

## امکان‌سنجی آموزش مبتنی بر عوامل فردی، خانوادگی و مدرسه‌ای بر مهارت‌های اجتماعی و کنترل خشم دانش‌آموزان

### The feasibility of training based on individual, family and school factors on students' social skills and anger control

Mohamad Hojati

PhD Candidate in Educational Psychology, Department of Psychology, Faculty of Literature and Human Sciences, Lorestan University, Khorramabad, Iran.

Dr. Mohammad Abbasi\*

Assistant Professor of Educational Psychology, Department of Psychology, Faculty of Literature and Human Sciences, Lorestan University, Khorramabad, Iran. [Abasi.mo@lu.ac.ir](mailto:Abasi.mo@lu.ac.ir)

Dr. Ezatolah Ghadampour

Professor of Educational Psychology, Department of Psychology, Faculty of Literature and Humanities, Lorestan University, Khorramabad, Iran.

محمد حجتی

دانشجوی دکتری روان شناسی تربیتی، گروه روان شناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه لرستان، خرم آباد، ایران.

دکتر محمد عباسی (نویسنده مسئول)

استادیار روان شناسی تربیتی، گروه روان شناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه لرستان، خرم آباد، ایران.

دکتر عزت‌الله قدم پور

استاد روان شناسی تربیتی، گروه روان شناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه لرستان، خرم آباد، ایران.

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف امکان‌سنجی آموزش مبتنی بر عوامل فردی، خانوادگی و مدرسه‌ای بر مهارت‌های اجتماعی و کنترل خشم دانش‌آموزان انجام شد. این پژوهش از نوع نیمه‌آزمایشی با طرح پژوهش پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری کلیه دانش‌آموزان پسر متوسطه دوره دوم شهرستان هرسین بود که در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۴۰۱ مشغول به تحصیل بودند. ۳۰ نفر از دانش‌آموزان یک مدرسه با روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب و در دو گروه آزمایش و گواه (گروه آزمایشی ۱۵ نفر، گروه گواه ۱۵ نفر) جایگزین گردیدند؛ سپس پرسش‌نامه‌های مهارت‌های اجتماعی ماتسون (MESSY) (ماتسون و همکاران، ۱۹۸۳)، مهارت کنترل خشم (PACT) ( حاجتی و همکاران، ۱۳۸۷)، توسط دو گروه تکمیل شد. گروه آزمایش به مدت ۱۰ جلسه تحت آموزش باور به پرخاشگری، همدلی، جو مدرسه و دلیستگی به مدرسه قرار گرفت و گروه گواه مداخله‌ای دریافت نکرد. داده‌های گردآوری شده با استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیره تجزیه و تحلیل گردید. نتایج حاصل از تحلیل کوواریانس نشان‌دهنده تفاوت معنادار بین نمرات پس‌آزمون مهارت‌های اجتماعی ( $F=61/48$  و  $P<0.0001$ ) و کنترل خشم ( $F=172/69$  و  $P<0.0001$ ) در دو گروه آزمایش و گواه بود. بر اساس نتایج پژوهش می‌توان گفت بسته آموزش مبتنی بر عوامل فردی، خانوادگی و مدرسه‌ای روش مداخله‌ای مناسبی برای افزایش مهارت‌های اجتماعی و کنترل خشم دانش‌آموزان پسر است.

**واژه‌های کلیدی:** باور به پرخاشگری، همدلی، مهارت‌های اجتماعی، کنترل خشم،

### Abstract

The present study was conducted to assess the feasibility of education based on individual, family, and school factors on social skills and anger control in students. This research was semi-experimental with a pretest-post-test research design with a control group. The study population included high school students (all male students in Harsin county in the academic year 2021-2022). 30 students of a school were selected by purposeful sampling and were replaced into two experimental and control groups (an experimental group of 15 participants, and a control group of 15 participants). Then Matson Social Skills Questionnaire (MESSY) (Matson et al., 1983), and Anger Control Skill (PACT) (Hajti et al., 2017) were completed by two groups. The experimental group was trained for 10 sessions on beliefs about aggression, empathy, school climate, and school attachment, and the control group did not receive any intervention. The collected data were analyzed by multivariate analysis of covariance. The results of covariance analysis show a significant difference between the post-test scores of social skills ( $P<0.0001$  and  $F=61.48$ ) and anger control ( $P<0.0001$  and  $F=172.69$ ) of the two experimental and control groups. Based on the research results, it can be said that the training package based on individual, family, and school factors is a suitable intervention method to increase the social skills and anger control of male students.

**Keywords:** Belief about aggression, empathy, social skills, anger control.

## مقدمه

آموزش و پرورش نقش مهمی در رشد و توسعه انسان و جامعه دارد. آموزش و پرورش یک شخصیت ارزشمند متعادل ایجاد می‌کند و به افراد می‌آموزد که با توجه به شرایط، چگونه رفتار کنند. رفتار نوعی واکنش توسط افراد است که از موقعیتی به موقعیت دیگر متفاوت است. رفتار در مقوله‌های مختلف روابط اجتماعی از جمله پرخاشگری، آرامش، رفتار مناسب یا نامناسب و ... تعریف می‌شود. بر اساس دیدگاه‌های روان‌شناسختی، سال‌های نوجوانی مرحله مهمی از رشد و تکامل اجتماعی و روانی فرد به شمار می‌آید (Blakemore<sup>۱</sup>، ۲۰۱۹). مدارس متوجه مکان‌هایی هستند که نوجوانان زمان قابل توجهی را برای یادگیری با همسالان و معلمان خود می‌گذرانند. از نظر تحصیلی، دانش‌آموزانی که روابط حمایتی با معلمان و احساس همبستگی با هم‌کلاسی‌ها ایجاد می‌کنند، بیشتر از دانش‌آموزان با روابط مدرسه‌ای ضعیف، موفق می‌شوند (کورپرشعک<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۹). با این حال، یکی از جنبه‌های تاریک روابط اجتماعی در محیط مدرسه، رفتار پرخاشگرانه‌ای است که برخی نوجوانان از خود نشان می‌دهند. از جمله اقدامات مختلفی که شامل پرخاشگری در مدرسه می‌شود می‌توان به عنوان مثال به پرخاشگری نسبت به کارکنان مدرسه، خسارت به اموال، تخریب مدرسه و قلدری نام برد. در مطالعات جامعه‌سنجی، یکی از بهترین پیش‌بینی‌کننده‌های طرد توسط همسالان، رفتار پرخاشگرانه نوجوان است (استوز<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۸). اودین و رحمن<sup>۴</sup> دریافتند (۲۰۲۲) که پرخاشگری می‌تواند نتایج منفی فوری و دیررس برای نوجوانانی که به طور مستقیم یا غیرمستقیم درگیر آن هستند، داشته باشد. عملأً در اکثر نظریه‌های رشد، تأکید بر رشد اجتماعی نوجوانان و توانایی تعامل موفقتی‌آمیز با همسالان و بزرگسالان در سن مدرسه آشکار است (اسچیو<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۲۲؛ هارتلی<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). مهارت‌های اجتماعی در محیط‌های آموزشگاهی به چند دلیل مهم است، نوجوانانی که در مهارت‌های اجتماعی کمبود دارند و یا توسط همسالانشان پذیرفته نشده‌اند، شیوع بالایی از ناسازگاری مدرسه، تعلیق/اخرج از مدرسه، ترک تحصیل، بزهکاری، آسیب‌های روانی دوران نوجوانی و مشکلات سلامت روان در بزرگسالی را از خود نشان می‌دهند (سالاور<sup>۷</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). همچنین مطالعات مختلف نشان داده است که آموزش مهارت‌های اجتماعی در افزایش خود اثربخشی و سازگاری نوجوانان نقش دارد (بارد<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۲۲؛ معینی و همکاران، ۲۰۲۱؛ ماتا<sup>۹</sup> و همکاران، ۲۰۲۱) و می‌تواند مداخله‌ای مفید با دانش‌آموزان پرخاشگر و دارای رفتارهای ضداجتماعی باشد (پراتی<sup>۱۰</sup> و همکاران، ۲۰۱۸؛ Trigueros<sup>۱۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۰).

وانگ<sup>۱۲</sup> و همکاران (۲۰۱۸) خشم را حالتی روانی‌زیستی می‌داند که با تنفس ماهیچه‌ای و برانگیختگی دستگاه عصبی خودکار همراه است. برنامه‌های اندکی، راههای قابل قبول اجتماعی برای ابراز خشم یا حتی احترام به حق اولیه (و نیاز اجتناب‌ناپذیر) احساس خشم را آموزش می‌دهند (وانگ و همکاران، ۲۰۱۸). خشم بر زندگی نوجوان تأثیر منفی می‌گذارد و اهمیت تأکید بر ضرورت کنترل خشم، به این دلیل است که خشم، خطرات مختلف از قبیل افسردگی، عصبانیت غیرقابل کنترل، خصومت و پرخاشگری فیزیکی و کلامی، کودک‌آزاری، درون‌گرایی اجتماعی، ناتوانی در حل مشکل، آسیب رساندن به اموال، شکست در روابط بین فردی، اختلالات روانی - اجتماعی، خودکشی و غیره را در بی دارد (سیگوروبینزدوتیر<sup>۱۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۱؛ سیسمان<sup>۱۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۱؛ کارابابا<sup>۱۵</sup>، ۲۰۲۰؛ لی و دیجیوزپی<sup>۱۶</sup>، ۲۰۱۸؛ گالارنو<sup>۱۷</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). کنترل خشم در واقع به فرد کمک می‌کند تا بیاموزد چگونه احساسات منفی را که پیش از خشم است، آرام،

- 
1. Blakemore
  2. Korpershaak
  3. Estévez
  4. Uddin & Rahman
  5. Schewe
  6. Hartley
  - 7 . Salavera
  - 8 . Barde
  - 9 . mata
  - 10 . Prati
  - 11 . Trigueros
  12. Wong
  - 13 . Sigurvinssdottir
  14. Sisman
  15. Karababa
  - 16 . Lee, & DiGiuseppe
  - 17 . Galarneau

مهار و کنترل کند (جو<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۲؛ شریفی نیا و شادمهری، ۱۴۰۱؛ کول<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). انواع مداخلات تنبیه‌ی، مانند ندادن مهلت و اخراج از یک موقعیت، سرزنش، اخراج (از مدرسه) و حبس، رایج و اغلب ناموفق هستند (لکیور<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۱؛ لکیور و همکاران، ۲۰۲۱؛ کانو-لوزانو<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۱).

الگوهای مشخص رفتار پرخاشگرانه از طریق یک فرایند یادگیری اجتماعی، زمانی که نوجوان به بزرگسال تبدیل می‌شود، محکم‌تر می‌شود (کارابا، ۲۰۲۰؛ بارد و همکاران، ۲۰۲۲). بسیاری از نظریه‌های یادگیری اخیر پرخاشگری بر نقش مرکزی شناخت در حفظ ثبات رفتار پرخاشگرانه در طول زمان و موقعیت‌ها تأکید کرده‌اند (آلن<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۱۸؛ کراهه<sup>۶</sup>، ۲۰۲۰). باورهای در مورد پرخاشگری اشاره به این دارد که افراد تا چه حد معتقد‌ند که واکنش پرخاشگرانه یک رفتار اجتماعی مناسب است یا خیر. باورها در مورد رفتار پرخاشگرانه به عنوان محوری در تأثیرگذاری بر پرخاشگری شناسایی شده است (وو<sup>۷</sup> و همکاران، ۲۰۲۰).

همدلی<sup>۸</sup> نقش مهمی در رشد رفتار اجتماعی نوجوانان دارد. محققان معتقد‌ند که همدلی یک مفهوم چندبعدی است که از یک مؤلفه عاطفی و شناختی تشکیل شده است (به عنوان مثال ماین و خو<sup>۹</sup>، ۲۰۲۰؛ گاراندو<sup>۱۰</sup> و همکاران، ۲۰۲۲؛ لونگوباردی<sup>۱۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۹؛ استونز و تابر<sup>۱۲</sup>، ۲۰۲۱؛ کوزوبال<sup>۱۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۹). پژوهش‌ها تا به امروز نشان داده است که نوجوانان با سطوح بالاتری از همدلی، رفتارهای اجتماعی و نوع دوستانه بیشتری از خود نشان می‌دهند (اسپاتارو<sup>۱۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۰) و نوجوانان با سطوح پایین‌تر همدلی پرخاشگرتر هستند (گانتیوا<sup>۱۵</sup> و همکاران، ۲۰۲۱؛ دوس سانتوس<sup>۱۶</sup>، ۲۰۱۹).

برنامه‌های آموزش کنترل خشم و مهارت‌های اجتماعی به دنبال این هستند که از طریق جلساتی با اصلاح و کمک به ارتقای سطح کنترل احساس خشم و رشد مهارت‌های اجتماعی افراد در موقعیت‌های مستعد بروز رفتار پرخاشگرانه، فرد را در کنترل احساس خشم توانا ساخته و همچنین زمینه برای رفتارهای متناسب جایگزین پرخاشگری در موقعیت‌های مختلف را فراهم کنند. در برنامه آموزش معرفی شده در مطالعه حاضر، علاوه بر ویژگی‌های شخصیتی دانش‌آموزان، به عوامل تأثیرگذار مدرسه که در متغیر جو مدرسه قابل تعریف هستند و همچنین عملکرد خانواده به عنوان عوامل مؤثر و زمینه‌ساز رفتارهای پرخاشگرانه دانش‌آموزان نیز توجه ویژه شده است. می‌توان گفت از مزیت‌های برنامه آموزش معرفی شده توجه به عوامل مختلف زمینه‌ای و تأثیرگذار در رفتار نوجوان است.

با توجه به اینکه پرخاشگری در دوران نوجوانی هم موجب آسیب‌های فردی در عملکرد تحصیلی و سلامت روان و بروز مشکلات رفتاری در ادامه روند رشد نوجوان می‌شود و هم هزینه‌های اقتصادی و روانی بسیاری را به جامعه وارد می‌کند، لذا لزوم پیشگیری و کنترل پرخاشگری در این دوران از ضرورت‌های انجام این پژوهش است. در نتیجه برای این که دانش‌آموزان در مدرسه عملکرد بهتری داشته باشند و همچنین از سلامت روان بالاتر برخوردار باشند، متولیان آموزش و پرورش باید شرایط لازم را برای ارتقا مهارت‌های اجتماعی و کنترل خشم آنان فراهم کنند. برای اساس، با توجه به این که تاکنون پژوهشی با چنین ترکیبی از متغیرها صورت نگرفته است، نتایج این پژوهش اطلاعات ارزشمندی را در اختیار مسئولین و متولیان آموزش و پرورش قرار داده و پشتونه پژوهشی مناسبی برای مدل‌های روان‌شناسی در زمینه چگونگی ارتقاء مهارت‌های اجتماعی و کنترل خشم و در نتیجه کاهش پرخاشگری در مدرسه فراهم خواهد آورد؛ ازین‌رو، هدف از پژوهش حاضر امکان‌سنجی آموزش مبتنی بر عوامل فردی، خانوادگی و مدرسه‌ای بر مهارت‌های اجتماعی و کنترل خشم دانش‌آموزان است.

1 . Jo  
 2 . Koole  
 3 . L'Écuyer  
 4 . Cano-Lozano  
 5 . Allen  
 6 . Krahé  
 7 . Vu  
 8 . empathy  
 9 . Main & Kho  
 10 . Garandeau  
 11 . Longobardi  
 12 . Stevens & Taber  
 13 . Kozubal  
 14 . Spataro  
 15 . Gantiva  
 16 . Dos Santos

## روش

پژوهش حاضر از لحاظ هدف، کاربردی بوده و از نظر طرح پژوهش، نیمه‌آزمایشی به شیوه پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان متوسطه دوره دوم (پایه‌های دهم، یازدهم و دوازدهم) شهرستان هرسین در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ به تعداد ۱۹۱۸ نفر است. نمونه پژوهش با روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شد. به این صورت که از بین مدارس دوره دوم متوسطه یک مدرسه انتخاب شد و از بین ۹ کلاس تجربی و انسانی ۶ کلاس انتخاب و پرسشنامه‌های مهارت‌های اجتماعی و کنترل خشم بین آن‌ها توزیع گردید. از بین داشت آموزانی که نمره آن‌ها یک انحراف معیار پایین‌تر از میانگین بود، ۳۰ نفر انتخاب شدند و در دو گروه آزمایش و گواه (گروه آزمایشی ۱۵ نفر، گروه گواه ۱۵ نفر) جایگزین گردید. ملاک‌های ورود شرکت‌کنندگان به پژوهش عبارت‌اند از: جنسیت مذکور، اشتغال به تحصیل در دوره دوم متوسطه نیمسال دوم سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۴۰۱، رضایت به شرکت داشتن در این پژوهش، عدم ابتلاء به بیماری‌های شدید روان‌پزشکی و کسب نمره ۸ در پرسشنامه کنترل خشم بود. همچنان، عدم تمایل شرکت‌کنندگان برای همکاری در پژوهش، غبیت بیش از دو جلسه در جلسات آموزشی بود. در این پژوهش، ملاحظات اخلاقی شامل صداقت، امانت‌داری علمی موضوعات مطرح شده در جلسات، رضایت آگاهانه شرکت‌کنندگان برای شرکت در پژوهش و محramانه نگهداشتن اطلاعات شرکت-کنندگان بود. در نهایت، داده‌ها به کمک نرم‌افزار SPSS<sup>۲۷</sup> و با استفاده از آزمون آماری تحلیل کوواریانس چندمتغیره (MANCOVA) و تحلیل کوواریانس تکمتغیره (ANCOVA) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

### ابزار سنجش

**پرسشنامه مهارت‌های اجتماعی ماتسون<sup>۱</sup> (MESSY):** این پرسشنامه توسط ماتسون و همکاران در سال ۱۹۸۳ برای سنجش مهارت‌های اجتماعی افراد ۴ تا ۱۸ سال تدوین گردیده است. این پرسشنامه دارای ۵۶ عبارت است. برای این پرسشنامه، ۵ مؤلفه فرعی در قالب پنج عامل جداگانه تعریف شده است: مهارت‌های اجتماعی مناسب، جسارت نامناسب، تکانشی عمل کردن و سرکش بودن، اطمینان زیاد به خود داشتن و حسادت. پاسخ‌ها بر اساس یک شاخص پنج درجه‌ای از نوع مقیاس لیکرت با دامنه نمرة (هیچ وقت) تا ۵ (همیشه) نمره‌گذاری می‌شوند. حداقل نمره اکتسابی در این پرسشنامه ۵۶ و حداکثر آن ۲۰۸ است. درصورتی که نمره اکتسابی بین ۱۱۲ تا ۱۱۲ باشد، میزان بهره‌مندی از مهارت‌های اجتماعی ضعیف است. درصورتی که نمره اکتسابی این پرسشنامه بین ۱۱۲ تا ۱۶۸ باشد، میزان مهارت‌های اجتماعی فرد در سطح متوسطی است. درصورتی که نمره اکتسابی فردی از این پرسشنامه بالاتر از ۱۶۸ باشد، میزان بهره‌مندی فرد از مهارت‌های اجتماعی بسیار خوب است. لازم به ذکر است که پرسش‌های ۱-۲-۱۱۲-۱۶۸-۱۶-۱۵-۱۳-۱۲-۶-۵-۴-۳-۲-۱۹-۱۸-۱۶-۱۵-۱۳-۱۲-۶-۵-۴-۳-۲-۲۲-۲۵-۲۶-۲۹-۳۱-۳۲-۳۴-۳۷-۴۳-۴۸-۴۶-۴۹-۵۲-۵۳-۵۵-۵۶-۵۶-۳۷-۳۴-۴۳-۴۴-۴۵-۴۸-۴۹-۵۲-۵۳-۵۵-۵۶-۵۶-۱۹۸۳) ضریب پایابی مقیاس را با استفاده از روش تنصیف برابر با ۰/۷۸ و با استفاده از آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۰. گزارش نمودند؛ همچنان، مطالعه روایی همزمان نشان می‌دهد که پرسشنامه مهارت‌های اجتماعی به طور قابل توجهی با تعدادی از معیارهای دیگر سنجش مهارت‌های اجتماعی، ۰/۲۳ تا ۰/۳۰ همبستگی دارد (ماتسون و همکاران، ۱۹۸۳). در ایران پرسشنامه مهارت‌های اجتماعی ماتسون توسط یوسفی و خیر (۱۳۸۱) روی ۵۶۲ نفر داشت آموز دختر و پسر سنتدجی اجرا، تعیین روایی و پایابی شده است. یوسفی و خیر (۱۳۸۱) برای تعیین روایی سازه این پرسشنامه روش تحلیل عاملی برای پنج عامل مهارت‌های اجتماعی مناسب، جسارت نامناسب، تکانشی عمل کردن و سرکش بودن، اطمینان زیاد به خود داشتن و حسادت را بکار برده‌اند. عامل اول: ضریب عاملی گویه‌های آن بین ۰/۳۴ تا ۰/۷۱ بود. مقدار ارزش ویژه این عامل برابر با ۰/۵۸ بود. عامل دوم: ضریب عاملی گویه‌های آن در دامنه ای از ۰/۳۵ تا ۰/۵۰ بود. مقدار ارزش ویژه مقدار ارزش ویژه این عامل برابر با ۰/۵۸ بود. عامل سوم: ضریب عاملی گویه‌های آن در دامنه ای از ۰/۳۵ تا ۰/۶۲ بود. مقدار ارزش ویژه این عامل برابر با ۰/۵۵ بود. عامل چهارم: ضریب عاملی گویه‌های آن در دامنه ای از ۰/۴۳ تا ۰/۷۰ بود مقدار ارزش ویژه این عامل برابر با ۰/۲۰ بود. عامل پنجم: ضریب عاملی گویه‌های آن در دامنه ای از ۰/۳۲ تا ۰/۶۲ بود. بدین صورت، این پژوهشگران با استفاده از روایی سازه و روش تحلیل عاملی روایی مقیاس یاد شده را تایید کردند؛ همچنان پایابی آن را با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۶ گزارش کردند. در پژوهش حاضر، با استفاده از روش آلفای کرونباخ ضریب پایابی محاسبه شد که برابر با ۰/۸۰ بود.

1. Matson Social Skills Questionnaire

**پرسشنامه مهارت کنترل خشم<sup>۱</sup> (PACT):** این پرسشنامه توسط حاجتی و همکاران (۱۳۸۷) با بهره‌گیری از برنامه آموزشی پیشگیری از خشونت که بتویونگ و رودنی هاموند<sup>۲</sup> در سال ۱۹۹۵ منتشر کرده‌اند و به عنوان یکی از برنامه‌های معتبر در زمینه کنترل خشم از آن استفاده می‌شود، ساخته شده است. پرسشنامه تهیه شده توسط آن‌ها ۸ سؤال دارد و نمره‌گذاری آن بر اساس مقیاس لیکرت است. شرکت‌کننده باید پاسخ‌های خود را بین ۵ درجه (کاملاً مخالف، مخالف، بین‌نظر، موافق و کاملاً موافق) مشخص کند که به هر کدام از پاسخ‌ها به ترتیب نمره‌های (۱۵-۴-۳-۲-۱) داده می‌شود. دامنه نمره از ۸ تا ۴۰ است. کسب نمره پایین در این پرسشنامه نشان‌دهنده توانایی کمتر در کنترل خشم شرکت‌کننده‌گان است. حاجتی و همکاران (۱۳۸۷) روایی و پایایی این پرسشنامه را ارزیابی کرده‌اند که نتایج نشان داد پرسشنامه از روایی و پایایی قابل قبول برخوردار است. ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۶۰ بدست آمده است و همبستگی بین متغیرها در بررسی پیش آزمون و پس آزمون ۰/۵۸ محسوب شده است (دهقان و محمدیان شعریاف، ۱۳۹۵). در پژوهش حاضر، با استفاده از روش آلفای کرونباخ ضریب پایایی محاسبه شد که برابر با ۰/۹۰ بود.

برای ساختن برنامه آموزش با استفاده از روش پژوهش کتابخانه‌ای چندین منبع فارسی و انگلیسی در ارتباط با آموزش باور درباره پرخاشگری، همدلی، جو مدرسه و دلبستگی به مدرسه مطالعه و بررسی شد و چهار بسته و پرسشنامه از قبیل الگوی برنامه درسی (آموزش) مهارت‌های همدلی برای نوجوانان (غلامی و همکاران، ۱۴۰۰)، بسته آموزش دلبستگی به مدرسه (فتاحی و همکاران، ۱۴۰۰)، بسته بهبود منابع جو مدرسه (بودر<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۷) و پرسشنامه باور به پرخاشگری (کیمبل<sup>۴</sup> و همکاران، ۱۹۹۹) به منزله بهترین بسته‌های موجود در مورد نمونه نوجوانان انتخاب شد. بسته آموزشی نهایی با گزینش بهترین عناصر از این چهار بسته آموزشی تدوین شد. بعد از تهیه پکیج آموزشی، اعضای گروه آزمایشی، طی ده جلسه، یکبار در هفته به مدت ۱/۵ ساعت، آموزش مبتنی بر پروتکل تدوین شده را دریافت کردند. دانش‌آموزان گروه گواه برنامه عادی خود را طی می‌کردند. بعد از اجرای جلسات آموزشی، از هر دو گروه آزمایشی و گواه پس آزمون به عمل آمد.

جدول ۱: خلاصه محتوا و تعداد جلسات آموزش

جلسات	اهداف	روند جلسه
اول	برگزاری یک جلسه با اولیا دانش‌آموزان جهت آشنایی با مفهوم عملکرد خانواده و ابعاد آن برگزاری یک جلسه با مسئولان مدارس منتخب جهت آشنایی با مفهوم جو مدرسه و ابعاد آن آشنایی کلی با اعضاء، ایجاد رابطه حسنی دانش‌آموزان با یکدیگر و با مجری پژوهش، بیان قواعد	ایجاد ارتباط و آشنایی
دوم	جلسه، آشنایی کلی با امور اخلاقی و اخلاقیاتی جلسه، آشنایی با مفاهیم پرخاشگری و همدلی ارائه تعاریف مختلف از پرخاشگری، تعریف باورهای مختلف افراد درباره پرخاشگری، تعریف باورهای ابرازی و باورهای بیانی (ارائه نمونه‌های مختلف توسط محقق در مورد انواع باور درباره پرخاشگری)	آشنایی با پرخاشگری و باورهای افراد نسبت به پرخاشگری
سوم	همفکری درباره باور به پرخاشگری نوشتن باورهای دانش‌آموزان درباره پرخاشگری و خودارزیابی دانش‌آموزان مشورت گروهی در مورد باورهای همدیگر درباره پرخاشگری	همفکری درباره تغییر باور به پرخاشگری
چهارم	ارائه مثال‌های مختلف تفاوت‌های فردی در مورد باور به پرخاشگری ارائه مثال‌های مختلف تفاوت‌های جوامع مختلف در مورد باور به پرخاشگری مشورت گروهی در مورد چگونگی تغییر باورهای افراد و جوامع درباره پرخاشگری همفکری و مشورت در مورد باورهای هنجار افراد و جوامع در مورد پرخاشگری	همفکری درباره تغییر باور به پرخاشگری
پنجم	آشنایی با احساسات فیزیولوژیک آشنایی با احساسات روان‌شناخی شناسایی احساسات خود شناسایی احساسات دیگری بیان احساسات خود	آشنایی با احساسات روان‌شناخی شناسایی احساسات خود آشنایی با احساسات فیزیولوژیک آشنایی با احساسات دیگری

۱ . Positive Adolescent Choices Training (PACT)

2 . Betty Young and Rodney Hammond

3 . Yoder

4 . Campbell

امکان سنجی آموزش مبتنی بر عوامل فردی، خانوادگی و مدرسه‌ای بر مهارت‌های اجتماعی و کنترل خشم دانش‌آموزان  
The feasibility of training based on individual, family and school factors on students' social skills and anger control

<p>موانع همدلی کدام است؟ با گفته‌های دوستانه همدلی کنید. همدلی دوستانه را ارزشیابی کنید.</p> <p>چه مهارت‌هایی به همدلی کمک می‌کنند؟ چه مواردی از همدلی چلوگیری می‌کنند؟</p> <p>برای همدلی چه مهارت‌هایی نیاز داریم؟</p> <p>برای همدلی چه مهارت‌هایی نیاز داریم؟</p> <p>چه خطاهای تفسیری کدامند؟ (نامگذاری، برچسب زدن، تشخیص گذاری، انسانیت زدایی، پاسخ رفلکسی)، هریک از خطاهای تفسیری خودتان و دوستانه را نام ببرید. این خطاهای چه نقشی در روابط ما دارند؟ نتیجه خطاهای تفسیری در روابط ما با دیگران چیست؟ بريا چلوگیری از خطاهای تفسیری چکار کنیم؟ دو مورد خطای تفسیری و انسانیت زدایی خودتان و دوستانه را نام ببرید.</p> <p>چرا باید همدلی را یاد بگیریم؟ آیا نداشتن مهارت‌ها و تفسیرهای ناروا در روابط ما با دیگران تاثیر می‌گذارد؟ برای چلوگیری از تفسیرهای ناروا چه مهارت‌هایی احتیاج داریم؟</p> <p>همدلی به چه مهارت‌هایی احتیاج دارد؟ و چگونه تقویت می‌شود؟ فنون گوش دادن، انعکاس، توجه به زبان بدنه، ابراز وجود، پرهیز از نامگذاری، برچسب زدن، تشخیص گذاری، انسانیت زدایی، پاسخ رفلکسی. این فنون را در مقابل توانایی همدلی خودتان ارزیابی کنید. برای اینکه همدلی خودتان را ادامه دهید، باید چگونه عمل کنید. ترکیب فنون در همدلی خود و دوستانه چگونه رخ می‌دهد؟ نتیجه کاربرد فنون را در رفتارهای خود و دوستانه نام ببرید.</p> <p>تعريف ارتباط، بحث گروهی در مورد چگونگی برقراری ارتباط مؤثر با کارکنان و دیگر دانش‌آموزان بحث گروهی در مورد روش‌های کمک به دیگران، ارائه نمونه‌هایی از مهارت‌های اجتماعی مؤثر بحث در مورد چگونگی داشتن احساس ارزشمندی در مدرسه. بحث گروهی در مورد معاشرت و همصحبتی ارائه نمونه‌هایی از معاشرت مناسب و مورد قبول با دیگران</p> <p>ارائه نمونه‌هایی از کارهای مورد پسند مسولان مدرسه و دانش‌آموزان و بحث گروهی در مورد آن‌ها</p>	<p>آشنایی با احساسات فیزیولوژیک</p> <p>آشنایی با احساسات روان‌شناختی</p> <p>شناسایی احساسات خود</p> <p>شناسایی احساسات دیگری</p> <p>بیان احساسات خود</p> <p>تفویت پاسخ همدلانه</p> <p>شناسایی احساسات خود</p> <p>شناسایی احساسات دیگری</p> <p>توانمند سازی نوجوانان در مهارت همدلی</p> <p>ارزشیابی همدلی</p> <p>اجرای پس آزمون</p> <p>جو مدرسه</p> <p>دبستگی به مدرسه</p>
<p>متغیر</p>	<p>مهارت‌های اجتماعی</p>
<p>مرحله</p>	<p>پیش آزمون</p>
<p>گروه گواه</p>	<p>پس آزمون</p>
<p>انحراف معیار</p>	<p>میانگین</p>
<p>انحراف معیار</p>	<p>میانگین</p>
<p>میانگین</p>	<p>میانگین</p>

### یافته‌ها

در پژوهش حاضر، تعداد کل دانش‌آموزان شرکت‌کننده پس از حذف شرکت‌کنندگانی که به دلایل مختلف نمی‌توانستند در جلسات به طور کامل حضور داشته باشند و از مطالعه حذف می‌شدند، ۳۰ نفر (گروه آزمایش ۱۵ نفر و گروه گواه ۱۵ نفر) بود. در بررسی ویژگی‌های جمعیت‌شناختی نمونه آماری در گروه آزمایش: تحصیلات پدر برای ۱ نفر زیر دیپلم (۶۶٪)، ۳ نفر فوق دیپلم (۶۶٪)، ۱ نفر لیسانس (۴۶٪) و ۳ نفر (۲۰٪) تحصیلات تکمیلی بودند. تحصیلات مادر برای ۱ نفر زیر دیپلم (۶۶٪)، ۵ نفر دیپلم (۳۳٪)، ۷ نفر لیسانس (۵۳٪) و ۲ نفر (۱۳٪) تحصیلات تکمیلی بودند. شغل پدر برای ۱ نفر بیکار (۶۶٪)، ۸ نفر آزاد (۵۳٪) و ۶ نفر کارمند (۴۰٪) بودند. شغل مادر ۹ نفر خانه‌دار (۶۰٪) و ۶ نفر کارمند (۴۰٪) بودند. در گروه گواه: تحصیلات پدر برای ۵ نفر دیپلم (۳۳٪)، ۸ نفر لیسانس (۵۳٪) و ۲ نفر (۱۳٪) تحصیلات تکمیلی بودند. شغل پدر برای ۲ نفر بیکار (۱۳٪)، ۸ نفر دیپلم (۱۳٪) و ۵ نفر لیسانس (۵۳٪) تحصیلات تکمیلی بودند. شغل پدر برای ۲ نفر بیکار (۱۳٪)، ۷ نفر آزاد (۴۶٪) و ۶ نفر کارمند (۴۰٪) بودند. شغل مادر ۷ نفر خانه‌دار (۴۶٪) و ۸ نفر کارمند (۵۳٪) بودند. میانگین و انحراف معیار نمرات پیش‌آزمون، پس‌آزمون هر یک از گروه‌ها در جدول ۲ ارائه شده است. جدول ۲ ماتریس همبستگی، میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول ۲: میانگین و انحراف معیار متغیرهای مهارت‌های اجتماعی و کنترل خشم در گروه آزمایشی و گواه

مهارت‌های اجتماعی	پیش آزمون	پس آزمون
گروه گواه	۱۰/۷/۰۶	۱۰/۷/۰۶
انحراف معیار	۲۱/۵۱	۲۱/۵۱
میانگین	۱۰/۳/۷۳	۱۰/۴/۰۰
انحراف معیار	۲/۶/۲۳	۲/۵/۷۶

۳/۳۱	۱۸/۵۳	۳/۱۶	۱۸/۲۰	پیش آزمون	کنترل خشم
۳/۷۳	۱۸/۳۳	۲/۹۹	۲۳/۴۰	پس آزمون	

\*  $P < 0.05$  \*\*  $P < 0.01$

جدول ۲، یافته‌های توصیفی مربوط به هر کدام از متغیرهای پژوهش را به تفکیک برای گروه آزمایش و گواه نشان می‌دهد. همان‌طور که اطلاعات جدول فوق نشان می‌دهد، میانگین و انحراف معیار گروه آزمایش در مرحله پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون تفاوت پیدا کرده است. برای تحلیل داده‌ها و به منظور کنترل اثر پیش‌آزمون از روش تحلیل کوواریانس چندمتغیره استفاده شد و برای استفاده از این روش آماری، رعایت مفروضه‌های نرمال بودن، همسانی ماتریس‌های واریانس - کوواریانس، همگنی واریانس‌ها و همگنی ضرایب رگرسیون در مراحل پیش‌آزمون ضروری است. برای اطمینان از نرمال بودن توزیع متغیرهای پژوهش، از آزمون کولموگروف - اسپیریونف استفاده شد. نتایج این آزمون در هر یک از مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون در سطح  $0.05$  معنی دار نبودند، بنابراین فرض صفر یعنی پیروی داده‌ها از توزیع نرمال تأیید می‌شود، بنابراین پیش‌فرض اول تحلیل کوواریانس یعنی طبیعی بودن توزیع نمرات رعایت شده است. به منظور بررسی مفروضه یکسانی ماتریس‌های واریانس - کوواریانس از آزمون ام باکس نشان داد که این پیش‌فرض نیز برقرار است ( $F=0.05$ ,  $P=0.77$ ,  $M=2/5$ ). جهت بررسی مفروضه همگنی واریانس‌ها از آزمون لوین استفاده شد. نتایج بدست آمده از این آزمون برای مهارت‌های اجتماعی ( $F=0.05$ ,  $P=0.79$ ) و برای کنترل خشم ( $F=0.40$ ,  $P=0.05$ ) به دست آمد که نشان‌گر همگنی واریانس‌های دو گروه بود. به منظور یکسانی رابطه متغیر وابسته و متغیر کمکی (نمره پیش‌آزمون) برای گروه‌های پژوهشی از رگرسیون استفاده شد. نتایج حاصل از اجرای این آزمون برای مهارت‌های اجتماعی ( $F=0.05$ ,  $P=0.58$ ) و کنترل خشم ( $F=0.05$ ,  $P=0.63$ ) به دست آمد که حاکی از یکسانی رابطه متغیر وابسته و پیش‌آزمون برای هر دو گروه بود. پس از بررسی مفروضه‌های تحلیل کوواریانس چندمتغیره و رعایت مفروضه‌های لازم، جهت بررسی اثر مداخله‌ای از تحلیل کوواریانس چندمتغیره استفاده شد. جدول ۳ نتیجه تحلیل کوواریانس چندمتغیره را روی نمره‌های پس‌آزمون با کنترل پیش‌آزمون‌های متغیرهای وابسته پژوهش (مهارت‌های اجتماعی و کنترل خشم) نشان می‌دهد.

جدول ۳: نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیره نمرات پس‌آزمون متغیرهای پژوهش در دو گروه آزمایش و گواه

مرحله	نام آزمون	مقدار	F	درجات آزادی	سطح	درجات آزادی	معنی‌داری	مجذور اتا	توان	آزمون
پس‌آزمون	اثر پیلایی	۰/۹۰۵	۱۱۹/۷۱	۲	۲۵	۰/۰۰۱	۰/۹۰۵	۰/۰۰۱	۰/۹۰۵	۱
	لامبدای ویلکز	۰/۹۰۵	۱۱۹/۷۱	۲	۲۵	۰/۰۰۱	۰/۹۰۵	۰/۰۰۱	۰/۹۰۵	۱
	اثر هتلینگ	۹/۵۷	۱۱۹/۷۱	۲	۲۵	۰/۰۰۱	۰/۹۰۵	۰/۰۰۱	۰/۹۰۵	۱
	بزرگترین ریشه روی	۹/۵۷	۱۱۹/۷۱	۲	۲۵	۰/۰۰۱	۰/۹۰۵	۰/۰۰۱	۰/۹۰۵	۱

همان‌گونه که در جدول ۳ مشاهده می‌شود سطوح معنی‌داری کلیه آزمون‌ها بیان‌گر آن هستند که بین دو گروه آزمایشی و گواه حداقل از نظر یکی از متغیرهای پژوهش تفاوت معنی‌داری وجود دارد ( $P < 0.001$ ,  $F = 119/71$ )؛ بنابراین می‌توان گفت آموزش مبتنی بر مدل پرخاشگری در مدرسه موجب تغییر در متغیرهای پژوهش در گروه آزمایشی شده است. میزان تأثیر یا تفاوت برابر با  $0.905$  است، به عبارت دیگر،  $90$  درصد تفاوت‌های ایجاد شده در نمرات متغیرهای پژوهش مربوط به تأثیر آموزش مبتنی بر مدل است. برای پی‌بردن به این نکته که از لحاظ کدام متغیر پژوهش بین دو گروه تفاوت معنی‌دار وجود دارد، تحلیل کوواریانس تک‌متغیره در متن مانکوا نجام گرفت که نتایج حاصل در جدول ۴ آمده است.

جدول ۴: نتایج تحلیل کوواریانس به منظور مقایسه نمرات پس‌آزمون در گروه‌های آزمایش و گواه

متغیر	منبع تغییر	مجموع مجذورات	درجات آزادی	میانگین مجذورات	سطح معنی‌داری	مجذور اتا	توان	آزمون
مهارت‌های اجتماعی	پیش‌آزمون	۱۴۹۳۱/۰۱	۱	۱۴۹۳۱/۰۱	۰/۰۰۰۱	۱۶۲۱/۷۹	۰/۰۰۰۱	۰/۷۰۳
گروه		۵۶۶/۰۵۷	۱	۵۶۶/۰۵۷	۰/۰۰۰۱	۶۱/۴۸۵	۰/۰۰۰۱	۰/۷۰۳

امکان‌سنجی آموزش مبتنی بر عوامل فردی، خانوادگی و مدرسه‌ای بر مهارت‌های اجتماعی و کنترل خشم دانش‌آموزان  
The feasibility of training based on individual, family and school factors on students' social skills and anger control

۱	۰/۸۹۸	۰/۰۰۰۱	۲۲۸/۲۹۲	۲۸۷/۲۰۶	۱	۲۸۷/۲۰۶	۲۳۹/۳۶۸	خطا	کنترل خشم پیش‌آزمون
۱	۰/۸۶۹	۰/۰۰۰۱	۱۷۲/۶۹۴	۲۱۷/۲۶۰	۱	۲۱۷/۲۶۰	۲۶	۳۲/۷۱۰	گروه خطا
			۱/۲۵۸						

نتایج مندرج در جدول ۴ نشان می‌دهند که تحلیل کوواریانس‌های یکراهه در متغیر مهارت‌های اجتماعی ( $F=61/48$  و  $P<0.0001$ ) و کنترل خشم ( $F=172/69$  و  $P<0.0001$ ) معنی دار هستند. با توجه به نتایج مندرج در جدول ۴ میانگین پس‌آزمون نمره مهارت‌های اجتماعی گروه آزمایشی،  $115/۰.۹$  و گروه گواه  $104$  است که نشان می‌دهد مهارت‌های اجتماعی گروه آزمایشی در پس‌آزمون افزایش پیدا کرده است. در ارتباط با پس‌آزمون نمره مهارت کنترل خشم، میانگین گروه آزمایشی،  $23/۴۰$  و گروه گواه  $18/۳۳$  است که نشان می‌دهد مهارت کنترل خشم شرکت‌کنندگان گروه آزمایشی به طور معنی‌داری نسبت به گروه گواه افزایش داشته‌اند.

### بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف امکان‌سنجی آموزش مبتنی بر عوامل فردی، خانوادگی و مدرسه‌ای بر مهارت‌های اجتماعی و کنترل خشم دانش‌آموزان انجام گرفت. یافته‌های پژوهش نشان داد که آموزش مبتنی بر عوامل فردی، خانوادگی و مدرسه‌ای تأثیر معناداری بر افزایش مهارت‌های اجتماعی دارد. این یافته با پژوهش‌های سالاورا و همکاران،  $2022$ ؛ بارد و همکاران،  $2022$ ؛ معینی و همکاران،  $2022$ ؛ ماتا و همکاران،  $2021$  همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت اجرای برنامه‌های مداخله‌ای بر این فرض استوار است که رفتارهای نامناسب اجتماعی نوجوانان اغلب نتیجه نقص در مهارت‌های موردنیاز برای تعاملات اجتماعی شایسته با دیگران و رفتارهای جایگزین مناسب است. آموزش عوامل مرتبط با فرد از قبیل باور به پرخاشگری، همدلی و همدردی، آموزش خانواده در جهت بالابردن عملکرد آن، ادراک مثبت از جو مدرسه و دلیستگی به مدرسه به نوجوانان کمک می‌کند شناخت بهتری از هیجانات خود و دیگران داشته باشد؛ این آگاهی از هیجانات موجب افزایش خودتنظیمی، خویشتن‌داری و رفتارهای اجتماعی مناسب‌تر نوجوانان شده و باعث می‌شود آن‌ها در موقعیت‌های گوناگون واکنش مناسب‌تری از خود نشان دهند (لی و دیجیویزی،  $2018$ ؛ وانگ و همکاران،  $2018$ ). در واقع با اجرای برنامه آموزش می‌توان به دانش‌آموزان یاد داد که بجای ابراز رفتارهای نامناسب اجتماعی، از طریق ایجاد ارتباط موثر مستقیم و صادقانه و با بکارگیری مهارت‌های اجتماعی مناسب، به طور صحیح در اجتماع رفتار کنند. علاوه‌بر آن، می‌توان اظهار داشت عملکرد خانواده نقشی موثر در رشد اجتماعی اعضای آن، بویژه نوجوانان دارد، در واقع عملکرد بالای خانواده، امکانات و شرایط مساعدی را برای بدست آوردن ویژگی‌های مثبت مانند مهارت‌های اجتماعی در فرزندان فراهم می‌آورد.

دیگر یافته پژوهش بیانگر این است که آموزش مبتنی بر عوامل فردی، خانوادگی و مدرسه‌ای باعث افزایش مهارت کنترل خشم دانش‌آموزان می‌شود. این یافته با پژوهش‌های گالارزو و همکاران،  $2022$ ؛ جو و همکاران،  $2022$ ؛ شریفی‌نیا و شادمهری،  $2021$ ؛ کول و همکاران،  $2022$  همسو است. در تبیین این یافته می‌توان اظهار داشت که آموزش مبتنی بر عوامل فردی، خانوادگی و مدرسه‌ای به نوجوان در مورد خود نظاره‌گری و ارزیابی صحیح از رفتار دیگران آگاهی می‌دهد و این آگاهی موجب بهره‌گیری از افکار منطقی‌تر می‌شود. در نتیجه با آموزش عوامل مختلف این برنامه، نوجوان ارزیابی مثبتی از رفتار دیگران خواهد داشت. با توجه به اینکه، برنامه آموزش کنترل خشم، آموزش و راهنمایی برای کاهش رفتار پرخاشگرانه را در جنبه‌های شناختی، رفتاری و مؤلفه‌های فیزیولوژیکی خشم موردنظره قرار می‌دهد، علاوه بر افزایش دانش نسبت به هیجانات خود و دیگران، مهارت کنترل خشم یا خودکنترلی را هنگامی که فرد احساس خشم می‌کند، افزایش می‌دهد. در واقع، با آموزش این برنامه، به نوجوان کمک می‌کنیم تا بیاموزد چگونه احساسات منفی را که پیش از خشم است، آرام، مهار و کنترل کند. همچنین می‌توان این یافته را از طریق ایجاد احساس ارزشمندی و دلیستگی به مدرسه در دانش‌آموزان تبیین کرد. ایجاد احساس ارزشمندی و دلیستگی به مدرسه می‌تواند منجر به مشارکت فعال دانش‌آموز در فعالیت‌های مدرسه شود. در نتیجه دانش‌آموز دارای این ویژگی‌ها با اهداف مدرسه و دیگر افراد حاضر در مدرسه احساس همدلی کرده و در موقعیت‌های مختلف سعی در کنترل خشم خواهد داشت.

به طور کلی می‌توان نتیجه گرفت که عوامل فردی، خانوادگی و مدرسه‌ای از قبیل باور به پرخاشگری، همدلی، همدردی، عملکرد خانواده، جو مدرسه و دلستگی به مدرسه تأثیر معناداری بر افزایش مهارت‌های اجتماعی و کنترل خشم نوجوانان داشت آموز دارند. در یک جمع‌بندی کلی می‌توان گفت یکی از آسیب‌های اساسی در دوره نوجوانی، بروز رفتارهای نامناسب اجتماعی در این دوره است که اگر به آن توجه نشود می‌تواند سلامت روان نوجوانان را تحت‌تأثیر قرار دهد؛ لذا با درنظر گرفتن و توجه به امکان تأثیر عوامل مختلف فردی، خانوادگی و مدرسه‌ای می‌توان آنان را در کنترل رفتارهای نامناسب و بروز رفتارهای جایگزین مناسب هدایت کرد.

این پژوهش نیز همانند پژوهش‌های دیگر با محدودیت‌هایی همراه بود: از جمله اندازه حجم نمونه پایین، روش نمونه‌گیری هدفمند و عدم دوره پیگیری. از این‌رو پیشنهاد می‌گردد در پژوهش‌های آتی به منظور افزایش سطح معناداری از حجم نمونه بزرگ‌تر و برای تعییم‌پذیری بیشتر از روش نمونه‌گیری تصادفی استفاده گردد. همچنین به منظور اطمینان از ماندگاری صورت‌گرفته، از دوره پیگیری استفاده شود. همچنین، خود گزارش‌دهی بودن پرسش‌نامه‌های پژوهش (که ممکن است مستلزم سوگیری باشد) و کمبود منابع اطلاعاتی در زمینه تأثیر آموزش باور به پرخاشگری و همدلی بر متغیرهای وابسته پژوهش از دیگر محدودیت‌های این پژوهش است. به نظر می‌رسد که تدوین برنامه‌های آموزش مهارت‌های اجتماعی و کنترل خشم می‌تواند مفید باشد، بنابراین، به صاحب‌نظران و مسئولان آموزشی پیشنهاد می‌شود که با برگزاری کارگاه‌های آموزشی، معلمان و دانش‌آموzan را با این سازه‌ها آشنا کنند.

## منابع

- حاجتی، ف.، اکبرزاده، ن.، و خسروی، ز. (۲۰۰۸). تأثیر آموزش برنامه ترکیبی درمان شناختی رفتاری با رویکرد مثبت گرایی بر پیشگیری از خشونت نوجوانان شهر تهران. *مطالعات روان‌شناسی*, ۱۶(۴)، ۳۵-۵۶. <https://doi.org/10.22051/psy.2008.1632>
- درتاج، ف.، و مصایبی، ا.، و اسدزاده، ح. (۱۳۸۸). تأثیر آموزش مدیریت خشم بر پرخاشگری و سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان پسر ۱۵-۱۲ ساله. <https://www.sid.ir/paper/151888/fa> ۶۲-۷۲.
- دهقان احمدآبادی، ف. و آقامحمدیان شعریاف، ح. (۱۳۹۵). بررسی رابطه بین مدیریت کنترل خشم با تعهد سازمانی دبیران، هفتمین کنفرانس بین المللی روانشناسی و علوم اجتماعی، تهران. <https://civilica.com/doc/639144>
- سلیمانی، م. (۱۳۸۹). ضرورت آموزش مهارت‌های اجتماعی به دانش‌آموزان کم‌توان ذهنی و ارائه رویکرد نو در آموزش مهارت‌های اجتماعی (۵۴ تا ۵۹-۱۰۳-۷). <http://exceptionaleducation.ir/article-1-1535-fa.html>
- شریفی نیا، م.، و شادمهری، ن. (۱۴۰۰). مطالعه کارایی اسباب بازی‌های آموزش کنترل خشم برای کودکان. نشریه پژوهش‌های تربیتی، ۱۰ (۴۴): ۵۵-۴۶. <http://erj.knu.ac.ir/article-1-1060-fa.html>
- فتاحی، ا.، جدیدی، م.، احمدیان، ح.، و مرادی، ا. (۱۴۰۰). اثربخشی بسته آموزشی تاب‌آوری تحصیلی، دلستگی به مدرسه، خودپنداره تحصیلی و درگیری تحصیلی بر سازگاری تحصیلی. *مجله مطالعات روانشناسی تربیتی*, ۱۱ (۴۳)، ۶۳-۸۴. <https://doi.org/10.22111/JEPS.2021.6485>
- غلامی، س.، احمدی، س.، و حرمتی، ح. (۱۴۰۰). طراحی الگوی برنامه درسی (آموزش) مهارت‌های همدلی در دوره متوسطه و ارزیابی اثربخشی آن. مدیریت و برنامه ریزی در نظام های آموزشی. ۱۱ (۱)، ۳۱۱-۳۴۰. <https://doi.org/10.52547/MPES.14.1.311>
- مژوقی، ر.، و حیدری، م.، و حیدری، ا. (۱۳۹۲). بررسی رابطه عدالت آموزشی با فرسودگی تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی. گام‌های توسعه در آموزش پزشکی. ۱۰ (۳)، ۲۱۰-۲۱۶. [https://sdme.kmu.ac.ir/article\\_90280.html](https://sdme.kmu.ac.ir/article_90280.html)
- یوسفی، ف.، و خیر، م. (۱۳۸۱). بررسی پایابی و روابی مقیاس سنجش مهارت‌های اجتماعی ماتسون و مقایسه عملکرد دختران و پسران دبیرستانی در این مقیاس. *علوم اجتماعی و انسانی دانشگاه شیراز*, ۱۸ (۲۱۸)، ۱۴۷-۱۵۸. <https://www.noormags.ir/view/en/articlepage/2453/147/text?Area>
- Allen, J. J., Anderson, C. A., & Bushman, B. J. (2018). The general aggression model. *Current opinion in psychology*, 19, 75-80. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.03.034>
- Barde, M. S., Upendra, S., & Kaur, J. (2022). A Cross Sectional Study to Assess the Level of Social Functioning Among Adolescents. *Journal of Positive School Psychology*, 6(3), 1144-1147. <https://doi.org/10.21276/aimdr.2017.3.4.CM2>
- Cano-Lozano, M. C., León, S. P., & Contreras, L. (2021). Relationship between punitive discipline and child-to-parent violence: The moderating role of the context and implementation of parenting practices. *International journal of environmental research and public health*, 19(1), 182. <https://doi.org/10.3390/ijerph19010182>
- Campbell, A., Muncer, S., McManus, I. C., & Woodhouse, D. (1999). Instrumental and expressive representations of aggression: One scale or two?. Aggressive Behavior: *Official Journal of the International Society for Research on Aggression*, 25(6), 435-444. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1098-2337\(1999\)25:6<435::AID-AB4>3.0.CO;2-Q](https://doi.org/10.1002/(SICI)1098-2337(1999)25:6<435::AID-AB4>3.0.CO;2-Q)
- Dos Santos, A. (2019). Empathy and aggression in group music therapy with teenagers: A descriptive phenomenological study. *Music Therapy Perspectives*, 37(1), 14-27. <https://doi.org/10.1093/mtp/miy024>

- Estévez López, E., Jiménez Gutiérrez, T. I., & Moreno Ruiz, D. (2018). Aggressive behavior in adolescence as a predictor of personal, family, and school adjustment problems. *Psicothema*, 30(1), 66. <https://doi.org/10.7334/psicothema2016.294>
- Galarneau, E., Colasante, T., & Malti, T. (2022). Feeling bad about feeling mad: Anger predicts higher non-aggressive disruptive behavior but not aggression in children with higher ethical guilt. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 79, 101384. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2021.101384>
- Gantiva, C., Cendales, R., Díaz, M., & González, Y. (2021). Is there really a relationship between empathy and aggression? Evidence from physiological and self-report measures. *Journal of interpersonal violence*, 36(7-8), 3438-3458. <https://doi.org/10.1177/0886260518776999>
- Garandeau, C. F., Laninga-Wijnen, L., & Salmivalli, C. (2022). Effects of the Kiva anti-bullying program on affective and cognitive empathy in children and adolescents. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 51(4), 515-529. <https://doi.org/10.1080/15374416.2020.1846541>
- Hartley, K., MacDougall, M. C., Terrizzi, B., Xu, Y., Cecil, K. M., Chen, A., ... & Yolton, K. (2022). Gestational exposure to polybrominated diphenyl ethers and social skills and problem behaviors in adolescents: The HOME study. *Environment International*, 159, 107036. <https://doi.org/10.1016/j.envint.2021.107036>
- Jo, H. J., Jung, Y. H., Hong, Y. J., Shin, Y. B., Baek, K. D., Kim, E., & Kim, J. J. (2022). The applicability of virtual reality-based training for controlling anger in aggressive individuals. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 25(5), 278-286. <https://doi.org/10.1089/cyber.2021.0193>
- Karababa, A. (2020). The relationship between trait anger and loneliness among early adolescents: The moderating role of emotion regulation. *Personality and Individual Differences*, 159, 109856. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.109856>
- Koole, S. L., Veenstra, L., Domachowska, I., Dillon, K. P., & Schneider, I. K. (2022). Embodied anger management: Approach-oriented postures moderate whether trait anger becomes translated into state anger and aggression. *Motivation Science*, 8(2), 174–190. <https://doi.org/10.1037/mot0000257>
- Kozubal, M., Szuster, A., & Barlińska, J. (2019). Cyberbystanders, affective empathy and social norms. *Studia Psychologica*, 61(2), 120-131. <https://doi.org/10.21909/sp.2019.02.777>
- Krahé, B. (2020). The Social Psychology of Aggression: 3rd Edition (3rd ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429466496>
- L'Écuyer, R., Poulin, F., Vitaro, F., & Capuano, F. (2021). Bidirectional Links Between Teachers' Disciplinary Practices, Students' Peer Status, and Students' Aggression in Kindergarten. *Research on child and adolescent psychopathology*, 49(5), 671-682. <https://doi.org/10.1007/s10802-021-00767-3>
- Lee, A. H., & DiGiuseppe, R. (2018). Anger and aggression treatments: a review of meta-analyses. *Current opinion in psychology*, 19, 65-74. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.04.004>
- Korpershoek, H., Canrinus, E. T., Fokkens-Bruinsma, M., & de Boer, H. (2020). The relationships between school belonging and students' motivational, social-emotional, behavioural, and academic outcomes in secondary education: A meta-analytic review. *Research Papers in Education*, 35(6), 641-680. <https://doi.org/10.1080/02671522.2019.1615116>
- Blakemore, S. J. (2019). Adolescence and mental health. *The lancet*, 393(10185), 2030-2031. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(19\)31013-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(19)31013-X)
- Longobardi, E., Spataro, P., & Rossi-Arnaud, C. (2019). Direct and indirect associations of empathy, theory of mind, and language with prosocial behavior: Gender differences in primary school children. *The Journal of genetic psychology*, 180(6), 266-279. <https://doi.org/10.1080/00221325.2019.1653817>
- Main, A., & Kho, C. (2020). A relational framework for integrating the study of empathy in children and adults. *Emotion Review*, 12(4), 280-290. <https://doi.org/10.1177/1754073919868755>
- Mata, Á. N. D. S., de Azevedo, K. P. M., Braga, L. P., de Medeiros, G. C. B. S., de Oliveira Segundo, V. H., Bezerra, I. N. M., ... & Piuvezam, G. (2021). Training in communication skills for self-efficacy of health professionals: a systematic review. *Human resources for health*, 19(1), 1-9. <https://doi.org/10.1186/s12960-021-00574-3>
- Moeini, B., Hazavehei, S. M. M., Faradmal, J., Ahmadpanah, M., Dashti, S., Hashemian, M., & Shahrabadi, R. (2022). The relationship between readiness for treatment of substance use and self-efficacy based on life skills. *Journal of ethnicity in substance abuse*, 21(1), 364-376. <https://doi.org/10.1080/15332640.2020.1772930>
- Prati, G., Cicognani, E., & Albanesi, C. (2018). The impact of sense of community in the school, social skills, and exposure to aggression and victimization on students' well-being. *Social Indicators Research*, 140(2), 637-651. <https://doi.org/10.1007/s11205-017-1808-9>
- Roeser, R.W., Eccles, J.S., & Sameroff, A.J. (2000). School as a context of early adolescents' academic and social-emotional development: A summary of research findings. *Elem. Sch. J.* 100, 443–471. <https://doi.org/10.1086/499650>
- Salavera, C., Usán, P., & Quilez-Robres, A. (2022). Exploring the effect of parental styles on social skills: The mediating role of affects. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(6), 3295. <https://doi.org/10.3390/ijerph19063295>
- Schewe, P., Newlands, R. T., & O'Donohue, W. (2022). A review of theories describing the etiology of sexual aggression among boys and men and implications for prevention. *Engaging Boys and Men in Sexual Assault Prevention*, 29-47. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-819202-3.00018-3>
- Sigurvinssdottir, R., Asgeirsdottir, B. B., Ullman, S. E., & Sigfusdottir, I. D. (2021). The Impact of Sexual Abuse, Family Violence/Conflict, Spirituality, and Religion on Anger and Depressed Mood Among Adolescents. *Journal of Interpersonal Violence*, 36(1–2), NP577–NP597. <https://doi.org/10.1177/0886260517734860>

- Sisman, F. N., Basakci, D., & Ergun, A. (2021). The relationship between insomnia and trait anger and anger expression among adolescents. *Journal of child and adolescent psychiatric nursing*, 34(1), 50-56. <https://doi.org/10.1111/jcap.12294>
- Spataro, P., Calabò, M., & Longobardi, E. (2020). Prosocial behaviour mediates the relation between empathy and aggression in primary school children. *European Journal of Developmental Psychology*, 17(5), 727-745. <https://doi.org/10.1080/17405629.2020.1731467>
- Stevens, F., & Taber, K. (2021). The neuroscience of empathy and compassion in pro-social behavior. *Neuropsychologia*, 159, 107925. <https://doi.org/10.1016/j.neuropsychologia.2021.107925>
- Trigueros, R., Sanchez-Sanchez, E., Mercader, I., Aguilar-Parra, J. M., López-Liria, R., Morales-Gázquez, M. J., ... & Rocamora, P. (2020). Relationship between emotional intelligence, social skills and peer harassment. A study with high school students. *International journal of environmental research and public health*, 17(12), 4208. <https://doi.org/10.3390/ijerph17124208>
- Uddin, M. K., & Rahman, J. (2022). Cyber victimization and cyber aggression among high school students: Emotion regulation as a moderator. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 16(2). <https://doi.org/10.5817/CP2022-2-4>
- Vu, B. T., Van Heel, M., Petry, K., & Bosmans, G. (2020). The association between normative beliefs approving aggression and overt aggressive behavior in vietnamese adolescents: A short-term longitudinal study. *The Journal of Early Adolescence*, 40(4), 480-498. <https://doi.org/10.1177/0272431619858399>
- Wong, T. K. Y., Konishi, C., & Zhao, K. (2018). Anger and anger regulation among adolescents: A consideration of sex and age differences. *Canadian Journal of Behavioural Science / Revue canadienne des sciences du comportement*, 50(1), 1–8. <https://doi.org/10.1037/cbs0000089>
- Yoder, N., Darling-Churchill, K., Colombi, G. D., Ruddy, S., Neiman, S., Chagnon, E., & Mayo, R. (2017). Reference Manual on Making School Climate Improvements. School Climate Improvement Resource Package, 2017. *National Center on Safe Supportive Learning Environments*. <https://eric.ed.gov/?id=ED578926>

امکان سنجی آموزش مبتنی بر عوامل فردی، خانوادگی و مدرسه‌ای بر مهارت‌های اجتماعی و کنترل خشم دانش‌آموزان

The feasibility of training based on individual, family and school factors on students' social skills and anger control