

اثر بخشی آموزش مدیریت خشم (والد-فرزند) با آموزه های دینی بر ناسازگاری دانش آموزان سال پایه اول متوسطه شهر بندر عباس

کرامت کرامتی^۱

چکیده

هدف: خشم از تکانه ها و رفتارهای غیر قابل پیش بین بوده که بر عملکرد اجتماعی، تحصیلی، شغلی و... اثر سوء دارد. مطالعه حاضر به بررسی اثر بخشی آموزش مدیریت خشم (والد- فرزند) با آموزه های دینی بر ناسازگاری دانش آموزان شهر بندر عباس پرداخته است.

روش: پژوهش حاضر از نوع آزمایشی با پیش آزمون، پس آزمون و گروه کنترل می باشد. ابتدا از میان کلیه دانش آموزان سوم راهنمایی ناحیه دو شهر بندر عباس با استفاده از نمونه گیری خوشه ای تعداد ۶۳۰ نفر انتخاب شدند، سپس ۴۶ نفر از دانش آموزانی که بر اساس پرسشنامه SDQ که توسط والدین تکمیل شد، یک انحراف استاندارد بالاتر از میانگین بودند و طبق پرسشنامه ابرازحالت (STAXI 2) که خود به آن پاسخ دادند و مصاحبه بالینی تشخیص پرخاشگری و ناسازگاری دریافت کردند، برگزیده شدند. پس از آن این افراد به طور تصادفی به دو گروه آزمایشی و گواه گمارده شدند. در گروه آزمایشی برنامه آموزشی مدیریت خشم والد-فرزند با آموزه های دینی اجرا گردید در حالیکه گروه کنترل مداخله ای دریافت نکرد.

یافته ها: نتایج آشکار ساخت که در گروه آزمایشی تفاوت معناداری میان ناسازگاری کلی وهریک از خرده مقیاسهای آن در پس آزمون در مقایسه با گروه کنترل وجود دارد. به عبارت دیگر برنامه آموزشی مدیریت خشم با آموزه های دینی (والد-فرزند) می تواند سبب کاهش خشم و کنترل آن در بین دانش آموزان گردد.

نتایج: آموزش خشم با آموزه های دینی باعث کاهش خشم و ناسازگاری در بین دانش آموزان می گردد.

واژه های کلیدی: آموزه های دینی، مدیریت خشم، ناسازگاری، دانش آموزان، والدین.

مقدمه

خداوند خشم را همچون دیگر غرائز به سبب فایده های آن در انسان آفریده است. اگر خشم در اختیار انسان باشد ابزاری مفید برای بقای نسل، و اگر انسان در مقابل خشم بی اراده و تسلیم باشد دچار زیان و خسران فراوان خواهد شد. خداوند در قرآن کریم می فرماید: "الذین ینفقون فی الاسراء والخضراء والکاضمین الغیض والعا فین عن الناس و الله یحب المحسنین" آنان که پرهیزگارند در توانگری و تنگدستی انفاق می کنند، خشم خود را فرو میبرند و از خطای دیگران می گذرند، خداوند نیکوکاران را دوست دارد (آل عمران، ۱۳۴) در این آیه خداوند فرو بردن خشم را صفت پرهیزگاران معرفی می نماید: به دنبال صفت عالی خویشتن داری و فرو بردن خشم، مساله عفو و گذشت بیان شده است.

در آخر آیه نیز اشاره به مرحله ای از عفو شده که همچون یک سلسله مراتب تکاملی پشت سر هم قرار گرفته اند و این است که با نیکی در برابر بدی (جایی که شایسته است) دل بشوید ریشه ی دشمنی را در دل طرف مقابل نیز بسوزانید و قلب او را نسبت به خویشتن مهربان گرداند به طوری که در آینده چنان صحنه ای تکرار نشود. به طور خلاصه ابتدا دستور به خویشتن داری در برابر خشم، سپس دستور به شستتن قلب طرف می دهد. خشم یک هیجان ارضاء کننده و در عین حال ویران کننده است، سامانه درونی ما را فعال کرده و ما را برای رویارویی با خطرهای بالقوه پیرامون مان آماده می کند. خشم را می توان یک حالت هیجانی یا احساس درونی ناشی از برانگیختگی فیزیولوژیکی و شناخت و افکار مربوط به کینه توزی تعریف کرد (عارفی، ۱۳۸۷). تمام کودکان رفتار خشمگینانه از خود نشان می دهند که به نظر می رسد خشم آنها تحت تاثیر متغیرهای گوناگونی قرار می گیرد و در مراحل خاصی از تحول، شدت و تنوع بیشتری به خود می گیرند. با این وجود بروز رفتارهای برون ریزی در سنین مختلف ضرورت برنامه ریزی و درمان را مضاعف می سازد. در غیر این صورت رفتارهای پر خاشگرانه می توانند به منزله صفات با ثبات شخصیت، دیگر رفتارها را تا حد سنین بزرگسالی تحت تاثیر قرار دهند (کندال^۱، ۲۰۰۵، به نقل از کیمبرلی^۲، ۲۰۱۱). تاکنون محققان بروز رفتارهای پر خاشگرانه و خشم را به علل مختلفی نسبت داده اند. برخی از آنها بر نقش محوری طرحواره های شناختی در حفظ و ثبات رفتار خشمگینانه در زمان و موقعیت های گوناگون تاکید داشته اند. در این خصوص هافمن^۳ (۲۰۰۶) با ارائه مدل پردازش اطلاعات اجتماعی، نقش ساختارهای ذهنی به ویژه طرحواره های شناختی را در تنظیم رفتارهای پر خاشگرانه نشان دادند. در تحقیقی اوستروم^۴ و همکاران (۲۰۰۸، به نقل از کیمبرلی، ۲۰۱۱) به این نتیجه رسیدند که برنامه مراقبتی در راستای مدیریت خشم می تواند در افزایش توان کنترل خشم مددکاران بهداشتی مفید باشد. طرح اولیه آنها بر اساس راهکار مداخله درونی بدون نیاز به گروه کنترل بوده است و شرکت کنندگان در سه نوبت پرسشنامه ای را تکمیل کردند. بهبود قابل ملاحظه در متغیر آزمایشی نسبت به متغیرهای کنترل معنا دار بود. نتیجه گیری آنها چنین بود که آموزش مدیریت خشم می تواند ابزار مفیدی در مبارزه با خشم باشد. استفن^۵ و همکاران (۲۰۱۰) به بررسی ارزیابی اولیه خشونت در مدارس پرداختند. برنامه آنها شامل ۲۰ جلسه آموزش کلاسی مناسب پاسخگویی نیازهای نوجوانان مدرسه بوده است. یافته های حاصل از این پژوهش نشان داد که این برنامه ها برای آموزش دانش آموزان مفید بوده است. همچنین در گروه آزمایش به ویژه در مورد دختران نتایج معنا داری آشکار شد. کیمبرلی و همکاران (۲۰۱۱) اثربخشی برنامه ای با عنوان

1. Kendal
2. Kimberly
3. Hafman
4. Oostrom
5. Stephen

«بازی رفتار خوب بر سلوک و آموزش رسمی دانش آموزان متوسطه نیویورک» را مورد مطالعه قرار دادند. نتایج مطالعه آنها نشان داد که این برنامه سبب کاهش میزان سرقت، خشم و رفتارهای مخرب گردید. همچنین دانش آموزان و معلمان اعتبار اجتماعی آن شیوه را تایید کردند. اوستروم و میرلو^۱ (۲۰۰۸) به بررسی نتایج پیش آزمون و پس آزمون برنامه مدیریت خشم بر دانش آموزان ۷ تا ۱۱ ساله و خانواده آنها پرداختند نتایج نشان داد که آموزش بر کاهش خشم دانش آموزان موثر است. دنی^۲ (۲۰۰۹) به بررسی اثر یک برنامه ۱۶ هفته ای شناخت درمانی رفتاری بر مدیریت خشم پرداختند و نتایج نشان داد که برنامه مذکور اثر مثبتی بر کنترل خشم، ارتباط همسالان و رفتار گسستگی گروه ها دارد. هدف عمده تحقیق حاضر بررسی اثربخشی برنامه آموزش مدیریت خشم با آموزه های دینی به والد و فرزند جهت کاهش ناسازگاری دانش آموزان سال اول متوسطه شهر بندرعباس می باشد.

نمونه و روش نمونه گیری

نمونه و روش نمونه گیری: پژوهش حاضر یک طرح تجربی و از نوع پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل می باشد. جامعه آماری مورد نظر در این تحقیق شامل کلیه دانش آموزان پسر سال اول متوسطه ناحیه ۲ شهر بندرعباس در سال ۱۳۹۱ بوده است. با استفاده از روش نمونه گیری خوشه ای ۶۳۰ نفر از دانش آموزان به عنوان نمونه پژوهشی انتخاب شدند. والدین این دانش آموزان به پرسشنامه توانایی ها و مشکلات (SQD) پاسخ داده و گروه نمونه از طریق پرسشنامه ابراز حالت-۲ (STAXI 2) غربالگری شدند. از میان دانش آموزانی که با استفاده از مصاحبه بالینی و معیارهای DSM-IV-TR برای رفتارهای انحرافی، و بنا به گزارش والدین پرخاشگر توصیف شدند و در پرسشنامه SDQ یک انحراف معیار بالاتر از میانگین بودند ۴۶ نفر برگزیده شدند. این افراد به گونه تصادفی به دو گروه کنترل و آزمایشی تقسیم گردیدند. مدیریت خشم والد-فرزند با آموزه دینی شامل یک برنامه آموزشی مرکب از جلسات آموزشی برای والدین و فرزندان آنها بوده که به شرح زیر اجرا شد.

برنامه آموزش مبتنی بر آموزه های دینی والدین

این برنامه به صورت ۸ جلسه هفتگی و هر هفته دوساعت برگزار شد. در طی این جلسات مادران از راه دستورالعملهای دینی، اجرای دستورالعملها، تمرین و ایفای نقش، بحث گروهی، انجام تکلیف در منزل، دانش و مهارت لازم در زمینه مواجهه با فرزند خود را کسب می کردند. مطالب مورد بحث شامل آیات قرآنی، احادیث، رفتار و اعمال پیامبر و ائمه در برخورد با خشم، علل بد رفتاری در کودکان، مهارت حل مساله، برقراری ارتباط، شیوه های آموزش رفتارهای مطلوب به کودکان، راههای کنترل رفتارهای نامطلوب کودکان در منزل و شیوه های سازنده تشویق و تنبیه بوده است.

برنامه آموزش کنترل خشم به فرزند بر اساس آموزه های دینی

الف. شیوه های پیشگیری و مهار خشم با رویکرد مذهبی

با تامل در منابع اسلامی به روشنی در می یابیم که تلاشهای فراوانی برای ارائه بازخورد، ایجاد نگرش صحیح در مورد خشم و آثار مثبت مهار پرخاشگری و پیامدهای زینبار عدم مهار آن وجود دارد و محققین این پژوهش با استناد به آیات و روایات در هشت جلسه آموزشی به تغییر نگرشهای ناکارآمد در مورد خشم و پرخاش پرداختند. محتوای جلسات از قرار زیر بوده است:

1. Mierlo

2 Danny



۱. یادآوری و بحث در آیات و روایات مربوط به نکوهش خشم و غضب.
۲. بررسی زیر بنای خشم و موارد بوجود آورنده آن از دیدگاه اسلام.
۳. مضرات و عواقب عدم کنترل خشم.
۴. مزایای خویشنداری در هنگام خشم.
۵. راههای کنترل خشم در احادیث و روایات.
۶. ویژگیهای افراد کاظم و دارای توانایی های کنترل خشم.
۷. مقایسه آثار اخروی کنترل خشم با عواقب عدم کنترل آن.
۸. نتیجه گیری بحث و تبادل نظر

ب. برنامه شناختی-رفتاری کنترل خشم

جهت طراحی جلسات آموزشی مبتنی بر روش شناختی-رفتاری که به عنوان مداخلات آموزشی کاربرد دارد، از نظریه های زیر استفاده شده است.

۱. **روش حل مساله:** این روش یک فرایند شناختی-رفتاری است که به منظور کمک به افراد جهت سازگاری بیشتر با مسائل استرس زای زندگی به کار می رود و شامل تکنیک های زیر است.
 - ۱-۱. ایفای نقش وارونه به منظور تبیین عقاید غیر منطقی و ناسازگارانه.
 - ۱-۲. تصویر سازی ذهنی به منظور خلق تداعی های مثبت مرتبط با حل مساله بصورت گامی انگیزشی در جهت افزایش خود کارآمدی.
 - ۱-۳. رشد تفکر سازگارانه برای بررسی واکنش های هیجانی با روش ABC (دی سرمن^۱ و همکاران، ۲۰۰۲، به نقل از فردمن^۲، ۲۰۰۵).
۲. **روش های شناخت خویشتن:** که مبتنی بر روش مداخله ای اوسرمن، تری و بایبی (۲۰۰۶) به منظور شناخت مهارت ها، اهداف و انتظارات خود بکار می رود (همان منبع).
۳. **روش های کنترل خشم مبتنی بر شیوه های مانوکا واسپیراک** که در آن افراد با مهارتهای درک رفتار خشمگینانه، نظم بخشی، کنترل رفتار یا بر انگیزنده های درونی و بیرونی خشم آشنا می شوند و به منظور مواجهه با افکاری که خشم را راه اندازی می کنند از روش خود آموزی شناختی و برای کاهش تنش از تکنیک های آرامش بخش استفاده می شود (به نقل از گلدستاین^۳ و همکاران، ۲۰۰۵). رهنمودهای بر گرفته از دیدگاه بندورا که در آن نقش فرایندهای واسطه ای، الگوبرداری شناختی، تقویت باورهای خودکارآمد و ارایه بازخوردهای درونی و بیرونی در موارد مقتضی تاکید می شود. در یادگیری شناختی، مشاهده الگو تحت عنوان الگوبرداری شناختی به صورت تصاویر ذهنی ذخیره می شود و بعدا فرد آن را بازیابی می کند و افراد ضمن مشاهده الگو، اظهارات خود را با گفتار درونی بیان می کنند. این اظهارات فرایندهای ناآشکار حاصل از الگو برداری هستند (مک گوایر، ۲۰۰۵ و لیستراک، ۲۰۰۴، به نقل از یاوریان، ۱۳۸۵).

ابزارهای پژوهش

پرسش نامه توانایی و مشکلات (گوودمن^۴، ۱۹۹۷، به نقل از صادقی، ۱۳۸۰)

این پرسش نامه یک ابزار مناسب جهت ارزیابی مشکلات و توانایی فرزندان است که توسط گوودمن ساخته شده است. پرسشنامه مذکور دارای ۲۵ سوال است که مشکلات رفتاری و هیجانی فرزندان از دیدگاه والدین را آشکار

1 Dy Serman.

2-Freiden

3-Goldstion

4.Goodman



می سازد و نمره گذاری آن از صفر تا دو می باشد که برای گزینه های «درست نیست»، «تا حدی درست است» و «کاملاً درست است» در نظر گرفته شده است و دامنه نمرات می تواند بین ۰ تا ۵۰ نوسان داشته باشد این پرسشنامه دارای پنج شاخص بیش فعالی، مشکلات هیجانی، مشکلات سلوک، مشکل ارتباط با همتایان و رفتار پسندیده می باشد. پرسش نامه یاد شده در ایران اعتبار یابی شده و از اعتبار قابل قبولی برخوردار است (تهرانی دوست و همکاران، ۱۳۸۴، به نقل از یاوریان، ۱۳۸۵). میانگین آلفای کرنباخ آن ۰/۷۳ و ضریب پایایی به شیوه باز آزمایی با فاصله ۴ تا ۶ ماه ۰/۶۴ توسط گوودمن گزارش شده است.

پرسش نامه ابراز حالت صفت خشم = ۲ (STAXI-2)

برای غربالگری دانش آموزان خشمگین و انتخاب گروه هدف پرسشنامه STAXI-2 (اسپیلبرگ^۱ ۱۹۹۹ به نقل از صادقی، ۱۳۸۰) به کار گرفته شد. این پرسشنامه به عنوان ابزاری برای ارزیابی های پیش و پس از مداخله در برنامه های آموزشی مدیریت خشم کاربردی گسترده داشته است. پرسشنامه مذکور نسخه تجدید نظر شده پرسشنامه ۴۴ ماده ای اسپیلبرگ (۱۹۹۸) است و نسخه جدید آن دارای ۵۷ ماده است که راهنمایی عملی برای آن نوشته شده و در سال ۱۹۹۶ انتشار یافته است. STAXI-2 نمره هایی برای شش مقیاس و یک شاخص کلی خشم بدست می دهد. ضرایب آلفا برای مقیاس ها و خرده مقیاس های ناظر بر حالت خشم و صفت بالاتر از ۰/۸۲ (میانگین = ۰/۸۸) (اسپیلبرگ ۱۹۹۹) و برای مقیاس های بیان خشم (برون ریزی خشم، درون ریزی خشم) و کنترل خشم (برون ریزی خشم، کنترل درون ریزی خشم) و شاخص کلی خشم بالاتر از ۰/۷۳ (میانگین = ۰/۸۲) گزارش شده است.

در پژوهش حاضر به هنگام غربالگری آزمودنی ها، برای مقیاس صفت خشم و حالت خشم، ضرایبی به ترتیب برابر ۰/۸۹ و ۰/۸۳ و میانگین آلفای کرنباخ برای خرده مقیاس های هر دو مقیاس برابر با ۰/۷۵ و برای مقیاس های ابراز خشم و کنترل خشم و شاخص های کلی ابراز خشم برابر با ۰/۷۳ بدست آمده است. پایایی مقیاس های پرسش نامه به روش باز آزمایی در بررسی حاضر بر روی ۸۹ دانش آموز برابر با ۰/۷۶ بوده است. در بررسی راهنما، پرسشنامه STAXI 2 به همراه پرسشنامه سازگاری دانش آموزان و پرسشنامه سلامت عمومی، بر روی ۱۹۵ نفر دانش آموز پسر دبیرستانی اجرا شد و نشان داد که همبستگی مقیاس های پرسشنامه STAXI-2 با نمره های مربوط به ناسازگاری و همچنین اندازه های مربوط به نشانه های اختلال در سلامت عمومی مثبت و معنادار است.

نتایج

از جمله اهداف این پژوهش بررسی اثر آموزش مدیریت خشم والد-فرزند با آموزه های دینی بر ناسازگاری دانش آموزان سال سوم راهنمایی بوده است. بدین منظور دو گروه آموزشی که یکی از آن گروه ها هم خود و هم والدینشان در معرض آموزش شیوه های مدیریت خشم با آموزه های دینی قرار گرفتند و دیگری به عنوان گروه کنترل که در فهرست انتظار قرار داشتند در این پژوهش شرکت داشتند. جهت سرند کردن پرسشنامه سازگاری و پرسشنامه حالت و صفت خشم - ۲ (STAXI2) اجرا شد. میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای مورد بررسی بر حسب خرده مقیاس های مربوطه در جدول ۱ ارائه شده است.



جدول شماره ۱- میانگین و انحراف استاندارد گروه های آزمایشی و کنترل برحسب خرده مقیاس های ناسازگاری پیش و پس از آزمون

تعداد	حداکثر نمره	حداقل نمره	میانگین و انحراف استاندارد				شاخصهای اما ری گروهها	خرده مقیاسهای ناسازگاری
			پس آزمون		پیش آزمون			
			S D	\bar{X}	SD	\bar{X}		
۲۳	۱۸	۸	۱۲۰ ۱	۴/۸۱	۲/۲۱	۱۲/۱۵	آزمایشی	ناسازگاری تحصیلی
۲۳	۱۶	۹	۱۰۰ ۳	۱۰۵ ۱۱	۲/۱۰	۱۱/۶۳	کنترل	
۲۳	۱۵	۵	۱۷۵ ۱	۸/۳۱	۳/۵۲	۱۶/۲۳	آزمایشی	ناسازگاری اجتماعی
۲۳	۱۷	۱۰	۱۲۵ ۳	۱۴۵ ۱۳	۲/۹۸	۱۵/۸۹	کنترل	
۲۳	۱۹	۵	۱۸۰ ۱	۶/۱۲	۲/۵۴	۱۳/۳۹	آزمایشی	ناسازگاری هیجانی
۲۳	۱۸	۴.۹	۱۵۰ ۲	۱۹۳ ۱۳	۳/۶۱	۱۴/۸۱	کنترل	
۲۳	۵۷	۲۱	۱۱۳ ۳	۱۲۱ ۱۶	۶/۷۸	۴۵/۱۳	آزمایشی	ناسازگاری کل
۲۳	۵۴	۲۳	۱۴۲ ۷	۱۱۴ ۳۹	۵/۳۵	۴۲/۸۳	کنترل	

جدول شماره ۲- نتایج تحلیل واریانس چند متغیری (MANVA) نمره های تفاضل پیش آزمون و پس آزمون گروههای آزمایشی و گواه

سطح معنا داری	F	DFخطا	DFفرضیه	مقدار	آزمون
۰/۰۰۳	۶.۹۱	۴۳	۴	۰/۳۶	آزمون اثر پیلاپی
۰/۰۰۳	۶.۹۱	۴۳	۴	۰/۶۵	آزمون لامبدای ویلکز
۰/۰۰۳	۶.۹۱	۴۳	۴	۰/۵۱	آزمون اثر هیتلینگ
۰/۰۰۳	۶.۹۱	۴۳	۴	۰/۵۴	آزمون بزرگترین ریشه روی

همانطور که در جدول شماره ۲ مشاهده می شود سطح معنا داری همه آزمون ها بیانگر آن است که بین کودکان گروه های آزمایشی و کنترل دست کم از لحاظ یکی از متغیرهای ناسازگاری کلی، ناسازگاری تحصیلی، ناسازگاری اجتماعی و ناسازگاری هیجانی تفاوت معنی داری وجود دارد. برای پی بردن به این تفاوت، تحلیل واریانس یک راه در متن (MANVA) انجام شد که نتایج حاصل از آزمون اثرات بین آزمودنی ها در جدول ۳ ارائه شده است.



جدول شماره ۳- نتایج اثرات بین آزمودنی ها از لحاظ تفاضل نمره های پیش آزمون و پس آزمون ناسازگاری کلی

وخرده مقیاس های آن

متغیرها	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	سطح معناداری
ناسازگاری تحصیلی	۳۹۵/۰۷	۱	۳۹۵/۰۷	۶/۶۷	۰/۰۱۵
ناسازگاری اجتماعی	۷۷۴/۴۷	۱	۷۷۴/۴۷	۱۳/۰۸	۰/۰۰۱
ناسازگاری هیجانی	۷۱۴/۹۱	۱	۷۱۴/۹۱	۱۲/۰۷	۰/۰۰۱
ناسازگاری کلی	۶۹۹/۵۱	۱	۶۹۹/۵۱	۱۱/۸۱	۰/۰۰۱

همانطور که در جدول ۳ ملاحظه می شود بین دو گروه آزمایشی و کنترل از لحاظ متغیرهای ناسازگاری هیجانی ($p \leq 0/001$) و ناسازگاری کلی ($p \leq 0/001$) تفاوت معناداری وجود دارد و همچنین بین دو گروه از لحاظ متغیر ناسازگاری تحصیلی ($p \leq 0/015$) و ناسازگاری اجتماعی ($p \leq 0/001$) نیز تفاوت معنی داری وجود دارد.

بحث و نتیجه گیری

یکی از اهداف اصلی این پژوهش بررسی اثر برنامه مدیریت خشم با آموزه های مذهبی بر کنترل خشم می باشد. تحقیقات نشان می دهد که خشم مهار نشده سازگاری افراد را به خطر انداخته و از پیشرفت و موفقیت آنها جلو گیری می کند (بارون^۱، ۲۰۰۱، به نقل از یاوریان، ۱۳۸۵). برنامه های مدیریت خشم در صورتی که به طور صحیح و جدی اجرا شود می تواند طول دوره خشم همچنین فراوانی آنرا کاهش داده و سازگاری فرد را افزایش دهد و مشکلات بین فردی را از بین ببرد. با توجه به همبندی خشم و خشونت و ناسازگاری اجتماعی، تحصیلی، شغلی و غیره، از طریق کمک به کنترل خشم و آموزش برنامه های مذهبی اثر گذار بر آن تا حدود زیادی می توان سازگاری، بهداشت روان و پیشرفت تحصیلی-شغلی را افزایش داد. تجزیه و تحلیل نتایج حاصل از این پژوهش نشان می دهد که اجرای برنامه های آموزشی مدیریت خشم (کودک-والد) با آموزه دینی سبب کسب مهارت های آزمودنی در جهت سازگاری خواهد بود.

یافته های پژوهش حاضر با یافته های بسیاری از پژوهش های انجام شده از جمله هیل^۲ (۲۰۰۷)، جیمز^۳ (۲۰۰۳)، ارون و هیوسمان (۱۹۹۹)، هیوسمان (۱۹۹۸)، فریدن (۲۰۰۵)، کوئینگ^۴ (۲۰۰۴)، گلدشتاین (۲۰۰۵)، الهیاری (۱۳۷۶)، گلشن و یاوریان اعجاز (۱۳۸۵)، استفن و همکاران (۲۰۱۰)، کیمبرلی (۲۰۱۱)، مور و کلوز^۶ (۲۰۰۸)، سی ۷ بولد و هیل^۸ (۲۰۰۶) همخوان است. پژوهش های مذکور نشان داده اند که نوجوانان شرکت کننده در دوره های آموزشی مدیریت خشم با آموزه های دینی، با کسب مهارت های لازم می توانند فراوانی و شدت برون داد های خشم خود را کاهش داده، همچنین رفتار سازگارانه بیشتری از خود نشان دهند. از جمله یافته های قابل یاد آوری و مهم این پژوهش اثر برنامه های چند گانه بر ابعاد گوناگون ناسازگاری (تحصیلی، هیجانی، اجتماعی، کلی) است که در بین دو گروه شرکت کننده تمامی سطوح ناسازگاری تفاوت معناداری نشان داد. می توان این یافته ها را این گونه تفسیر کرد که در جامعه کنونی صرف

1 Baron

2 Hill

3 James

4 Kooeng

5 Moore

6 Kloose

7 Sybold

8 Hill



ستاد احیا امر به معروف و نهی از منکر
استان هرمزگان



موسسه فرهنگی هنری آستان خلیج فارس
معاونت مطالعات فرهنگی اجتماعی



واحد استان هرمزگان

نخستین همایش اسلام و سلامت روان - بندرعباس، اسفندماه ۱۳۹۱

آموزش تحصیلی رسمی دانش آموزان و نوجوانان، کفایت کننده زندگی بی دغدغه و راحت نیست بلکه در کنار آموزش تحصیلی به آموزش های مذهبی، رفتاری که پیش نیاز موفقیت های بعدی است نیز باید پرداخت. تقدیر و تشکر

در پایان از مسولین محترم اداره کل آموزش و پرورش استان هرمزگان، دست اندر کاران آموزش و پرورش ناحیه دو، والدین و دانش آموزان محترم شرکت کننده در این پژوهش تقدیر و تشکر به عمل می آید.

منابع

قران کریم، سوره آل عمران، آیه ۱۳۲.

- [۱] الهیاری، عباسعلی (۱۳۷۶). تعیین پرخاشگری نوجوانان برحسب مولفه های شخصیت و بررسی رابطه این مولفه ها و سطح پرخاشگری با مولفه های شخصیتی پسران و تاثیر شیوه درمانگری تنش زدایی بر پرخاشگری. پایان نامه دکتری، تهران
 - [۲] حمدیه، مصطفی؛ ترقی جاه، صدیقه. (۱۳۸۷). تاثیر گروه درمانی شناختی معنوی بر میزان افسردگی. مجله پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی؛ ۱۳(۵): ۳۸۳-۳۸۹.
 - [۳] حمید، نجمه. (۱۳۸۸). مقایسه رواندرمانی شناختی-رفتاری با شناخت درمانی توام با رویکرد مذهبی بر افسردگی در زنان افسرده. مجله روانشناختی؛ ۱(۱۲): ۳۶-۴۹.
 - [۴] سامانی، سیامک (۱۳۷۶). بررسی اعتبار و قابلیت مقیاس اعتماد رفتاری کودکان. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تهران.
 - [۵] صادقی، احمد (۱۳۸۰). بررسی اثرسنجش آموزش گروهی کنترل خشم به شیوه عقلانی و رفتاری و عاطفی بر کاهش رفتار پرخاشگری دانش آموزان پسر. پایان نامه کارشناسی ارشد، اصفهان.
 - [۶] عارفی، مژگان (۱۳۷۸). بررسی پرخاشگری ارتباطی و رابطه آن با سازگاری عاطفی-اجتماعی دانش آموزان مقطع ابتدایی شهر شیراز. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه شیراز.
 - [۷] عبادی، ندا؛ سودانی، منصور؛ فقیهی، علینقی؛ حسین پور، محمد. (۱۳۸۹). بررسی اثر بخشی آموزش مثبت نگری با تاکید بر آیات قرآنی بر افزایش امید به زندگی زنان. یافته های نو در روانشناسی؛ ۷۱-۸۴.
 - [۸] کرامتی، کرامت (۱۳۸۰). بررسی اثر محرومیت از پدر بر اختلالات رفتاری کودکان مدرسه ابتدایی. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علوم پزشکی ایران.
 - [۹] یاوریان، رویا؛ گلشن، اعجاز. (۱۳۸۵). بررسی اثر بخشی، آموزش گروهی مهار خشم به شیوه عقلانی و رفتاری و عاطفی بر کاهش پرخاشگری دختران. پایان نامه کارشناسی ارشد، ارومیه.
- Danny, H. (2008). Relationship aggression management training and experiences of patient aggression Journal for Nursing Profession vol, 31, P. 20-24.
- Freiden, J. (2005). Anger management group intervention P psychological bulletin, vol, 115, P. 70-77
- Goldston, A. p. (2005). New perspectives on aggression eplacement training. Journal Clinical Psychology, vol, 31, P. 550-561.
- Hill, P. C., & Pargament, I. (2007). Advances in the conceptualization and measurement of religion and spirituality. Implications for physical and mental health research. American Journal of Psychology, 58(1), 64-74.
- Hofmann, S. G. (2006). The importance of culture in cognitive and behavioral practice. Cognitive Behavioral Practice, 4(13): 243-54.
- Huesmann, L. R. (1999). An information processing model for the development of aggression behavior, vol, 14, P. 13-24.



ستاد احیا امر به معروف و نهی از منکر
استان هرمزگان



موسسه فرهنگی هنری آستان خلیج فارس
معاونت مطالعات فرهنگی اجتماعی



واحد استان هرمزگان

نخستین همایش اسلام و سلامت روان - بندرعباس، اسفندماه ۱۳۹۱

- James, A., & Wells, A. (2003). Religion and mental health: Toward a cognitive behavioral framework. *British Journal of Health Psychology*, 8, 359-376.
- Kimberly, E.K.& Philip, A.S.(2011).The effects of the good behavior game on the conduct regular education New York city high school students. *Behavior modification*,vol, 35,Iss.1,p.95.
- Koenig, H.G., McCullough, M.E., Larson, D.B.(2004). *Handbook of religion and health*. New York: Oxford University Press
- Larson, D. B., & Larson, S. S. (1998). Spirituality potential relevance to physical and emotional health: A brief review of quantitative research. *Journal of Psychology & Theology*, 37(1), 37.
- Moore, T., & Kloos, R. R. (2008). Complementary inquiry and collaborative interventions of spirituality, religion, and psychology. *Journal of Community Psychology*, 29(5), 487-495
- Oostrom, J. k. & Mierlo, H. V. (2008).An evolution of an aggression management training program to cope with workplace violence in the health sector. *Research in Nursing & Health*,vol,31, P.320-329.
- Saxena, S. H., & WHO QOL SRPB Group (2006). A cross-cultural study of spirituality, religion, and personal beliefs as components of quality of life. *Social Science & Medicine*, 62, 1486-1497.
- Sybold, K. S., & Hill, P. C. (2006). The role of religion and spirituality mental and physical health. *Current Directions in Psychological Science*, 10(1), 21-24.
- Stephen, S., Tracy E., Brooke P.et al.(2010). The preventing relating aggression in schools every day program .*School psychology review*,vol,39,P.569-577.
- Worthington, E.L., Kurusu, T.A., McCullough, M.E., Sandage, S.J.(1996). Empirical research on religion and research on religion and Psychotherapeutic processes and outcome: A Ten-year review and research prospectus. *Psychological Bulletin* ; 119: 448-87.