوء‌مصرف مواد مخدر در زنان مواردی از جمله بدرفتاری و خشونت از طرف خانواده و شریک آن‌ها گزارش شده است. البته باید به این نکته توجه داشت که خشم و سوء‌مصرف مواد هر کدام که از اول شروع شود می‌تواند به‌عنوان تسهیل‌کننده و پیامد دیگری عمل کند (لایتانو<sup>۱۵</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). بروز هم‌زمان اعتیاد و پرخاشگری زمینه‌ساز انواع آسیب‌های اجتماعی می‌شود (مندز<sup>۱۶</sup> و همکاران، ۲۰۲۱). یکی از

1 Meyer  
 2 Almeida & Fletcher  
 3 Olivari  
 4 Pallatino  
 5 Padoei  
 6 Aryan  
 7 Nightingale  
 8 Yang  
 9 Capaldi  
 10 Weltens  
 11 aggression  
 12 Sontate  
 13 Ersan  
 14 Choenni  
 15 Laitano  
 16 Mendez

گروه‌های در معرض خطر زنان هستند، بر اساس مطالعات انجام شده مصرف مواد در زنان با آسیب‌های اجتماعی دیگر مانند فرار از منزل و روسپیگری همراه است (گوئیلن<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۰).

از سویی دیگر یکی از عوامل روان‌شناختی که در زنان آسیب‌دیده با سابقه سوءمصرف مواد دچار ضعف می‌شود، عزت‌نفس پایین است (اومکاراپا و رنتالا<sup>۲</sup>، ۲۰۱۹). عزت‌نفس میزان ارزش و بهایی است که افراد برای خودشان متصور هستند. انسان به صورت کلی از ارزش و منزلت بسیار بالایی برخوردار است و این قدرت را دارد که تا بالاترین سطوح مادی و معنوی رشد کند. واقف بودن به این موضوع می‌تواند موجب شود که انسان، قدر و منزلت خود را دانسته و با افکار و اقدامات نادرست به روان خودش آسیب وارد نکند (براندن، ۲۰۲۱). عزت‌نفس از آن جهت که می‌تواند بر ابعاد مختلف زندگی فرد از جمله تصمیم‌گیری‌ها، روابط، سلامت عاطفی و رفاه کلی اثرگذار باشد، دارای اهمیت ویژه‌ای است (ولدهوس<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). عزت‌نفس همچنین می‌تواند در افزایش امید و انگیزه فرد مؤثر باشد، زیرا افرادی که نسبت به خود دید مثبت و سازنده‌ای دارند، توانایی‌ها و قابلیت‌های خود را درک کرده و می‌توانند در مقابله با چالش‌های زندگی از آن‌ها کمک بگیرند (نگوین<sup>۴</sup>، ۲۰۱۹)؛ اما در زنان آسیب‌دیده با سابقه سوءمصرف این متغیر دچار تغییرات اساسی می‌شود و در نتیجه کاهش عزت‌نفس، این افراد مشکلات بسیار زیادی را در زندگی خود تجربه می‌کنند (اوگینی<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۱۹). مطالعات تأیید کرده‌اند که با کاهش عزت‌نفس، افراد در شرایط روانی سختی قرار می‌گیرند و حل کردن مشکلات زندگی برای آن‌ها دشوار شده و در نتیجه قادر به مدیریت زندگی خود نیستند (ساندرلند<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۲۱).

از آنجایی که می‌توان با آموزش تغییراتی در پرخاشگری و عزت‌نفس ایجاد کرد، بنابراین درمان‌های روان‌شناختی متعددی برای مدیریت آن‌ها ایجاد شده است. یکی از این روان‌درمانی‌ها، درمان شناختی رفتاری گروهی مدیریت خشم<sup>۸</sup> است (فکتور<sup>۹</sup> و همکاران، ۲۰۱۹). در زمینه مدیریت خشم طبق رویکرد شناختی- رفتاری می‌توان گفت در میان نظریه‌های مختلف درمانی نظریه‌ی شناختی- رفتاری یکی از نظریه‌های موفق در زمینه مدیریت خشم و ارتقا عزت‌نفس به شمار می‌رود. در این نظریه کاهش خشونت و ارتقا عزت‌نفس بر بازسازی شناختی و کنترل خشم استوار است. رویکرد شناختی- رفتاری بر پایه‌ی این دیدگاه استوار است که تغییر در رفتارها را می‌توان با تغییر در دستورالعمل‌هایی که خود بیماران نشان می‌دهند، امکان‌پذیر ساخت (توران<sup>۱۰</sup>، ۲۰۲۱). در این روند، بیماران باید از افکار ناراحت‌کننده و ناامیدکننده دوری کرده و به سوی افکار امیدوارکننده روی بیاورند. فرضیه مربوط به مدل شناختی- رفتاری بر این پایه است که موقعیت‌ها به‌خودی‌خود باعث ایجاد رنج‌های روان‌شناختی نمی‌شوند، بلکه چیزی که اهمیت دارد روشی است که افراد مختلف در قالب آن، به تفسیر و تعبیر این موقعیت می‌پردازند و به این موقعیت معنا می‌بخشند و به آن‌ها واکنش نشان می‌دهند. روش‌های مورد استفاده با توجه به درمان شناختی- رفتاری می‌توانند چنین روش‌های تعبیر و تفسیر موقعیت‌ها را در قالب فرایندهای فکری و واکنش‌های رفتاری اصلاح کنند (تانگ<sup>۱۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۰).

بنابراین توجه به نیازهای آموزشی و بهداشتی و درمانی زنان به دلیل نقش حساسی که در اجتماع دارند بایستی در درجه‌ی اهمیت قرار گیرد. یکی از گروه‌های مهم مورد توجه زنان آسیب‌دیده در اجتماع هستند که باید در اولویت برنامه‌های آموزشی و درمانی قرار گیرند. آموزش و درمان زنان آسیب‌دیده‌ی اجتماعی یکی از راه‌های مهم در زمینه‌ی پیشگیری و همین‌طور کنترل مجدد آسیب است. زنان نیمی از جمعیت کشور را شامل می‌شوند که آسیب‌های اجتماعی برای این قشر افزون بر اثرگذاری سیستم در روابط بین فردی به دلیل نقشی که در مدیریت خانه و تربیت نسل فردای کشور دارند می‌تواند دامنه‌ی وسیعی از پیامدهای ناگوار را رقم بزند؛ حال با توجه به مطالب فوق و آمارهای موجود به‌منظور خطرات احتمالی پرخاشگری و عزت‌نفس پایین در بین زنان آسیب‌دیده با سابقه مصرف مواد اجرای برنامه‌ی

1 Guillén

2 Self-esteem

3 Omkarappa & Rentala

4 Veldhuis

5 Nguyen

6 Oginni

7 Sunderland

8 group cognitive behavioral therapy of anger management

9 Factor

10 Turan

11 Tang

اثربخشی درمان شناختی رفتاری گروهی مدیریت خشم بر پرخاشگری و عزت‌نفس زنان آسیب‌دیده با سابقه سوء‌مصرف مواد  
The effectiveness of group cognitive behavioral therapy of anger management on aggression and self-esteem of women ...

درمانی بر کاهش پرخاشگری ضروری به نظر می‌رسد. از این رو، این پژوهش با هدف تعیین اثربخشی درمان شناختی رفتاری گروهی مدیریت خشم بر پرخاشگری و عزت‌نفس زنان آسیب‌دیده با سابقه سوء‌مصرف مواد انجام شد.

## روش

روش پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون و گروه کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش کلیه زنان آسیب‌دیده با سوء‌مصرف مواد در مرکز زنان آسیب‌دیده بهزیستی شمیرانات در سال ۱۴۰۱ بودند. ۲۴ نفر به صورت نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شده و به طور تصادفی در دو گروه ۱۲ نفری گمارده شدند که یک گروه ۱۲ نفره آزمایش و یک گروه ۱۲ نفره گروه گواه بودند. ملاک ورود به پژوهش عبارت بود از رضایت آگاهانه جهت شرکت در پژوهش، داشتن توانایی خواندن و نوشتن، داشتن سابقه سوء‌مصرف مواد مخدر، سابقه داشتن خشونت خانگی و ملاک‌های خروج از پژوهش نیز عدم تمایل به ادامه شرکت در پژوهش، بیش از ۳ جلسه کنسلی یا غیبت از درمان، ترک اعتیاد بود. گروه آزمایش به صورت گروه تحت درمان به روش درمان شناختی رفتاری مدیریت خشم (پروتکل ۱۲ جلسه‌ای هر هفته یک جلسه و هر جلسه بین ۹۰ تا ۱۲۰ دقیقه) قرار گرفته و ۱۲ نفر باقی‌مانده نیز هیچ‌گونه مداخله‌ای را دریافت نکردند. یک نفر از هر کدام از گروه‌ها در طول جلسات انصراف دادند و هر گروه ۱۱ نفره شد. در پرسشنامه‌ها برای رعایت اصول اخلاقی این عنوان قید شده بود که اطلاعات هر پرسشنامه کاملاً به صورت محرمانه بود. همچنین در صورت تمایل از نتایج پژوهش، پس از اتمام پژوهش نتایج در اختیار شرکت‌کنندگان قرار گرفت. در نهایت، داده‌ها با استفاده از روش تحلیل کوواریانس چند متغیره و با نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ تحلیل شدند.

## ابزار سنجش

**پرسشنامه پرخاشگری باس و پری<sup>۱</sup> (BPAQ):** این پرسشنامه ابزاری خود گزارشی شامل ۲۹ عبارت است که توسط باس و پری در سال ۱۹۹۲ ساخته شد و میزان پرخاشگری کلی و چهار زیر مقیاس پرخاشگری بدنی<sup>۲</sup>، پرخاشگری کلامی<sup>۳</sup>، خشم<sup>۴</sup> و خصومت<sup>۵</sup> را اندازه‌گیری می‌کند. مقیاس پاسخدهی این پرسشنامه در طیف لیکرت از کاملاً شبیه من است (۵) تا به هیچ وجه شبیه من نیست (۱) گسترش یافته است. پایایی این آزمون به روش بازآزمایی در فاصله زمانی یک ماه در پژوهش باس و پری (۱۹۹۲) برای کل پرسشنامه ۰/۷۵ و برای خرده مقیاس‌های پرخاشگری بدنی (۰/۸۰)، پرخاشگری کلامی (۰/۷۶)، خشم (۰/۷۲) و خصومت (۰/۷۲) محاسبه شد. همچنین روایی همگرایی پرسشنامه پرخاشگری با محاسبه ضریب همبستگی زیرمقیاس‌های این پرسشنامه با یکدیگر و با کل پرسشنامه، تأیید شد که ضرایب میان ۰/۳۷ تا ۰/۷۸ متغیر و معنادار بود (ویگیل-کولیت<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۰۵). در ایران نیز، سامانی (۱۳۸۶) پایایی پرسشنامه را با استفاده از روش بازآزمایی در فاصله زمانی دو هفته برای کل پرسشنامه ۰/۷۲ و برای عامل پرخاشگری فیزیکی (۰/۷۴)، پرخاشگری کلامی (۰/۷۸)، خشم (۰/۶۸) و خصومت (۰/۶۸) گزارش کرده است و روایی هم‌زمان پرسشنامه نیز با به کارگیری مقیاس آسیب روانی عمومی برآورد شد که ضریب همبستگی (۰/۳۴) میان پرسشنامه پرخاشگری و آسیب روانی عمومی معنادار بود (عظیم‌پور و همکاران، ۱۳۹۹). پایایی پرسشنامه در پژوهش حاضر با روش آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۷۶ و برای عامل پرخاشگری فیزیکی پرخاشگری بدنی (۰/۷۳)، پرخاشگری کلامی (۰/۷۹)، خشم (۰/۷۱) و خصومت (۰/۷۰) محاسبه شد.

**پرسشنامه عزت‌نفس<sup>۷</sup> (RSE):** روزنبرگ (۱۹۶۵) این ابزار را برای اندازه‌گیری عزت‌نفس تهیه کرد که شامل ۱۰ پرسش است و ۵ عبارت آن به شکل مثبت و ۵ گویه به صورت منفی طراحی شد. هر گزاره این مقیاس شامل یک مقیاس چهارگزینه‌ای (از کاملاً مخالفم ۱ تا کاملاً موافقم ۵) است. در پژوهش مایوردومو<sup>۸</sup> و همکاران (۲۰۲۰) نتایج تحلیل روایی محتوایی (CVR=۰/۷۹) نشان‌دهنده‌ی روایی مناسب برای این مقیاس بود پایایی این پرسشنامه از طریق آلفای کرونباخ ۰/۷۳ در پژوهش آن‌ها گزارش شده است. رجبی و بهلول

1 Buss Perry Aggression Questionnaire

2 physical aggression

3 verbal aggression

4 anger

5 hostility

6 Vigil-Colet

7 Rosenberg's Self-Esteem Scale

8 Mayordomo

(۱۳۸۶) ضریب روایی واگرا بین مقیاس عزت نفس روزنبرگ و مقیاس وسواس مرگ در کل نمونه و به تفکیک جنس در حد متوسط (۰/۴۴) بود و می‌توان گفت که مقیاس عزت نفس روزنبرگ از روایی مناسبی برخوردار است. پایایی این پرسشنامه از طریق ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۹۳ محاسبه گردید (رجبی و بهلول، ۱۳۸۶). میزان پایایی این ابزار در پژوهش حاضر بر اساس ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۱ محاسبه شد.

مداخله درمان شناختی رفتاری گروهی مدیریت خشم: پروتکل درمان شناختی رفتاری در ۱۲ جلسه در جدول ۱ آمده است.

### جدول ۱. پروتکل دوازده جلسه‌ای درمان شناختی رفتاری گروهی مدیریت خشم ریلی و شراپشایر<sup>۱</sup> (۲۰۰۲)

جلسه	سرفصل هر جلسه
جلسه اول	تعیین اهداف و مرور کلی: آموزش و یادگیری مدیریت خشم متوقف کردن خشونت یا تهدید به خشونت، ایجاد خودکنترلی بر اعمال و افکار، دریافت حمایت و بازخورد از دیگران. بیان قوانین گروه. بیان افسانه‌ها و باورهای غلط درباره خشم. معرفی اعضای گروه توضیح درباره خشم سنج و نحوه استفاده از آن. ارائه تکلیف خانگی
جلسه دوم	مرور تکالیف جلسه قبل، شناسایی رویدادهای برانگیزاننده خشم، اشاره به نشانه‌های خشم و تفاوت فردی در این زمینه، توضیح روند بررسی تکالیف، ارائه تکلیف خانگی.
جلسه سوم	بررسی تکالیف، آموختن فن توقف فکر آموختن درخواست تنفس، ترک موقعیتی که باعث افزایش خشم است، استفاده از مدل حل تعارض برای بیان و ابراز خشم، تن آرامی از طریق تمرین تنفسی، ارائه تکلیف خانگی
جلسه چهارم	بررسی تکالیف، بحث در مورد پرخاشگری و مراحل آن، آموختن فن آرام‌سازی پیش‌رونده عضلانی، ارائه تکلیف خانگی
جلسه پنجم و ششم	بررسی تکالیف، توضیح مدل A-B-C-D، ارائه فن توقف فکر، ارائه تکلیف خانگی
جلسه هفتم و هشتم	بررسی تکالیف، آموزش جرات مندی، آموزش مدل حل تعارض، ارائه تکلیف خانگی.
جلسه نهم و دهم	بررسی تکالیف، آموزش جرات مندی آموزش مدل حل تعارض، ارائه تکلیف خانگی
جلسه یازدهم و دوازدهم	جمع‌بندی و نتیجه‌گیری، ارزیابی و نکات پیشنهادی

### یافته‌ها

میانگین سنی در گروه آزمایش ۳۱/۲۸ سال با انحراف استاندارد ۳/۲۴ و در گروه گواه ۳۲/۲۷ سال با انحراف استاندارد ۴/۱۴ سال بود. همچنین داده‌های مربوط به ۲۲ نفر یعنی در گروه آزمایش ۱۱ نفر و در گروه گواه ۱۱ نفر تجزیه و تحلیل شدند. ۱۵ نفر از این افراد مطلقه و ۷ نفر از آن‌ها متاهل بودند. میانگین مدت مصرف این افراد در گروه آزمایش ۴/۲۵ سال و در گروه گواه ۳/۸۷ بود. در جدول ۲ اطلاعات توصیفی متغیرهای پژوهش ذکر شده است.

### جدول ۲. میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش

گروه	تعداد	زیرمقیاس	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	پس‌آزمون
آزمایش	۱۱	پرخاشگری بدنی	۲۷/۴۲	۳/۲۳	۲۲/۲۵	۴/۱۵	
	۱۱	پرخاشگری کلامی	۱۵/۱۷	۳/۰۹	۱۱/۳۳	۳/۹۱	
	۱۱	خشم	۲۰/۵۸	۴/۵۴	۱۵/۸۳	۴/۷۴	
	۱۱	خصومت	۲۳/۵۰	۵/۵۳	۲۰/۳۳	۴/۳۹	
	۱۱	پرخاشگری	۸۶/۶۷	۸/۸۸	۷۹/۷۵	۱۱/۵۳	
گواه	۱۱	عزت‌نفس	۸۰/۷۸	۷/۲۹	۱۰۲/۱۸	۶/۴۵	
	۱۱	پرخاشگری بدنی	۲۶/۶۷	۵/۳۱	۲۶/۷۵	۳/۶۷	
	۱۱	پرخاشگری کلامی	۱۵/۳۳	۳/۰۵	۱۵/۵۸	۳/۴۲	



اثربخشی درمان شناختی رفتاری گروهی مدیریت خشم بر پرخاشگری و عزت نفس زنان آسیب دیده با سابقه سوء مصرف مواد  
The effectiveness of group cognitive behavioral therapy of anger management on aggression and self-esteem of women ...

۴/۲۲	۲۱/۳۳	۳/۳۳	۲۲/۶۷	خشم	۱۱
۲/۸۳	۲۴/۶۷	۵/۴۴	۲۵/۲۵	خصوصیت	۱۱
۸/۱۸	۸۸/۳۳	۹/۷۱	۸۹/۹۲	پرخاشگری	۱۱
۶/۵۸	۷۹/۱۴	۵/۱۵	۷۸/۲۴	عزت نفس	۱۱

نتایج جدول ۲ نشان می دهد که میانگین نمره پرخاشگری بدنی، کلامی، خشم، خصوصیت و پرخاشگری کل در گروه آزمایش در پس آزمون نسبت به پیش آزمون کاهش دارند و همچنین نمره عزت نفس در پس آزمون نسبت به پیش آزمون افزایش دارد؛ اما در گروه کنترل نمره متغیرها کاهش و افزایش چشم گیری در مرحله پس آزمون نسبت به مرحله پیش آزمون ندارند. در پژوهش حاضر فقط نمره کل پرخاشگری وارد تحلیل استنباطی شد.

قبل از انجام تحلیل های آماری، پیش فرض های آماری مورد بررسی قرار گرفت. ابتدا پیش فرض شاپیرو-ویلک مورد بررسی قرار گرفت و نتایج آن نشان داد که سطح معناداری همه متغیرهای پژوهش هم در گروه آزمایش و هم در گروه کنترل معنادار نیستند ( $p > 0.05$ ) بنابراین این نتایج حاکی از برقراری نرمالیتی در تمام متغیر در پیش آزمون و پس آزمون گروه آزمایش و کنترل است. همچنین پیش فرض های آماری تساوی واریانس ها نیز مورد بررسی قرار گرفت که نتایج آن نشان داد مقدار  $P$  در تمام متغیر بیشتر از  $0.05$  است، بنابراین فرض همسانی واریانس های تمام متغیرها تأیید می شود. در ادامه به بررسی پیش فرض همگونی ضریب رگرسیون متغیرها خواهیم پرداخت. نتایج پیش فرض همگونی ضریب رگرسیون نشان داد که مقدار  $P$  در تمام متغیرها کمتر از  $0.05$  است، بنابراین فرض همگونی ضریب رگرسیون تأیید نمی شود. همچنین به منظور پیش فرض یکسانی ماتریس کوواریانس متغیرهای وابسته از آزمون باکس استفاده شد که نتایج آزمون معنادار نبود ( $p = 0.667$ ) و می توان گفت تفاوت بین کوواریانس ها معنادار نیست و پیش فرض برابری کوواریانس متغیرهای وابسته به منظور انجام تحلیل کوواریانس چند متغیره رعایت شده است.

### جدول ۳. نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیره (مانکوا)

شاخص	ارزش	F	فرضیه درجه آزادی	خطای درجه آزادی	معناداری	مجذور اتا	توان آماری
اثر پیلایی	۰/۴۸۴	۳/۵۱۵	۴	۱۵	۰/۰۳۲	۰/۴۸۴	۱
لامبدای ویلکز	۰/۵۱۶	۳/۵۱۵	۴	۱۵	۰/۰۳۲	۰/۴۸۴	۱
اثر هتلینگ	۰/۹۳۷	۳/۵۱۵	۴	۱۵	۰/۰۳۲	۰/۴۸۴	۱
بزرگ ترین ریشه روی	۰/۹۳۷	۳/۵۱۵	۴	۱۵	۰/۰۳۲	۰/۴۸۴	۱

نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیره (مانکوا) در جدول ۳ نشان می دهد، چون مقدار سطح معناداری در هر ۴ آزمون (اثر پیلایی، لامبدای ویلکز، اثر هتلینگ و بزرگ ترین ریشه روی) کمتر از  $0.05$  شده است، بنابراین می توان نتیجه گرفت که بین گروه آزمایش و کنترل از لحاظ متغیرهای وابسته با احتمال ۹۹ درصد تفاوت معناداری (با کنترل عامل پیش آزمون) وجود دارد، بنابراین نتیجه می گیریم که فرضیه مشابه بودن میانگین های دو گروه بر اساس متغیرهای وابسته رد می شود.

### جدول ۴. نتایج تحلیل کوواریانس متغیری پرخاشگری و عزت نفس در دو گروه آزمایش و گواه

متغیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	مجذور میانگین	F	سطح معناداری	مجذور اتا	توان آماری
پرخاشگری	۲۸/۲۹۷	۱	۲۸/۲۹۷	۰/۲۷۴	۰/۶۰۶	۰/۰۱۳	۱/۰۰۰
پیش آزمون گروه	۱۹۲۰/۸۹۴	۱	۱۹۲۰/۸۹۴	۱۸/۵۶۷	۰/۰۰۱	۰/۴۶۹	۱/۰۰۰
پیش آزمون عزت نفس	۳۹/۵۲۱	۱	۳۹/۵۲۱	۵/۲۴۵	۰/۰۰۱	۰/۱۴۳	۰/۵۲۶
گروه	۶۰۴/۲۵۸	۱	۶۰۴/۲۵۸	۷۵/۲۵۶	۰/۰۰۱	۰/۶۸۱	۱/۰۰۰

همان‌طور که جدول ۴ نشان می‌دهد، با تعدیل نمرات پیش‌آزمون، بین گروه‌های آزمایش و کنترل در مرحله پس‌آزمون در متغیر پرخاشگری با سطح معناداری ۰/۰۰۱ تفاوت معناداری وجود دارد ( $F=18/567$ ). به عبارتی با توجه به مجذور اتا ۴۶ درصد از نمرات پرخاشگری در مرحله پس‌آزمون، ناشی از رویکرد شناختی رفتاری مدیریت خشم بود. توان آماری به دست آمده برای پرخاشگری ۱/۰۰۰ حکایت از کیفیت حجم نمونه دارد. در متغیر عزت‌نفس با تعدیل نمرات پیش‌آزمون، بین گروه‌های آزمایش و کنترل در مرحله پس‌آزمون در متغیر عزت‌نفس با سطح معناداری ۰/۰۰۱ تفاوت معناداری وجود دارد ( $F=75/256$ ). به عبارتی با توجه به مجذور اتا ۶۸ درصد از نمرات عزت‌نفس در مرحله پس‌آزمون، ناشی از رویکرد شناختی رفتاری مدیریت خشم بود.

## بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی درمان شناختی رفتاری گروهی مدیریت خشم بر پرخاشگری و عزت‌نفس زنان آسیب‌دیده با سابقه سوء‌مصرف مواد انجام شد. یافته اول پژوهش نشان داد که درمان شناختی رفتاری گروهی مدیریت خشم در کاهش پرخاشگری زنان آسیب‌دیده با سابقه سوء‌مصرف مؤثر بوده است. نتایج حاصل از یافته با نتایج پژوهش سونتیت و همکاران، (۲۰۲۱)؛ توران، (۲۰۲۱)؛ فکتور و همکاران، (۲۰۱۹) همسو بود. در تبیین نتایج پژوهش می‌توان بیان داشت درمان شناختی رفتاری گروهی مدیریت خشم که تأثیر چشم‌گیری بر مدیریت خشم دارد، به عنوان درمانی دارای ساختار کوتاه‌مدت و متمرکز بر حل مشکلات جاری و تغییر تفکر مطرح است که در چرخه‌ی فکر، احساس رفتار در این فرضیه منجر به تغییر افکار، تغییر احساس و تغییر در رفتار (پرخاشگری) شده است. این رویکرد اذعان دارد که تفکر تحریف‌شده یا ناکارآمد وجه مشترک تمامی آشفتگی‌های روان‌شناختی است که منجر به عدم کنترل در خشم می‌گردد. ارزش‌یابی واقع‌بینانه و تغییر واقع‌گرایانه تفکر منجر به بهبود خلق و رفتار می‌شود. این رویکرد باعث افزایش توان زنان آسیب‌دیده در کنترل پرخاشگری شده و می‌توان اذعان کرد این آموزش‌ها با افزایش درک و پایش الگوهای خشم شخصی و یادگیری مهارت‌های ضروری برای کنترل و مدیریت خشم و پرخاشگری در حین برانگیختگی، افراد را قادر به مدیریت و کنترل خشم می‌کند. در مدل شناختی- رفتاری، خشم و رفتار پرخاشگرانه از یک سو به منزله نوعی شیوه رویارویی با مشکلات اجتماعی روزمره است و از سوی دیگر نقص در رمزگردانی، تفسیر موقعیت‌ها، اهداف انتخاب شده، تولید راهبردها و ارزیابی پاسخ‌ها است که این عوامل می‌تواند به رفتار پرخاشگرانه بیانجامد. در این رویکرد زیربنای خشم باورهای غلطی است که خشم را ایجاد می‌کند و آن را حفظ می‌کند. پژوهش‌ها نشان داده‌اند آنچه شخص را خشمگین می‌کند یک امر واقعی نیست بلکه باورهای پایدار درونی درباره رویدادها علت اصلی خشم می‌باشند. درمانگر به شیوه‌های گوناگون در پی ایجاد تغییر شناختی است؛ یعنی تغییر در تفکر بیمار و نظام باورهای وی تا به این ترتیب تغییر شناختی به تغییرات پایدار در افکار و رفتار فرد منجر گردد. هدف این است که فرد بیاموزد خود درمانگر خویش باشد. افراد درباره‌ی ماهیت و سیر مشکل فرآیند درمان و مدل شناختی رفتاری و تأثیرات افکار بر رفتار و هیجان آموزش می‌بینند و در شناسایی و ارزیابی افکار و برنامه‌ریزی برای تغییر رفتار تعلیم می‌بینند و تشویق می‌گردند تا از این آموخته‌ها و دانش و آگاهی تازه در آینده و بعد از خاتمه درمان بهره بگیرند.

یافته دوم پژوهش نشان داد که درمان شناختی رفتاری گروهی مدیریت خشم در افزایش عزت‌نفس زنان آسیب‌دیده با سابقه سوء‌مصرف مؤثر بوده است. نتایج حاصل از یافته با نتایج پژوهش توهی، (۲۰۲۱)؛ لاک و همکاران، (۲۰۱۸)؛ انصاری مقدم و همکاران، (۱۳۹۸) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان اذعان کرد که یکی از تأثیرات مورد انتظار در یادگیری کنترل خشم تغییرات هیجانی ناشی از آن است. عزت‌نفس نیز وابسته به هیجانات است و هیجانات ناخوشایند مانند خشم مخرب می‌تواند آن را کاهش و هیجانات مطلوب مانند خشم سازنده می‌تواند آن را بهبود بخشد (توگنولی و همکاران، ۲۰۲۰). از سوی دیگر عزت‌نفس یک بخش شناختی و یک بخش هیجانی دارد. بخش شناختی آن افکاری است که فرد با وجود مشکلات زیاد و آسیب‌های متفاوت از جمله سوء‌مصرف مواد، درباره‌ی میزان ارزشمندی خود به عنوان یک انسان دارد. بخش هیجانی آن نیز مربوط به این موضوع است که فرد فارغ از مشکلاتی که دارد خود را دوست بدارد و همچنین انتظار دریافت محبت از دیگران را داشته باشد. کنترل خشم به شیوه‌ی شناختی رفتاری به‌گونه‌ای هم منجر به تغییر و بهبود افکار و هم هیجانات فرد درباره‌ی خودش می‌شود و این موضوع بهبود عزت‌نفس را با وجود آسیب دیدن به دنبال دارد. همچنین همان‌طور که مطالعات نشان داده‌اند بهبود عزت‌نفس منجر به کاهش احساس خشم مخرب می‌شود و برعکس آن کاهش احساس خشم مخرب نسبت به خود و دیگران منجر به بهبود عزت‌نفس می‌شود (لاک و همکاران، ۲۰۱۸).

اثربخشی درمان شناختی رفتاری گروهی مدیریت خشم بر پرخاشگری و عزت نفس زنان آسیب دیده با سابقه سوء مصرف مواد  
The effectiveness of group cognitive behavioral therapy of anger management on aggression and self-esteem of women ...

به صورت کلی می توان نتیجه گرفت که درمان شناختی رفتاری گروهی مدیریت خشم می تواند پرخاشگری را در زنان آسیب دیده با سابقه سوء مصرف کاهش داده و عزت نفس را در این افراد افزایش دهد. با استفاده از درمان شناختی رفتاری گروهی مدیریت خشم افکار ناخوشایند شناسایی می شوند، زیر سؤال رفته و به چالش کشیده می شوند و سپس با افکار واقع گرایانه تر و عینی تر جایگزین می شوند و در نتیجه باعث تعدیل و حل مشکلات پیش آمده خواهد شد و در نتیجه می تواند کمک شایانی به زنان آسیب دیده با سابقه سوء مصرف بکند. استفاده از ابزارهای خود گزارشی مربوط به درمان، محدودیتی برای تفسیر نمرات درمان در این پژوهش محسوب می شود. کم بودن تعداد افراد شرکت کننده و استفاده از روش نمونه گیری در دسترس، تعمیم پذیری نتایج درمان را با محدودیت رو به رو می کند. همچنین عدم وجود دوره پیگیری از مهمترین محدودیت پژوهش حاضر بودند. در این پژوهش امکان کنترل سایر عوامل تأثیرگذار روی شرکت کنندگان مثل عوامل خانوادگی و مالی و... امکان پذیر نبود. پیشنهاد می شود که دوره های دیگر درمان همراه با دوره پیگیری تکرار شود که مشخص شود آیا بعد از گذشت زمان آیا نتایج به دست آمده ثابت می ماند یا خیر و همچنین پیشنهاد می شود اثربخشی این رویکرد روان درمانی با درمان های رایج دیگر مقایسه شوند. پیشنهاد می شود در مراکز مشاوره از رویکرد درمان شناختی رفتاری گروهی مدیریت خشم برای ارتقا عزت نفس و کاهش پرخاشگری استفاده شود.

## منابع

- انصاری مقدم، ا؛ ماهان، ج؛ و سگال، م. (۱۳۹۸). اثربخشی درمان شناختی رفتاری مدیریت خشم بر پرخاشگری جسمی و عزت نفس دانش آموزان. اندیشه و رفتار در روان شناسی بالینی، ۱۴(۵۴)، ۹۰-۱۰۲. [https://jtbcp.riau.ac.ir/article\\_1832.html](https://jtbcp.riau.ac.ir/article_1832.html)
- درخش، م؛ حیدری، ش؛ و حسن زاده، ر. (۱۴۰۱). تأثیر آموزش کنترل خشم بر کاهش خشم و اضطراب و افزایش سازگاری اجتماعی دانش آموزان وابسته به بازی های آنلاین. سبک زندگی اسلامی با محوریت سلامت، ۶ (۴)، ۳۱۲-۳۰۳. <http://islamiclifej.com/article-1-1600-303-312-fa.html>
- رجبی، غ؛ و بهلول، ن. (۱۳۸۶). سنجش پایایی و روایی مقیاس عزت نفس روزنبرگ دانشجویان سال اول دانشگاه شهید چمران. پژوهش های تربیتی و روان شناختی، ۳(۲) (پیاپی ۸)، ۳۳-۴۸. <https://sid.ir/paper/459733/fa>
- سامانی، س. (۱۳۸۶). بررسی پایایی و روایی پرسشنامه پرخاشگری باس و پری. مجله روان پزشکی و روانشناسی بالینی ایران، ۱۳(۴)، ۳۶۵-۳۵۹. <http://ijpcp.iuims.ac.ir/article-1-356-fa.html>
- عظیم پور، ع.ر؛ نعمتی هابیل، ف.؛ و هادیان فرد، ح. (۱۳۹۹). پیش بینی پرخاشگری دانشجویان بر اساس هوش، خلق و خو و دلبستگی. پژوهش های روان شناسی اجتماعی، ۱۰(۳۷)، ۸۶-۶۵. <https://doi.org/10.22034/spr.2020.109697>
- محسن زاده، ط؛ هاشم زهی، ن؛ و معدنی، س. (۱۳۹۸). پیامدهای اجتماعی فرهنگی زنانه تر شدن اعتیاد (تحلیل مضمونی روایت های زنان مستقر در مراکز اقامتی بهودی استان تهران). زن و مطالعات خانواده، ۱۲(۴۳)، ۱۰۵-۱۲۳. <https://doi.org/10.30495/jwsf.2019.668807>
- Almeida, M., & Fletcher, S. J. (2022). Serious mental illness in women. *Current opinion in psychiatry*, 35(3), 157-164. <https://doi.org/10.1097/YCO.0000000000000786>
- Aryan, N., Banafshe, H. R., Farnia, V., Shakeri, J., Alikhani, M., Rahimi, H., Sehat, M., Mamsharifi, P., Ghaderi, A., & Omid, A. (2020). The therapeutic effects of methylphenidate and matrix-methylphenidate on addiction severity, craving, relapse and mental health in the methamphetamine use disorder. *Substance abuse treatment, prevention, and policy*, 15(1), 72. <https://doi.org/10.1186/s13011-020-00317-y>
- Buss, A. H., & Perry, M. (1992). The aggression questionnaire. *Journal of personality and social psychology*, 63(3), 452-459. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.63.3.452>
- Branden, N. (2021). *The power of self-esteem*. Health Communications, Inc.
- Capaldi, D. M., Tiberio, S. S., Pears, K. C., Kerr, D. C. R., & Owen, L. D. (2019). Intergenerational associations in physical maltreatment: Examination of mediation by delinquency and substance use, and moderated mediation by anger. *Development and psychopathology*, 31(1), 73-82. <https://doi.org/10.1017/S0954579418001529>
- Choenni, V., Hammink, A., & van de Mheen, D. (2017). Association Between Substance Use and the Perpetration of Family Violence in Industrialized Countries: A Systematic Review. *Trauma, Violence, & Abuse*, 18(1), 37-50. <https://doi.org/10.1177/1524838015589253>
- Ersan, C. (2020). Physical aggression, relational aggression and anger in preschool children: The mediating role of emotion regulation. *Journal of General Psychology*, 147(1), 18-42. <https://doi.org/10.1080/00221309.2019.1609897>
- Factor, R. S., Swain, D. M., Antezana, L., Muskett, A., Gatto, A. J., Radtke, S. R., & Scarpa, A. (2019). Teaching emotion regulation to children with autism spectrum disorder: Outcomes of the Stress and Anger Management Program (STAMP). *Bulletin of the Menninger Clinic*, 83(3), 235-258. <https://doi.org/10.1521/bumc.2019.83.3.235>



- Guillén, A. I., Marín, C., Panadero, S., & Vázquez, J. J. (2020). Substance use, stressful life events and mental health: A longitudinal study among homeless women in Madrid (Spain). *Addictive behaviors*, *103*, 106246. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2019.106246>
- Laitano, H. V., Ely, A., Sordi, A. O., Schuch, F. B., Pechansky, F., Hartmann, T., Hilgert, J. B., Wendland, E. M., Von Dimen, L., Scherer, J. N., Calixto, A. M., Narvaez, J. C. M., Ornell, F., & Kessler, F. H. P. (2022). Anger and substance abuse: a systematic review and meta-analysis. *Revista brasileira de psiquiatria (Sao Paulo, Brazil: 1999)*, *44*(1), 103–110. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2020-1133>
- Lök, N., Bademli, K., & Canbaz, M. (2018). The Effects of Anger Management Education on Adolescents' Manner of Displaying Anger and Self-Esteem: A Randomized Controlled Trial. *Archives of psychiatric nursing*, *32*(1), 75–81. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2017.10.010>
- Mayordomo, T., Gutierrez, M., & Sales, A. (2020). Adapting and validating the Rosenberg Self-Esteem Scale for elderly Spanish population. *International psychogeriatrics*, *32*(2), 183–190. <https://doi.org/10.1017/S1041610219001170>
- Mendez, B., Bozzay, M., & Verona, E. (2021). Internalizing and externalizing symptoms and aggression and violence in men and women. *Aggressive behavior*, *47*(4), 439–452. <https://doi.org/10.1002/ab.21962>
- Meyer, J. P., Isaacs, K., El-Shahawy, O., Burlaw, A. K., & Wechsberg, W. (2019). Research on women with substance use disorders: Reviewing progress and developing a research and implementation roadmap. *Drug and alcohol dependence*, *197*, 158–163. <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2019.01.017>
- Nguyen, D. T., Wright, E. P., Dedding, C., Pham, T. T., & Bunders, J. (2019). Low Self-Esteem and Its Association With Anxiety, Depression, and Suicidal Ideation in Vietnamese Secondary School Students: A Cross-Sectional Study. *Frontiers in psychiatry*, *10*, 698. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00698>
- Oginni, O. A., Robinson, E. J., Jones, A., Rahman, Q., & Rimes, K. A. (2019). Mediators of increased self-harm and suicidal ideation in sexual minority youth: a longitudinal study. *Psychological medicine*, *49*(15), 2524–2532. <https://doi.org/10.1017/S003329171800346X>
- Olivari, C. F., Gonzáles-Santa Cruz, A., Mauro, P. M., Martins, S. S., Sapag, J., Gaete, J., ... & Castillo-Carniglia, A. (2022). Treatment outcome and readmission risk among women in women-only versus mixed-gender drug treatment programs in Chile. *Journal of substance abuse treatment*, *134*, 108616. <https://doi.org/10.1016/j.jsat.2021.108616>
- Omkarappa, D. B., & Rentala, S. (2019). Anxiety, depression, self-esteem among children of alcoholic and nonalcoholic parents. *Journal of family medicine and primary care*, *8*(2), 604–609. [https://doi.org/10.4103/jfmjpc.jfmjpc\\_282\\_18](https://doi.org/10.4103/jfmjpc.jfmjpc_282_18)
- Padoei, F., Mamsharifi, P., Hazegh, P., Boroumand, H., Ostadmohammady, F., Abbaszadeh-Mashkani, S., Banafshe, H. R., Matini, A. H., Ghaderi, A., & Dehkohneh, S. G. (2023). The therapeutic effect of N-acetylcysteine as an add-on to methadone maintenance therapy medication in outpatients with substance use disorders: A randomized, double-blind, placebo-controlled clinical trial. *Brain and behavior*, *13*(1), e2823. <https://doi.org/10.1002/brb3.2823>
- Pallatino, C., Chang, J. C., & Krans, E. E. (2021). The intersection of intimate partner violence and substance use among women with opioid use disorder. *Substance abuse*, *42*(2), 197–204. <https://doi.org/10.1080/08897077.2019.1671296>
- Nightingale, T. M., Uddin, A. Z., & Currie, C. (2023). Factors influencing female engagement, retention and completion of substance abuse treatment: a systematic review. *Journal of Public Health*, 1-10. <https://doi.org/10.1007/s10389-022-01818-9>
- Reilly, P. M., & Shopshire, M. S. (2002). *Anger management for substance abuse and mental health clients: Cognitive behavioral therapy manual*. US Department of Health & Human Services.
- Sontate, K. V., Rahim Kamaluddin, M., Naina Mohamed, I., Mohamed, R. M. P., Shaikh, M. F., Kamal, H., & Kumar, J. (2021). Alcohol, Aggression, and Violence: From Public Health to Neuroscience. *Frontiers in psychology*, *12*, 699726. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.699726>
- Sunderland, M., Forbes, M. K., Mewton, L., Baillie, A., Carragher, N., Lynch, S. J., Batterham, P. J., Calear, A. L., Chapman, C., Newton, N. C., Teesson, M., & Slade, T. (2021). The structure of psychopathology and association with poor sleep, self-harm, suicidality, risky sexual behavior, and low self-esteem in a population sample of adolescents. *Development and psychopathology*, *33*(4), 1208–1219. <https://doi.org/10.1017/S0954579420000437>
- Tang, M., Liu, X., Wu, Q., & Shi, Y. (2020). The Effects of Cognitive-Behavioral Stress Management for Breast Cancer Patients: A Systematic Review and Meta-analysis of Randomized Controlled Trials. *Cancer nursing*, *43*(3), 222–237. <https://doi.org/10.1097/NCC.0000000000000804>
- Toohey, M. J. (2021). Cognitive behavioral therapy for anger management. In A. Wenzel (Ed.), *Handbook of cognitive behavioral therapy: Applications* (pp. 331–359). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0000219-010>
- Tugnoli, S., Agnoli, C., Silvestri, A., Giari, S., Bettoli, V., & Caracciolo, S. (2020). Anger, Emotional Fragility, Self-esteem, and Psychiatric Comorbidity in Patients with Hidradenitis Suppurativa/Acne Inversa. *Journal of clinical psychology in medical settings*, *27*(3), 527–540. <https://doi.org/10.1007/s10880-019-09640-4>
- Turan N. (2021). An investigation of the effects of an anger management psychoeducation programme on psychological resilience and affect of intensive care nurses. *Intensive & critical care nursing*, *62*, 102915. <https://doi.org/10.1016/j.iccn.2020.102915>
- Veldhuis, J., Alleva, J. M., Bij de Vaate, A. J. D. (N.), Keijer, M., & Konijn, E. A. (2020). Me, my selfie, and I: The relations between selfie behaviors, body image, self-objectification, and self-esteem in young women. *Psychology of Popular Media*, *9*(1), 3–13. <https://doi.org/10.1037/ppm0000206>

اثربخشی درمان شناختی رفتاری گروهی مدیریت خشم بر پرخاشگری و عزت نفس زنان آسیب دیده با سابقه سوء مصرف مواد

The effectiveness of group cognitive behavioral therapy of anger management on aggression and self-esteem of women ...

- Vigil-Colet, A., Lorenzo-Seva, U., Codorniu-Raga, M. J., & Morales, F. (2005). Factor structure of the Buss-Perry aggression questionnaire in different samples and languages. *Aggressive Behavior*, 31(6), 601–608. <https://doi.org/10.1002/ab.20097>
- Weltens, I., Bak, M., Verhagen, S., Vandenberk, E., Domen, P., van Amelsvoort, T., & Drukker, M. (2021). Aggression on the psychiatric ward: Prevalence and risk factors. A systematic review of the literature. *PLoS one*, 16(10), e0258346. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0258346>
- Yang, C., Zhou, Y., & Xia, M. (2020). How Resilience Promotes Mental Health of Patients With DSM-5 Substance Use Disorder? The Mediation Roles of Positive Affect, Self-Esteem, and Perceived Social Support. *Frontiers in psychiatry*, 11, 588968. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.588968>
- Yun, J. Y., Shim, G., & Jeong, B. (2019). Verbal abuse related to self-esteem damage and unjust blame harms mental health and social interaction in college population. *Scientific reports*, 9(1), 5655. <https://www.nature.com/articles/s41598-019-42199-6>

