رویش روان شناسی، سال۱۳، شماره ۲، شماره پیاپی۹۵، اردیبهشت ۱۴۰۳
Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),13(2), 2024

اثربخشی آموزش گروهی ذهن مشفق بر بلاتکلیفی پریشان کننده و اسناد خصمانه در نوجوانان پسر مستعد به اعتیاد

The effectiveness of Compassionate Mind Group Training on disturbing indecisiveness and hostile documents in adolescent boys prone to addiction

سید مجید موسوی
دانشجوی کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی، دانشکدهٔ علوم تربیتی و روان-شناسی، دانشگاه محلات، محلات، ایران.
اعظم براتی (نویسنده مسئول)
استادیار گروه روانشناسی، واحد محلات، دانشگاه آزاد اسلامی، محلات، ایران.

Seyed Majid Mousavi
MA Student, Department of Psychology, School of Educational Sciences and Psychology, Mahalat University, Mahalat, Iran.
Azam Barati *
Assistant Professor, Department of Psychology, Mahalat Branch, Islamic Azad University, Mahalat, Iran.
Barati_azam28@yahoo.com

چکیده

هدف از پژوهش حاضر تعیین اثربخشی آموزش گروهی ذهن مشفق بر بلاتکلیفی پریشان کننده و اسناد خصمانه در نوجوانان پسر مستعد به اعتیاد بود. پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه کنترل و دوره پیگیری دو ماهه بود. جامعه آماری شامل تمامی دانش آموزان پسر متوسطه دوم شهر محلات در نیمه دوم سال ۱۴۰۲- ۱۴۰۱ بود. نمونه این پژوهش شامل ۳۰ نفر از نوجوانان پسر مستعد اعتیاد بود که به‌صورت هدفمند انتخاب به صورت تصادفی ۱۵ نفر در گروه گواه و ۱۵ نفر در گروه آزمایش جایگزین شد. داده‌ها با استفاده از مقیاس تحمل‌ناپذیری بلاتکلیفی فریستون (IUS، ۱۹۹۴) و اسنادخصمانه (HDS، آرنتز و همکاران، ۲۰۰۳) جمع‌آوری شد. مداخله آموزش گروهی ذهن مشفق طی ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای هفته‌ای یکبار انجام شد. داده‌های پژوهش، به‌روش تحلیل واریانس آمیخته (بااندازه‌گیری مکرر) مورد تجزیه وتحلیل قرار گرفت. نتایج نشان داد که در متغیر اسناد خصمانه تفاوت بین مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون (p<۰/۰۵) و پیش‌آزمون پیگیری (p<۰/۰۵) و در متغیر بلاتکلیفی پریشان کننده نیز تفاوت بین مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون (p<۰/۰۵) و پیش‌آزمون و پیگیری (pd<۰/۰۵) معنادار بود. با توجه به یافته‌های پژوهش حاضر نتیجه‌گیری می‌شود آموزش گروهی ذهن مشفق بر بلاتکلیفی پریشان کننده و اسناد خصمانه در نوجوانان پسر مستعد به اعتیاد موثر است.

واژه‌های کلیدی: *بلاتکلیفی پریشان کننده، آموزش گروهی ذهن مشفق، استعداد اعتیاد، اسناد خصمانه.*

Abstract

The present study aimed to determine the Effectiveness of Compassionate Mind Group Training on disturbing indecision and hostile documents in adolescent boys prone to addiction. The current research was semi-experimental with a pre-test-post-test design with a control group and a two-month follow-up period. The statistical population included all male secondary school students of Mahalat City in the second half of 2022-2023. The sample of this research included 30 male adolescents prone to addiction who were selected as available. Then, among the research sample, 15 people were randomly replaced in the control group and 15 people in the experimental group. Data were collected using Freestone's Intolerance of Uncertainty Scale (IUS) (1994) and Hostile Documents (HDS) (Arentz et al., 2003). The group training intervention of Mendan Mushfaq was carried out during 8 sessions of 90 minutes once a week. The research data was analyzed by mixed variance analysis (repeated measurement). The results showed that in the variable of hostile documents, the difference between the pre-test and post-test stage (p<0.05) and the follow-up pre-test (p<0.05), and In the distracting uncertainty variable, the difference between pre-test and post-test (p<0.05) and pre-test and follow-up (p<0.05) was significant. According to the findings of the present study, it can be concluded that the group training of Mushfiq's mind is effective in disturbing indecisiveness and hostile documents in adolescent boys who are prone to addiction.

Keywords: *disturbing indecisiveness, group training of open-mindedness, aptitude for addiction, hostile documents.*

نوع مقاله : پژوهشی **دریافت : اردیبهشت ۱۴۰۲** **پذیرش: اسفند ۱۴۰۲** **ویرایش نهایی: اردیبهشت ۱۴۰۳**

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-15]

مقدمه

سال‌های نوجوانی[۱] مرحله مهم و برجسته رشد و تکامل اجتماعی و روانی فرد به شمار می‌رود (آستریج[۲] و همکاران، ۲۰۲۳). در این دوره نیاز به تعادل هیجانی و عاطفی به‌خصوص تعادل بین عواطف و عقل، درک ارزش وجودی خویشتن، خودآگاهی با انتخاب هدف‌های واقعی در زندگی، استقلال عاطفی از خانواده، حفظ تعادل روانی و عاطفی خویش در مقابل عوامل فشارزای زندگی و محیطی و برقراری روابط سالم با دیگران، کسب مهارت‌های اجتماعی لازم در دوست‌یابی، شناخت زندگی سالم و مؤثر و چگونگی برخورداری از آن مهم‌ترین نیازهای نوجوان را تشکیل می‌دهد (مالاموت[۳] و همکاران، ۲۰۲۳). در انسان‌ها تغییرات گسترده در ظاهر و عملکرد بدن شامل تغییرات هورمونی موازی با تغییرات مهم در فرآیندهای روانشناختی و رفتاری مانند انگیزش، کنترل شناختی، هیجان و جهت گیری اجتماعی اتفاق می‌افتد (جین[۴] و همکاران، ۲۰۲۳). در طول نوجوانی، نوجوان به تدریج توانایی کنترل رفتار برای رسیدن به اهداف بلندمت را به دست می‌آورد. پیشرفت در توانایی خود تنظیمی به همراه تغییرات عمیق در فرآیندهای انگیزشی اتفاق می‌افتد و این عدم توازن بین فرآیندها می تواند زمینه ای برای شروع اختلالات در این دوره سنی باشد (نیکولسون[۵] و همکاران، ۲۰۲۳). در طول دوره نوجوانی، بازداری پاسخ یکی از آخرین مهارت‌های سیستم کنترل شناختی است که تحول می یابد و این رسش موخر و کندتر می‌تواند عاملی در رفتار پر خطر نوجوان از جمله آمادگی برای اعتیاد به مصرف مواد باشد (میسل[۶] و همکاران، ۲۰۲۳).

از جمله مولفه‌های روان شناختی در زمینه گرایش به اعتیاد که توجه نظری گسترده‌ای را در مطالعات معاصر به خود معطوف کرده است بلاتکلیفی پریشان کننده[۷] (گائولد[۸] و همکاران، ۲۰۲۳) و اسناد خصمانه[۹] (ویلدون و هیدت[۱۰]، ۲۰۲۳) است. شواهد نشان می‌دهند که نرخ بالایی از همبودی بین گرایش به مصرف مواد مخدر با حالات اضطرابی وجود دارد (لو[۱۱] و همکاران، ۲۰۲۲). در الگوی عدم تحمل‌بلاتکلیفی مربوط به نگرانی، این سازه نقش مهمی در ایجاد و تداوم نگرانی بیش از حد افراد ایفا می‌کند (وجیک[۱۲] و همکاران، ۲۰۲۳). بلاتکلیفی پریشان کننده می‌تواند به عنوان نوعی سوگیری شناختی تعریف شود که چگونگی ادراک، تفسیر و پاسخ به موقعیت‌های مبهم را در سطح شناختی، هیجانی و رفتاری تحت تأثیر قرار می‌دهد (وجتاسزیک[۱۳] و همکاران، ۲۰۲۲). افرادی‌که در برابر بلاتکلیفی تحمل ناپذیر هستند، معتقدند که بلاتکلیفی استرس‌زا و ناراحت کننده است، بلاتکلیفی در مورد آینده ناعادلانه است، رویدادهای منفی غیر منتظره هستند و باید از آن‌ها اجتناب کرد و همچنین بلاتکلیفی با توانایی فرد برای عمل و رفتار کردن تداخل می‌کند (لارکین[۱۴] و همکاران، ۲۰۲۲). افراد مستعد به اعتیاد موقعیت‌های بیشتری را به صورت مبهم ادراک می‌کنند و با توجه به این که تحمل این ابهام را سخت می‌دانند، برانگیختگی هیجانی و اضطراب بالا و مداومی را تجربه می‌کنند (میچلا[۱۵] و همکاران، ۲۰۲۳). بررسی پیشینه پژوهش نشان می‌دهد که مشکلات رفتاری افراد مستعد به اعتیاد در زندگی روزمره آن‌ها به وجود می‌آید و استرس فراوانی بر این افراد وارد می‌کند (گولدوی[۱۶] و همکاران، ۲۰۲۳). علاوه بر ارتباط این سازه با نگرانی و آشفتگی ناشی از بلاتکلیفی، به صورت معناداری با برانگیختگی اضطرابی همراه با فقدان لذت همبستگی دارد (زای[۱۷] و همکاران، ۲۰۱۹). از طرفی پژوهش ارسلان[۱۸] و همکاران (۲۰۲۱) نشان داد که بلاتکلیفی پریشان کننده، یکی از پیش‌بینی کننده‌های سازگاری پایین افراد مستعد به اعتیاد با محیط می‌باشد.

1 - adolescence
2 - Astridge
3 - Malamut
4 - Jin
5 - Nicholson
6 - Mesele
7 - Disturbing uncertainty
8 - Gauld
9 - Hostile documents
10 - Wheeldon, Heidt
11 - Luo
12 - Vujić
13 - Wojtaszek
14 - Larkin
15 - Michela
16 - Goldway
17 - Xie
18 - Arslan

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-15]

اسنادهای خصمانه، یکی از پیش‌بینی کننده‌های گرایش به اعتیاد در افراد است (راترفورد[1] و همکاران، ۲۰۲۱). اسنادهای خصمانه به‌عنوان تمایل به‌منظور دشمنی نسبت به رفتارهای دیگران تعریف‌شده‌اند (اوهنو[2]، ۲۰۲۲). برخی نظریه‌پردازان ازجمله دادج و پریس[3] (۱۹۹۰) بر این عقیده‌اند که در وقوع پرخاشگری، تعارض و افسردگی، نقش سوگیری‌های اسنادی خصمانه شناختی پرخاشگری از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است (پنگ[4] و همکاران، ۲۰۲۲). همچنین، مکانیسم‌های شناختی پرخاشگری، تعارض و افسردگی اغلب مورد مطالعه قرارگرفته‌اند و اسناد خصمانه به‌عنوان یک عامل شناختی مهم در ایجاد و توسعه پرخاشگری و تعارض شناخته‌شده است (کوآن[5] و همکاران، ۲۰۱۹). یک عامل شناختی مهم در سوگیری اسناد خصمانه ناظر بر تمایل فرد به تعبیر و تفسیر خصمانه رفتارهای دیگران در موقعیت‌های اجتماعی است، بدون آن‌که رفتار دیگری و پیامدهای آن رابطه وجود داشته باشد (جیائو[6]، ۲۰۲۱). دادج و همکاران (۱۹۹۰) نشان می‌دهد که اسناد خصمانه در بروز رفتارهای پرخاشگرانه، گرایش به مصرف مواد و نشانه‌های افسردگی نقش دارند و از سوی دیگر سوگیری اسناد خصمانه یکی از مهم‌ترین واکنش‌های پرخاشگرانه و افسرده ساز به شمار می‌آیند (باک[7]و همکاران، ۲۰۲۰).

مداخله در دوره نوجوانی که یک دوره مهم رشدی است؛ برای کمک به پیشگیری از آسیب‌های روانی در دوره بزرگسالی ضروری است. یکی از رویکردهای جدیدی که هم از اصول درمان‌های شناختی رفتاری بهره‌مند است و هم بر کنترل هیجانات تأکید دارد، آموزش ذهن مشفق[8] است. درمان مبتنی بر ذهن مشفق (آموزش توجه مهرورزانه به خود) توسط گیلبرت برای افرادی که مشکلات مزمنی نظیر اضطراب و افسردگی داشته‌اند و دچار شرمساری و خود تخریبی و خود سرزنشگری شده‌اند. پدید آمد (پرکینز[9] و همکاران، ۲۰۲۲). خود شفقتی تأثیر قابل‌توجهی در پریشانی روانی ابعاد مختلف نشانه‌های روان‌شناختی و عاطفه مثبت دارد (هندری و بریتمیر[10]، ۲۰۲۲). مدل شفقتی که در ذهن مشفق مورداستفاده قرارمی‌گیرد برمبنای رویکردتکاملی نسبت به کارکردهای روانشناختی است. بر اساس این رویکرد، انگیزش‌ها و قابلیت‌های شفقت ورزی با نظام‌های مغزی تکامل بافت‌های مرتبط است که زیربنای رفتارهای دلبستگی، نوع‌دوستی و مهرورزی قرار دارند (فرناندز[11] و همکاران، ۲۰۲۱). کارکرد طبیعی شفقت نیز ایجاد رفتارهای مهرجویانه، فراهم کردن موقعیت‌هایی برای به هم‌پیوستگی، امنیت، تسکین بخشی، مشارکت، ترغیب و حمایت می‌باشد (کاریاواسام[12] و همکاران، ۲۰۲۳). محققین نشان داده‌اند که تکامل رفتار مهرجویانه نیازمند تغییرات معنی‌داری در سازمان‌دهی رفتار جنگ گریز می‌باشد. یعنی رفتار مهرجویانه انسان‌ها نشان‌دهنده توانایی خاموش و کم قدرت سازی سیستم محافظت و خطر و تحریک سیستم‌های مرتبط باتجربه عواطف مثبت است (ماویتونا[13] و همکاران، ۲۰۲۲). دپو[14] (۲۰۰۵) سه سیستم را در ارتباط با سیستم‌های تنظیم هیجانات مورد شناسایی قرار داده است؛ این سیستم‌ها عبارت‌اند از: ۱- نظام‌های متمرکز بر تهدید و محافظت از خود: شامل مجموعه‌ای از هیجان‌های منفی مثل اضطراب و استرس و مجموعه‌ای از رفتارهای دفاعی مثل جنگ، گریز، خشک زدن و سلطه‌پذیری می‌باشد؛ ۲- سیستم متمرکز بر سایق، جستجو و اکتساب: هیجان‌ها و فعالیت‌های لذت‌بخش محصول فعالیت اجزای این سیستم است و ۳- سیستم رضایت، تسکین و مهرجویی: عامل ایجاد حالت‌های رضایت و آرامش در زمان‌هایی که سیستم تمرکز بر تهدید فعال می‌باشد یا ارگانیسم در جستجوی منابع جدید نیست (قاسمی و همکاران، ۱۴۰۱). برای بسیاری از افرادی که درگیر اختلالات روان‌شناختی هستند، سیستم تهدید و محافظت از خود در یک پرکاری شدید به سر می‌برد به‌گونه‌ای که نتیجه آن سطوح بالای استرس و نگرانی تجربه‌شده توسط این افراد است. برعکس، در این افراد سیستم رضایت و تسکین از سطح رشد یافتگی پایین‌تری برخوردار است، زیرا آنها هرگز فرصت تحول این سیستم را نداشته‌اند (آلتنر و فریدریچ[15]، ۲۰۲۲). این افراد به دلیل کم تحولی سیستم تسکین بخشی به‌شدت در برابر خود انتقادی و تجربه‌ی خلق پایین آسیب‌پذیرند، زیرا سیستم تسکین بخشی این افراد در این مواقع نمی‌تواند کارکرد حمایتی خود را اعمال کند و این کژ کاری نیز زمینه‌ای را برای ایجاد آسیب‌شناسی روانی ایجاد می‌کند؛ برای این

1 - Rutherford
2 - Ohno
3- Dodge & Price
4 - Peng
5- Quan
6 - Jiao
7 - Buck
8 - Compassionate Mind Training(CMT)
9 - Perkins
10 - Hendry, Breitmeyer
11 - Fernandes
12 - Kariyawasam
13 - Mavituna
14 - Depue
15 - Altner, Friedrich

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-15]

افراد درمان ذهن مشفق مانند فیزیوتراپی ذهن عمل می‌کند، یعنی با تحریک سیستم تسکین بخشی، زمینه‌ی تحول آن فراهم می‌شود (نوردر[1] و همکاران، ۲۰۲۳).

آمارها در ایران نشان می‌دهد که حدود ۱۶ درصد از مصرف کنندگان مواد مخدر و صنعتی کمتر از ۱۸ سال دارند (زارعی، ۱۴۰۰)؛ بنابراین ارائه راه‌کارهایی برای کاهش آن ضروری به نظر می‌رسد. بنابراین براساس کمبود پژوهش در نوجوانان ایرانی به خصوص در مورد نقش بلاتکلیفی پریشان کننده و اسناد خصمانه و اثربخشی آموزش گروهی ذهن مشفق، هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی آموزش گروهی ذهن مشفق بر بلاتکلیفی پریشان کننده و اسناد خصمانه در نوجوانان پسر مستعد به اعتیاد بود.

روش

روش پژوهش حاضر نیمه آزمایشی، با طرح پیش آزمون-پس آزمون و دوره پیگیری ۲ ماهه با گروه کنترل بود. جامعه آماری دربرگیرنده تمامی دانش آموزان پسر متوسطه دوم شهر محلات در نیمه دوم سال ۱۴۰۲- ۱۴۰۱ بود. که از بین آن ها ۱۵ دانش‌آموز به صورت روش نمونه‌گیری در دسترس (۱۵نفر گروه آزمایش و ۱۵ نفر گروه گواه) انتخاب و به‌صورت تصادفی در یکی از گروه‌های مداخله یا گواه جایگزین شدند. معیارهای ورود به نمونه شامل کسب نمره‌هایی که براساس پرسشنامه استعداد اعتیاد نشان دهنده استعداد اعتیاد بالا بود (افرادی که در این مقیاس نمره ۴۰ تا ۵۰ کسب کرده بودند؛ افراد مستعد به اعتیاد انتخاب شدند (زینالی، ۱۳۹۳))، زندگی مشترک با والدین؛ رضایت کتبی والدین و تمایل دانش‌آموز به همکاری و شرکت در جلسات و ملاک های خروج: شرکت در گروه‌های درمانی دیگر به صورت همزمان، مصرف دارو و غیبت بیش از دو جلسه در حین مداخلات بود. ملاحظات اخلاقی پژوهش نیز به تمامی افراد نمونه اطمینان داده شد که اسمی از آن ها در هیچ قسمت پژوهش ذکر نخواهد شد و تنها از نتایج داده‌ها استفاده می‌شود. به‌منظور انجام پژوهش یک جلسه توجیهی برگزار شد و فرم رضایت‌نامه و پرسشنامه حاوی اطلاعات دموگرافیک بین شرکت‌کنندگان توزیع شد. با هدف ناشناس بودن و برای اینکه حریم خصوصی شرکت کنندگان تضمین شود، برای هر شرکت کننده کد متناسب اختصاص داده شد. پس از انتخاب و گمارش آزمودنی‌ها و قبل از اجرای جلسات درمان آزمودنی‌های هر دو گروه از طریق پرسشنامه تحمل ناپذیری بلاتکلیفی و اسناد خصمانه مورد ارزیابی قرار گرفتند. سپس گروه آزمایشی آموزش گروهی ذهن مشفق تحت مداخله ۸ جلسه‌ای و بر اساس جلسات ۱/۵ ساعته هفته‌ای یک بار قرار گرفتند. گروه گواه مداخله‌ای دریافت نکرد. پس از پایان جلسات درمان آزمودنی‌های هر دو گروه مجدداً با ابزار پژوهش مورد ارزیابی قرار گرفتند و بعد از گذشته دو ماه نیز پیگیری صورت گرفت. داده‌های حاصل از پژوهش با استفاده از SPSS ویراست ۲۶ و روش آماری تحلیل واریانس آمیخته (با اندازه‌گیری مکرر) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

ابزار سنجش

پرسشنامه تحمل‌ناپذیری بلاتکلیفی[2] (IUS): این پرسشنامه دارای ۲۷ ماده است که توسط فریستون[3] و همکاران (۱۹۹۴) برای ارزیابی واکنش‌های هیجانی، شناختی و رفتاری افراد به موقعیت‌های غیر حتمی تدوین شد. این مقیاس در طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (کاملاً درست= ۵ تا کاملاً نادرست= ۱) نمره‌گذاری می‌شود. اعتبار این آزمون را فریستون و همکاران (۱۹۹۴) رضایت‌بخش گزارش کردند. بوهر و داگاس[4] (۲۰۰۲) ضریب آلفای کرونباخ به‌دست‌آمده برای این مقیاس ۰/۹۴ گزارش کردند. همچنین ضریب همبستگی این مقیاس با پرسشنامه نگرانی (r=۰/۶۰)، مقیاس افسردگی بک[5] (r=۰/۵۹) و مقیاس اضطراب بک (r=۰/۵۵) در سطح معنی‌داری به‌دست‌آمده است (بوهر و همکاران، ۲۰۰۲). در ایران روایی سازه، همگرا و تشخیصی (افتراقی) مقیاس تحمل‌ناپذیری بلاتکلیفی از طریق اجرای هم‌زمان مقیاس اضطراب بک (BAI، بک و همکاران، ۱۹۹۳)، پرسشنامه نگرانی (PSWQ، می یر[6] و همکاران، ۱۹۹۰)، فهرست عواطف مثبت و منفی (PANAS، واتسون[7] و همکاران، ۱۹۸۸) و مقیاس سلامت روانی (MHI-28، بشارت، ۱۳۸۸) توسط بشارت (۱۳۸۸) محاسبه شد. نتایج همبستگی پیرسون نشان داد که بین نمره شرکت‌کنندگان در مقیاس تحمل‌ناپذیری بلاتکلیفی با اضطراب، عواطف منفی و درماندگی

1 - Norder
2. Uncertainty intolerance
3. Feriston
4. Buhr, Dugas
5 . Beack
6 . Myer
7 . Watson

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-15]

روان‌شناختی همبستگی مثبت معنادار از ۰/۴۳ تا ۰/۶۲ (P<۰/۰۰۱) و عواطف مثبت و بهزیستی روان‌شناختی منفی معنادار از ۰/۴۱- تا ۰/۵۷- (P<۰/۰۰۱) وجود دارد. این نتایج، روایی همگرا و تشخیصی مقیاس تحمل‌ناپذیری بلاتکلیفی را تائید می‌کنند. نتایج مقدماتی تحلیل عاملی تأییدی نیز دو عامل نپذیرفتن و اجتناب از بلاتکلیفی، بلاتکلیفی بازدارنده از عمل را برای مقیاس تحمل‌ناپذیری بلاتکلیفی تائید کرد (بشارت و همکاران، ۱۳۹۴). همچنین بشارت (۱۳۸۹) ضرایب آلفای کرونباخ برای همسانی درونی نپذیرفتن و اجتناب از بلاتکلیفی ۰/۸۷، برای بلاتکلیفی بازدارنده از عمل ۰/۸۷ و برای نمره کل تحمل‌ناپذیری بلاتکلیفی ۰/۸۹ گزارش کرد (به نقل از بشارت و همکاران، ۱۳۹۴). در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ گزارش‌شده ۰/۸۸ به دست آمد.

HDS[1] پرسشنامه اسناد خصمانه توسط آرنتز و همکارانش (۲۰۰۳) در جهت اندازه‌گیری اسناد خصمانه تهیه‌شده است که حاوی ۲۰ آیتم است و هریک از آیتم‌ها در قالب ۵ درجه‌ای لیکرت (۵= کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم=۱) نمره‌گذاری می‌شود. در راستای پیشگیری از یکنواختی پاسخ‌های آزمون شنوندگان، سؤالات ۳، ۸، ۱۱ و ۱۵ این پرسشنامه به‌صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شود. برای بررسی روایی پرسشنامه اسناد خصمانه آرنتر از طریق وارسی روایی سازه با تحلیل عاملی تأییدی استفاده شد. شاخص‌های CFI، AGFI و GFI به ترتیب ۰/۹۲، ۰/۹۲ و ۰/۹۵ بر برازش مطلوب و مناسب دلالت داشته و شاخص‌های RMSEA و RMR به ترتیب برابر ۰/۰۶۴ و ۰/۰۴۲ برازش نسبتا مطلوب را گزارش کردند که روایی این پرسشنامه را مورد قرار می‌دهند (دیدوچی حاضار[2] و همکاران، ۲۰۱۹). در راستای بررسی پایایی پرسشنامه، آرنتز و همکاران (۲۰۰۳)، از روش بازآزمایی در فاصله زمانی سه ماهه استفاده نموده‌اند که نتایج نشانگر همبستگی مثبت و قابل‌توجه ۰/۷۹ بین دو مرحله آزمون بوده است (به نقل از برینان[3] و همکاران، ۲۰۱۰). پایایی آن در نمونه ایرانی براساس سه روش همسانی درونی، بازآزمایی و تنصیفی محاسبه شد که برای کل پرسشنامه به ترتیب پایایی ۰/۹۳، ۰/۹۵ و ۰/۹۷ به دست آمد. روایی همزمان از طریق اجرای همزمان با پرسشنامه SCL-90 انجام شد که ضریب همبستگی ۰/۵۶ حاصل آن بود. ضرایب همبستگی با نمره کل در حد رضایت بخش و بین ۰/۷۴ تا ۰/۸۸ متغیر بود (ابهر زنجانی و همکاران، ۱۴۰۱). ضریب آلفای کرونباخ گزارش‌شده در پژوهش حاضر ۰/۸۶۲ بود.

پرسشنامه استعداد اعتیاد نوجوانان (ASQ[4]): ویراست نوجوانان را زینالی در سال ۱۳۹۳ گسترش داد. این پرسشنامه دارای ۵۰ ماده با ۱۰ عامل (نارضایتی درونی، رفتارهای مخاطره آمیز، غیر قابل اعتماد بودن، خود نمایی، افکار مثبت نسبت به مواد، نارضایتی از خانواده، ایمان و معنویت پایین، انحراف از هنجار، خودمحوری، روابط مخاطره آمیز با دوستان) است که شیوه نمره گذاری آن براساس مقیاس سه درجه‌ای لیکرت (هیچ، کمی و زیاد) نمره‌گذاری می‌شود. آیتم‌ها با بارهای عاملی بین ۰/۳۰ تا ۰/۸۱ روی ۱۰ عامل به خوبی بارگذاری شده است. همچنین روایی ملاکی از طریق اجرای همزمان با مقیاس استعداد اعتیاد (APS) برابر با r=۰/۶۲ برآورد شده است. پایایی پرسشنامه نیز از روش آلفای کرونباخ و تنصیف گاتمن به ترتیب ۰/۸۷- ۰/۸۲ برآورد شده است (زینالی، ۱۳۹۳). آلفای کرونباخ گزارش شده در پژوهش حاضر نیز ۰/۸۴ بود.

آموزش گروهی ذهن مشفق: آموزش گروهی ذهن مشفق بر مبنای پروتکل ارائه شده توسط گیلبرت (۲۰۱۴) بود که شرح جلسات آن به شرح زیر است:

جدول ۱. آموزش گروهی ذهن مشفق بر مبنای پروتکل ارائه شده توسط گیلبرت (۲۰۱۴)

جلسات	محتوا
جلسه‌ی اول	درک شفقت به خود ذهن آگاه : در جلسه اول تمامی شرکت‌کنندگان به همدیگر معرفی می‌شوند و برنامه نیز به آن‌ها معرفی می‌شود.
جلسه‌ی دوم	تمرین ذهن آگاهی: ذهن آگاهی را می‌توان به این صورت معنی کرد: آگاهی از تجربیات کنونی و پذیرش آن‌ها. در این جلسه به شرکت‌کنندگان آموزش داده می‌شود که توجه خود را به یک‌چیز واحد مانند تنفس متمرکز کنند و به این وسیله احساس آرامش کنند.

1 - Hostile documentation scale
2 - Dyduch-Hazar
3 - Brennan
4 -

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-15]

جلسه‌ی سوم تمرین مهربانی و مهر ورزیدن: در این جلسه شرکت‌کنندگان تمرین مهر ورزیدن را یاد می‌گیرند. این تمرینات شامل عباراتی مانند: من احساس امنیت می‌کنم، من با خودم مهربان هستم هست و این تمرین یا در جلسات رسمی کلاس و یا در طول روز انجام می‌شود.

جلسه‌ی چهارم یافتن جایگاه شفقت در خود: درس اصلی جلسه‌ی چهارم این است که چگونه از تکرار عبارت‌های مهرورزی فراتر رفته و به‌صورت طبیعی شفقت به خود را در خود تمرین کنند.

جلسه‌ی پنجم عمیق زندگی کردن: در این جلسه به بررسی و کشف ارزش‌های اصلی که به زندگی معنا می‌بخشد پرداخته می‌شود.

جلسه‌ی ششم مدیریت احساسات و عواطف دشوار: عواطف دارای اجزا فیزیکی و عاطفی (افکار و واکنش‌های جسمی) هستند.

جلسه‌ی هفتم تغییر روابط: تمامی رابطه‌ها شامل درد هستند. تمرینات این جلسه شامل تغییر درد روابط، چه درد ذاتی و یا چه دردی که ناشی از عدم توانایی در برقراری رابطه شامل باشد هستند.

جلسه‌ی هشتم قبول و پذیرش زندگی: این جلسه آخر تعصبات منفی زندگی را مورد هدف قرار می‌دهد.

یافته ها

میانگین سن گزارش شده برای نمونه پژوهش حاضر به تفکیک گروه‌ها؛ برای گروه آموزش گروهی ذهن مشفق ۰/۶۱۷ ± ۱۶/۶و در گروه کنترل ۰/۶۳۲± ۱۷/۸ گزارش شد. حداقل سن شرکت‌کنندگان در این پژوهش ۱۴ و حداکثر سن ۱۸ گزارش شد. همچنین با توجه به سطح معناداری بزرگ‌تر از ۰/۰۵؛ تفاوت معناداری بین سه گروه از یکدیگر وجود نداشت و دو گروه ازنظر سن همگن بودند. نتیجه یافته‌های توصیفی پژوهش به تفکیک سه مرحله پژوهش در سه گروه در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲. مقایسه میانگین و انحراف معیار نمرات اسناد خصمانه و بلاتکلیفی پریشان کننده در بین دو گروه و در سه زمان قبل و بعد از مداخله و پیگیری

گروه		قبل از مداخله		بعد از مداخله		پیگیری	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
آزمایش	اسناد خصمانه	۴۹/۴	۴/۸۶	۳۶/۶	۵/۰۸	۳۷/۱	۵/۰۵
	بلاتکلیفی پریشان کننده	۱۹/۰۶	۰/۷۰۳	۱۲/۰۶	۲/۸۴	۱۲/۲	۳
گواه	اسناد خصمانه	۴۸/۰۸	۳/۵۵	۴۷/۸	۳/۴۴	۴۸/۴	۳/۶۴
	بلاتکلیفی پریشان کننده	۱۹/۴	۱/۱۲	۱۸/۱	۰/۹۱۵	۱۸/۷	۱/۲۷

همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود نمرات پس‌آزمون و پیگیری گروه آموزش گروهی ذهن مشفق بر اسناد خصمانه و بلاتکلیفی پریشان کننده نوجوانان پسر مستعد اعتیاد در مقایسه با پیش‌آزمون بهبود یافته است، اما روند میانگین نمرات گروه گواه تقریبا ثابت بوده است که این به نوعی نشان می‌دهد که درمان موثر است. البته برای سنجش معنادار بودن این تفاوت‌ها باید از آزمون‌های آماری مناسب استفاده شود. به همین منظور پس از بررسی مفروضه نرمال بودن، همگنی واریانس‌ها و همگنی ماتریس کوواریانس‌ها از آزمون تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر آمیخته استفاده شد که نتایج آن در ادامه ارائه می‌شود. نتایج آزمون شاپیرو ویلک جهت بررسی نرمال بودن توزیع داده‌ها و به عنوان یکی از پیش‌فرض‌های تحلیل اندازه‌گیری مکرر نشان داد که در سطح معناداری (p>۰/۰۵) داده‌های جمع‌آوری شده، در همه متغیرهای گروه آزمایش و گواه نرمال است و پیش فرض طبیعی بودن یا همان پارامتریک بودن داده‌ها رعایت شده است. نتایج آزمون لوین جهت بررسی همگنی واریانس به عنوان یکی از پیش‌فرض‌های تحلیل واریانس آمیخته نشان داد نتایج به دست آمده برای متغیر اسناد خصمانه (F=۴/۲۱ و P=۰/۰۵۱) و بلاتکلیفی پریشان کننده (F=۲/۹۷ و P=۰/۰۹۶) بود و چون مقدار P از ۰/۰۵ بزرگ‌تر است از مفروضه همگنی واریانس‌ها تخطی صورت نگرفته است. همچنین پژوهش حاضر که به دنبال تعیین اثربخشی آموزش گروهی ذهن مشفق نوجوانان پسر مستعد اعتیاد است، برای بررسی مفروضه همگنی ماتریس کوواریانس‌ها از آزمون کرویت موچلی استفاده شد و از آنجا که این مفروضه (p =۰/۰۰۱، χ^2=۲۸۴/۹) برقرار نبود، به همین دلیل می‌توانیم از نتیجه آزمون‌های درون گروهی با تعدیل درجات آزادی و با استفاده از

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-15]

نتایج آزمون گرین هاوس گیسر استفاده کنیم. در ادامه نتایج آزمون تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر ۳*۲ برای مقایسه دو گروه آزمایش و گواه و در سه مرحله پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری برای متغیرهای پژوهش ارائه گردید.

جدول ۳. نتایج آزمون معناداری تحلیل واریانس چند متغیری (MANOVA) در گروه‌های مورد پژوهش

	نام آزمون	مجموع مجذورات	درجات آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی‌داری	مجذور اتا
اسناد خصمانه و بلاتکلیفی پریشان کننده	کرویت فرض شده	۱۰۴۹/۲	۵	۲۰۹/۸	۲۶/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۴۸۱
	گرین هاوس- گیسر	۱۰۴۹/۲	۱/۷۹	۵۸۴/۲	۲۶/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۴۸۱
	هوین- فلت	۱۰۴۹/۲	۱/۹۸	۵۲۹/۹	۲۶/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۴۸۱
	باند بالا	۱۰۴۹/۲	۱	۱۰۴۹/۲	۲۶/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۴۸۱

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که در گروه های مورد مطالعه از نظر حداقل یکی از متغیرهای وابسته تفاوت معناداری وجود دارد. مجذور اتا نشان می‌دهد تفاوت بین دو گروه با توجه به متغیرهای وابسته در مجموع معنادار است و میزان این تفاوت ۴۸/۱ درصد است که از نظر آماری قابلیت اعتنا و تعمیم‌پذیری را دارد. بنابراین گزارش نتایج دقیق در اثرات ساده و تعاملی به شرح جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۴. نتایج تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر ۳×۲ به منظور بررسی اثربخشی آموزش گروهی ذهن مشفق بر اسناد خصمانه و بلاتکلیفی پریشان کننده در نوجوانان پسر مستعد اعتیاد

	نام آزمون	F	معناداری	اندازه اثر	توان آماری
اسناد خصمانه	اثر اصلی گروه	۲۴۷/۳	۰/۰۰۱	۰/۶۶۲	۱
	اثر اصلی سه مرحله اجرا	۱۹۸/۴	۰/۰۰۱	۰/۶۸۶	۱
بلاتکلیفی پریشان کننده	اثر اصلی گروه	۲۳۲/۰۶	۰/۰۰۱	۰/۸۹	۱
	اثر اصلی سه مرحله اجرا	۱۲/۲	۰/۰۰۱	۰/۳۱	۱

نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد که اثر اصلی گروه برای اسناد خصمانه (η^2 =/۶۶۲، P <۰/۰۵، F=۲۴۷/۳) و برای بلاتکلیفی پریشان کننده (η^2 =/۸۹، P <۰/۰۵، F=۲۳۲/۰۶) معنادار هستند؛ یعنی بین دو گروه از نظر میانگین اسناد خصمانه و بلاتکلیفی پریشان کننده تفاوت معناداری وجود دارد. نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد در متغیر اسناد خصمانه اثر اصلی سه مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری (η^2 =/۶۸۶، P <۰/۰۵، F=۱۹۸/۴) معنادار است. همچنین در متغیر بلاتکلیفی پریشان کننده نیز اثر اصلی سه مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری (η^2 =/۳۱، P <۰/۰۵، F=۱۲/۲) معنادار است. به عبارتی بین نمرات اسناد خصمانه و بلاتکلیفی پریشان کننده در سه مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری با لحاظ کردن گروه‌های مختلف آزمایش و گواه تفاوت معناداری وجود دارد. در ادامه بررسی تفاوت‌های مشاهده شده در اثر اصلی زمان (سه مرحله اجرا) از آزمون تعقیبی بونفرونی استفاده شد که نتایج آن در جدول ۵ ارائه شده است.

جدول ۵. آزمون بونفرونی برای مقایسه اسناد خصمانه و بلاتکلیفی پریشان کننده در سه مرحله

متغیر	مرحله I	مرحله J	تفاوت میانگین (I-J)	معناداری
اسناد خصمانه	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	۸/۸۶*	۰/۰۰۱
		پیگیری	۶/۳۴*	۰/۰۰۱
بلاتکلیفی پریشان کننده	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	۷/۷۵*	۰/۰۲۱
		پیگیری	۵/۰۶*	۰/۰۰۴

با توجه به جدول ۵ می‌توان مشاهده کرد که به طور کلی نمرات اسناد خصمانه و بلاتکلیفی پریشان کننده نوجوانان پسر مستعد اعتیاد از مرحله پیش‌آزمون به پس‌آزمون و پیگیری کاهش یافته است که این نشان دهنده تاثیر آموزش گروهی ذهن مشفق بر اسناد خصمانه و

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-15]

بلاتکلیفی پریشان کننده در این افراد است. در متغیر اسناد خصمانه تفاوت بین مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون (p<۰/۰۵، d=۸/۸۶) و پیش‌آزمون پیگیری (p<۰/۰۵، d =۶/۳۴) معنادار است. با توجه به جدول ۲ همچنین می‌توان مشاهده کرد که به طور کلی نمرات اسناد خصمانه نوجوانان پسر مستعد اعتیاد از مرحله پیش‌آزمون به پس‌آزمون و پیگیری کاهش یافته است که نشان دهنده تاثیر آموزش گروهی ذهن مشفق بر کاهش اسناد خصمانه است. همانطور که مشاهده می‌شود در متغیر بلاتکلیفی پریشان کننده نوجوانان پسر مستعد اعتیاد تفاوت بین مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون (p<۰/۰۵، d=۷/۷۵) و پیش‌آزمون و پیگیری (p<۰/۰۵، d=۵/۰۶) معنادار و نشان دهنده اثر بخشی آموزش گروهی ذهن مشفق بر کاهش بلاتکلیفی پریشان کننده در نوجوانان پسر مستعد اعتیاد است.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر باهدف تعیین اثربخشی آموزش گروهی ذهن مشفق بر بلاتکلیفی پریشان کننده و اسناد خصمانه در نوجوانان پسر مستعد به اعتیاد انجام شد. نتیجه حاصل از پژوهش حاضر نشان داد آموزش گروهی ذهن مشفق بر بلاتکلیفی پریشان کننده در نوجوانان پسر مستعد به اعتیاد مؤثر است. نتایج پژوهش حاضر با پژهش کاریاواسام و همکاران (۲۰۲۳)، پرکینز و همکاران (۲۰۲۲) و هندری و همکاران (۲۰۲۲) همسو بود. در تبیین یافته حاضر می‌توان گفت: خود شفقتی، باعث می‌شود فرد چشم‌انداز گسترده‌تری نسبت به مشکلات خود داشته باشد، چالش‌ها و شکست‌های زندگی را به‌عنوان بخشی از زندگی خود در نظر گرفته، در هنگام درد و رنج به‌جای احساس انزوا بیش‌ازپیش با دیگران رابطه برقرار کند و به‌جای سرکوب کردن، قضاوت کردن و اجتناب، از افکار، هیجانات و احساسات، بر آگاهی خود بیفزاید. این عوامل به فردکمک می‌کند تا ذهنی گشوده‌تر داشته، توانایی بیشتری برای تغییر دادن شناخت‌ها و پاسخ‌های رفتاری مناسب با بستر کسب نماید و راهبردهای مقابله‌ای مؤثرتر به کار ببرد که این امر، باعث می‌شود کیفیت زندگی افزایش یابد حالات هیجانی سازش نایافته مانند اضطراب، افسردگی و تنیدگی و همچنین بلاتکلیفی پریشان کننده در وی کاهش یابد (هندری و همکاران، ۲۰۲۲). در تبیین دیگر می‌توان گفت: شفقت به خود موجب می‌شود تا افراد به زندگی مشتاق‌تر باشند و بیشتر تحت تأثیر انگیزه‌های درونی خود قرار گیرند و در زمان مواجهه با مشکل‌ها و چالش‌های بزرگ و سخت، کمتر از شکست و ناکامی بهراسند و بلاتکلیفی پریشان کننده کمتری را درک کنند (کاریاواسام و همکاران، ۲۰۲۳).

نتیجه حاصل از پژوهش حاضر نشان داد آموزش گروهی ذهن مشفق بر اسناد خصمانه در نوجوانان پسر مستعد اعتیاد مؤثر است. نتایج پژوهش حاضر با نتایج پژوهش قاسمی و همکاران (۱۴۰۱)، نوردر و همکاران (۲۰۲۳)، ماویتونا و همکاران (۲۰۲۲)، فرناندز و همکاران (۲۰۲۱) همسو بود. در تبیین یافته حاضرمی‌توان گفت: آموزش ذهن مشفق متمرکز بر کار روی هیجان‌ها است. به نظر می‌رسد این روش با وضوح بیشتر بهره‌گیری از لحن و صدای درونی مثبت و مشفقانه را تقویت کرده و افراد را قادر می‌کند برای احساس ضروری امنیت تلاش بیشتری نشان دهند. انجام و تکرار تمرین‌هایی از جمله تنفس تسکین بخش برای ایجاد الگوهای داخلی ایمن و مشفقانه می‌تواند یک محیط مطلوب برای مقابله با خلق نامتناسب، حل تعارضات هیجانی و تغییرات درمانی فراهم کند. در واقع، این آموزش‌ها مثل یک سبک تنظیم هیجانی مثبت عمل کرده و به نوجوانان با اسناد خصمانه بالا کمک می‌کند تا به جای اجتناب از هیجانات منفی خود، آن ها را بپذیرند و با تسهیل تنظیم هیجانی اثربخش بر خشم خود غلبه کنند (ماویتونا و همکاران، ۲۰۲۲). در تبیین دیگر می‌توان گفت: از طریق آموزش گروهی ذهن مشفق افراد برای تجربه عواطف عمیق احساس آزادی می‌کنند و دارای قابلیت نظم‌بخشی به هیجانات بوده و به‌طور آزادانه به آن‌ها دسترسی دارند، آن‌ها قادرند افکار شخصی خود را شناسایی و ابراز کنند. همچنین باعث می‌شود افراد مرزبندی‌های خود را تعریف کنند و به‌طور مؤثری هرکدام از این سیستم‌ها را مدیریت کرده و به‌طور مناسب‌تری به موقعیت‌ها و شرایط پاسخ بدهند و خود را متمایز کنند (قاسمی و همکاران، ۱۴۰۱). شفقت به خود منجر به افزایش شفقت و دغدغه نسبت به دیگران می‌شود همین ذهنیت باعث کاهش اسناد خصمانه می‌شود (فرناندز و همکاران، ۲۰۲۱). شفقت به خود باعث می‌شود فرد تجربیات خود را در منظر تجربیات مشترک انسانی بیند و دریابد که رنج، شکست و نقش اقتضای انسان بودن است و همه‌ی افراد که من هم یکی از آن‌ها هستم، ارزش شفقت کردن دارند، کمتر قضاوت کردن نسبت به خود منجر به کمتر قضاوت کردن نسبت به دیگران می‌شود که این امر می‌تواند باعث شود افراد میان فکر کردن و احساس کردن توازن برقرار کنند؛ یعنی مستعد هیجان و خودانگیختگی قوی اما همچنین دارای خویشتن‌داری هستند که می‌تواند به اسناد خصمانه در افراد کمک کند (نوردر و همکاران، ۲۰۲۳).

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-15]

به‌طورکلی نتایج حاکی از اثربخشی آموزش گروهی ذهن مشفق بر کاهش بلاتکلیفی پریشان کننده و اسناد خصمانه در نوجوانان مستعد اعتیاد بود. این روش درمانی به‌عنوان یک روش درمانی کارآمد، کاربردی و مؤثر قابلیت استفاده و کاربرد در مراکز و کلینیک‌های درمانی را در جهت بهبود مشکلات روانشناختی و سلامت نوجوانان در معرض مصرف مواد مخدر را دارد. درنتیجه مشاوران و درمانگران می‌توانند از روش آموزش گروهی ذهن مشفق بر کاهش بلاتکلیفی پریشان کننده و اسناد خصمانه در نوجوانان مستعد اعتیاد استفاده کنند. از محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به روش نمونه‌گیری در دسترس و عدم استفاده از نوجوانان دختر اشاره کرد. پیشنهاد می‌گردد در پژوهش‌های آتی از نمونه‌گیری تصادفی استفاده شود؛ همچنین ازآنجا که واحد نمونه پژوهش حاضر پسر نوجوان مستعد به اعتیاد بود؛ پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی از دختران نوجوان مستعد اعتیاد نیز استفاده شود.

منابع

ابهر زنجانی، ف؛ توزنده جانی، ح؛ امانی، پ. (۱۴۰۱). اثربخشی درمان مبتنی بر بهبود کیفیت زندگی بر اسناد خصمانه و تحمل آشفتگی در دانش‌آموزان مبتلا به اختلال وسواسی- اجباری. *اصول بهداشت روانی*، ۲۴(۲)، ۸۲- ۷۵. https://jfmh.mums.ac.ir/article_19938.html

بشارت، محمدعلی؛ دهقانی، سپیده؛ غلامعلی لواسانی، مسعود؛ ملک‌زاده، رضا. (۱۳۹۴). نقش واسطه‌ای تحمل‌ناپذیری بلاتکلیفی در رابطه بین روان سازه‌های ناسازگار اولیه و شدت نشانه‌ها در بیماران مبتلابه سندرم روده تحریک‌پذیر. *روانشناسی معاصر*، ۱۰(۱)، ۸۴- ۷۳. https://www.sid.ir

زارعی، س. (۱۴۰۰). رابطه حالت بی حوصلگی با آمادگی اعتیاد در بین نوجوانان پسر: نقش تعدیل کنندگی بهزیستی معنوی. *فصلنامه علمی اعتیادپژوهی*، ۱۵ (۵۹)، ۶۵-۸۴. http://etiadpajohi.ir/article-1-2378-fa.html

زینالی، ع. (۱۳۹۳). رواسازی پرسشنامه استعداد اعتیاد برای نوجوانان ایران. *مجله روانشناسی بالینی*، ۶(۳)، ۹۳-۸۱. https://www.sid.ir/paper/152600/fa

قاسمی، م؛ رضوان حسن آباد، م. (۱۴۰۱). بررسی نقش میانجی شفقت به خود در رابطه میان دلبستگی با رشد پس از سانحه در بیماران بهبود یافته از کووید -۱۹. *رویش روان شناسی*، ۱۱ (۱۰) ، ۲۱۴- ۲۰۳. http://frooyesh.ir/article-1-3787-fa.html

Altner, N., & Friedrich, J. (2022). "One of the Most Precious Experiences I Have Had as a Teacher!" Embodied Mindfulness and Compassion Nurture Addiction-Preventive and Pro-Democratic Life Skills and Relationships Between Teachers and Students-A Phenomenological Exploration. *OBM Integrative and Complementary Medicine*, *7*(4), 1-19. https://doi.org/10.1080/10570314.2019.1686534

Arslan, G., Yıldırım, M., & Zangeneh, M. (2021). Coronavirus anxiety and psychological adjustment in college students: Exploring the role of college belongingness and social media addiction. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-14. https://doi.org/10.1007/s11469-020-00460-4

Astridge, B., Li, W. W., McDermott, B., & Longhitano, C. (2023). A systematic review and meta-analysis on adverse childhood experiences: prevalence in youth offenders and their effects on youth recidivism. *Child Abuse & Neglect*, *140*, 106055. https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2023.106055

Brennan, N. M., Daly, C. A., & Harrington, C. S. (2010). Rhetoric, argument and impression management in hostile takeover defence documents. *The British Accounting Review*, *42*(4), 253-268. https://doi.org/10.1016/j.bar.2010.07.008

Buck, B., Browne, J., Gagen, E. C., & Penn, D. L. (2020). Hostile attribution bias in schizophrenia-spectrum disorders: Narrative review of the literature and persisting questions. *Journal of Mental Health*, 1-18. https://doi.org/10.1080/09638237.2020.1739240

Buhr, K., & Dugas, M. J. (2002). The intolerance of uncertainty scale: Psychometric properties of the English version. *Behaviour research and therapy*, *40*(8), 931-945. https://doi.org/10.1016/S0005-7967(01)00092-4

Dyduch-Hazar, K., Mrozinski, B., & Golec de Zavala, A. (2019). Collective narcissism and in-group satisfaction predict opposite attitudes toward refugees via attribution of hostility. *Frontiers in Psychology*, *10*, 1901. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01901

Fernandes, D. V., Martins, A. R., Canavarro, M. C., & Moreira, H. (2022). Mindfulness-and compassion-based parenting interventions applied to the postpartum period: A systematic review. *Journal of Child and Family Studies*, 1-25. https://doi.org/10.1007/s10826-021-02175-z

Gauld, C., Francou, C., Millet, G. Y., Kern, L., & Gergelé, L. (2023). A symptom network analysis of exercise addiction and personality on ultra-marathon runners with serious complications. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1-15. https://doi.org/10.1080/1612197X.2023.2204878

Goldway, N., Eldar, E., Shoval, G., & Hartley, C. A. (2023). Computational mechanisms of addiction and anxiety: A developmental perspective. *Biological Psychiatry*, *93*(8), 739-750. https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2023.02.004

Hendry, C. F., & Breitmeyer, A. M. (2022). The Complexities of Youth Depression: The Potential of Mindfulness-and Compassion-Based Interventions. *Journal of Child and Adolescent Counseling*, *8*(1), 46-58. https://doi.org/10.1080/23727810.2022.2040318

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-15]

Jiao, J. (2021). Family communication patterns and emerging adults' attachment with parents and romantic partners. *Communication Research Reports*, *38*(4), 229-240. https://doi.org/10.1080/08824096.2021.1922373

Jin, Y., Cai, W., Chen, L., Dai, Y., & Jiang, T. (2023). Understanding Disclosure and Support for Youth Mental Health in Social Music Communities. *Proceedings of the ACM on Human-Computer Interaction*, *7*(CSCW1), 1-32. https://doi.org/10.1145/3579629

Kariyawasam, L., Ononaiye, M., Irons, C., & Kirby, S. E. (2023). Compassion-based interventions in Asian communities: A meta-analysis of randomised controlled trials. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, *96*(1), 148-171. https://doi.org/10.1111/papt.12431

Larkin, F., Ralston, B., Dinsdale, S. J., Kimura, S., & Hayiou-Thomas, M. E. (2023). Alexithymia and intolerance of uncertainty predict somatic symptoms in autistic and non-autistic adults. *Autism*, *27*(3), 602-615. https://doi.org/10.1177/13623613221109717

Luo, R., Li, Q., Meng, G., Zheng, Y., Hu, K., Zhang, X., ... & Liu, X. (2022). The association between intolerance of uncertainty and Internet addiction during the second wave of the coronavirus disease 2019 pandemic: A multiple mediation model considering depression and risk perception. *PsyCh Journal*, *11*(3), 383-391. https://doi.org/10.1002/pchj.545

Malamut, S. T., Trach, J., Garandeau, C. F., & Salmivalli, C. (2023). Does defending victimized peers put youth at risk of being victimized?. *Child development*, *94*(2), 380-394. https://doi.org/10.1111/cdev.13866

Mavituna, S., Hahn, E., Hahne, I., Bergmann, N., Pijnenborg, M., Ta, T. M. T., ... & Böge, K. (2022). Compassion-based approaches: a systematic review of their effectiveness and acceptability in schizophrenia spectrum disorders. *Current Psychology*, 1-15. https://doi.org/10.1007/s12144-022-02908-3

Mesele, J., Alemayehu, A., Demissee, A., Yusuf, M., Abubeker, F., Ahmed, M., & Jemal, A. (2023). Level and determinants of knowledge, attitude, and practice of risky sexual behavior among adolescents in Harar, Ethiopia. *SAGE Open Medicine*, *11*, 20503121221145539. https://doi.org/10.1177/20503121221145539

Michela, D. T., Rachele, M., Alessia, R., Daniela, D. B., Marco, R., Luigi, T., ... & Grazia, F. M. (2023). COVID-19 pandemic burnout in an Italian sample of anaesthesiologists: coping strategies, resilience and the capability of tolerating the uncertainty as preventing factors. *Psychology, Health & Medicine*, *28*(3), 648-659. https://doi.org/10.1080/13548506.2022.2119484

Nicholson, J., Marcum, C., & Higgins, G. E. (2023). Prevalence and Trends of Depression among Cyberbullied Adolescents--Youth Risk Behavior Survey, United States, 2011–2019. *International Journal of Cybersecurity Intelligence & Cybercrime*, *6*(1), 45-58. https://vc.bridgew.edu/ijcic/vol6/iss1/4/

Norder, S. J., Visvalingam, S., Norton, P. J., & Norberg, M. M. (2023). A scoping review of psychosocial interventions to reduce internalised shame. *Psychotherapy Research*, *33*(2), 131-145. https://doi.org/10.1080/10503307.2022.2082340

Ohno, S. (2022). The link between battle royale games and aggressive feelings, addiction, and sense of underachievement: Exploring esports-related genres. *International Journal of Mental Health and Addiction*, *20*(3), 1873-1881. https://doi.org/10.1007/s11469-021-00488-0

Peng, C., Guo, T., Cheng, J., Wang, M., Rong, F., Zhang, S., ... & Yu, Y. (2022). Sex differences in association between Internet addiction and aggression among adolescents aged 12 to 18 in mainland of China. *Journal of affective disorders*, *312*, 198-207. https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.06.026

Perkins, N., Sehmbi, T., & Smith, P. (2022). Effects of Kindness-and Compassion-Based Meditation on Wellbeing, Prosociality, and Cognitive Functioning in Children and Adolescents: a Systematic Review. *Mindfulness*, *13*(9), 2103-2127. https://doi.org/10.1007/s12671-022-01925-4

Quan, F., Yang, R., Zhu, W., Wang, Y., Gong, X., Chen, Y., ... & Xia, L. X. (2019). The relationship between hostile attribution bias and aggression and the mediating effect of anger rumination. *Personality and Individual Differences*, *139*, 228-234. https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.11.029

Rutherford, H. J., Kim, S., Yip, S. W., Potenza, M. N., Mayes, L. C., & Strathearn, L. (2021). Parenting and addictions: Current insights from human neuroscience. *Current addiction reports*, *8*, 380-388. https://doi.org/10.1007/s40429-021-00384-6

Vujić, A., Volarov, M., Latas, M., Demetrovics, Z., Kiraly, O., & Szabo, A. (2023). Are Cyberchondria and Intolerance of Uncertainty Related to Smartphone Addiction?. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-19. https://doi.org/10.1007/s11469-023-01054-6

Wheeldon, J., & Heidt, J. (2023). Cannabis and criminology: A history of race, addiction, and inconvenient research. *Journal of Criminal Justice*, *85*, 101991. https://doi.org/10.1016/j.jcrimjus.2022.101991

Wojtaszek, J. A., & Saules, K. K. (2022). The moderating effects of intolerance of uncertainty and social connectedness on college students' addictive behaviors and mental health symptoms during the COVID-19 pandemic. *Journal of American College Health*, 1-10. https://doi.org/10.1080/07448481.2022.2082848

Xie, W., & Karan, K. (2019). Predicting Facebook addiction and state anxiety without Facebook by gender, trait anxiety, Facebook intensity, and different Facebook activities. *Journal of Behavioral Addictions*, *8*(1), 79-87. https://doi.org/10.1556/2006.8.2019.09

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-15]