



The effectiveness of forgiveness therapy on emotional safety and aggression of correctional center adolescents

Maryam Moteabed✉

Abstract

Background and Aim: Poor communication skills, undiagnosed physical problems, stress and frustration, patterning of behaviors with aggressiveness and observed violence, attracting the attention of friends, family or teachers, despair and doubt, lack of control of emotions, fear and lack of access to desires. Among the factors that can lead to aggressive behavior in teenagers are; Therefore, the present study was conducted to investigate the effectiveness of forgiveness therapy on emotional safety and aggression of juveniles in correctional centers. **Methods:** This research was a quasi-experimental study with a pre-test-post-test design with a control group. The statistical population of the research includes all teenagers of Tehran Correctional Center in 2021. The research sample consisted of 30 people (15 experimental people and 15 control people) of these teenagers, who were selected using the available sampling method and randomly divided into two experimental and control groups. The experimental group underwent remission therapy for 12 sessions, and the control group remained to wait for treatment during this period. Data collection was based on Casey Family Service Center Emotional Safety Questionnaire (2007) and Buss and Perry aggression scale (1992). The analysis of the information obtained from the implementation of the questionnaire was done through SPSS 23 software in the inferential section (analysis of covariance). **Results:** The research showed that forgiveness therapy is effective in correctional center teenagers' emotional safety and aggression ($P=0.05$). **Conclusion:** The result of this research showed that forgiveness therapy leads to improvement of emotional safety and reduction of aggression in juveniles of correctional centers.

Received: 10.05.2021

Revision: 19.07.2021

Acceptance: 06.08.2021

Keywords:

Forgiveness therapy, emotional safety, aggression

How to cite this article:

Moteabed, M. The effectiveness of forgiveness therapy on emotional safety and aggression of correctional center adolescents. *Bi-Quarterly Journal of studies and psychological news in adolescents and youth*, 2021, 2(1): 54-60

Article type

Original research

1. **Maryam Moteabed**, M.A in Educational Psychology, Saveh Branch, Islamic Azad University, Saveh, Iran

✉ Correspondence related to this article should be addressed to **Maryam Moteabed** M.A in Educational Psychology, Saveh Branch, Islamic Azad University, Saveh, Iran

Email: Moteabedmaryam@gmail.com

اثربخشی بخشش درمانی بر ایمنی هیجانی و پرخاشگری نوجوانان کانون اصلاح و تربیت

✉ مریم متعبد

<p>چکیده</p> <p>زمینه و هدف: مهارت‌های ارتباطی ضعیف، مشکلات جسمانی تشخیص داده نشده، استرس و ناامیدی، الگوبرداری از رفتارهای توأم با پرخاش و خشونت مشاهده شده، جلب توجه دوستان، خانواده یا معلمان، ناامیدی و تردید، عدم کنترل احساسات، ترس و دسترسی نداشتن به خواسته‌ها، از جمله عواملی هستند که میتوانند به بروز رفتارهای پرخاشگرانه در نوجوانان منجر شوند؛ لذا پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی بخشش درمانی بر ایمنی هیجانی و پرخاشگری نوجوانان کانون اصلاح و تربیت انجام شد. روش پژوهش: این پژوهش یک مطالعه نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه‌ی آماری پژوهش شامل کلیه نوجوانان کانون اصلاح و تربیت شهر تهران در سال ۱۴۰۰ می‌باشد. نمونه پژوهش شامل ۳۰ نفر (۱۵ نفر آزمایش اصلاح و تربیت شهر تهران از این نوجوانان بود که با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به شکل تصادفی به دو گروه آزمایش و گواه تقسیم می‌شوند. گروه آزمایش ۱۲ جلسه تحت بخشش درمانی قرار گرفتند و گروه کنترل در طول این مدت در انتظار درمان ماندند. جمع‌آوری داده‌ها بر اساس پرسشنامه ایمنی هیجانی مرکز خدمات خانواده کیسی (۲۰۰۷) و مقیاس پرخاشگری باس و پری (۱۹۹۲) صورت گرفت. تجزیه و تحلیل اطلاعات به دست آمده از اجرای پرسشنامه از طریق نرم‌افزار SPSS ۲۳ در بخش استنباطی (تحلیل کوواریانس) انجام پذیرفت. یافته‌ها: نتایج پژوهش نشان داد که بخشش درمانی بر ایمنی هیجانی و پرخاشگری نوجوانان کانون اصلاح و تربیت اثربخش است ($P=0/05$). نتایج: نتیجه این پژوهش نشان داد که بخشش درمانی منجر به بهبود ایمنی هیجانی و کاهش پرخاشگری در نوجوانان کانون اصلاح و تربیت می‌گردد.</p>	<p>دریافت مقاله: ۱۴۰۰/۰۲/۲۰ اصلاح مقاله: ۱۴۰۰/۰۴/۲۸ پذیرش نهایی: ۱۴۰۰/۰۵/۱۵</p> <p>واژه‌های کلیدی: بخشش درمانی، ایمنی هیجانی، پرخاشگری</p> <p>نحوه ارجاع دهی به مقاله: متعبد، م. (۱۴۰۰). اثربخشی بخشش درمانی بر ایمنی هیجانی و پرخاشگری نوجوانان کانون اصلاح و تربیت. <i>دوفصلنامه مطالعات و تازه‌های روان‌شناختی نوجوان و جوان</i>، ۲(۱): ۵۴-۶۰</p>
	<p>نوع مقاله: پژوهشی اصیل</p>

۱. مریم متعبد، کارشناس ارشد روانشناسی تربیتی، واحد ساوه، دانشگاه آزاد اسلامی، ساوه، ایران

✉ مکاتبات مربوط به این مقاله باید خطاب به مریم متعبد، کارشناس ارشد روانشناسی تربیتی، واحد ساوه، دانشگاه آزاد اسلامی، ساوه، ایران باشد.

پست الکترونیکی: Moteabedmaryam@gmail.com

مقدمه

نوجوانی دوره‌ای است بسیار حساس در روند تحول و رشد انسان که با تغییرات متعدد اجتماعی، روانشناختی، رفتاری و فیزیکی همراه می‌باشد. مشکلات رفتاری در این دوران به نقطه‌ی اوج خود می‌رسد (میلر^۱، ۲۰۱۶) و ممکن است نوجوان در عواطف خود دچار افراط و تفریط شود که نهایتاً او را منجر به ناسازگاری، پرخاشگری، خشم، نفرت و اضطراب سوق می‌دهد که به صورت کنترل نشده، بهداشت روانی و عاطفی آن‌ها را به گونه‌ای جدی تهدید می‌کند (هامل^۲، ۲۰۱۹). روانشناسان اجتماعی عمل پرخاشگری را رفتار آگاهانه‌ای می‌دانند که هدف آن اعمال درد و رنج جسمانی یا روانی است. خشم و پرخاشگری به صورت پرخاشگری فیزیکی، پرخاشگری کلامی، خصومت، مخالفت، انتقاد، احساس رنجش، بارها درباره‌ی چیزی حرف زدن، دوری و اجتناب از مسائل و افراد ابراز می‌شود (ژی، چن، لی، ژینگ و ژانگ^۳، ۲۰۱۶). پرخاشگری برای تعداد زیادی از نوجوانان مشکلات عدیده‌ای ایجاد می‌کند و بر عملکرد شناختی، اجتماعی، هیجانی و خانوادگی آنان و سپس در بزرگسالی بر عملکرد شغلی و زناشویی آنان تأثیر عمده‌ای می‌گذارد (شیخ‌الاسلامی، سلیمانی و محرم‌زاده، ۱۳۹۷). مهارت‌های ارتباطی ضعیف، مشکلات جسمانی تشخیص داده نشده، استرس و ناامیدی، الگوبرداری از رفتارهای توأم با پرخاش و خشونت مشاهده شده (دیدن رفتار پدر یا مادر، تماشای کارتون‌ها و فیلم‌های خشونت‌آمیز)، جلب توجه دوستان، خانواده یا معلمان، ناامیدی و تردید، عدم کنترل احساسات، ترس و دسترسی نداشتن به خواسته‌ها، از جمله عواملی هستند که می‌توانند به بروز رفتارهای پرخاشگرانه در نوجوانان منجر شوند (احمدی، عصاران، سیدمحرمی و سیدمحرمی، ۱۳۹۶). از آنجا که پرخاشگری به عنوان واکنشی در برابر فشارهای بیرونی در کودکی شکل می‌گیرد و در صورت اصلاح نشدن به عنوان عادت رفتاری در بزرگسالی ادامه می‌یابد

(فیروزآبادی و آقای جشوقانی، ۱۴۰۰) پژوهش در ارتباط با کاهش آن از اهمیت بسزایی برخوردار است. از سوی دیگر در طی چند دهه‌ی اخیر، روانشناسان در مورد آسیب‌شناسی روانی توجه فزاینده‌ای به ساختارهای شناختی هیجانی داشته‌اند که از آن جمله می‌توان به ایمنی هیجانی و ادراک ریسک اشاره داشت که از آن باید به عنوان اساسی‌ترین و پایه‌ای‌ترین سطوح شناختی هیجانی یاد کرد (دهولندر، برون، آرهنفول، گراف و کلیپشتاین گروبو^۴، ۲۰۱۸). ایمنی هیجانی عبارت است از ارزیابی ایمن، مثبت و پایدار در کودکان از روابط خانواده در مواجهه با هرگونه واقعه استرس‌زا از قبیل تعارض زناشویی و درگیری‌های خانوادگی (شیمنتی، پاسانیسی، کارتیتی^۵ و همکاران، ۲۰۱۷). تئوری ایمنی هیجانی این فرض را که کیفیت نامطلوب روابط والد و کودک می‌تواند ایمنی هیجانی کودک را کاهش داده یا تضعیف کند و در نهایت کارکرد انطباقی کودکان را تحت تأثیر قرار دهد می‌پذیرد (لیهی^۶، ۲۰۱۸). ایمنی هیجانی، با عدم انسجام و ثبات در روابط خانواده کاهش می‌یابد و باعث مشکلاتی در تعادل احساسی، نگرش منفی نسبت به روابط والدین و انتخاب راه‌حلی نادرست در سازگاری با شرایط محیط اجتماعی می‌شود؛ همچنین احساس ناایمنی هیجانی در نوجوانان موجب ناتوانی در تشخیص واقعی هیجانات و عواطف میشود (هیارن^۷، ۲۰۱۹). از سوی دیگر، برخورداری از ایمنی هیجانی می‌تواند به ارزیابی ایمن، مثبت و پایدار فرزندان از روابط و در نتیجه افزایش توان فرد در مواجهه با هرگونه واقعه استرس‌زا در فرد منجر می‌گردد (داویس و مارتین^۸، ۲۰۱۵). در نتیجه مداخلاتی که منجر به افزایش ایمنی هیجانی گردد، از اهمیت بسزایی برخوردار است. همچنین در زمینه‌ی طراحی برنامه‌های مداخله و بررسی اثربخشی آن در زمینه‌ی کاهش رفتارهای پرخاشگرانه در نوجوانان بزهکار، پژوهش‌های معدودی انجام شده است (دماوندیان، گلشنی، صفاری‌نیا و باغداساریانس، ۱۴۰۰). یکی از

5 Schimmenti, Passanisi, Caretti
6 Leahy
7 Hearn
8 Davies & Martin

1 Miller
2 Hommler
3 Xie, Chen, Lei, Xing & Zhang
4 DenHollander, Browne, Arhinful, Graaf & Klipstein-Grobusch

استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به شکل تصادفی به دو گروه آزمایش و گواه تقسیم شدند. ملاک‌های ورود و خروج در ادامه آمده است. ملاک‌های ورود به پژوهش عبارت بود از: داشتن هوشیهر متوسط، قرار داشتن در محدوده سنی ۱۴ تا ۱۶ سال؛ و ملاک‌های خروج از پژوهش عبارت بود از: غیبت بیش از جلسات در جلسات، ابراز عدم تمایل به همکاری.

ابزار پژوهش

۱. پرسشنامه ایمنی هیجانی مرکز خدمات خانواده کیسی (۲۰۰۷): پرسشنامه ایمنی هیجانی توسط مرکز خدمات خانواده کیسی (۲۰۰۷) در ایالات متحده تهیه شد و یک آزمون مبتنی بر روش خودسنجی است. این پرسشنامه دارای ۱۳ سوال و هر سوال بر اساس یک مقیاس لیکرتی پنج درجه‌ای (کاملاً مخالفم نمره ۱، مخالفم نمره ۲، نظری ندارم نمره ۳، موافقم نمره ۴ و کاملاً موافقم نمره ۵) پاسخ داده می‌شود. نمره بالاتر نشان‌دهنده احساس ایمنی هیجانی بیشتر در فرد است. مرکز خدمات خانواده کیسی (۲۰۰۷) روایی همزمان را با پرسشنامه زوروک (۱۹۹۵) و پایایی پرسشنامه را به ترتیب ۰/۸۹ و ۰/۸۹ گزارش داد. محمودی‌زاده (۱۳۹۴) نیز روایی همزمان پرسشنامه را با پرسشنامه ناگویی هیجانی ۰/۵۴- و ضریب پایایی را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۳ گزارش نمود.

۲. مقیاس پرخاشگری باس و پری (۱۹۹۲): این پرسشنامه شامل ۲۹ سوال است که ۴ جنبه از پرخاشگری (فیزیکی، کلامی، خشم و خصومت) را اندازه‌گیری می‌کند. نحوه‌ی نمره‌گذاری هر یم از سوالات به شرح ذیل است: ۱. کاملاً خلاف خصوصیت من است، ۲. تا حدی خلاف خصوصیات من است، ۳. فقط اندکی گویای خصوصیت من است (پرخاشگری ضعیف)، ۴. کاملاً گویای خصوصیات من است (پرخاشگری شدید). نمره‌ی سوالات ۲۴ و ۲۹ معکوس است. نمره‌ی خرده‌مقیاس‌ها با جمع نمرات سوالات آن خرده‌مقیاس به دست می‌آید. نمره‌ی کل عبارت است از مجموع نمرات کل سوالات و دامنه‌ی آن از ۲۹ تا ۱۴۵ است. نمرات بالاتر از ۷۸ نشانه‌ی پرخاشگری بیشتر

مداخله‌هایی که در سال‌های اخیر مورد توجه فراوان قرار گرفته است، بخشش است که از مولفه‌ها و زیرمفوله‌های روانشناسی مثبت‌نگر است. به طور کلی بخشش وظیفه‌ی معینی دارد که عبارت است از کمک به افراد تا بتوانند بر تنفر، تندی/تلخی، حتی کینه و نفرت نسبت به افرادی که با آنها غیرعادلانه و حتی در بعضی مواقع بی‌رحمانه رفتار کرده‌اند، غلبه کنند (اتحادی‌فر، جناآبادی و داورپناه، ۱۴۰۰). مداخلات بخشش به عنوان رویکرد درمانی اثربخش ظاهر شده است که به مراجعان کمک می‌کند تا بر خشم و پرخاشگری خود غلبه کنند و بهزیستی روانشناختی آنها افزایش می‌یابد. نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهد که بخشش درمانی در کاهش میزان خشم و خصومت، افسردگی، استرس و پریشانی اثربخش است و سطح عواطف و هیجان مثبت را ارتقا می‌دهد (اختر و بارلو، ۲۰۱۶). با توجه به مطالب ذکر شده و اثربخشی این درمان بر متغیرهای مختلف هیجانی و با توجه به روند رو به رشد بزهکاری و اعمال پرخاشگرانه در نوجوانان و هزینه‌های سنگینی که بر بخش آموزش، کانون‌های اصلاح و تربیت، و بخش درمان تحمیل می‌شود، نیاز برای یافتن برنامه‌های آموزشی و درمانی اثربخش برای مواجهه با اعمال خشونت‌آمیز و بزهکاری در نوجوانان ضروری است. با توجه به اهمیت موضوع و اینکه تا کنون در کشورمان تا جایی که پژوهشگر بررسی کرده است سنجش اثربخشی بخشش درمانی بر ایمنی هیجانی مستقلاً و همزمان در کنار متغیر پرخاشگری در جامعه‌ی آماری نوجوانان کانون اصلاح و تربیت صورت گرفته باشد وجود ندارد، لذا هدف اصلی این پژوهش آن است که به بررسی اثربخشی بخشش درمانی بر ایمنی هیجانی و پرخاشگری در نوجوانان کانون اصلاح و تربیت بپردازد.

روش پژوهش

این پژوهش یک مطالعه نیمه آزمایشی از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل می‌باشد. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه نوجوانان کانون اصلاح و تربیت شهر تهران در سال ۱۴۰۰ می‌باشد. نمونه پژوهش شامل ۳۰ نفر (۱۵ نفر آزمایش و ۱۵ نفر گواه) از این نوجوانان بود که با

است. پرسشنامه‌ی پرخاشگری یک ابزار با ثبات، با اعتبار بازآزمایی خوب است. همبستگی بازآزمایی بعد از یک دوره‌ی ۹ هفته‌ای برابر ۰/۸۰، ۰/۷۶، ۰/۷۲ و ۰/۷۲ برای خرده‌مقیاس‌های پرخاشگری فیزیکی، کلامی، خشم و خصومت و ۰/۸۰ برای کل نمرات پرسشنامه است.

۳. **جلسات بخشش درمانی:** بر اساس الگوی درمانی اصلی انرایت انجام شد و طی ۱۲ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای در ۱۲ هفته پیاپی به صورت گروهی اجرا شد. محتوای جلسات به طور خلاصه در جدول ۱ آورده شده است:

جدول ۱. خلاصه محتوای جلسات بخشش درمانی به تفکیک هر جلسه		
جلسه	اهداف	محتوای جلسات
اول	مواجه با خشم	آشکارسازی خشم از طریق شناسایی ماهیت مخرب و آوردن احساسات خشم به سطح آگاهی
دوم	مرور شناختی رنجش	تفکر درباره رنجش به منظور برملاسازی دو مقایسه نقش مراجع و فرد رنجاننده
سوم	تصمیم به گذشت	در نظر گرفتن بخشش به عنوان یک گزینه و حق انتخاب، تشویق به متعهد شدن به بخشش
چهارم	نگریستن به نگاهی	ارائه مفهوم باز تعبیر برای ادراک تازه رنجش فرد رنجاننده و دیدن وی به صورت بخشی از یک تصویر پیچیده تر و درک آسیب پذیری های وی
پنجم	تلطیف درون	همدلی کنندگان از طریق درک رنج فرد خاطی و تغییر دادن هیجانات منفی در جهت مثبت و ایجاد احساسات، افکار و رفتارهای مثبت از طریق تصویرپردازی هدایت شونده مثبت
ششم	جذب کردن رنجش	آموزش پذیرش رنجش به جای موفق سازی و بدخیم نمودن رنجش
هفتم	کاوش معنا و اهمیت	درک سهم خویش در آزاد و اذیت دیگران و دیدن تغییرات پس از رنجش از منظری مثبت
هشتم	آشکارسازی شرم و احساس گناه	آموزش پذیرش این حقیقت که هر کسی در برهه‌ای از زمان نیازمند بخشیده شدن بوده است
نهم	تصمیم بر طلب خشم	آموزش روش‌های طلب بخشش و عذرخواهی به مراجعین و نیز نحوه‌ی دریافت کردن بخشش
دهم	یادگیری اصول صحیح جلب نمودن بخشش دیگران	یاری رساندن به مراجعین در درک معانی کلیدی دریافت نمودن بخشش و فرق گذاشتن بین آن و باورهای غلط مرسوم درباره‌ی معنای بخشش
یازدهم	پروراندن دریافت بخشش	ایجاد و آموزش نگرش قدرشناسی و اشتیاق به فدا کردن مقداری از عزت نفس (فروتنی کردن) هنگام ارائه شدن بخشش
دوازدهم	کشف معنا در پذیرفتن و طلب بخشش	کمک به مراجعین در معنا یافتن درد تجربه کردن خطاکاری در حق دیگری و مواجه شدن با جایز الخط بودن انسان‌ها

گرفت که همگی آنها تایید شد. در ادامه به بررسی فرضیه پژوهش پرداخته می شود. به منظور بررسی بهبود ایمنی هیجانی و پرخاشگری نوجوانان کانون اصلاح و تربیت در گروه‌های آزمایش و کنترل از روش آماری تحلیل کواریانس استفاده شد که نتایج در ذیل آورده شده است.

یافته‌ها

در این بخش قبل از بررسی فرضیه‌ها نرمال بودن توزیع داده‌ها با استفاده از آزمون شاپیرو ویلکز، همگنی ماتریس واریانس-کوواریانس با استفاده از آزمون M باکس و همگنی واریانس با استفاده از آزمون لوین مورد بررسی قرار

جدول ۲. نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری (مانکوا) بر روی میانگین نمرات پس آزمون ایمنی هیجانی و پرخاشگری گروه‌های آزمایش و گواه با کنترل پیش آزمون

اثر	ارزش	مقدار F	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	سطح معناداری	مجذور ایتا
گروه اثر پیلایی	۰/۷۱	۱۴/۷۹	۵	۱۹	۰/۰۰	۰/۶۱
لامبدای ویلکز	۰/۱۱	۱۴/۷۹	۵	۱۹	۰/۰۰	۰/۶۱
اثر هوتلینگ	۴/۰۹	۱۴/۷۹	۵	۱۹	۰/۰۰	۰/۶۱
اثر بزرگترین ریشه روی	۴/۰۹	۱۴/۷۹	۵	۱۹	۰/۰۰	۰/۶۱

مطابق با جدول ۲، مقدار لامبدای ویلکز متغیر گروه اثر معناداری بر حداقل یکی از متغیرهای وابسته (ایمنی هیجانی و پرخاشگری) داشته است که اندازه اثر آن برابر با ۰/۶۱ بوده است. در ادامه به بررسی اثربخشی بخشش درمانی بر متغیر وابسته اول یعنی ایمنی هیجانی پرداخته شده است:

جدول ۳. نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیره ایمنی هیجانی برگرفته از مانکوا

منبع تغییرات	متغیر وابسته	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	مقدار F	سطح معناداری	مقدار اتا
گروه	ایمنی هیجانی (پس آزمون)	۷۱۸/۰۶۷	۱	۳۱۴/۰۴۲	۲۵/۴۵۹	۰/۰۰	۰/۵۵

با توجه به نتایج ذکر شده و با توجه به میزان F به دست آمده در جدول ۳ تفاوت معناداری بین میانگین نمرات پس آزمون مقیاس ایمنی هیجانی بین گروه آزمایش و کنترل وجود دارد. بنابراین، در نمرات ایمنی هیجانی بین گروه‌های آزمایشی که تحت بخشش درمانی قرار گرفته‌اند با گروه کنترل که تحت هیچ مداخله‌ای قرار نداشتند، تفاوت معناداری وجود دارد. لازم به ذکر است که ۵۵٪ از تغییرات ایمنی هیجانی به دلیل مداخله بخشش درمانی است؛ در ادامه به بررسی اثربخشی بخشش درمانی بر متغیر وابسته دوم یعنی پرخاشگری پرداخته شده است:

جدول ۴. نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیره پرخاشگری برگرفته از مانکوا

منبع تغییرات	متغیر وابسته	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	مقدار F	سطح معناداری	مقدار اتا
گروه	پرخاشگری (پس آزمون)	۳۴۹/۹۸	۱	۱۸۱/۹۲	-۷۰/۵۸	۰/۰۰	۰/۶۳

بحث و نتیجه‌گیری

همانطور که در نتایج تحلیل به آن اشاره شد، بخشش درمانی در گروه آزمایش موجب بهبود ایمنی هیجانی و کاهش پرخاشگری در این گروه شد در حالیکه در گروه کنترل تغییری مشاهده نشد. یافته حاصل از پژوهش مبنی بر اثربخشی بخشش درمانی بر بهبود ایمنی

با توجه به نتایج ذکر شده و با توجه به میزان F به دست آمده در جدول ۴ تفاوت معناداری بین میانگین نمرات پس آزمون مقیاس پرخاشگری بین گروه آزمایش و کنترل وجود دارد. بنابراین، در نمرات پرخاشگری بین گروه‌های آزمایشی که تحت بخشش درمانی قرار گرفته‌اند با گروه کنترل که تحت هیچ مداخله‌ای قرار نداشتند، تفاوت معناداری وجود دارد.

پژوهش‌های گسترده‌تری در ارتباط با این جامعه‌ی آماری و بررسی اثربخشی مداخله‌های گوناگون توسط پژوهشگران آتی صورت گیرد تا امکان یافتن بهترین راهکار مداخله‌ای برای کمک به مشکلات این افراد امکان‌پذیر باشد. همچنین پیشنهاد می‌شود از این دست پژوهش‌ها در میان پسران و دختران کانون اصلاح تربیت به صورت مجزا نیز صورت گیرد تا امکان مقایسه بین دو جنسیت وجود داشته باشد.

منابع

اتحادی‌فر، محمدرضا؛ جناآبادی، حسین و داورپناه، ابوسعید (۱۴۰۰). اثربخشی آموزش بخشش‌درمانی بر شادکامی و کیفیت زندگی تحصیلی دانش‌آموزان، مطالعات روانشناسی تربیتی، ۱۸(۴۴)

احمدی، زهرا؛ عصاران، مهدی؛ سیدمحریمی، فاطمه و سیدمحریمی، ایمان (۱۳۹۶). تعیین رابطه‌ی پرخاشگری آشکار و رابطه‌ای با میزان امیدواری در کودکان دبستانی، سلامت روان کودک، ۴(۳): ۱۴۳-۱۵۳

دماوندیان، ارمغان؛ گلشنی، فاطمه؛ صفاری‌نیا، مجید و باغدارساریانس، آنیسا (۱۴۰۰). مقایسه اثربخشی درمان مبتنی بر شفقت و رفتاردرمانی دیالکتیکی بر پرخاشگری، رفتارهای خودآسیب‌رسان و خودتنظیمی هیجانی نوجوانان بزهکار کانون اصلاح و تربیت شهر تهران، پژوهش‌های روانشناسی اجتماعی، ۴۱

شیخ‌الاسلامی، علی؛ سلیمانی، اسماعیلی و محرم‌زاده، هنگامه (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش حل مسئله‌ی اجتماعی بر سازگاری و خودکارآمدی دانش‌آموزان زورگو، روانشناسی تربیتی، ۳(۴۷): ۷۳-۴۹

فیروزآبادی، مهشید سادات و آقایی جشوقانی، اصغر (۱۴۰۰). اثربخشی آموزش گروهی همدلی مبتنی بر رویکرد شناختی-رفتاری بر پرخاشگری کودکان پیش‌دبستانی، علوم شناختی و رفتاری، ۱۰(۲): ۳۵-۵۲

مجاهد، گلناز (۱۳۹۹). بررسی اثربخشی بخشش‌درمانی مبتنی بر شناختی رفتاری بر ناگویی هیجانی، افسردگی و بهزیستی روانی زنان خیانت‌دیده. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه کردستان

Akhtar S, Barlow J. (2016). Forgiveness Therapy for the Promotion of Mental Well-Being: A Systematic Review and Meta-Analysis. Trauma Violence Abuse. Mar 23

هیجانی با نتایج پژوهش مجاهد (۱۳۹۹)، هو و چاو^۱ (۲۰۱۹) و باسکین و اینراث^۲ (۲۰۱۹)؛ و اثربخشی بخشش درمانی بر کاهش پرخاشگری با نتایج پژوهش اسدی، سهرابی و برجعلی، ۱۳۹۵ همسوست. در تبیین یافته‌ی حاصل از پژوهش می‌توان گفت که از ویژگی‌های نوجوانان کانون اصلاح و تربیت را می‌توان نایم‌نی هیجانی دانست، اینگونه افراد به علت ناتوانی در شناخت و آگاهی از هیجان‌ات، دچار بی‌ثباتی در کنترل هیجان‌ات و عواطف نسبت به خود و دیگران بوده و یک نگرش منفی و بی‌ثبات در آنها، موجب هم‌نواپی اجتماعی پایین و مشکل انطباق با اجتماع و جمع دارند (روگو، لیفکر، دریک-بروکز^۳ و همکاران، ۲۰۲۰). مداخلات بخشش‌درمانی به علت انعطاف‌پذیری و نرمشی که در افراد نسبت به خود به وجود می‌آورد، آستانه تحمل استرس و حل رویدادهای استرس‌زا را در آن‌ها افزایش می‌دهد و زندگی سالم‌تری را برای آن‌ها به وجود می‌آورد.

به طور کلی در تبیین یافته‌ی حاصل از پژوهش می‌توان گفت که در جلسات بخشش‌درمانی، با ایجاد جوی بدون تهدید همراه با توجهی غیرمشروط مثبت به نوجوانان کانون اصلاح و تربیت برای بیان هیجان‌ات فروخورده‌ی خود، خشم‌ها و رنجش از اطرافیان، فرصتی برای آنان ایجاد شد تا در چنین فضای درمانی، نیروهای حبس شده در درون فرد برای مراقبت از زخم‌های التیام نیافته آزاد و دفاع‌های روانی نوجوان شکسته شد؛ در نتیجه آن‌ها قادر شدند بی‌فایده بودن کینه توزی و نگاه انتقام خواهانه را دریابند و از توجه کردن صرف بر نقاط ضعف و خطاهای دیگران دست بردارند. بنابراین بخشش‌درمانی توانست به نوجوانان کمک کند که بتوانند با حفظ سلامت روانی و آرامش بیشتر به زندگی پرداخته و احساس ایمنی هیجانی بیشتری را تجربه کنند. از جمله محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به عدم پیگیری یافته‌ها و محدود بودن نمونه‌ی پژوهش توجه کرد و در تعمیم‌دهی نتایج این پژوهش احتیاط کرد. با توجه به اثربخشی بخشش‌درمانی بر ایمنی هیجانی و پرخاشگری نوجوانان کانون اصلاح و تربیت، پیشنهاد می‌شود

3 Rugo, Leifker, Drake-Brooks

1 Hui & Chau
2 Baskin & Enright

- Baskin, T.W. & Enright, R.D. (2019). Intervention studies on forgiveness: a metaanalysis. *J Couns Dev*, 82(1):79-90
- Davies, P.T. & Martin, M.J. (2015). The reformulation of emotional security theory: The role of children's social defense in developmental psychopathology. *Dev Psychopathol*, 25(4pt2): 1435-54
- Den Hollander, G. C., Browne, J. L., Arhinful, D., Van Der Graaf, R., & Klipstein-Grobusch, K. (2018). Power difference and risk perception: mapping vulnerability within the decision process of pregnant women towards clinical trial participation in an Urban middle-income setting. *Developing World Bioethics*, 18(2), 68-75.
- Hearn, K. (2019). Artifacts of thought: Evidence of metacognition in twelfth grade student, s reflective journal writing. Dissertation, wayne state university
- Hommel, B. (2019). Affect and control: A conceptual clarification. *International Journal of Psychophysiology*, 144:1-6
- Hui, E.K.P. & Chau, T.S. (2019). The impact of a forgiveness intervention with Hong Kong Chinese children hurt in Mood Disorder and Anxiety. *Brit J of Guide Couns*, 37(2): 141-56.
- Leahy, R. L. (2018). Emotional schemas and resistance to change in anxiety disorders. In: Sookman, D, editor. *Treatment resistant anxiety disorders*. New York: Routledge, 60-135
- Miller, P.H. (2016). *Theories of developmental psychology*. Edition 6. New York: Worth Publishers
- Rugo, K.F., Leifker, F.R., Drake-Brooks, M.M.; Snell, M.B.; Bryan, C.J. & Bryan, A.O. (2020) *Unit Cohesion and Social Support as Protective Factors Against*
- Schimmenti, A., Passanisi, A., Caretti, V., Marca, L.L., Granieri, A., Iacolino, C., Gervasi, A.M., Maganuco, N.R., & Billieux, J. (2017). Traumatic experiences, alexithymia, and Internet addiction symptoms among late adolescents: A moderated mediation analysis. *Addictive Behaviors*, 64, 314-320.