مجله علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد
دوره ۲۰ ، شماره ۴، مهر و آبان ۱۳۹۱
صفحه: ۵۰۰-۴۸۹

Journal of Shahid Sadoughi University of Medical Sciences
Vol. 20, No. 4, Sep- Oct 2012
Pages: 489-500

بررسی اثربخشی بخشایش درمانی گروهی در کاهش پرخاشگری نوجوانان پرخاشگر ۱۱ تا ۱۳ ساله شهرستان دزفول

فرشاد لواف‌پور نوری*[۱]، کیانوش زهراکار[۲]، باقر ثنایی ذاکر[۳]

۱- کارشناس ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه خوارزمی
۲- استادیار گروه مشاوره، دانشگاه خوارزمی
۳- استاد گروه مشاوره، دانشگاه خوارزمی

تاریخ دریافت: ۱۳۹۱/۱/۲۳ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۱/۴/۲۹

چکیده

مقدمه: هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی بخشش درمانی به صورت گروهی در کاهش پرخاشگری نوجوانان ۱۱ تا ۱۳ ساله پرخاشگر پسر شهرستان دزفول بود.

روش بررسی: پژوهش نیمه آزمایشی (طرح پیش آزمون ـ پس آزمون با گروه کنترل) حاضر بر روی ۳۰ دانش آموز ۱۱ تا ۱۳ ساله که در پرسشنامه پرخاشگری باس و پری نمرات بالا گرفته بودند، اجرا شد. شرکت‌کنندگان به صورت نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل گمارده شدند. پرسشنامه پرخاشگری باس و پری به عنوان پیش آزمون بر روی دو گروه اجرا شد. گروه آزمایش به مدت ۱۲ جلسه (هفتگی) یک ساعته در معرض مشاوره قرار گرفت و گروه کنترل هیچ گونه مشاوره‌ای دریافت نکرد. داده‌ها با استفاده از آزمون لوین، کولموگروف اسمیرونوف، t نمرات اختلافی دو گروه مستقل و t دو گروه همبسته تحلیل شد.

نتایج: تحلیل یافته‌ها با استفاده از آزمون t دو گروه مستقل جهت مقایسه بین گروهی نشان داد که گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل کاهش معنی‌داری را در پرخاشگری و ابعاد آن (پرخاشگری جسمی، پرخاشگری کلامی، خشم و خصومت) کسب کرده است. همچنین آزمون t وابسته جهت مقایسه درون گروهی پیش آزمون و پس آزمون گروه آزمایش نشان داد که پرخاشگری و ابعاد آن به طور معنی‌دار پس از اجرای متغیر مستقل کاهش یافته است.

نتیجه‌گیری: نتایج نشان داد که بخشش درمانی به صورت گروهی می‌تواند به طور معنی‌دار و اثربخش پرخاشگری کلی و ابعاد پرخاشگری جسمی، پرخاشگری کلامی، خشم و خصومت را کاهش دهد.

واژه‌های کلیدی: پرخاشگری، بخشش، بخشایش درمانی گروهی

* (نویسنده مسئول)؛ تلفن: ۰۶۴۱-۲۲۲۸۷۸۵، پست الکترونیکی: lavafpoorf@yahoo.com

[Downloaded from jssu.ssu.ac.ir on 2026-11-24]

مقدمه

انسان‌ها به عنوان موجوداتی اجتماعی، روابط بین فردی خود را در گستره وسیعی با افراد دیگر حفظ می‌کنند. در نتیجه، احتمال تعارضات بین فردی بالا است. این امر به خوبی از طریق متون پژوهشی متعدد مانند اختلافات زناشویی(۱)، زورگویی و پرخاشگری در مدارس(۲) و تعارض و خشونت در محیط کار(۳) نشان داده شده است. پرخاشگری در دوران نوجوانی نه تنها به قربانیان اعمال پرخاشگرانه آسیب وارد می‌سازد، بلکه رشد خود نوجوانان پرخاشگر را در معرض خطر قرار می‌دهد. متون پژوهشی پیامدهای منفی مرتبط با پرخاشگری فراوانی را شناسایی نموده است. نوجوانان پرخاشگر نسبت به نوجوانان غیرپرخاشگر، به احتمال بیشتری از سوی همسالان طرد می‌شوند(۴)، مرتکب جرم می‌شوند(۵)، خصوصیات رفتار ضداجتماعی از خود نشان می‌دهند(۶)، خشونت را در خانه تجربه می‌کنند(۷)، گرایش به خودشیفتگی دارند(۸)، درجات تحصیلی پایین‌تری دارند(۹) و درگیر سوء مصرف مواد می‌شوند(۱۰). افراد راه‌حل‌های بالقوه متنوعی را جهت مقابله با اثرات تباه کننده تجاوزهای بین فردی چاره‌اندیشی می‌کنند(۱۱). یکی از مکانیزم‌هایی که می‌توانند از ماهیت حلقوی اجتناب و انتقام را مختل سازد، بخشش است؛ رویکردی که به موجب آن افراد واکنش منفی طبیعی‌شان نسبت به فرد متجاوز را فرو می‌نشانند و به طور فزاینده‌ای برانگیخته می‌شوند تا در مقابل به شیوه‌های مثبت واکنش نشان دهند. بخشش تعاریف گوناگونی دارد؛ با این حال این توافق وجود دارد که بخشش دربردارنده حرکت از سمت افکار، رفتار و شناخت منفی در جهت مثبت است(۱۲).

Enright و همکارش ضمن تمایز قائل شدن میان بخشش با حالاتی مانند انکار، فراموشی، چشم پوشی، تبرئه و مصالحه تأکید دارند که افراد، براساس تعیین عقلانی برخورد ناعادلانه آنها زمانی بخشش پیشه می‌کنند که آزادانه از انزجار و پاسخ‌های وابسته به آن دست بکشند و تلاش کنند تا نسبت به فرد خطاکار بر اساس اصل اخلاقی نیک‌خواهی که شامل دلسوزی، ارزشمندی نامشروط، سخاوت و محبت اخلاقی است واکنش نشان دهند. این در حالی است که فرد خاطی به واسطه عمل یا اعمال آسیب‌رسان خویش حق چنین کیفیاتی را ندارد(۱۳).

مداخلات روان‌شناختی ارتقاء دهنده بخشش در التیام جراحات عاطفی ناشی از اعمال رنجش آور و ناعادلانه دیگران مانند وابستگان به مواد و الکل(۱۴)، افراد طلاق گرفته(۱۵)، زوج‌ها(۱۶)، کودکان طلاق(۱۷) و نوجوانان پرخطر(۱۸)، اثربخش بوده است. این مطالعات نشان می‌دهند که مداخلات بخشش می‌توانند از طریق بالا بردن عزت‌نفس، امیدواری و کاهش خشم، افسردگی و اضطراب، در بهبودی بهزیستی روان‌شناختی افراد تأثیرگذار باشد.

بخشایش درمانی(Forgiveness therapy) مداخله‌ای است که در آن یک پروتکل درمانی ساختاریافته جهت توانمند سازی مراجع در بخشودن یک اتفاق یا بی‌عدالتی رنج آور در گذشته مورد استفاده قرار می‌گیرد. بخشش نه به صورت لطف نمودن در حق فرد خطاکار، بلکه به منظور یاری نمودن مراجع به رها سازی آزردگی هیجانی، در جهت رسیدن به یک خود انگاره سالم‌تر، کارکرد هیجانی بهبود یافته، و تعاملات بین فردی ارتقاء یافته صورت می‌گیرد(۱۹). الگوهای زیادی برای مداخله بخشش به وجود آمده است. دو الگویی که بارها و بارها مورد آزمون قرار گرفته و در نهایت حمایت تجربی کسب کرده‌اند؛ مدل فرایندی Enright و مدل روانی آموزشی Worthington می‌باشد(۲۰).

Enrigh و گروه مطالعه رشد انسان، مدلی را پیشرفت و توسعه دادند که متشکل از بیست واحد در قالب چهار مرحله است. هدف از مرحله اول که آشکارسازی (Uncovering) نام دارد، افزایش آگاهی مراجع از عوامل روانشناختی بازدارنده روند بهبودی و نیز اصلاح جهان بینی آنها نسبت به فرد خطاکار، آینده خویش و دیدگاه‌های وجودی است. در مرحله دوم که تصمیم‌گیری (Decision) نام دارد، هدف تشویق مراجع به در نظر گرفتن بخشش به عنوان یک پاسخ فعال به رنجش خویش و متعهد شدن به آن است. هدف از مرحله عمل (Work) که

[Downloaded from jssu.ssu.ac.ir on 2026-11-24]

مرحله سوم این الگو می‌باشد، چارچوب بخشی مجدد رنجش، همدلی با فرد خطاکار و پذیرش رنج است. در آخر، هدف از مرحله چهارم که نتیجه یا عمق بخشی (Deepening) نام دارد یافتن معنا، حمایت اجتماعی و هدف زندگی است(۲۱).

درحالی که مدل Enrigh به طور انحصاری برای کودکان و نوجوانان و همچنین مشکلات سلامت روان اثربخش است، مدل Worthington بیشتر در محیط‌های کلیسا، دانشگاه‌های مسیحی، زوجین، والدین و دانشجویان غیرمذهبی به کار رفته و مورد بررسی قرار گرفته است(۲۰). با توجه به این که الگوی فرایندی با مدت زمان طولانی، اثربخش‌تر از مداخله و مشاوره آموزشی است(۲۲) و با توجه به مناسب بودن با فرهنگ ایرانی و نیز وجود آزمودنی‌های نوجوان، الگوی فرایندی Enrigh جهت انجام این پژوهش مورد استفاده قرار گرفت.

اهمیت پژوهش حاضر از آنجا آشکار می‌شود که در بررسی‌های انتقادی متون پژوهشی در زمینه مداخلات بخشش نشان داده شده است که بیشتر مداخلات انجام شده در این زمینه، بر روی بزرگسالان یا دانشجویان دانشگاه در محیط‌های بالینی و دانشگاهی صورت گرفته است. از طرف دیگر، مطالعات بر روی نوجوانان و کودکان نیز نتایج دوگانه‌ای داشته‌اند(۲۳). همچنین هیچگونه پژوهشی که پرخاشگری نوجوانان را از طریق مداخلات بخشش مورد هدف قرار دهد، در ایران صورت نگرفته است. با توجه به اینکه از یک طرف، موضوع بخشایش درمانی رنجش بین فردی است و یکی از انگیزه‌های افراد در واکنش به رنجش‌های بین فردی مقابله به مثل و انتقام است و از طرف دیگر نظریه پردازان، پرخاشگری را نوعی واکنش خصمانه به رفتارهای ناعادلانه دانسته‌اند(۲۴)، نتایج پژوهش می‌تواند در محیط‌هایی اجتماعی مانند مدارس، محیط‌های کاری، و نیز کانون‌های اصلاح رفتار که روابط بین فردی بالا است مورد استفاده قرار گیرد. همچنین مراکز بهزیستی می‌توانند نتایج پژوهش را در کار خود بر روی سازگاری پس از طلاق بزرگسالان و نوجوانان مورد استفاده قرار دهند. حال این سؤال مطرح است که آیا بخشایش درمانی گروهی موجب کاهش پرخاشگری نوجوانان خواهد شد یا خیر؟ به عبارت دیگر پژوهش حاضر سه هدف را دنبال می‌کند: ۱) کاهش پرخاشگری جسمی و کلامی در نوجوانان؛ ۲) کاهش خشم در نوجوانان؛ ۳) کاهش خصومت در نوجوانان.

روش بررسی

در این پژوهش، از طرح نیمه آزمایشی پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل استفاده شد. جامعه آماری این پژوهش عبارت بود از کلیه دانش آموزان پسر دوره راهنمایی شهرستان دزفول که در سال تحصیلی ۹۱ ـ ۹۰ مشغول به تحصیل بودند. نمونه پژوهش با استفاده از نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای به دست آمد. به این صورت که پس اخذ مجوز از سازمان آموزش و پرورش شهرستان دزفول و هماهنگی با حوزه آموزش راهنمایی، مدارس راهنمایی پسرانه شهرستان دزفول (۲۷ مدرسه) به سه منطقه آموزشی (هر منطقه ۹ مدرسه) تقسیم شدند. سپس به صورت تصادفی یک منطقه انتخاب و آنگاه از بین مدارس آن یک آموزشگاه انتخاب شد. نمونه اولیه شامل ۱۷۴ دانش‌آموز دوره راهنمایی بود. شرایط ورود آزمودنی‌ها عبارت بود از نمره یک، انحراف معیار بالاتر از میانگین نمونه در پرسشنامه پرخاشگری Buss و Perry(۲۵)، نداشتن تکرار پایه و نداشتن سابقه تاریخچه روانپزشکی. پس از غربالگری و شناسایی دانش آموزان واجد شرایط تعداد ۶۰ دانش آموز که شرایط ورود به پژوهش را داشتند انتخاب و پس از مصاحبه انفرادی با آنها و جلب رضایت والدین آنها، در نهایت ۳۰ نفر به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند. لازم به ذکر است که در روش‌های علمی ـ مقایسه‌ای و آزمایشی حداقل ۱۵ نفر برای هر گروه توصیه شده است(۲۶).

پرسشنامه پرخاشگری(Buss & Perry) با استفاده از چهار خرده مقیاس پرخاشگری صفت را اندازه‌گیری می‌کند: پرخاشگری فیزیکی، پرخاشگری کلامی، خشم و خصومت. این ابزار سنجش پرخاشگری را در حوزه‌های ابزاری، عاطفی و شناختی ترکیب می‌نماید و شامل ۲۹ گویه است که بر اساس مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت تنظیم شده‌اند. نمرات بالاتر نشان دهنده پرخاشگری بیشتر است(۲۵). این پرسشنامه قدرت پیش‌بینی فوق‌العاده‌ای برای محیط‌های آزمایشگاهی و دنیای

[Downloaded from jssu.ssu.ac.ir on 2026-11-24]

واقعی دارد(۲۷،۲۸). پرسشنامه پرخاشگری از همسانی درونی (α= ۰/۸۹) و پایاپی به روش باز آزمایی (r=۰/۸۰) خوبی برخوردار است(۲۶). اعتبار پرسشنامه پرخاشگری در پژوهش Mohammadi، با استفاده از سه روش آلفای کرونباخ، بازآزمایی و تصنیف به ترتیب ۰/۸۹، ۰/۷۸، ۰/۷۳ و روایی همگرای آن با محاسبه ضریب همبستگی خرده مقیاس‌های این پرسشنامه با یکدیگر و با کل پرسشنامه به دست آمد که این ضرایب میان ۰/۳۷ تا ۰/۷۸ متغیر و معنی‌دار بودند(۲۹). در پژوهش Samani، ضریب پایایی پرسشنامه به روش بازآزمایی برابر با ۰/۷۸ بود(۳۰). در پژوهش حاضر پایایی پرسشنامه بر روی نمونه ۱۷۴ نفری به شیوه همسانی درونی برای کل پرسشنامه ۸۲٪، و برای بعد پرخاشگری جسمی، پرخاشگری کلامی، خشم، و خصومت به ترتیب، ۷۶٪، ۶۷٪، ۶۴٪، ۶۵٪ به دست آمد.

پروتکل درمانی این الگو شامل ۱۲ جلسه یک ساعتی مبتنی بر کتاب بخشش یک انتخاب است می‌باشد که در آن Enright الگوی درمانی اصلی خود را به تفصیل شرح داده است و منبع اصلی مداخلات بخشایش محور فرایندی Enright است(۲۱). در اکثر مواردی که جمعیت‌های مورد مداخله نوجوان بوده است این الگو مورد استفاده قرار گرفته است. Park پروتکل ۱۲ جلسه‌ای را برای نوجوانان پرخاشگر تنظیم نموده و آن را به صورت تجربی بررسی و حمایت پژوهشی کسب نموده است(۳۱). خلاصه جلسات به شرح زیر می‌باشد:

جلسه اول: مواجهه با خشم، با هدف آشکارسازی خشم و شناسایی ماهیت مخرب آن. جلسه دوم. مرور شناختی رنجش، هدف تفکر در مورد رنجش اتفاق افتاده. جلسه سوم: تصمیم به گذشت، با هدف بخشش به عنوان یک انتخاب در رهاسازی هیجانات انباشته شده. جلسه چهارم: نگریستن با نگاهی نو با هدف قاب‌دهی مجدد دیدگاه و شناخت فرد نسبت به فرد خاطی. جلسه پنجم: تلطیف درون(همدلی) با هدف تغییر هیجانات منفی در جهت مثبت. جلسه ششم، جذب کردن رنج(پذیرش) با هدف پذیرش و از آن خود دانستن رنج به جای بدخیم نمودن آن. جلسه هفتم: کشف معنا با هدف درکی از سهم خویش در آزار و اذیت دیگران در زندگی. جلسه هشتم: آشکارسازی حس گناه و شرم با هدف درک این نکته که خود آنها نیازمند بخشش هستند. جلسه نهم: تصمیم بر طلب بخشش با هدف عذرخواهی در زمان خطاکاری و پذیرفتن هدیه بخشش. جلسه دهم: یادگیری دریافت بخشش با هدف درک معانی کلیدی دریافت بخشش و عقاید غلط مربوط به آن. جلسه یازدهم: پروراندن دریافت بخشش با هدف ایجاد نگرش قدرشناسی و فروتنی. جلسه دوازدهم: کشف معنا در طلب و دریافت کردن بخشش با هدف درک جایزالخطا بودن و تعهد به بخشش پیشه نمودن در آینده.

جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها و بررسی نرمال بودن توزیع نمرات از آزمون Kolmogorov - Smironov، جهت بررسی همگنی واریانس‌ها از آزمون Levene و جهت مقایسه بین گروهی و درون گروهی نمرات پس از اعمال متغیر مستقل آزمون t مستقل و وابسته استفاده شد.

نتایج

با توجه به سطح معنی‌داری مشاهده شده در آزمون Kolmogorov ـ Smironov برای پرخاشگری کلی (p=۰/۲)، پرخاشگری جسمی(p=۰/۲)، پرخاشگری کلامی (p=۰/۰۶)، خشم (p=۰/۲)، خصومت (p=۰/۱۱) برای گروه آزمایش و پرخاشگری کلی(p=۰/۱۴)، پرخاشگری جسمی (p=۰/۲۰)، پرخاشگری کلامی(p=۰/۰۶)، خشم (p=۰/۲) و خصومت (p=۰/۲۰) برای گروه کنترل، مفروضه نرمال بودن توزیع نمرات رعایت شد.

با توجه به نتایج به دست آمده از آزمون Levene برای پرخاشگری (F=۲/۴۲, P>۰/۰۵)، پرخاشگری جسمی (F=۱/۸۱ ,P>۰/۰۵)، پرخاشگری کلامی (P>۰/۰۵, F=۰/۰۱۲)، خشم (F=۰/۴۶, P>۰/۰۵)، خصومت(۰/۰۵ , F=۰/۶۷P>)، مفروضه همگنی واریانس‌ها نیز رعایت شد.

با توجه به رعایت نشدن مفروضه یکسانی شیب رگرسیون برای پرخاشگری(F= ۹۴/۸۷, p<۰/۰۵)، مجاز به استفاده از تجزیه و تحلیل کوواریانس نیستیم. در ادامه از آزمون t دو گروه مستقل و وابسته جهت مقایسه بین گروهی و درون گروهی میانگین نمرات پس از اعمال متغیر مستقل استفاده شد.

[Downloaded from jssu.ssu.ac.ir on 2026-11-24]

نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد میانگین نمرات دو گروه در متغیر پرخاشگری و ابعاد آن تقریباً با هم برابر است و نشان می‌دهد که دو گروه تقریباً از لحاظ نمراتی که کسب نموده‌اند همتا می‌باشند. همانطور که جدول ۲ نشان می‌دهد بین دو گروه در مرحله پس آزمون در متغیر پرخاشگری و ابعاد آن تفاوت زیادی حاصل شده است و نشان می‌دهد که گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل کاهش زیادی را در پرخاشگری کسب نموده‌اند.

جدول ۱: خلاصه نتایج پیش آزمون دو گروه آزمایش و کنترل در متغیر پرخاشگری و ابعاد آن

شاخص / متغیر	گروه	فراوانی	میانگین	انحراف معیار
پرخاشگری کلی	آزمایش	۱۵	۹۷	۹/۹۳
	کنترل	۱۵	۹۹/۶۶	۱۴/۵۲
پرخاشگری جسمی	آزمایش	۱۵	۳۰/۶۶	۵/۲۴
	کنترل	۱۵	۳۰/۸۰	۶/۹۶
پرخاشگری کلامی	آزمایش	۱۵	۱۶/۴۴	۱/۳۰
	کنترل	۱۵	۱۶/۶۶	۱/۴۷
خشم	آزمایش	۱۵	۲۳	۴/۲۲
	کنترل	۱۵	۲۲/۶۶	۴/۸۳
خصومت	آزمایش	۱۵	۲۸/۸۶	۴/۴۵
	کنترل	۱۵	۲۹/۵۳	۴/۷۷

جدول ۲: خلاصه نتایج پس آزمون دو گروه آزمایش و کنترل در متغیر پرخاشگری و ابعاد آن

شاخص / متغیر	گروه	فراوانی	میانگین	انحراف معیار
پرخاشگری کلی	آزمایش	۱۵	۴۴/۲	۳/۲۱
	کنترل	۱۵	۱۰۱	۱۳/۸۳
پرخاشگری جسمی	آزمایش	۱۵	۱۳/۶۰	۲/۲۰
	کنترل	۱۵	۳۱/۳۳	۶/۳۰
پرخاشگری کلامی	آزمایش	۱۵	۸/۴۴	۱/۲۴
	کنترل	۱۵	۱۶/۸۰	۲/۰۰
خشم	آزمایش	۱۵	۹/۸۰	۱/۲۰
	کنترل	۱۵	۲۲/۸۰	۴/۶۰
خصومت	آزمایش	۱۵	۱۲/۰۴	۲/۲۹
	کنترل	۱۵	۳۰/۰۶	۴/۳۰

جدول ۳ نشان می‌دهد که میانگین پرخاشگری و ابعاد آن در پس آزمون نسبت به گروه آزمایش کاهش یافته است و بین میانگین پرخاشگری و ابعاد آن در گروه آزمایش و کنترل اختلاف معنی‌داری وجود دارد (p=۰/۰۰۱). جدول ۴ حاکی از آن است که بین میانگین پیش آزمون و پس آزمون پرخاشگری و ابعاد آن در گروه آزمایش اختلاف معنی‌داری وجود دارد (p=۰/۰۰۱).

[Downloaded from jssu.ssu.ac.ir on 2026-11-24]

جدول ۳: نتایج آزمون t مستقل اختلافی (پیش آزمون ـ پس آزمون) جهت مقایسه بین گروهی میانگین نمرات دو گروه پس از اعمال متغیر مستقل

شاخص / متغیر	گروه	میانگین	انحراف استاندارد	مقدار t	درجه آزادی
پرخاشگری کلی	آزمایش	۵۲/۱۳	۱۱/۰۳	۱۸/۵۲	۱۴/۵۶
	کنترل	- ۱/۲	۱/۵۶		
پرخاشگری جسمانی	آزمایش	۱۷/۰۶	۵/۳۷	۱۲/۳۷	۱۵/۳۶
	کنترل	- ۰/۵۳	۱/۱۸		
پرخاشگری کلامی	آزمایش	۸/۰۶	۲/۰۵	۹/۲۷	۲۸
	کنترل	۰/۵۳	۱/۲۹		
خشم	آزمایش	۵/۰۱	۰/۲۲	۱۰/۰۴	۱۴/۸۷
	کنترل	۰/۸۸	۴/۶۰		
خصومت	آزمایش	۵/۳۱	۱/۶۳	۱۱/۰۸	۱۴/۶۸
	کنترل	۰/۸۳	۰/۲۱		

p =۰/۰۰۱

جدول ۴: نتایج آزمون t وابسته جهت مقایسه درون گروهی میانگین نمرات پیش آزمون و پس آزمون گروه آزمایش

شاخص / متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	مجموع d	مجموع d2	مقدار t	درجه آزادی
پرخاشگری کلی	۵۲/۱۳	۱۱/۰۳	۷۸۲	۴۲۴۷۴	۱۸/۲۹	۱۴
پرخاشگری جسمانی	۱۷/۰۶	۵/۳۷	۲۵۶	۴۷۷۴	۱۲/۲۹	۱۴
پرخاشگری کلامی	آزمایش	۸/۰۶	۱۲۱	۱۰۳۵	۱۵/۲۴	۱۴
خشم	۵/۰۱	۰/۲۲	۱۹۷	۲۹۳۹	۱۰/۱۴	۱۴
خصومت	۵/۳۱	۱/۶۳	۲۲۳	۳۷۱۱	۱۱/۸۳	۱۴

p =۰/۰۰۱

بحث

با توجه به نتایج به دست آمده، فرضیه اول مبنی بر اثربخشی بخشایش درمانی گروهی در کاهش پرخاشگری مورد تأیید قرار گرفت. نتایج پژوهش حاضر با پژوهش‌های پیشین همسو می‌باشد. به عنوان مثال، در پژوهشی که اثربخشی تأثیر مداخله بخشایش بر اختلال استرس پس از سانحه (PTSD) مورد بررسی قرار گرفته بود. نتایج نشان داد افسردگی و پرخاشگری به طور معنی‌داری کاهش یافته است(۳۲). در پژوهش دیگری که بر روی نوجوانان پرخاشگر تیپ A انجام شد نتایج نشان داد که بخشایش درمانی موجب کاهش معنی‌دار در پرخاشگری می‌شود(۳۳).

هسته مدل فرایندی بخشش Enright این است که چگونه با زخم‌های عاطفی ناشی از تعارضات بین فردی برخورد نمود. از طریق این فرایند، افراد رنجیده خاطر، بر خشم، انزجار و عدالت‌خواهی خویش غلبه نموده و نگرشی مثبت نسبت به فرد خاطی ایجاد می‌نمایند. افراد پرخاشگر و قربانی می‌بایست بیاموزند که چگونه با جراحت‌های ناعادلانه کنار بیایند و به چه صورت روابط از دست رفته را با حل نمودن خشم و انزجار از سر بگیرند. اگر فرد پرخاشگر به عنوان قربانی بتواند در یک

[Downloaded from jssu.ssu.ac.ir on 2026-11-24]

آزردگی معنا پیدا کند و فرد خاطی را درک نماید، این تجربه به کاهش سوگیری‌های انتسابی خصمانه کمک نموده، همدلی با فرد خاطی را برقرار ساخته و واکنش‌های تکانشی به یک دلخوری را کاهش می‌دهد. افراد پرخاشگری که به طور موفقیت آمیز در فرایند بخشش درگیر می‌شوند تمایل پیدا می‌کنند تا از قربانیان خود طلب بخشش نمایند. اگر افراد پرخاشگر بتوانند اثر جراحتی را که بر دیگران وارد نموده‌اند کشف و درک نمایند، حس پشیمانی را تجربه نموده و از قربانیان خود عذرخواهی نمایند، رفتار پرخاشگرانه به طور چشمگیری کاهش می‌یابد(۳۱).

نتایج به دست آمده، فرضیه دوم را مبنی بر اثربخشی بخشایش درمانی گروهی در کاهش پرخاشگری جسمی و کلامی تأیید می‌کند. در تبیین این فرضیه، در زمینه تأثیر بخشایش درمانی بر پرخاشگری جسمی و کلامی پژوهش جداگانه‌ای صورت نگرفته و مطالعات پرخاشگری را به صورت کلی و یکپارچه مورد بررسی قرار داده‌اند. با این حال نتایج بر اساس ادبیات پژوهش قابل تبیین است.

چنین استنباط می‌شود که از یک سو، پرخاشگری فیزیکی به صورت وارد ساختن زیان و آسیب به افراد دیگر تعریف می‌شود که اغلب برای دستیابی به یک خواسته صورت می‌گیرد. نمونه‌هایی از پرخاشگری فیزیکی شامل ضربه زدن، هل دادن، لگد زدن، یا تهدید به کتک زدن است(۳۴). همچنین پرخاشگری کلامی شامل تهدید آسایش و سلامت افراد دیگر با استفاده از اهانت‌های کلامی مانند نامیدن فرد دیگر با الفاظ رکیک و توهین آمیز و فحش دادن می‌باشد(۴). پرخاشگری جسمی و پرخاشگری کلامی نمایانگر بعد ابزاری پرخاشگری هستند و می‌توان آنها را با انگیزه انتقام جویی مشابه دانست.

از سوی دیگر، بخشش بازتاب دهنده تغییرات سودمند اجتماعی در انگیزه‌های بین فردی است، به گونه‌ای که انگیزه اجتناب از تماس شخصی و روانی با فرد خطاکار کاهش می‌یابد، انگیزه انتقام جویی یا انتظار آسیب وارد آمدن به فرد خطاکار کاهش می‌یابد، و انگیزه نیک خواهی افزایش می‌یابد(۳۵). بنابراین انتظار می‌رود که افراد با پیشه کردن گذشت، به واسطه آزاد ساختن خشم به شیوه‌ای سازنده، دیدن حادثه رنجش از دید فرد خاطی، بررسی دلایل وقوع رنجش، بررسی سهم خود فرد در وقوع رنجش، بررسی وقایعی که در آنها خودشان موجبات رنجش دیگران را به بار آورده‌اند، یافتن معنا در رنجش، ایجاد عادت بخشیدن و طلب بخشش، تغییرات هیجانی، شناختی و رفتاری را در خود به وجود آورند(۳۱).

با توجه به نتایج به دست آمده فرضیه سوم مبنی بر اثربخشی بخشایش درمانی گروهی در کاهش خشم مورد تأیید قرار گرفت. پژوهش Gambaro و همکاران وی نشان داد که بخشایش درمانی موجب کاهش خشم صفت، خلق و خوی خشم آلود و واکنش خشم آلود در نوجوانان می‌شود(۱۸). همچنین Harris و همکاران نشان دادند که بخشایش درمانی به صورت گروهی موجب کاهش خشم می‌شود(۳۶).

خشم واکنشی طبیعی به درد، ناکامی، بی‌عدالتی، بی‌حرمتی و خیانت است. با این حال خشم می‌تواند به تلخ کامی و همچنین نگرش‌ها و رفتارهایی بیانجامد که با روابط مهم میان فردی تداخل نماید(۳۷). احساسات خشم و انزجار هنگامی که به طور پوشیده از طریق کاهش نیک خواهی نسبت به دیگران ابراز شود می‌تواند منجر به مشکلات میان فردی شود(۳۸). بخشش، جابجایی هیجانی عواطف آتشین خشم یا ترس از پیامد یک آسیب یا رنجش ادراک شده است، و به عبارتی جابجایی هیجانی نابخشودگی(Unforgiveness) است که پیامد نشخوار ذهنی درباره خطاکاری است و از طریق جایگزین کردن هیجانات مثبت مانند عشق غیرخودخواهانه، همدلی، دلسوزی، و یا حتی عشق رمانتیک صورت می‌گیرد(۳۹). بخشایش درمانی ادعا دارد که انزجار و خشم همراه با آن اغلب واکنش‌های توجیه شدنی نسبت به خطاهای شدید است. با این حال خشم می‌تواند اثرات مشکل سازی بر کارکرد روزانه داشته باشد. از این رو، در بخشایش درمانی، بخشش شیوه‌ای پراهمیت برای بازگرداندن امید و برطرف نمودن خشم تلقی می‌شود. در واقع فعالیت‌های بخشایش‌گرایانه به افراد کمک می‌کند تا از طریق وسیله و ابزار غیر خشن خشم خود را آزاد سازند(۱۳).

با توجه به نتایج به دست آمده فرضیه چهارم مبنی بر اثربخشی بخشایش درمانی گروهی در کاهش خصومت مورد

[Downloaded from jssu.ssu.ac.ir on 2026-11-24]

تأیید قرار گرفت. پژوهش حاضر با پژوهش های پیشین همسو است که نشان می‌دهد که بخشایش درمانی موجب کاهش افکار خودآیند خصمانه می‌شود(۴۰). همچنین بخشش موجب کاهش اسناد خصمانه می‌شود(۳۱). فعالیت‌های اسنادی بیشتر زمانی فراخوانده می‌شوند که رفتار مقابل مهم و خصمانه جلوه کند. اسناد کردن و توجیه در رابطه می‌تواند نقشی مهم ایفا نماید. اگر فردی از یک حادثه منفی توجیه مثبت داشته باشد، به احساس بهتر او نسبت به طرف مقابل کمک می‌کند. بنابراین می‌توان اظهار کرد افرادی که نسبت به رفتار طرف مقابل نگرش‌های بهتری دارند، گذشت بیشتری را در روابط خود نشان می‌دهند. آنها در هنگام بروز آسیب از افراد دیگر، رفتار او را غیرعمدی، غیرخودخواهانه، و بدون تقصیر جلوه می‌دهند و بدین ترتیب نگرش مثبت و سازنده‌تری را اعمال می‌کنند که در نهایت منجر به پیشبرد گذشت در روابط می‌شود(۴۱).

از طرف دیگر اصلاح شناخت‌های تحریف شده افراد از طریق به چالش کشیدن آنها با اصرار بر غیرمعقول بودن آنها مقاومت شدیدی ایجاد می‌نماید و مداخلات درمانی که باورهای افراد را با روشی مثبت‌تر تغییر دهد مؤثرتر بوده، و همکاری مراجع را افزایش می‌دهد(۴۲). به عبارت دیگر، بخشش به صورت جابجایی هیجانی عواطف مثبت (مانند همدلی، دلسوزی، مهربانی یا عشق) با هیجانات منفی ناشی از نابخشودگی آزردگی‌ها است. بنابراین بخشش می‌تواند به عنوان یک راهبرد مقابله‌ای هیجان محور در کاهش یک واکنش استرس‌زا به یک آزردگی مورد استفاده قرار گیرد(۴۳).

نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر بر این فرض زیربنایی استوار بود که افراد از طریق بخشودن و طلب بخشش، به احتمال بیشتری به انتساب‌های مثبت‌تر، کنترل بر ابراز ناسالم خشم، افزایش درک از طریق همدلی و در نتیجه تقلیل رفتار پرخاشگرانه نائل خواهند آمد. با نگاهی به ادبیات پژوهش خاطر نشان می‌شود که یکی از مدل‌های تبیین کننده پرخاشگری، مدل چند بعدی Buss و Perry است که برای پرخاشگری سه بعد قائل است. ابزاری یا حرکتی، هیجانی و شناختی است. بعد ابزاری به صورت پرخاشگری کلامی و جسمی نمایان می‌شود؛ بعد هیجانی به صورت خشم بروز پیدا می‌کند و بعد شناختی نیز دربردارنده خصومت و کینه‌ورزی است. دوم، مدل فرایندی بخشایش او کامل‌تر از یک مداخله جهت ارتقاء بخشش است. او جنبه‌های عاطفی، شناختی و رفتاری را آشکارا در درک خود از بخشش ترکیب نموده است. وی معتقد است که اگر شخص قصد بخشش دارد، تمام جنبه‌های شناختی، عاطفی و رفتاری لازم است تا تغییر نماید. به اعتقاد پژوهشگر، این مدل بهترین بازبینی از مدل فرایندی بخشش را تاکنون ارائه داده است و به دلیل دربرداشتن جنبه‌های رفتاری، شناختی و هیجانی، به خوبی می‌تواند پرخاشگری را که آن نیز دارای سه جنبه رفتاری، شناختی و هیجانی است، مورد هدف و مداخله قرار دهد.

سپاسگزاری

این مقاله با استفاده از اعطای تسهیلات اداره کل آموزش و پرورش استان خوزستان به انجام رسیده است و برگرفته از پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده با کد ۱۴۱۱۷۱۶ می‌باشد که در دانشگاه خوارزمی در زمستان ۱۳۹۰ دفاع شده است. با سپاس از مدیریت آموزش و پرورش شهرستان دزفول که همکاری لازم را در اجرای این پژوهش فراهم نمودند.

References:

1_ Kearns JN, Fincham FD. ***Victim and perpetrator accounts of interpersonal transgressions: Self _ serving or relationship _ serving biases?.*** Pers Soc Psychol Bull 2005; 31(3): 321 _ 33.

2_ Craig WM, Pepler DJ. ***Identifying and targeting risk for involvement in bullying and victimization***. Can J

[Downloaded from jssu.ssu.ac.ir on 2026-11-24]

Psychiat 2005; 48(9): 577 ـ 82.

3ـ Bies RJ, Tripp TM. ***Beyond distrust: Getting even and the need for revenge.*** In: Kramer RM, Tyler T M editors: Trust in organizations: frontiers of theory and research. Thousand Oaks, CA: Sage; 1997.

4ـ Crick NR, Grotpeter JK. ***Relational aggression, gender, and social ـ psychological adjustment***. Child Dev 1995; 66(3): 710 ـ 22.

5ـ Fite PJ, Colder CR, Lochman JE, Wells KC. ***Pathways from proactive and reactive aggression to substance use.*** Psychol Addict Behav 2007; 21(3): 355 ـ 64.

6ـ Fite PJ, Stoppelbein L, Greening L. ***Proactive and reactive aggression in a child psychiatric inpatient population: relations to psychopathic characteristics.*** J Clin Child Adolesc Psycol 2009; 38(2): 199 ـ 205.

7ـ Haskett ME, Kistner JA. ***Social interactions and peer perceptions of young physically abused children.*** Child Dev 1991; 62(5): 979 ـ 90.

8ـ Onishi A, Kawabata Y, Kurokawa M, Yoshida T. ***A mediating model of relational aggression, narcissistic orientations, guilt feelings, and perceived classroom norms.*** Shool Psychol Int 2012; 33(4): 367 ـ 90.

9ـ Risi S, Gerhardstein R, Kistner J. ***Children's classroom peer relationships and subsequent educational outcomes.*** J Clin Child Adol Psychol 2003; 32(3): 351 ـ 61.

10ـ Doran N, Luczak SE, Bekman N, Koutsenok I, Brown SA. ***Adolescent substance use and aggression: a review.*** Crim Justice Behav 2012; 39(6): 748 ـ 69.

11ـ Fry DP, Bjorkqvit K. ***Cultural variation in conflict resolution: alternatives to violence.*** New York: Psychology Press; 1997.

12ـ McCullough M E, Witvliet CV. ***The psychology of forgiveness.*** In: Snyder CR, Lopez SJ editors. Handbook of positive psychology. New York: Oxford University Press; 2002. p. 446 ـ 58.

13ـ Enright RD, Fitzgibbons RP. ***Helping clients forgive: an empirical guide for resolving anger and restoring hope.*** Washington, DC: American Psychological Association; 2002.

14ـ Lin WF, Mack D, Enright RD, Krahn, Baskin TW. ***Effects of forgiveness therapy on anger, mood, and vulnerability to substance use among inpatient substance dependent clients.*** J Consult Clin Psych 2004; 72(6): 1114 ـ 21.

15ـ Rye MS, Pargament KI, Pan W, Yingling DW, Shogren KA, Ito M. ***Can group interventions facilitate forgiveness of an ex ـ spouse? a randomized clinical trial.*** J Consult Clin Psych 2005; 73(5): 880 ـ 92.

16ـ DiBlasio FA, Benda BB. ***Forgiveness intervention with married couples: two empirical analyses.*** J Psychol Christ 2008; 27(2): 150 ـ 8.

17ـ Freedman S, Knupp A. ***The impact of forgiveness on adolescent adjustment to parental divorce.*** J Divorce Remarriage 2008; 39(1 ـ 2): 135 ـ 65.

18ـ Gambaro ME, Enright RD, Baskin TW, Klatt J. ***School ـ based forgiveness education for the management of***

[Downloaded from jssu.ssu.ac.ir on 2026-11-24]

trait anger in early adolescence. J Res Educ 2008; 18: 16 ـ 27.

19ـ Wade NG, Worthington EL. ***In search of a common core: a content analysis of interventions to promote forgiveness.*** Psychother Theor Res Pract Training 2005; 42(2): 160 ـ 77.

20ـ Worthington EL, Jenningz DJ, DiBlasio FA. ***Intervenyions to promote forgiveness in couple and family context: conceptualization, review, and analysis.*** J Psychol Theol 2010; 38(4): 231 ـ 45.

21ـ Enright RD. ***Forgiveness is a choice a step by step process for resolving anger anol restoring hope(Apa Lifetools).*** Washington DC: American Psychological Association; 2001

22ـ Baskin TW, Enright RD. ***Intervention studies on forgiveness: a metaanalysis.*** J Couns Dev 2004; 82(1): 79 ـ 90.

23ـ Hui, EKP, Chau TS. ***The impact of a forgiveness intervention with Hong Kong Chinese children hurt in interpersonal relationships.*** Brit J of Guid Couns 2009; 37(2): 141 ـ 56.

24ـ Shelton CM, McAdams DP. ***In search of everyday morality: the development of a measure.*** Adolescence 1990; 25(100): 923 ـ 44.

25ـ Buss AH, Perry M. ***The aggression questionnaire.*** J Pers Soc Psychol 1992; 63(3): 452 ـ 9.

26ـ Delavar A. ***Theoretical and practical basics of research in humanities and social sciences.*** 2th ed. Tehran: Roshd Pub; 2005. [Persian]

27ـ Bushman BJ, Wells GL. ***Trait aggressiveness and hockey penalties: predicting hot tempers on ice.*** J Appl Psychol 1998; 83(6): 969 ـ 74.

28ـ Tremblay PF, Belchevski M. ***Did the instigator intend to provoke? a key moderator in the relation between trait aggression and aggressive behavior.*** Aggressive Behav 2004; 30(5): 409 ـ 24.

29 ـ Mohammadi N. ***A preliminary study of psychometric properties of buss and perry's aggression questionnaire.*** J Soc Sci Hum 2006; 4: 135 ـ 51. [Persian]

30ـ Samani S. ***Study of reliability and validity of buss and perry's aggression questionnaire.*** Iran J Psychiat Clin Psychol 2008; 13(4): 359 ـ 65. [Persian]

31ـ Park JH. ***Validating the effectiveness of a forgiveness intervention program for adolescent female aggressive victims in Korea.*** Madison: Univ Wisconsin; 2003.

32ـ Rainey CA. ***Are individual forgiveness interventions for adults more effective than group intervention? a meta ـ analysis.*** [PhD Disertation]. Florida State University; 2008.

33ـ Klatt J. ***Testing a forgiveness intervention to treat aggression among adolescents in a type 1 correctional facility: a pilot study.*** [PhD Dissertation]. Madison: Univ. Wisconsin; 2008.

34ـ Hickman SE. ***Examining relational aggression and victimization in the workplace.*** PhD [Dissertation]. University of Minnesota; 2005.

[Downloaded from jssu.ssu.ac.ir on 2026-11-24]

35. Mc Cullough ME, Rachal KC, Sandage SJ, Worthington EL, Brown SW, High TL. ***Interpersonal forgiving in close relationships II: theoretical elaboration and measurement.*** J Pers Soc Psychol 1998; 75(6): 1586-603.

36. Harris AHS, Luskin F, Norman SB, Standard S, Bruning J, Evans S, et al. ***Effects of a group forgiveness intervention on forgiveness, perceived stress, and trait - anger.*** J Clin Psychol 2006; 62(6): 715 - 33.

37. Fitzgibbons RP. ***Anger and the healing power of forgiveness: a psychiatrist's view.*** In: Enright RD, North J, Tutu AD, editors. Exploring forgiveness. Madison, WI: University of Wisconsin Press; 1998. p. 63 - 74.

38. Mc Cullough ME. ***Forgiveness as human strength: theory, measurement, and links to well–being.*** J Soc Clin Psychol 2000; 19(1): 43 - 55.

39. Worthington EL. ***Five steps to forgiveness.*** New York: Crown Publishers; 2001.

40. Standard S. ***Effect of a forgiveness intervention on salivary cortisol, DHEA, and psychological variables.*** PhD [Dissertation]. Stanford University; 2004.

41. Khojastehmehr R, Karai A, Rajabi G. ***A study of a proposed model for antecedents and consequences of forgiveness in marriage.*** Mod Psychol Res 2009; 16: 158 - 87. [Persian]

42. Bahari F, Fatehi Zadeh M, Ahmadi A, Molavi H, Bahrami F. ***The effect of hope, forgiveness and combined marital counseling on interpersonal cognitive distortions of divorcing couples.*** Behav Sci Res 2009; 8(1): 23- 35. [Persian]

43. Worthington EL, Scherer M. ***Forgiveness is an emotion - focused coping strategy that can reduce health risks and promote health resilience: theory, review, and hypotheses.*** Psychol Health 2004; 19(3): 385 - 405.

[Downloaded from jssu.ssu.ac.ir on 2026-11-24]

A Study of Effectiveness of Group Forgiveness Therapy in Reducing Aggression among 11-13 Year Old Male Adolescents in City of Dezful

Lavafpour Noori F(MA)*[1], Zahrakar K(PhD)[2], Sanai Zaker B(PhD)[3]

[1]*Department of Family Counseling, Kharazmi University, Tehran, Iran*
[2,3]*Department of Counseling, Kharazmi Uiniversity, Tehran, Iran*

Received: 12 Apr 2012 ***Accepted:*** 20 Jul 2012

Abstract

Introduction: The present study aimed to evaluate effectiveness of group forgiveness therapy in reducing aggression among 11 – 13 year old boys.

Methods: This semi experimental study (pretest-posttest design with control group) was conducted on 30 students who scored high on Aggression Questionnaire. The sample was selected through cluster sampling assignment and participants were randomly assigned into two experimental and control groups. The experimental group received forgiveness counseling via twelve group sessions of 1 hour duration each. During this period no intervention was given to the control group. Data was analyzed using Kolmogrov-Smironov, Levene F test, and t-test for independent and dependent groups.

Results: Statistical analysis, using independent t test for between-group comparison, showed that compared to the control group, aggression both physical and verbal, anger, and hostility in the experimental group significantly decreased. Also result of dependent t test for within-group comparison showed that aggression and its dimensions were significantly decreased after implementing independent variable.

Conclusion: The study findings revealed that group forgiveness therapy can significantly reduce aggression.

Keywords: Aggression; Forgiveness; Forgiveness Therapy

This paper should be cited as:
Lavafpour Noori F, Zahrakar K, Sanai Zaker B. ***A study of effectiveness of group forgiveness therapy in reducing aggression among 11-13 year old male adolescents in city of dezful***. J Shahid Sadoughi Univ Med Sci 2012; 20(4): 489-500.

Corresponding author: Tel: +98 641 2228785, Email: lavafpoorf@yahoo.com

[Downloaded from jssu.ssu.ac.ir on 2026-11-24]