

اندیشه‌های نوین تربیتی

دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی

دانشگاه الزهراء<sup>س</sup>

تاریخ دریافت: ۸۹/۳/۱۲

تاریخ بررسی: ۸۹/۷/۴

دوره ۸، شماره ۳

پاییز ۱۳۹۱

صص ۶۶-۵۱

تاریخ پذیرش: ۹۱/۸/۵

## آموزش گروهی کنترل خشم به شیوه رفتاری - شناختی و بررسی میزان تأثیر آن بر تغییر پرخاشگری و کفایت اجتماعی نوجوانان پسر بدسرپرست ساکن خوابگاه‌های بهزیستی شهرستان تبریز

باب فرج زاده\*، مه‌مایا پور شیریاری\*\*، حمید رضائیان\*\*\* و احد اکبر انزلی\*\*\*\*

### چکیده

هدف این پژوهش بررسی تأثیر آموزش گروهی کنترل خشم به شیوه رفتاری - شناختی بر تغییر پرخاشگری و کفایت اجتماعی نوجوانان پسر بدسرپرست ساکن خوابگاه‌های بهزیستی شهرستان تبریز بود. روش پژوهش از نوع نیمه‌آزمایشی با پیش‌آزمون و پس‌آزمون بود. جامعه آماری ۲۲ نفر از نوجوانان پسر بدسرپرست ساکن در خوابگاه‌های بهزیستی شهرستان تبریز بودند که همگی به‌عنوان نمونه انتخاب و به صورت تصادفی در گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند. یک هفته قبل از اجرای آموزش گروهی از هر دو گروه پیش‌آزمون به‌عمل آمد. سپس گروه آزمایش، ۸ جلسه آموزش دیدند. پس از پایان جلسات از هر دو گروه پس‌آزمون به‌عمل آمد و داده‌ها با استفاده از آزمون کوواریانس تجزیه و تحلیل شدند. یافته‌ها حاکی از فقدان تأثیر آموزش گروهی مدیریت خشم بر تغییر پرخاشگری و مهارت اجتماعی نوجوانان بود. نتیجه اینکه آموزش گروهی به مدت ۸ الی ۱۰ جلسه، به‌عبارتی آموزش کوتاه مدت، صرفاً نمی‌تواند تأثیر چندانی در تغییر مشکلات رفتاری از جمله پرخاشگری داشته باشد. بنابراین، اقدامات آموزشی و درمانی برای اصلاح مشکلات رفتاری بالاخص گروه خاص چون کودکان و نوجوانان و جوانان بدسرپرست بایستی همه‌جانبه، عمیق و بلند مدت باشد.

### کلید واژه‌ها

پرخاشگری؛ کفایت اجتماعی؛ درمان شناختی - رفتاری؛ نوجوانان بد

سرپرست

\* نویسنده مسئول: کارشناس ارشد مشاوره دانشگاه الزهراء (س) [robabfarajzadeh@yahoo.com](mailto:robabfarajzadeh@yahoo.com)

\*\* دانشیار گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه الزهراء (س)

\*\*\* استادیار گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه الزهراء (س)

\*\*\*\* استادیار دانشگاه آزاد اسلامی، واحد شبستر، گروه مشاوره، شبستر

### مقدمه

خشم و پرخاشگری هیجان‌های جهان شمولی هستند که در همه فرهنگ‌ها دیده می‌شوند (صادقی و همکاران، ۱۳۸۱) در چهل سال گذشته، به دو مسأله مهم و مرتبط با رفتارهای پرخاشگرانه توجه شده است؛ اول اینکه میزان رفتارهای پرخاشگرانه در میان افراد جوامع افزایش پیدا کرده است (فیلدر و مک نامارا<sup>۱</sup>، ۲۰۰۳) و دوم اینکه بیشترین بروز پرخاشگری در میان نوجوانان اتفاق می‌افتد و به این دلیل به این گونه رفتارها در دوران کودکی و به خصوص در دوران نوجوانی بیشتر توجه می‌شود (حاجتی، ۱۳۸۷).

براساس آمار سال ۱۳۹۰، ۲۲ هزار و ۵۰۰ کودک و نوجوان در خانه‌های تحت پوشش و همچنین خانواده‌های جایگزین نگهداری می‌شوند (دفتر امور کودکان و نوجوانان سازمان بهزیستی، ۱۳۹۰). همچنین براساس اطلاعات به دست آمده، ۸۷ درصد کودکان بدسرپرست و ۱۳ درصد آن‌ها نیز بی‌سرپرست هستند. منظور از بی‌سرپرستی؛ نبود یک رابطه مؤثر کودک با والدین است که می‌تواند طیف وسیعی از کودکان شبانه‌روزی‌ها، کودکان بی‌خانمان، کودکان تک‌والدین، کودکان خانواده‌های آواره، بی‌خانمان و ناتوان از سرپرستی مؤثر بر کودک را شامل می‌شود. تقریباً تمام پژوهندگانی که کودکان و فرزندان مؤسسه‌ای را مطالعه کرده‌اند به این نکته اساسی تأکید داشته‌اند که نوجوانان مؤسسه‌ای یک نوع شخصیت خاص غیرعادی پیدا می‌کنند، از جمله ویژگی‌های مشخص این فرزندان نداشتن اعتماد به نفس، بی‌رنگ بودن محبت، ناسازگاری اجتماعی، ترس و اضطراب و پرخاشگری است (نویسند، ۱۳۸۷). جیویرتز<sup>۲</sup> (۲۰۰۹) در پژوهشی برای بررسی موقعیت‌های روانی - اجتماعی ۴۵۴ کودک بی‌خانمان که با خانواده‌های خود در ۱۷ خانه حمایتی زندگی می‌کردند به این نتیجه رسیدند که این کودکان از بابت سلامت فیزیکی مشکلی نداشتند، اما از بابت روانی - اجتماعی و تحصیلی با مشکلات مواجه بودند.

لذا برای اینکه این کودکان و نوجوانان با مشکلات رفتاری و اجتماعی وارد اجتماع نشوند، بیش از گروه‌های دیگر نیاز به برنامه‌های آموزشی چون کنترل خشم دارند. مهارت‌های

- 
1. Felder & McNamara
  2. Gewirtz



اجتماعی چندین مهارت از جمله مهارت‌های روابط بین فردی، همدلی، مدیریت خشم و غیره را شامل است. مهار خشم، مهارتی است که افراد باید آن را بیاموزند. در غیر این صورت بروز این رفتار و تکرار آن می‌تواند بر روابط فردی و اجتماعی فرد تأثیر منفی بگذارد (یدالهی، ۱۳۹۱).

در طی بیست سال گذشته، برنامه‌های کنترل خشم افزایش یافته است (رافضی، ۱۳۸۳). در دو دهه گذشته از بین رویکردهای مختلف مدیریت خشم، از رویکرد شناختی- رفتاری استقبال بیشتری شده است.

فیندلرو و ویسنر<sup>۱</sup> (۲۰۰۵) به پژوهش‌های متعددی اشاره کرده‌اند که به مؤثر بودن مداخله‌های روان‌شناختی - آموزشی مدیریت خشم برای بسیاری از گروه‌های هدف، در محیط‌های مختلف (نظیر مدارس، کانون‌های اصلاح و تربیت و مراکز اقامت شبانه‌روزی) دلالت دارند و نوجوانان و بزرگسالان مهارت‌های کنترل خشم را کسب کرده و با افزایش مهارت‌های خود نظم‌دهی خشم، فراوانی و شدت خشم در میان آن‌ها کاهش می‌یابد.

محمدیان (۲۰۱۲) در پژوهشی با هدف بررسی اثر آموزش خودآگاهی و مدیریت خشم در سطح پرخاشگری نوجوانان به این نتیجه رسید که آموزش مهارت خودآگاهی و مدیریت خشم بر پرخاشگری نوجوانان مؤثر بوده است. ملکی و همکاران (۱۳۹۰) گزارش کردند آموزش گروهی کنترل خشم بر پرخاشگری دانش‌آموزان پسر ۱۵-۱۲ سال مؤثر است و می‌توان از این مداخله در تمامی موقعیت‌های مرتبط با نوجوانان استفاده کرد. ولیزاده (۲۰۱۰) در پژوهشی دیگر با عنوان «اثر بخشی آموزش مهارت‌های مدیریت خشم بر کاهش خشونت در نوجوانان» که در میان ۴۰ دانش‌آموز دبیرستانی انجام داده بود به این نتیجه رسید که آموزش مهارت‌های مدیریت خشم می‌تواند پرخاشگری، رفتارهای تهاجمی را در دانش‌آموزان کاهش دهد.

و همچنین در تاج (۱۳۸۸) پژوهشی را با عنوان «بررسی تأثیر آموزش مدیریت خشم بر پرخاشگری و سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان پسر ۱۲-۱۵ ساله» انجام داد و نتایج آن نشان داد که پرخاشگری گروه آزمایش کاهش و سازگاری اجتماعی آن‌ها افزایش یافته است. و نوید

(۱۳۸۷) در پژوهشی دیگر تأثیر آموزش مهارت‌های حل مسأله به شیوه گروهی بر پرخاشگری و سرسختی فرزندان دختر ۱۲-۱۸ ساله ساکن در مراکز شبانه‌روزی بهزیستی شهرستان تهران را بررسی کرد و نتایج نشان داد آموزش مهارت‌های حل مسأله درباره پرخاشگری (مؤلفه‌های آن شامل: خصومت، خشم، پرخاشگری کلامی و پرخاشگری فیزیکی) فرزندان تأثیری نداشته ولیکن سرسختی آن‌ها را افزایش داد. فلاح (۱۳۸۷) در پژوهشی با عنوان «تأثیر آموزش مهارت حل مسأله بر افزایش کفایت اجتماعی نوجوان دختر مقطع سوم راهنمایی شهرستان جویبار»، پرسشنامه کفایت اجتماعی را در میان ۹۰ دانش‌آموز اجرا کرد و نتایج آزمون‌های او نشان دهنده تأثیر آموزش مهارت حل مسأله در خرده مقیاس‌های رفتاری، هیجانی و انگیزشی بوده و اما در خرده مقیاس شناختی تأثیری مشاهده نشد. در پژوهش‌های خارج از کشور، اکداس میترانی<sup>۱</sup> (۲۰۱۰)، پیامدهای آموزش برنامه مدیریت خشم بر دانشجویان دوره کارشناسی را بررسی کرد و نشان داد که نمره کنترل خشم در گروه آزمایشی در پس‌آزمون بالاتر از پیش‌آزمون است و در گروه کنترل نیز تفاوت بارزی مشاهده نشد. و همچنین میشل<sup>۲</sup> (۲۰۰۵) در پژوهشی به آموزش مهارت‌هایی برای مدیریت خشم و حل تعارض در یک دوره به مدت ۱۲ جلسه در میان دانش‌آموزان عادی مدارس پیتربورگ اقدام کرد و نتایج نشان داد که آگاهی شرکت‌کننده‌ها درباره مدیریت خشم خود و نیز مهارت‌های آن‌ها در زمینه مدیریت خشم افزایش یافت، ولی شواهدی درباره کاهش پرخاشگری فیزیکی و کلامی به دست نیامد. نیکولت<sup>۳</sup> (۲۰۰۴) در پژوهشی به اثربخشی شکل خلاصه شده برنامه «گام دوم پیشگیری از خشونت» را در گروه کوچکی از دانش‌آموزان کلاس سوم ابتدایی بررسی کرد و نشان داد که نمی‌توان با استفاده از شکل خلاصه شده یا غیرمتعارف برنامه «گام دوم پیشگیری از خشونت» مهارت‌های اجتماعی مورد انتظار را ایجاد کرد و مدیریت خشم را بهبود بخشید.

با توجه به پژوهش‌های متعدد، کودکان پرخاشگر با رفتارهای خود، جو متشنجی را برای خود و دیگران فراهم می‌کنند و علاوه بر آن آثار ضعف و کاستی در مدیریت خشم از ناراحتی شخصی و تخریب روابط بین فردی فراتر رفته و با اختلال در سلامت عمومی، ناسازگاری و

- 
1. Akdas Mitrani
  2. Michel
  3. Nicolet



پیامدهای زیانبار رفتار پرخاشگرانه پیوند خورده است. در صورتی که این هیجان نیرومند به درستی مهار نشود، می‌تواند مانع مؤفقت همه جانبه شده و کارکرد بهینه افراد، گروه‌ها و جوامع را به شدت تهدید کند. به همین دلیل، علاقه به کنترل و مدیریت پرخاشگری برای کمک به رفاه و آسایش بشر، به یک ضرورت اجتماعی تبدیل شده است و برای دوری از پیامدهای زیانبار خشم، وسعت تلاش‌های علمی و خدمات درمانی - تربیتی روز به روز افزایش می‌یابد. به طوری که در محافل علمی، مراکز ارائه خدمات درمانی و مدارس، مدیریت خشم به یکی از موضوعات جالب تبدیل شده و حرارت بحث درباره آن، گروه کثیری از پژوهشگران، متخصصان بالینی و روان‌شناسان تربیتی به اهمیت آموختن «مهارت کنترل خشم» به کودکان و نوجوانان تأکید کرده‌اند. لذا تعیین اثربخشی برنامه آموزش گروهی کنترل خشم به شیوه رفتاری - شناختی بر کاهش پرخاشگری و رشد کفایت اجتماعی نوجوانان پسر بدسرپرست ساکن خوابگاه‌های بهزیستی شهرستان تبریز بود. و فرضیه‌های زیر در این راستا مطرح شد: ۱- آموزش گروهی مدیریت خشم با رویکرد شناختی - رفتاری بر تغییر پرخاشگری و مؤلفه‌های آن در نوجوانان بدسرپرست مؤسسه‌ای تأثیر دارد. ۲- آموزش گروهی مدیریت خشم با رویکرد شناختی - رفتاری بر تغییر کفایت اجتماعی و مؤلفه‌های آن در نوجوانان بدسرپرست مؤسسه‌ای تأثیر دارد.

## روش

روش تحقیق از نوع نیمه آزمایشی با پیش‌آزمون و پس‌آزمون بود. جامعه آماری پژوهش نوجوانان پسر بودند که در سال ۹۰-۸۹ در دو مؤسسه وابسته به سازمان بهزیستی شهرستان تبریز نگهداری می‌شدند. با توجه به کم بودن افراد جامعه، کل جامعه آماری نمونه مورد نظر را تشکیل داد و نمونه‌گیری انجام نشد. یکی از مؤسسه‌ها به صورت تصادفی به عنوان گروه آزمایش (۱۰ نفر)، و مؤسسه دیگر به عنوان گروه کنترل (۱۱ نفر) انتخاب شد. آموزش شامل هشت جلسه بود که در محل مؤسسه برگزار شد. هر جلسه یک ساعت و نیم طول می‌کشید و فاصله زمانی بین جلسات یک هفته بود. محتوای جلسات بر اساس مطالعات کندال (۲۰۰۰) طراحی شد. محتوای جلسات به این شرح بود:

**جلسه اول**

الف- توضیح درباره فلسفه برنامه آموزشی و علت آن؛ ب- تعیین قوانین برنامه از جمله تعیین زمان گردهمایی، مدت برنامه، مدت جلسات، نیاز به مشارکت بدون وقفه؛ ج- توصیف نحوه برنامه آموزشی از جمله طرح تکلیف خانه، مشارکت در اجرای نقش و استفاده از دستگاه ویدئو و تشویق بحث گروهی و قوانین گروه؛ د- توضیح فیزیولوژی و علائم خشم؛ ه- بیان خلاصه بحث به وسیله اعضا و مرور نکات مهم جلسه.

**جلسه دوم**

الف- مرور مطالب جلسه قبل؛ ب- مصاحبه رفتاری و گرفتن شرح حال اولیه درباره موقعیت‌هایی که موجب خشم شرکت‌کنندگان می‌شود و چگونگی مدارا کردن هر یک از آنها با آن موقعیت‌ها؛ ج- توضیح علائم پرخاشگری و انواع آن؛ د- بیان خلاصه مطالب جلسه و انجام دادن تکلیف.

**جلسه سوم**

الف- مرور مطالب جلسه دوم؛ ب- بررسی رابطه محرک - فکر - احساس - رفتار؛ د- بیان خلاصه مطالب و دادن تکلیف

**جلسه چهارم**

الف- مرور مطالب جلسه سوم؛ ب- شناسایی افکار و آموزش واقعه پیشامد، رفتار هدف و پیامد؛ ج- بحث راجع به برانگیزاننده‌های پنهان و آشکار؛ د- بررسی محرک‌های برانگیزاننده و رفتار، پیامد و واقعه پیشامد؛ ه- توجه به عواقب هر عملکرد؛ و- بیان خلاصه مطالب جلسه و انجام دادن تکلیف.

**جلسه پنجم**

الف- مرور مطالب جلسه چهارم؛ ب- صحبت راجع به خودگویی و افکار افزایش دهنده و کاهش دهنده خشم؛ ج- افکار غیر منعطف و منعطف؛ د- بیان خلاصه مطالب جلسه و انجام دادن تکلیف.

**جلسه ششم**

الف- مرور مطالب جلسه پنجم؛ ب- تمرین و بازی نقش؛ ج- بررسی خودگویی و افکار



غیرمنعطف و منعطف؛ د- آموزش آرمیدگی؛ ه- آموزش حل مسأله؛ و- بیان خلاصه مطالب ارائه شده، جایزه و بازخورد مثبت.

#### جلسه هفتم

مرور خلاصه جلسه ششم

#### جلسه هشتم

الف- مرور مطالب جلسه هفتم؛ ب- تمرین آرمیدگی؛ ج- حل مسأله؛ د- آموزش جرأت‌مندی با توضیح راجع به احساس اولیه و احساس ثانویه؛ ه- بیان خلاصه مطالب ذکر شده و جایزه و بازخورد مثبت.

گروه آزمایش و گروه گواه قبل و بعد از اجرای آموزش با استفاده از پرسشنامه‌های «پرخاشگری اچ. باس و مارک پری»<sup>۱</sup> و «کفایت اجتماعی فلنر»<sup>۲</sup> بررسی شدند و از شیوه تحلیل آماری کوواریانس برای تجزیه و تحلیل داده‌ها استفاده شد که پیش فرض‌های لازم برای اجرای آزمون تحلیل کوواریانس عبارت هستند از: نرمال بودن، همگنی واریانس‌ها، معنادار بودن رابطه بین متغیر وابسته و متغیر کمکی و برابری ضرایب خطوط رگرسیون با یکدیگر.

#### پرسشنامه پرخاشگری

آرنولد اچ. باس و مارک پری در سال ۱۹۹۲ م، پرسشنامه پرخاشگری را تدوین کردند و حاوی ۲۹ ماده است که چهار جنبه از پرخاشگری را (پرخاشگری فیزیکی، کلامی، خشم و خصومت) اندازه می‌گیرد و مجموع نمرات چهار خرده‌مقیاس میزان پرخاشگری کلی را می‌سنجد (ثناپی، ۱۳۷۸). اعتبار و پایایی پرسشنامه پرخاشگری از همسانی درونی خوبی بهره‌مند است ضرایب آلفا برای خرده‌مقیاس‌های پرخاشگری فیزیکی، پرخاشگری کلامی، خشم و خصومت به ترتیب ۰/۸۵، ۰/۷۲، ۰/۸۳، ۰/۷۷ و ضریب آلفای کرونباخ برای پرسشنامه ۰/۸۹ است و همچنین در پژوهشی که در اسپانیا گارسیالیون (۱۹۹۹) و دیگران بر دانشجویان رشته روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه جائن انجام دادند، ثبات درونی چهار عامل و نمره‌های

1. Bous-peri
2. Felner

کل تست بین ۰/۷۲ و ۰/۸۹ بود و باز آزمایی تست بین ۰/۷۲ و ۰/۸۰ گزارش شده است. لنگری در ایران، در سال ۱۳۷۵، اعتبار این پرسشنامه را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۰ به دست آورده است (به نقل از پورشهریاری، ۱۳۸۸). و روایی پرسشنامه از راه شاخص‌های روایی همگرا، همزمان و تحلیل عوامل بررسی شد. روایی همگرای پرسشنامه پرخاشگری با محاسبه ضریب همبستگی زیر مقیاس‌های این پرسشنامه با یکدیگر و با کل پرسشنامه، تأیید شد که این ضرایب بین ۰/۳۷ تا ۰/۷۸ متغیر و معنادار بودند (محمدی، ۱۳۸۵).

### پرسشنامه کفایت اجتماعی

فلنر و همکارانش در سال ۱۹۹۰، پرسشنامه کفایت اجتماعی را تدوین کردند. که حاوی ۴۷ ماده است که مهارت‌ها و توانمندی‌های نوجوانان را در چهار بعد شناختی، رفتاری، هیجانی و انگیزشی می‌سنجد. و نمرات خرده مقیاس‌های آن تجلیات گوناگون کفایت اجتماعی را نشان می‌دهد.

اعتبار پرسشنامه کفایت اجتماعی را پرندین (۱۳۸۵) با بررسی در میان نمونه‌ای از دانش‌آموزان به فاصله زمانی چهار هفته از طریق بازآزمایی ۰/۸۹ و همسانی درونی بر حسب ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۸ به دست آورده است که نشان از بالا بودن ضریب همسانی درونی مقبول و مطلوب بوده است و پرسشنامه از نظر روایی محتوایی بررسی شده و با توجه به پشتوانه نظریه‌ای که فلنر مطرح کرده، از دیدگاه متخصصان روان‌شناسی و روان‌سنجی، روایی صوری و منطقی آن تأیید شده است (پرندین، ۱۳۸۵).

### یافته‌ها

داده‌های مربوط به فرضیه‌های پژوهش با استفاده از روش تحلیل کوواریانس تحلیل شد. جهت بهره‌گیری از این روش ابتدا مفروضه‌های همگنی رگرسیون آماری و برابری واریانس خطای گروه‌های مورد مطالعه بررسی شد و نیز مفروضه‌های برابری واریانس خطای گروه‌های مورد مطالعه از طریق آزمون مقذور شد.

فرضیه اول - آموزش گروهی کنترل خشم با رویکرد شناختی - رفتاری بر تغییر پرخاشگری و خرده مقیاس‌های آن در نوجوانان مؤسسه‌ای مؤثر است.





جدول ۱: نتایج تحلیل کوواریانس اثربخشی آموزش گروهی کنترل خشم بر تغییر پرخاشگری و خرده مقیاس‌های آن در دو گروه آزمایش و کنترل (تعداد: ۱۰ - ۱۱)

توان آماری	مجذورات	Sig	F	مجذور میانگین	مجموع مجذورات	منبع تغییرات
۰/۰۵	۰/۰۰۱	۰/۹۰	۱۰/۸۲	۳۸۷۵/۸۴	۳۸۷۵/۸۴	پیش‌آزمون پرخاشگری
			۱/۶۳	۵۸۳/۶۹	۵۸۳/۶۹	گروه
				۳۵۸/۱۳	۶۴۴۶/۴۸	خطا
					۱۱۵۵۵/۸۱	کل
۰/۳۰	۰/۱۱	۰/۱۴	۳/۰۱	۵۱۰/۵۸	۵۱۰/۵۸	پیش‌آزمون پرخاشگری فیزیکی
			۲/۱۹	۳۷۱/۴۴	۳۷۱/۴۴	گروه
				۱۶۹/۳۹	۳۰۴۹/۰۵	خطا
					۲۳۱/۴۲	کل
۰/۵۵	۰/۰۰۲	۰/۸۳	۳۱/۶۷	۴۶۷/۲۲	۴۶۷/۲۲	پیش‌آزمون پرخاشگری کلامی
			۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	گروه
				۱۴/۶۱	۲۶۳/۰۵	خطا
					۵۴۵۷	کل
			۶/۲۷۸	۱۷۰/۴۹	۱۷۰/۴۹	پیش‌آزمون خشم
			۱/۲۷۱	۳۴/۵۰	۳۴/۵۰	گروه
۰/۳۵	۰/۱۲	۰/۱۱		۲۷/۱۵	۴۸۸/۸۱	خطا
					۹۲۷۷	کل
			۱۳/۶۶	۴۳۰/۲۳	۴۳۰/۲۳	پیش‌آزمون خصومت
۰/۰۵	۰/۰۰۱	۰/۹۰	۰/۰۹	۲/۸۵	۲/۸۵	گروه
				۳۱/۴۹	۵۶۶/۸۴	خطا
					۱۱۰۷۴	کل

نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد مداخلات آموزشی به تفاوت معناداری بین گروه آزمایش و کنترل در پرخاشگری و خرده مقیاس‌های آن منجر نشده است ( $P < 0/05$ ). و در این میان مجذور اتای خشم و پرخاشگری فیزیکی نسبت به خرده مقیاس‌ها بیشتر بوده است (۰/۱۲)، (۰/۱۱). در واقع میزان تأثیر آموزش بر خشم ۱۲ درصد و بر پرخاشگری فیزیکی ۱۱ درصد بوده است؛ و توان آماری پرخاشگری کلامی، خشم و پرخاشگری فیزیکی (۰/۳۵، ۰/۵۵) و (۰/۳۰) نسبت به دیگر خرده مقیاس‌ها حاکی از دقت بالای آزمون و کفایت حجم نمونه است. فرضیه دوم - آموزش گروهی کنترل خشم با رویکرد شناختی - رفتاری بر تغییر کفایت اجتماعی و خرده مقیاس‌های آن در نوجوانان مؤسسه‌ای مؤثر است.

جدول ۲: نتایج تحلیل کوواریانس اثربخشی آموزش گروهی کنترل خشم بر تغییر کفایت اجتماعی و خرده مقیاس‌های آن در دو گروه آزمایش و کنترل (تعداد: ۱۰ - ۱۱)

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	مجذور میانگین	F	Sig	مجذورات	توان آماری
پیش‌آزمون کفایت اجتماعی	۲۷۹/۷	۲۷۹/۷	۰/۳۷۰			
گروه	۶۰/۶	۶۰/۶	۰/۰۸۰		۰/۳۱	۰/۱۱۵
خطا	۱۳۶۱۵/۸	۷۵۶/۴		۰/۴۴۶		
کل	۹۲۰۸۵۲					
پیش‌آزمون مهارت شناختی	۱۱۴/۷	۱۱۴/۷	۱۲/۲۸۳			
گروه	۰/۳	۰/۳	۰/۰۳۹		۰/۰۰۱	۰/۰۵۲
خطا	۱۶۸/۱	۹/۳		۰/۸۸۶		
کل	۴۱۵۱					
پیش‌آزمون مهارت رفتاری	۳۶۵۱/۶	۳۶۵۱/۶	۷/۳۹۰			
گروه	۷۱/۷	۷۱/۷	۰/۱۴۵		۰/۰۰۰	۰/۰۵۰
خطا	۸۸۹۴/۰	۴۹۴/۱		۰/۹۸۷		
کل	۵۲۲۹۷۸					
پیش‌آزمون مهارت انگیزشی	۲۳۳/۵۷	۲۳۳/۵	۱۰/۳۷۱			
گروه	۲/۴	۲/۴	۰/۱۰۸		۰/۰۵۹	۰/۱۷۹
خطا	۴۰۵۳۷۵	۲۲/۵		۰/۲۸۹		
کل	۱۷۱۹۹					
پیش‌آزمون مهارت هیجانی	۱/۸	۱/۸	۰/۰۵۷			
گروه	۱۵/۴	۱۵/۴	۰/۴۸۵		۰/۰۳۱	۰/۱۱۵
خطا	۵۷۴/۷	۳۱/۹		۰/۴۴۶		
کل	۵۵۶۳					

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد مداخلات آموزشی به تفاوت معناداری بین گروه آزمایش و کنترل در کفایت اجتماعی و خرده مقیاس‌های آن منجر نشده است ( $P < 0/05$ ). و مجذور اتای کفایت اجتماعی و خرده مقیاس‌های در حداقل بوده است. در واقع میزان تأثیر آموزش بر کفایت اجتماعی و خرده مقیاس‌های آن درصد پایینی بوده است؛ و همچنین توان آماری مهارت انگیزشی و مهارت هیجانی (۰/۱۷ و ۰/۱۱) نسبت به دیگر خرده مقیاس‌ها حاکی از دقت بالای آزمون و کفایت حجم نمونه است.



## بحث و نتیجه‌گیری

خشم و پرخاشگری هیجان‌های جهان‌شمولی هستند که در همه فرهنگ‌ها دیده می‌شوند (صادقی و همکاران، ۱۳۸۱). و پرخاشگری یکی از مسائل مهم دوره نوجوانی است و مهار خشم، مهارتی است که افراد باید آن را بیاموزند. در غیر این صورت بروز این رفتار و تکرار آن می‌تواند بر روابط فردی و اجتماعی فرد تأثیر منفی بگذارد (یدالهی، ۱۳۹۱). در طی بیست سال گذشته، برنامه‌های کنترل خشم افزایش یافته است (رافضی، ۱۳۸۳). فیندلر و ویسنر (۲۰۰۵) به پژوهش‌های متعددی اشاره کرده‌اند که مداخله‌های روان‌شناختی - آموزشی مدیریت خشم برای بسیاری از گروه‌های هدف، در محیط‌های مختلف (نظیر مدارس، کانون‌های اصلاح و تربیت و مراکز اقامت شبانه‌روزی) مؤثر بوده و با افزایش مهارت‌های خود‌نظم‌دهی خشم، فراوانی و شدت خشم در میان آن‌ها کاهش می‌یابد.

در این پژوهش پس از آموزش مدیریت خشم، داده‌ها جمع‌آوری و تجزیه و تحلیل شد و نتایج آن‌ها نشان داد که آموزش گروهی مدیریت خشم بر کاهش پرخاشگری تأثیری نداشته است و نتیجه پژوهش با نتایج پژوهش محمدیان (۲۰۱۲)، ملکی و همکاران (۱۳۹۰)، ولیزاده (۲۰۱۰) در بعد رفتاری، هیجانی و انگیزشی، میشل (۲۰۰۵) در مقیاس خشم و همچنین با نتیجه پژوهش در تاج (۱۳۸۸) ناهمانگ بود و نتیجه این پژوهش با نتایج پژوهش‌های نوید (۱۳۸۷)، فلاح (۱۳۸۷) در مقیاس شناختی، میشل در مقیاس پرخاشگری فیزیکی و کلامی و همچنین نتیجه پژوهش نیکولت (۲۰۰۴) هماهنگ بود.

در نهایت سخن، با توجه به تأثیر نداشتن آموزش مدیریت خشم بر کاهش پرخاشگری و مؤلفه‌های آن و همچنین افزایش کفایت اجتماعی و مؤلفه‌های آن در ارتباط با نوجوانان بدسرپرست مؤسسه‌ای؛ می‌توان علل متعددی را مطرح کرد؛ با توجه به نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون هر دو گروه (آزمایش و گواه) که افزایش در پرخاشگری و مؤلفه‌های آن و کاهش در کفایت اجتماعی و مؤلفه‌های آن را نشان می‌دهد.

می‌توان چنین نتیجه گرفت که آزمودنی‌های هر دو گروه در طی درمان تحت تأثیر مسائل یکسانی قرار داشته‌اند که آموزش مدیریت خشم را تحت تأثیر قرار داده است. و با توجه به اینکه این نوجوانان با مشکلات روحی - روانی متعددی مواجه هستند مانند افسردگی، خودزنی، انحراف جنسی و غیره که در مصاحبه‌های فردی معلوم شد، بهتر است قبل از

آموزش برنامه‌های مدیریت خشم مداخلات و آموزش‌های در راستای کاهش این مشکلات داده شود تا این برنامه آموزشی مؤثر واقع می‌شود. و همچنین با توجه به وضعیت زندگی خاص این نوجوانان و ساکن بودن آن‌ها از سنین پایین در این مؤسسات دچار مشکلات عمیق روحی و عاطفی هستند که در نتیجه هشت جلسه برای ایجاد تغییرات مفید و تأثیر برنامه‌های آموزشی امکان‌پذیر نیست و حداقل شش ماه باید این کودکان تحت برنامه آموزشی قرار گرفته و علاوه بر آن پیگیری‌های لازم هم انجام شود. و با توجه به حجم کم جامعه آماری موجود در این مؤسسات امکان نمونه‌گیری، مصاحبه تشخیصی و سرند کردن وجود نداشت لذا نوجوانان دارای مشکلات شدید که برای گروه مشکل‌ساز بودند در این گروه‌ها حضور می‌یافتند. و این حجم کم نمونه و ناهماهنگی موجود بین آزمودنی‌ها می‌تواند علتی برای فقدان تأثیر گروه درمانی شود. اکثر کودکان و نوجوانان که در این مؤسسات بسر می‌برند یا اقدام به ترک تحصیل کرده‌اند و یا به علت دیر شروع کردن به تحصیل در سطوح پایین‌تر مراحل تحصیلی قرار داشتند که می‌توانست تحصیلات پایین آن‌ها در درک پاسخگویی به پرسشنامه‌ها و فهم مباحث آموزشی مؤثر بوده باشد.

این نوجوانان به دلایل متعددی مانند نبود حمایت عاطفی و مالی والدین، فقدان پذیرش و حمایت نشدن از سوی بستگان درجه یک و فقدان حمایت دولت پس از ترخیص از مؤسسه در سن هیجده سالگی، امیدواری بسیار کمی به زندگی و آینده داشتند و بر این باور بودند که این آموزش‌ها نمی‌تواند تأثیری در بهبود زندگی آینده آن‌ها داشته باشد. این طرز تفکر کارائی و تأثیر این آموزش را در آن‌ها تحت تأثیر قرار می‌داد. با توجه به اینکه پس از آزمون یک هفته پس از اتمام جلسات آموزشی انجام شد احتمال بر این است که یک هفته زمان بسیار کمی برای به‌کارگیری موارد آموخته شده است.

به این دلیل پیشنهاد می‌شود این کودکان به محض ورود به مؤسسه تحت برنامه‌های توان‌بخشی و آموزش مهارت‌های کنترل پرخاشگری قرار گیرند. و همچنین این مراکز نیازمند حضور مداوم متخصصان مشاوره و روان‌شناسی است تا آموزش‌های گروهی از جمله کنترل پرخاشگری به صورت مستمر باشد. برای اینکه نمی‌توان از یکبار آموزش گروهی کنترل پرخاشگری انتظار تغییر سریع و ماندگار در این گروه از نوجوان مشکل‌دار داشت. و در نهایت بررسی سایر روش‌های درمانی مانند اثر سه مداخله، دارویی، گروه درمانی مدیریت خشم و



درمان توأم دارویی و گروه درمانی پیشنهاد می‌شود.

همچنین در این پژوهش محدودیت‌های گریبان‌گیر محقق بود از جمله؛ کسب مجوز برای اجرای پژوهش، مسئولان سازمان برای اجرای آموزش گروهی محدودیت زمانی قائل شده بودند و مکان و امکانات موجود در مؤسسه برای اجرای آموزش گروهی مناسب نبود. قبل از اقدام به آموزش گروه درمانی به شرایط روحی و روانی و مشکلات افزایش دهنده پرخاشگری نوجوانان توجه نشده بود. و همچنین پس از اجراء و اتمام آموزش دسترسی به آزمودنی‌ها و امکان پیگیری آن مشکل بود. و نوجوانانی که در مؤسسه جمع شده بودند هر یک تاریخچه زندگی و مشکلات خانوادگی متفاوتی داشتند. و در نهایت با وجود اجرای پرسشنامه پرخاشگری باس- پری و کفایت اجتماعی فلنر در پژوهش‌های متعدد، درک آن برای کودکان به تنهایی مشکل بود و پرسشنامه کفایت اجتماعی، خرده مقیاس‌های آن سؤال‌های یکسانی نداشتند تا اینکه نقطه برش برای همه آن‌ها یکسان باشد.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی

## منابع

- پرندین، ش. (۱۳۸۵). *ساخت و هنجار یابی از مومن کفایت اجتماعی در نوجوانان شهر تهران*، پایان نامه کارشناسی ارشد سنجش و اندازه گیری. دانشگاه علامه طباطبایی.
- پورشهریاری، م. س. (۱۳۸۸). بررسی رابطه شرم با ابعاد خشم و مقایسه آن در دانشجویان دانشگاه‌های تهران. *فصلنامه علمی - پژوهشی مطالعات روانشناختی دانشگاه الزهراء (س)*، دوره ۵، شماره ۳.
- ثنایی، ب. (۱۳۷۸). *مقیاس‌های سنجش خانواده و ازدواج*. تهران: بعثت. چاپ اول.
- حاجتی، ف. ا. اکبری، نسرین و خسروی، ز. (۱۳۸۷). تأثیر آموزش برنامه ترکیبی درمان شناختی رفتاری با رویکرد مثبت‌گرایی بر پیشگیری از خشونت نوجوانان شهر تهران، *فصلنامه مطالعات روانشناختی دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه الزهراء (س)*، دوره ۴، شماره ۳.
- رافضی، ز. (۱۳۸۳). *نقش آموزش کنترل خشم به نوجوانان دختر ۱۵ تا ۱۸ ساله در کاهش پرخاشگری*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی.
- فلاح، م. (۱۳۸۷). *تأثیر آموزش مهارت حل مسئله بر افزایش کفایت اجتماعی نوجوان دختر مقطع سوم راهنمایی شهرستان جویبار*. پایان‌نامه ارشد مددکاری اجتماعی، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی.
- درتاج، ف. (۱۳۸۸). *بررسی تأثیر آموزش مدیریت خشم بر پرخاشگری و سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان پسر، فصل‌نامه روان‌شناسی کاربردی*، شماره ۴.
- صادقی، ا. احمدی؛ س. ا.؛ عابدی، م. ر. (۱۳۸۱). *بررسی اثربخشی آموزش گروهی مهار خشم به شیوه عقلانی- رفتاری - عاطفی - بر کاهش پرخاشگری، مجله روان‌شناسی*، سال ۶، شماره ۱، صص ۶۲-۵۲.
- ملکی، ص.، فلاحی خشک‌ناب، م.؛ ره‌گوی، ا.؛ ره‌گذر، م. (۱۳۹۰). *بررسی تأثیر آموزش گروهی مهارت کنترل خشم بر پرخاشگری دانش‌آموزان پسر ۱۵-۱۲ سال، نشریه پرستاری ایران*، شماره ۶۹، صص ۳۵-۲۶.

محمدی، ن.ا. (۱۳۸۵). بررسی مقدماتی شاخص‌های روان‌سنجی پرسشنامه پرخاشگری باس پری. مجله جامعه‌شناسی و علوم اجتماعی، شماره ۴۹.

نوید، م. (۱۳۸۷). بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های حل‌مسأله به شیوه گروهی بر پرخاشگری و سرسختی فرزندان دختر ۱۲-۱۸ ساله ساکن در مراکز شبانه‌روزی بهزیستی شهرستان تهران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد چاپ نشده، دانشگاه شهید بهشتی.

یدالهی، ا. (۱۳۹۱). نگاهی به ریشه‌های خشم و راه‌کارهای مهار آن. مجله سلامت، سال ۸، شماره ۳۹۲، صفحه ۳۲، ۲۲.

سازمان بهزیستی کشور، دفتر امور کودکان و نوجوانان سازمان بهزیستی. (۱۳۹۰). گزارش سازمان بهزیستس کشور (www.humanright/irannews).

- Akdas Mitrani, Ash T. (2010). outcome of anger management training program in a sample of undergraduate student.
- Fielder, S & weisner. (2005). youth-anger-management-treatments-for school violence prevention. copyright 2011 by SID.
- Fielder, S & McNamara, J. R. (2003). The prevention of child and adolescent violence: A review, *Journal of aggression and violent behavior*, 8, 9-61.
- Gewirtz, a. (2009). psychological status of hom Eless children and youth in family supportive housing. copy right by yahoo.
- Mitchell, K. L. (2005). The impact of anger management training on students of skills managing.
- Mohammadin, A. (2012). The Effect of Training Self-Awareness and Anger Management on Aggression Level in Iranian Middle School Students. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, Volume 46, 2012, Pages 987-991.
- Nicolet, Irene A. (2004). The second step violence prevention program: Effectiveness of a brief social skills curriculum with elementary-age children.
- Kendall, P. C. (2000). *Child-and-adolescent-therapy: cognitive-behavioral procedures* (2nd ed). NEW YORK: Guilford.
- Valizadeh, S. (2010). The effectiveness of anger management skills training on reduction of aggression in adolescents. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, Volume 5, 2010, Pages 1195-1199.



پروہشگاہ علوم انسانی و مطالعات فرہنگی  
پرتال جامع علوم انسانی