



دانشکده روان‌شناسی
رشته روان‌شناسی اسلامی
پایان‌نامه کارشناسی ارشد

بررسی روایی بسته آموزشی خودمهارگری اسلامی در کاهش پرخاشگری نوجوانان

استاد راهنما

حجت‌الاسلام و المسلمین دکتر حمید رفیعی هنر

استاد مشاور

حجت‌الاسلام و المسلمین دکتر عباس آینه چی

دانش‌پژوه

مجتبی یوسفی بزچلوئی

شهریور ۱۴۰۰

السلام عليكم

صور تجلسه دفاع



دانشکده روان‌شناسی
رشته روان‌شناسی اسلامی
پایان‌نامه کارشناسی ارشد

بررسی روایی بسته آموزشی خودمهارگری اسلامی در کاهش پرخاشگری نوجوانان

استاد راهنما

حجت‌الاسلام و المسلمین دکتر حمید رفیعی هنر

استاد مشاور

حجت‌الاسلام و المسلمین دکتر عباس آینه چی

دانش‌پژوه

مجتبی یوسفی بزچلوئی

شهریور ۱۴۰۰



حقوق مادی و معنوی پایان نامه

چاپ و انتشار پایان نامه های تحصیلی دانش پژوهان مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت بیانگر بخشی از فعالیت های علمی - پژوهشی مؤسسه است.

این جانب مجتبی یوسفی بزچلوئی دانش پژوه رشته روان شناسی اسلامی مقطع کارشناسی ارشد، متعهد می گردم موارد ذیل را در خصوص حقوق مادی و معنوی پایان نامه ام با موضوع:

بررسی روایی بسته آموزشی خودمهارگری اسلامی در کاهش پر خاشگری نوجوانان

رعایت نمایم و در صورت تخلف از موارد ذیل، کلیه تبعات حقوقی آن بر عهده این جانب خواهد بود:

۱. در صورت اقدام به چاپ پایان نامه، مراتب را قبلاً به صورت کتبی به معاونت پژوهش مؤسسه اطلاع دهم و در صورت تمایل مؤسسه با چاپ پایان نامه به صورت کتاب، اولویت با مؤسسه خواهد بود.

۲. در صورت موافقت معاونت پژوهش با چاپ پایان نامه به صورت کتاب توسط دانش پژوه، در صفحه سوم کتاب (پس از برگ شناسنامه) عبارت ذیل چاپ گردد:

«کتاب حاضر حاصل پایان نامه کارشناسی ارشد در رشته روان شناسی اسلامی است که در سال ۱۴۰۰

در مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت به راهنمایی حجت الاسلام و المسلمین آقای دکتر حمید

رفیعی هنر و مشاوره حجت الاسلام و المسلمین دکتر عباس آینه چی از آن دفاع شده است».

۳. به منظور غنی سازی منابع و مآخذ کتابخانه مؤسسه دو نسخه از آن به کتابخانه و دو

نسخه نیز جهت بهره برداری به معاونت پژوهش اهدا خواهد شد.

مجتبی یوسفی بزچلوئی

امضاء

بسمه تعالی

تعهدنامه اصالت پایان نامه

این جانب **مجتبی یوسفی بزچلوئی** فرزند **محمدربیع** متولد ۱۳۶۸.۱۲.۱۳ به شماره ملی ۰۵۲۰۱۷۹۹۱۹ صادره از اراک به شماره دانش پژوهی ۹۶۱۱۴۰۰۷ رشته روانشناسی اسلامی متعهد می شوم که مطالب مندرج در این پایان نامه حاصل کار پژوهشی این جانب است و دستاوردهای پژوهشی دیگر آن که در این زمینه از آن ها استفاده شده است مطابق مقررات ارجاع و در فهرست منابع و مآخذ ذکر گردیده است.

این پایان نامه قبلاً برای احراز هیچ مدرک هم سطح یا بالاتر ارائه نشده است. در صورت اثبات تخلف (در هر زمان) مدرک تحصیلی صادر شده توسط مؤسسه از اعتبار ساقط خواهد شد.

مجتبی یوسفی بزچلوئی

امضاء

تقدیم به "او" که خواهد آمد ...

و

به بزرگ سرباز راه "مهدی"

همان که در راه او شهید شد

به سردار دلها؛ سپهبد شهید حاج قاسم سلیمانی (ره)

و به تمامی علمای اسلام؛ از کلینی تا خمینی و خامنه‌ای عزیز (دامت برکاته)

سپاس خداوند بزرگ را که به من آموخت پیاموزم

تقدیر و تشکر از:

- استاد عزیز و گرانقدر؛ حجت الاسلام دکتر رفیعی هنر که دلسوزانه و خالصانه در این اثر مرا راهنمایی کردند و سه گانه "دانش"، "اخلاق"، "دقت علمی"، را از ایشان آموختم.
- استاد فرهیخته؛ حجت الاسلام دکتر آینه چی که متواضعانه، هدایت و مشاوره این پژوهش را بر عهده گرفتند و با نکته های دقیق، راهگشای نگارنده در اتمام و اکمال این اثر بودند.

چکیده

پژوهش حاضر با هدف تدوین بسته آموزشی برای کاهش پرخاشگری نوجوانان مبتنی بر خودمهارگری اسلامی و روایی سنجی آن انجام شده است. این پژوهش، از نوع پژوهش‌های کاربردی بوده که در آن از دو روش کیفی (توصیفی-تحلیلی) و کمی (پیمایشی) استفاده شده است. ابتدا، موضوع پرخاشگری بر اساس مدل و چرخه خودمهارگری اسلامی (رفیعی هنر، ۱۳۹۷)، مورد آسیب‌شناسی قرار گرفت؛ سپس، بر اساس مؤلفه‌های خودمهارگری اسلامی که مشتمل بر نه مؤلفه خودتوانمندشناسی، خودرابطه‌شناسی متعالی، خودنظارتگری، هدف‌شناسی متعالی، انگیزش مهار، مانع‌شناسی اهداف، مهار نفس، نظم‌دهی عمل، و تداوم مهار بود؛ بسته آموزشی-روانشناختی (شامل اهداف، محتوای آموزشی، تکنیک‌ها، فعالیت فردی) در ده جلسه، طراحی و تنظیم شد. در نهایت، روایی محتوایی بسته مذکور، توسط کارشناسان با استفاده از آماره‌های CVR و CVI مورد ارزیابی و تأیید قرار گرفت. نتیجه آن‌که، بسته آموزشی خودمهارگری اسلامی برای کاهش پرخاشگری نوجوانان از لحاظ نظری قابلیت تدوین دارد.

واژگان کلیدی: نوجوان، پرخاشگری، بسته آموزشی، خودمهارگری اسلامی، منابع اسلامی.

فهرست مطالب

فصل اول: کلیات و مفاهیم	۱
۱-۱. مسأله تحقیق	۲
۱-۲. ضرورت تحقیق	۵
۱-۳. اهداف تحقیق	۶
۱-۴. پرسش‌های اصلی و فرعی تحقیق	۷
۲-۱. پرخاشگری	۷
۲-۲. نوجوانی	۸
۲-۳. خودمهارگری اسلامی	۸
۲-۴. بسته آموزشی	۹
فصل دوم: مبانی نظری و پیشنهاد پژوهش	۱۰
۲-۱. بخش اول: پرخاشگری	۱۱
۲-۱-۱. تاریخچه مطالعه پرخاشگری	۱۱
۲-۱-۲. تعریف پرخاشگری	۱۳
۲-۱-۲-۱. خشم	۱۴
۲-۱-۲-۲. خصومت	۱۴
۲-۱-۲-۳. پرخاشگری	۱۵
۲-۱-۳. مبانی نظری پرخاشگری	۱۷
۲-۱-۳-۱. رویکرد روان‌تحلیل‌گری	۱۷
۲-۱-۳-۲. رویکرد کردارشناسی	۱۸
۲-۱-۳-۳. رویکرد زیست‌شناسان اجتماعی	۱۸
۲-۱-۳-۴. رویکرد زیست‌شناختی	۱۸
۲-۱-۳-۵. رویکرد کشاننده‌ای	۱۹
۲-۱-۳-۶. رویکرد یادگیری اجتماعی	۱۹
۲-۱-۳-۷. رویکرد شناختی	۱۹
۲-۱-۳-۸. خشم در روان‌شناسی مثبت‌نگر	۲۰
۲-۱-۳-۹. رویکرد اسلامی	۲۰
۲-۱-۴. انواع پرخاشگری	۲۱
۴-۱-۲-۱. پرخاشگری کلامی در مقابل پرخاشگری غیرکلامی	۲۱
۴-۱-۲-۲. پرخاشگری مستقیم در مقابل پرخاشگری غیرمستقیم	۲۱

- ۲۲ ۴-۱-۲-۳. پرخاشگری فردی در مقابل پرخاشگری جمعی
- ۲۲ ۴-۱-۲-۴. پرخاشگری فعال در مقابل پرخاشگری منفعل
- ۲۲ ۴-۱-۲-۵. پرخاشگری فرافعال و تجاوزکارانه در مقابل پرخاشگری واکنشی و دفاعی
- ۲۲ ۴-۱-۲-۶. پرخاشگری وسیله‌ای (ابزاری) در مقابل پرخاشگری خصمانه
- ۲۳ ۲-۱-۵. عوامل و برانگیزاننده‌های پرخاشگری
- ۲۴ ۲-۱-۵-۱. نظریه اکولوژیکی: عوامل محیطی (فرهنگی - اجتماعی - خانوادگی - اقتصادی)
- ۲۴ ۲-۱-۵-۱-۱. ناکامی
- ۲۴ ۲-۱-۵-۱-۲. تحریک مستقیم
- ۲۴ ۲-۱-۵-۱-۳. خشونت رسانه‌ای
- ۲۵ ۲-۱-۵-۱-۴. خانواده
- ۲۵ ۲-۱-۵-۱-۵. زندگی در ارتفاع خیلی بلند و تغذیه ناقص؛
- ۲۵ ۲-۱-۵-۱-۶. تأثیر آلودگی هوا
- ۲۵ ۲-۱-۵-۱-۷. تأثیر سروصدا
- ۲۶ ۲-۱-۵-۱-۸. تأثیر تراکم
- ۲۶ ۲-۱-۵-۲. عوامل شخصیتی
- ۲۶ ۲-۱-۵-۳. عوامل زیستی
- ۲۶ ۲-۱-۵-۴. علل روان‌شناختی
- ۲۶ ۲-۱-۵-۴-۱. افسردگی
- ۲۷ ۲-۱-۵-۴-۳. ضعف در مهارت‌های اجتماعی
- ۲۷ ۲-۱-۵-۴-۴. ضعف در خودمهارگری
- ۲۷ ۲-۱-۵-۵. صورت‌بندی/علل شناختی - رفتاری
- ۲۸ ۲-۱-۶. پرخاشگری دوره‌های مختلف تحول
- ۲۸ ۲-۱-۶-۱. پرخاشگری در دو سال اول زندگی
- ۲۹ ۲-۱-۶-۲. پرخاشگری در کودکان ۲ تا ۶ سال
- ۲۹ ۲-۱-۶-۳. پرخاشگری در کودکان پیش‌دستانی
- ۲۹ ۲-۱-۶-۴. پرخاشگری در کودکان دبستان
- ۳۰ ۲-۱-۶-۵. پرخاشگری در دوران نوجوانی
- ۳۰ ۲-۱-۷. عوامل مهار پرخاشگری
- ۳۰ ۲-۱-۷-۱. مهار و کاهش پرخاشگری از دیدگاه روان‌شناسان
- ۳۰ ۲-۱-۷-۱-۱. مجازات پرخاشگر

- ۲-۱-۷-۱-۲. پالایش (تخلیه هیجانی)..... ۳۱
- ۲-۱-۷-۱-۳. تقویت رفتارهای مغایر..... ۳۱
- ۲-۱-۷-۱-۴. ارائه الگوهای غیر پرخاشگر..... ۳۲
- ۲-۱-۷-۱-۵. بخشش..... ۳۲
- ۲-۱-۷-۱-۶. پاسخ‌های مغایر..... ۳۲
- ۲-۱-۷-۱-۷. بازدارنده‌های زیستی..... ۳۲
- ۲-۱-۷-۱-۸. بازدارنده‌های شناختی..... ۳۳
- ۲-۱-۷-۱-۹. آموزش مهارت‌های اجتماعی..... ۳۳
- ۲-۱-۷-۱-۱۰. آموزش رفتار جرأت‌مندانه..... ۳۳
- ۲-۱-۷-۱-۱۱. آموزش خودمهارگری..... ۳۴
- ۲-۱-۷-۲. مهار و کاهش پرخاشگری از نگاه اسلام..... ۳۶
- ۲-۲. بخش دوم: نوجوانی..... ۴۱
- ۲-۲-۱. مبانی نظری رشد در دوره نوجوانی..... ۴۱
- ۲-۲-۱-۱. دیدگاه جی استانلی هال؛ (کاشف نوجوانی)..... ۴۲
- ۲-۲-۱-۲. دیدگاه زیگموند فروید..... ۴۳
- ۲-۲-۱-۳. دیدگاه نئوفرویدی‌ها..... ۴۳
- ۲-۲-۱-۴. دیدگاه انسان‌شناسی فرهنگی..... ۴۴
- ۲-۲-۱-۵. دیدگاه یادگیری اجتماعی..... ۴۵
- ۲-۲-۱-۶. دیدگاه رشدی-شناختی..... ۴۵
- ۲-۲-۱-۷. نظریه‌های تعاملی (زیستی، روانی، و اجتماعی)..... ۴۵
- جمع‌بندی مبانی نظری رشد نوجوان..... ۴۸
- ۲-۲-۲. تحول جسمانی نوجوانان و ویژگی‌های آن..... ۴۹
- ۲-۲-۳. تحول شناختی نوجوانان و ویژگی‌های آن..... ۵۱
- ۲-۲-۴. تحول عاطفی-هیجانی نوجوان و ویژگی‌های آن..... ۵۳
- ۲-۲-۵. رشد روانی-اجتماعی نوجوان و ویژگی‌های آن (انسجام هویتی-آشفته‌گی هویتی)..... ۵۷
- ۲-۲-۶. تحول اخلاقی نوجوانان و ویژگی‌های آن..... ۵۹
- ۲-۲-۷. تحول دینی نوجوانان و ویژگی‌های آن..... ۶۲
- ۲-۳. بخش سوم: خودمهارگری..... ۶۴
- ۲-۳-۱. تعریف خودمهارگری..... ۶۴
- ۲-۳-۲. اهمیت و جایگاه خودمهارگری..... ۶۵

- ۲-۳-۳. خودمهارگری در دوره‌های مختلف تحول ۶۵
- ۲-۳-۳-۱. کودکی نخست: از تولد تا دوسالگی ۶۵
- ۲-۳-۳-۲. کودکی میانه: از دو تا شش سالگی ۶۶
- ۲-۳-۳-۳. کودکی پایانی: از شش تا دوازده سالگی ۶۶
- ۲-۳-۳-۴. نوجوانی: از دوازده تا نوزده سالگی ۶۷
- ۲-۳-۴. انواع خودمهارگری ۶۷
- ۲-۳-۴-۱. خودمهارگری افکار ۶۷
- ۲-۳-۴-۲. خودمهارگری هیجانات ۶۸
- ۲-۳-۴-۳. خودمهارگری رفتارها ۶۸
- ۲-۳-۵. خودمهارگری اسلامی ۶۸
- ۲-۳-۵-۱. ضرورت طرح خودمهارگری اسلامی ۶۸
- ۲-۳-۵-۲. مولفه‌های خودمهارگری اسلامی ۷۰
- ۲-۳-۵-۳. روابط بین مولفه‌های خودمهارگری اسلامی ۷۵
- ۲-۴. بخش چهارم: پیشینه پژوهش ۷۸
- ۲-۴-۱. خودمهارگری ۷۸
- ۲-۴-۲. تأثیر خودمهارگری در کاهش پرخاشگری ۷۹
- فصل سوم: روش تحقیق ۸۳**
- ۳-۱. روش تحقیق ۸۵
- ۳-۱-۱. روش کیفی ۸۵
- ۳-۱-۲. روش کمی ۸۵
- ۳-۲. جامعه آماری ۸۷
- ۳-۳. روش نمونه‌گیری ۸۸
- ۳-۴. ابزار گردآوری اطلاعات ۸۸
- ۳-۵. روش تجزیه و تحلیل داده‌ها ۸۹
- فصل چهارم: یافته‌های پژوهش ۹۰**
- ۴-۱. سؤال اول: ویژگی‌های بسته آموزشی خودمهارگری اسلامی برای کاهش پرخاشگری نوجوانان چیست؟ ۹۱
- ۴-۱-۱. منطبق ارتباط بین مؤلفه‌های مدل خودمهارگری اسلامی با کاهش پرخاشگری ۹۱
- ۴-۱-۱-۱. هدف‌شناسی متعالی ۹۱
- ۴-۱-۱-۲. رابطه‌شناسی متعالی ۹۲

- ۹۴..... ۴-۱-۱-۳. مانع‌شناسی اهداف
- ۹۵..... ۴-۱-۱-۴. انگیزش مهار.....
- ۹۷..... ۴-۱-۱-۵. مهار در مقام عمل.....
- ۹۹..... ۴-۱-۲-۶. تداوم مهار.....
- ۱۰۱..... ۴-۱-۲. منطق ورود به مدل و چرخه خودمهارگری اسلامی بر اساس ادبیات روان‌شناختی و دینی..
- ۴-۱-۳. آسیب‌شناسی پرخاشگری نوجوان در قالب مدل مفهومی خودمهارگری اسلامی و منطق تنظیم جلسات درمان..... ۱۰۲
- ۴-۱-۴. توصیف ویژگی‌های بسته آموزشی خودمهارگری اسلامی برای کاهش پرخاشگری نوجوانان.. ۱۰۶
- ۴-۱-۵. توصیف جلسات درمان..... ۱۰۸
- ۴-۱-۵-۱. جلسه آمادگی: شناخت دوره..... ۱۰۹
- ۴-۱-۵-۲. جلسه اول: هدف‌شناسی کلی زندگی نوجوان..... ۱۱۰
- ۴-۱-۵-۳. جلسه دوم: متعالی‌سازی نگاه به خود..... ۱۱۱
- ۴-۱-۵-۴. جلسه سوم: هدف‌گذاری متعالی برای مهار پرخاشگری..... ۱۱۲
- ۴-۱-۵-۵. جلسه چهارم: خودگویی‌های منفی تحقق هدف (مانع‌شناسی اهداف (۱))..... ۱۱۳
- ۴-۱-۵-۶. جلسه پنجم: خودگویی منفی برانگیزاننده پرخاشگری (مانع‌شناسی اهداف (۲))..... ۱۱۴
- ۴-۱-۵-۷. جلسه ششم: عوامل انگیزشی مهار پرخاشگری (مهارکننده‌ها (۱))..... ۱۱۵
- ۴-۱-۵-۸. جلسه هفتم: عوامل انگیزشی مهار پرخاشگری (مهارکننده‌ها (۲))..... ۱۱۷
- ۴-۱-۵-۹. جلسه هشتم: مهار پرخاشگری در مقام عمل..... ۱۱۸
- ۴-۱-۵-۱۰. جلسه نهم: تداوم مهار رفتار پرخاشگرانه..... ۱۱۹
- ۴-۲. سؤال دوم: بسته آموزشی خودمهارگری اسلامی برای کاهش پرخاشگری نوجوانان از چه میزان روایی محتوایی برخوردار است؟..... ۱۲۴
- فصل پنجم: بحث و نتیجه‌گیری..... ۱۳۰**
- ۵-۱. تحلیل ویژگی‌های بسته آموزشی خودمهارگری اسلامی برای کاهش پرخاشگری نوجوانان..... ۱۳۱
- ۵-۲. تبیین آسیب‌شناسانه از پرخاشگری نوجوان بر اساس مدل خودمهارگری اسلامی و مکانیزم کاهش آن..... ۱۳۴
- ۵-۳. تحلیل نتایج روایی بسته آموزشی خودمهارگری برای کاهش پرخاشگری نوجوانان..... ۱۳۹
- ۵-۴. محدودیت‌های پژوهش..... ۱۳۹
- ۵-۵. پیشنهادهای پژوهش..... ۱۴۰
- ۵-۶-۱. پیشنهادهای برآمده از نتایج پژوهش..... ۱۴۰
- ۵-۶-۲. پیشنهادهای برآمده از تجارب پژوهشگر..... ۱۴۰

فهرست منابع.....	۱۴۱
منابع فارسی.....	۱۴۱
منابع عربی.....	۱۵۶
منابع لاتین.....	۱۵۷
پیوست‌ها.....	أ

فهرست اشکال، جداول و نمودارها

نمودار ۱-۲: الگوی کنترل پرخاشگری بر اساس آموزه‌های دینی (جعفری هرفته، احمدی، ۱۳۹۲).....	۳۷
جدول ۱-۲: ابعاد شش‌گانه مقابله با خشم و محتوای مقابله‌ای خاص آن.....	۳۸
نمودار ۲-۲: فرآیند پاسخ به تنیدگی از طریق منابع مقابله‌ای (خطیب، ۱۳۹۵).....	۴۰
نمودار ۳-۲: الگوی تعاملی پویای لرنر.....	۴۷
جدول ۲-۲: منابع تغییر نظریه‌پردازان مختلف درباره رشد نوجوان.....	۴۸
جدول ۳-۲: مراحل رشد شناختی پیازه.....	۵۲
جدول ۴-۲: انواع وضعیت برای هویت.....	۵۹
نمودار ۴-۲: مؤلفه‌های خودنظم‌جویی بر اساس منابع اسلامی (رفیعی‌هنر، ۱۳۹۷).....	۷۱
شکل ۵-۲: مدل مفهومی خودمهارگری اسلامی (رفیعی‌هنر، ۱۳۹۵).....	۷۶
جدول ۱-۴: روند کلی جلسات بسته آموزشی خودمهارگری برای کاهش پرخاشگری نوجوانان.....	۱۰۹
جدول ۲-۴: محتوای بسته آموزشی خودمهارگری اسلامی برای کاهش پرخاشگری نوجوانان.....	۱۲۰
جدول ۳-۴: توصیف تخصص شناختی کارشناسان برای بررسی روایی محتوایی بسته آموزشی خودمهارگری اسلامی برای کاهش پرخاشگری نوجوانان.....	۱۲۵
جدول ۴-۴: نظرات کارشناسان درباره میزان ارتباط محتوای کلی جلسات و ضرورت تکنیک‌های بسته آموزشی خودمهارگری اسلامی با اهداف جلسات و کاهش پرخاشگری نوجوانان.....	۱۲۷
شکل ۱-۵: مدل آسیب‌شناسی پرخاشگری نوجوان مبتنی بر مدل خودمهارگری اسلامی.....	۱۳۶
شکل ۲-۵: مکانیزم کاهش پرخاشگری نوجوان بر اساس مدل خودمهارگری اسلامی.....	۱۳۸

فصل اول

کلیات و مفاهیم

این بخش از تحقیق با هدف توضیح کلیات و مفاهیم تنظیم شده است؛ در بخش کلیات پژوهش، مسأله تحقیق و ضرورت مسأله تبیین شده، و اهداف و پرسش‌های تحقیق معرفی خواهند شد. در بخش مفاهیم، تعریف نظری و عملیاتی مفاهیم کلیدی پژوهش ارائه شده است.

۱. کلیات

۱-۱. مسأله تحقیق

پرخاشگری یکی از مسائل مهم دوره نوجوانی است (پلیگرینی و لانگ،^۱ ۲۰۰۶، به نقل از متشکری، ۱۳۹۰). از جمله هیجانات متداول بین نوجوانان، هیجان خشم است که بر اثر برخورد با موانعی که بر سر راه او قرار می‌گیرد، حاصل می‌شود و به پرخاشگری که یک واکنش عمومی به ناکامی امیال است، منجر می‌گردد (جلمبادانی، ۱۳۹۵). نوجوانان پرخاشگر، غالباً قدرت مهار رفتار خود را ندارند و رسوم و اخلاق جامعه‌ای را که در آن زندگی می‌کنند، زیر پا می‌گذارند (صادقی، احمدی و عابدی، ۱۳۸۱). به همین جهت، پرخاشگری یک مسئله اجتماعی و یکی از موضوعات اساسی بهداشت روانی به شمار می‌آید (وکیلی، ۱۳۸۶). هر چند بارها اصطلاح پرخاشگری را شنیده‌ایم، اما هنگام تعریف دقیق و تحلیل آن، اصطلاحی مبهم به نظر می‌رسد (درتاج و همکاران، ۱۳۸۸، ص ۶۲). ساختار خشم مشترکاتی با خصومت و پرخاشگری دارد، اما این اصطلاحات مترادف نیستند (نویدی، ۱۳۸۷). می‌توان در تحلیل و جداسازی سه گانه خشم، خصومت، و پرخاشگری گفت؛ "پرخاشگری"، نوعی رفتار با هدف آسیب رساندن به فرد دیگر یا تخریب اموال است، در حالی که "خشم" یک هیجان است و ضرورتاً، به پرخاشگری منجر نمی‌شود. "خصومت" نیز گرچه با این دو مرتبط است؛ اما، ماهیتاً تفاوت دارد؛ چراکه خصومت به مجموعه‌ای از نگرش‌ها و قضاوت‌ها اشاره دارد که رفتارهای پرخاشگرانه را برمی‌انگیزاند (رایلی و شاپشایر،^۲ بی‌تا؛ ترجمه امیرپور و علوی، ۱۳۹۱، ص ۱۱). در نتیجه خشم، خصومت و پرخاشگری به ترتیب عبارتند از نوعی هیجان، فکر (نگرش)، و رفتار.

1. Pellegrini, A.D. & Long, J.D.

2. Reilly, P. M. & Shopshire, M.

نوجوانی، دوره انتقال از کودکی به بزرگسالی است و دارای حساسیت خاصی می‌باشد. وقتی کودک به سن نوجوانی می‌رسد، تغییرات گوناگونی را در جسم و روان خود تجربه می‌کند و نیازهای جدیدی را در خود می‌یابد. برخورد نادرست با این نیازها از یک سوی، و افزایش هیجان‌ها که به سبب تغییرهای هورمونی در این دوره به وجود می‌آید از سوی دیگر، می‌توانند زمینه رفتارهای پرخاشگرانه و ناسازگارانه را در او ایجاد کند (امیری، ۱۳۹۰). بطور کلی نوجوانان در این دوران حساس می‌شوند، هیجان‌های شدید دارند و به دنبال عدم احساس اطمینان، تنش، ناسازگاری و پرخاشگری در آنان دیده می‌شود (کوپر^۱، ۱۹۹۶).

اگر بخواهیم به نظریه جامعی درباره منشأ پرخاشگری برسیم، باید سهم هر یک از عوامل سرشتی، زیست‌شناختی، کشاننده‌ها و یادگیری اجتماعی در بروز پرخاشگری را معین کنیم. چنان‌که از بررسی دیدگاه‌ها به دست می‌آید، دو دسته عوامل درونی و بیرونی به عنوان منشأ پرخاشگری معرفی شده‌اند و از آنجا که برخی از این عوامل را می‌توان مهار کرد یا تغییر داد، پرخاشگری نیز قابل مهار و پیشگیری است (سالاری فر و دیگران، ۱۳۹۳، ص ۲۶).

تاکنون، بسته‌های آموزشی مختلفی جهت کنترل پرخاشگری و مدیریت خشم، ارائه شده است که برخی از آنها بر تغییر عوامل زیست‌شناختی، تأکید دارند و بعضی بر تعدیل مولفه‌های روان‌شناختی و پاره‌ای دیگر، به دستکاری شرایط محیطی می‌پردازند (اللهیاری، ۱۳۷۷)؛ اما یکی از مهارت‌هایی که به نظر می‌رسد نقش مؤثری در کنترل پرخاشگری داشته باشد؛ «خودمهارگری» است. نتایج بدست آمده از اجرای بسته آموزشی خودمهارگری در کاهش میزان پرخاشگری، نشان داد که دانش آموزان در گروه آزمایش، در تمامی چهار خرده مقیاس پرخاشگری (خشم، پرخاشگری بدنی و کلامی، رنجش، بدگمانی) نمره‌ای پایین‌تر از پیش آزمون بدست آوردند؛ به این معنا که نمره پرخاشگری آنها، کاهش قابل ملاحظه‌ای یافت (آموسنی، ۱۳۹۲). همچنین نتایج پژوهش‌های دیگر، مانند یزدانی (۱۳۹۲)، صالحی‌زاده (۱۳۹۳)، محبوبی (۱۳۹۴)، درخشانی (۱۳۹۴)، سلیمی‌نادم (۱۳۹۵)، طاهر (۱۳۹۷)، شاکری (۱۳۹۸) نشان داد که آموزش خودمهارگری توانسته پرخاشگری کلی و ابعاد آن را به طور معنی‌داری

1. Cooper, P.

کاهش دهد. اوتن^۱ (۲۰۱۱)، دوال و فینکل^۲ (۲۰۱۱)؛ و دنیسون و دوال^۳ (۲۰۱۲) در تحقیقات مجزایی در رابطه با خودمهارگری و تأثیر آن بر روی پرخاشگری، همگی به این نتیجه رسیده‌اند که آموزش خودمهارگری در کاهش میزان رفتار پرخاشگرانه، بسیار مؤثر بوده است.

اما آنچه وجه مشترک تحقیقات صورت گرفته (که به بررسی اثر خودمهارگری بر کاهش پرخاشگری پرداخته‌اند)، را تشکیل می‌دهد، انجام پژوهش، بر مبنای خودمهارگری با مؤلفه‌های غیر اسلامی است؛ در حالی که پرخاشگری در فرهنگ‌های مختلف، از نظر نحوه بروز (فیزیکی-کلامی) و شیوه مهار آن متفاوت است (سالاری‌فر، ۱۳۹۳، ص ۲۸۱) و در بعضی مواقع، تعریف و نگرشی که از یک موضوع (از جمله خودمهارگری)، در یک جامعه وجود دارد، با جوامع دیگر، تفاوت‌های زیادی دارد، و از سوی دیگر، امروزه نسبت به زمینه‌های فرهنگی-دینی در تغییرات روانی و سلامت روان، اهتمام جدی وجود دارد (هاروی، ۲۰۰۲؛ ترجمه احمدی، ۱۳۸۸). به همین جهت، ضرورت اجرای تحقیق در جامعه ایران با محوریت خودمهارگری اسلامی بمنظور کاهش پرخاشگری نوجوانان، نمایان می‌شود. چرا که به نظر می‌رسد آموزه‌های اسلامی با فرهنگ مردم کشور ما سازگارتر است.

موضوع خودمهارگری با رویکرد اسلامی، در حوزه‌های متفاوت، توسط محققان مختلفی مورد پژوهش قرار گرفته است. به طور مثال جان‌بزرگی (۱۳۷۸)، به بررسی اثربخشی روان‌درمانگری کوتاه‌مدت «آموزش خودمهارگری» با و بدون جهت‌گیری مذهبی (اسلامی) بر مهار اضطراب و تنیدگی، پرداخته است. پسندیده (۱۳۸۸) با عنوان «اخلاق پژوهی حدیثی» در شش فصل، مبانی، عامل اصلی، اصول عملیاتی، ره‌آورد، دشواری‌ها، و نظام خویشنداری را مورد بحث و بررسی قرار داده است؛ همتی (۱۳۹۰)، اصول خودمهارگری کودکان را تبیین کرده است. جهانگیرزاده (۱۳۹۶) با عنوان «مؤلفه‌های خودنظم‌دهی اسلامی و برنامه زوج‌درمانی مبتنی بر خودنظم‌دهی با رویکرد اسلامی»؛ اخوی (۱۳۸۹) با عنوان «بررسی نقش مداخله‌های شناختی و رفتاری در افزایش سطح خودمهارگری کودکان دبستانی با تکیه بر منابع اسلامی»؛ اسلامی (۱۳۹۸) با عنوان «خودمهارگری در منابع اسلامی و بررسی تحول آن در دوره نوجوانی»؛ فرهوش و دیگران (۱۳۹۹)، با عنوان «الگوی خودمهارگری جوان شیعه با

1. Outen.

2. Finkel, E.

3. Denison, D.R & dowel, B.E.

4. Harwey, M.

رویکرد نظریه زمینه‌ای؛ هر کدام، موضوع خودمهارگری با رویکرد اسلامی را از جنبه‌های مختلف، مورد بررسی قرار دادند؛ اما آنچه مبنای پژوهش حاضر قرار گرفته، خودمهارگری اسلامی (رفیعی‌هنر، ۱۳۹۷) است.

رفیعی‌هنر (۱۳۹۰-۱۳۹۷)، بعد از بررسی و تبیین مفاهیم اولیه کف، ضبط، نظارت، ریاضت، مجاهده، اصلاح، و تزکیه نفس و دو مفهوم کلیدی عقل و تقوا؛ دو عنصر اساسی «شناخت» و «مهار» را برای خودمهارگری اسلامی، معرفی می‌کند. طبق بررسی‌های وی، مفهوم خودمهارگری بر اساس منابع اسلامی، از دو سطح کلی تشکیل شده است؛ بنحوی که مشتمل بر نه مؤلفه خودتوانمندشناسی، خودرابطه‌شناسی متعالی، خودنظارتگری، هدف‌شناسی متعالی، انگیزش مهار، مانع‌شناسی اهداف، مهار نفس، نظم‌دهی عمل، و تداوم مهار می‌باشد و تعریف آن عبارت است از «توان مهار آگاهانه تمایلات نفس و تنظیم مداوم آن در حوزه عمل با هدف رسیدن به کمال الهی به وسیله شناخت و نظارت بر خود، شناخت هدف نهایی، شناخت عوامل آسیب‌رسان به هدف، و عمل بر اساس انگیزش‌های الهی» (رفیعی‌هنر، ۱۳۹۷).

بدین ترتیب، این پژوهش در صدد تدوین بسته آموزشی مبتنی بر خودمهارگری اسلامی و بررسی روایی آن در کاهش پرخاشگری نوجوان است و منظور از بسته آموزشی، توصیف جزء به جزء از شیوه خودمهارگری اسلامی (رفیعی‌هنر، ۱۳۹۷)، در راستای کاهش پرخاشگری غیرمرضی (بر اساس تعیین خط برش در ابزار سنجش باس و پری)^۱ است که مشتمل بر تعداد جلسات مشخصی می‌باشد.

۱-۲. ضرورت تحقیق

در همه تبیین‌های نظری مختلف، پیرامون پدیده پرخاشگری، مؤلفه مهمی که وجود دارد، تلویحات آن‌ها درباره کنترل و کاهش رفتار پرخاشگرانه است. به همین خاطر، سعی کرده‌اند، به کمک تحقیقات خود، پرخاشگری را بفهمند، علت‌های آن را بیابند و راه‌های کاهش اثر آن را معلوم کنند (بدار و همکاران، ۱۳۸۰، ص ۲۱۷). پژوهش‌ها آثار سودمند خودمهارگری نوجوانان و نقش آن در انسجام و تکامل شخصیتی آنان را تأیید کرده‌اند. موفقیت تحصیلی بیشتر، منطقی بودن، با کفایتی، مهارت در انجام کارهای محوله، تمرکز و برنامه‌ریزی (جان بزرگی، ۱۳۸۷) و نیز پذیرش مسئولیت

1. Buss, A. H, & Perry, M.

رفتارهای خود و درونی شدن منبع کنترل (براکمن، بی‌تا، ترجمه محمد اسماعیل، ۱۳۸۳)، بخشی از آثار خودمهارگری است. بر این اساس و با تکیه بر آموزه‌های زندگی بخش اسلام و نیز با توجه به رشد محرک‌های بیرونی در زندگی کنونی از سوی رسانه‌ها، ضروری است تا توجه بیشتری به افزایش خودمهارگری نوجوانان در راستای کاهش پرخاشگری صورت گیرد. بنابراین از آن جهت که کاهش پرخاشگری نوجوان از اهمیت بسزایی برخوردار است و از سوی دیگر، تحقیقاتی که به بررسی اثر خودمهارگری در جهت کاهش میزان پرخاشگری انجام گرفته است، بر مبنای خودمهارگری با مؤلفه‌های غیر اسلامی صورت گرفته است، ضرورت انجام تحقیق با محوریت خودمهارگری بر اساس مدل و مؤلفه‌های برخاسته از فرهنگ و آموزه‌های اسلامی آشکار می‌شود. چراکه، هر فرهنگی به واسطه باورهای عمیق و خاص خود درباره اینکه یک فرد چگونه باید فکر کند، احساس کند، و عمل کند تا به عنوان یک عضو مورد پذیرش از جانب آن فرهنگ درآید، با فرهنگ‌های دیگر، متفاوت است (بورنستین،^۱ ۲۰۱۲، ص ۲۱۲). همچنین، درمانگران عموماً این موضوع را پذیرفته‌اند که درمان، زمانی اثربخش‌تر خواهد بود که درمانگر، زمینه‌های فرهنگی مراجع و دنیای دینی و معنوی او را بشناسد و نسبت به آن حساس باشد (صادقی‌سرشت، ۱۳۹۹)؛ حتی برخی از پژوهشگران این دیدگاه را تقویت می‌کنند که روان‌درمانی با مراجعان مسلمان، زمانی از اثربخشی مناسبی برخوردار خواهد بود که مدل‌های درمانی، مطابق با ارزش‌های معنوی اسلامی و اخلاقیات بوده، و هماهنگ با نُرم‌های فرهنگی مراجع و بافت شخصی او طراحی شده باشد (والپل،^۲ مک‌میلان،^۳ هوس،^۴ کوتزل،^۵ میر،^۶؛ به نقل از رفیعی‌هنر، ۱۳۹۷).

۳-۱. اهداف تحقیق

هدف اصلی این پژوهش عملیاتی کردن اصول خودمهارگری اسلامی (رفیعی‌هنر، ۱۳۹۷)، به صورت مداخله آموزشی-روان‌شناختی برای کاهش پرخاشگری نوجوانان است. از این رو اهداف پژوهش به شرح ذیل تنظیم می‌گردد:

-
1. Bornstein, M. H.
 2. Walpole, s. c.
 3. McMillan, D.
 4. House, A.
 5. Cottrell, D.
 6. Mir, G.

۱. بسته آموزشی خودمهارگری اسلامی برای کاهش پرخاشگری و بررسی ویژگی‌های آن.
۲. تعیین میزان روایی محتوایی بسته آموزشی خودمهارگری اسلامی برای کاهش پرخاشگری نوجوانان.

۴-۱. پرسش‌های اصلی و فرعی تحقیق

تحقیق حاضر دارای یک پرسش اصلی و یک پرسش فرعی است.

پرسش اصلی: ویژگی‌های بسته آموزشی خودمهارگری اسلامی برای کاهش پرخاشگری نوجوانان چیست؟

پرسش فرعی: بسته آموزشی خودمهارگری اسلامی برای کاهش پرخاشگری نوجوانان از چه میزان روایی محتوایی برخوردار است؟

۲. مفاهیم نظری پژوهش

در ادامه به تعریف مفاهیم نظری و عملیاتی پژوهش پرداخته می‌شود.

۲-۱. پرخاشگری

تعریف مفهومی: از نظر مفهومی، واژه پرخاشگری ناظر به نوع شدت عمل در مقابل دیگران به مفهوم کلی آن؛ اعم از فردی، جمعی، کلامی، رفتاری، ایجابی و سلبی است (طاهری‌بجد، ۱۳۸۱).

تعریف عملیاتی: منظور از پرخاشگری در تحقیق حاضر، نمره‌ای است که هر یک از نوجوانان از پرسش‌نامه پرخاشگری ب‌اس و پری^۱ (۱۹۹۲)، کسب می‌کنند. همچنین، منظور، سطحی از پرخاشگری است که به حد اختلال (مثلاً، اختلال سلوک، نافرمانی مقابله‌ای) نرسیده باشد.

همچنین، در این پژوهش، منظور از واژه خشم، اگر بدون پیشوند «هیجان» آمده باشد، همان خشم رهاشده یا پرخاشگری است. از طرف دیگر، هر چند برخی معتقدند، پرخاشگری منابع مختلفی از جمله خشم، ترس و ... دارد (امیری، ۱۳۹۲) و بر این اساس، همه رفتارهای پرخاشگرانه، برگرفته از هیجان خشم نیست؛ اما همانطور که برخی دیگر از پژوهش‌ها نشان داده‌اند، پرخاشگری، صرفاً از کانال هیجان خشم عبور می‌کند؛ به عبارت دیگر، قبل از صدور رفتار پرخاشگرانه با راه اندازی افکار پرخاشگرانه، هیجان منفی خشم ایجاد می‌شود و فرد تمایل به بروز رفتار پرخاشگرانه پیدا می‌کند (ابوالمعالی و موسی زاده، ۱۳۹۰، ص ۲۲). بدین ترتیب، منابع دیگر، نظیر ترس که برای رفتار

1. Buss, A. H, & Perry, M.

پرخاشگرانه ذکر شده است، در کنار عوامل دیگر مانند حسد (نهج البلاغه، خ ۱۷۳)، کبر، غرور، و ... همگی جزء عوامل برانگیزاننده خشم هستند؛ بنحوی که ابتدا، موجب تولید هیجان خشم و در ادامه، در صورت عدم مهار و مدیریت آن، هیجان خشم به رفتار پرخاشگرانه منتهی می‌گردد. بنابراین، بنای نظری پژوهش حاضر، این است که پرخاشگری، صرفاً از طریق هیجان خشم ایجاد می‌شود.

۲-۲. نوجوانی

تعریف مفهومی: نوجوانی به دوره گذار از کودکی به بزرگسالی اطلاق می‌شود. انتقال از اخلاق دگر پیرو به اخلاق خود پیرو. این دوره را عده‌ای، تولد دوباره نامیده‌اند؛ زیرا دگرگونی عمیقی در شخصیت نوجوان پدیدار می‌گردد؛ بنحوی که فرد نه کودک است و نه بزرگسال (خدایاری فرد، رحیمی، ۱۳۹۰).

تعریف عملیاتی: در پژوهش حاضر، نوجوانان شامل افرادی است که در فاصله سنی ۱۲ تا ۱۹ سال قرار دارند.

۲-۳. خودمهارگری اسلامی

تعریف مفهومی: مهار آگاهانه تمایلات نفس و تنظیم مداوم آن در حوزه عمل، بر اساس انگیزش‌های الهی با هدف رسیدن به کمال، به‌وسیله شناخت و نظارت بر خود، شناخت هدف نهایی، و شناخت عوامل سوق دهنده و آسیب‌رسان به هدف (رفیعی هنر، ۱۳۹۷).

تعریف عملیاتی: مبنای طراحی بسته آموزشی خودمهارگری اسلامی در پژوهش حاضر؛ مدل خودنظم‌جویی^۱ اسلامی (رفیعی‌هنر، ۱۳۹۷) است که مشتمل بر نه مؤلفه خودتوانمندشناسی، خودرابطه‌شناسی متعالی، خودنظارت‌گری، هدف‌شناسی متعالی، انگیزش مهار، مانع‌شناسی اهداف، مهار نفس، مهار در مقام عمل، تداوم مهار می‌باشد.

۱. از آن جهت که مفاهیم خودنظم‌جویی/خودمهارگری/خودکنترلی/خویش‌ن‌داری/خودنظم‌بخشی و ... برگرفته از دو اصطلاح Self-Control و Self-Regulation می‌باشد و از طرف دیگر، این مفاهیم قابل تبدیل به یکدیگر (changeable) هستند؛ در این پژوهش، از مفهوم خودمهارگری استفاده شده است.

۴-۲. بسته آموزشی

تعریف مفهومی: یک مداخله درمانی مبتنی بر شواهد، برای بیماران است که برای درک بهتر بیماری و مقابله با آن، اطلاعات و پشتیبانی ارائه می‌دهد (وایرلند^۱، ۲۰۱۲).

سندی برای مداخله روانی مبتنی بر شواهد پژوهشی است که در آن مجموعه‌ای از نگرش‌ها، مهارت‌ها، و مقابله‌ها، به فرد یا گروهی از افراد آموزش داده می‌شود و آنان این نگرش‌ها و مهارت‌ها را درونی می‌کنند و باعث بهبود افکار، احساسات و عملکرد آنان در زندگی می‌شود (فرهوش، ۱۳۹۹).

طرح و نقشه نوشته شده‌ای که روند پیش‌رو در ارائه و اجرای تحقیق و بررسی خاصی را مشخص می‌کند (موسبی،^۲ ۲۰۰۹؛ به نقل از صادقی سرشت، ۱۳۹۸، ص ۳۸) و ضوابط، نحوه اجرا و جزئیات کاربرندی بالینی را تعیین می‌کند (سجن،^۳ ۲۰۱۲؛ به نقل از همان). در حقیقت، به توصیف نظام‌مند و مفصلی (با جزئیات) از شیوه درمانی پیشنهاد شده اطلاق می‌شود (مک‌گراو،^۴ ۲۰۰۲؛ به نقل از همان).

تعریف عملیاتی: منظور از بسته آموزشی در تحقیق حاضر، توصیف جزء به جزء و نظام‌مند، از شیوه خودمهارگری اسلامی (رفیعی‌هنر، ۱۳۹۷)، در راستای کاهش پرخاشگری غیرمرضی نوجوانان (بر اساس تعیین خط برش در ابزار سنجش باس و پری) است که مشتمل بر ۱۰ جلسه (یک جلسه آمادگی برای شناخت دوره و نه جلسه آموزشی-روان‌شناختی) می‌باشد؛ و ضوابط، نحوه اجرا، و جزئیات آن در فصل چهارم مشخص شده است و روایی محتوایی آن توسط کارشناسان به تأیید رسیده است.

-
1. Vreeland, B.
 2. Mosby.
 3. Segen, J.C.
 4. McGraw.

فصل دوم

مبانی نظری و پیشینه پژوهش

در این فصل، مبانی نظری و پیشینه پژوهش، در چهار بخش مورد بحث قرار گرفته است.

بخش اول که مربوط به پرخاشگری است، شامل تاریخچه مطالعه پرخاشگری، تعریف آن، رویکردهای مختلف نسبت به پرخاشگری، انواع پرخاشگری، عوامل و برانگیزاننده‌های آن، پرخاشگری در دوره‌های تحول، و عوامل مهار/ کاهش پرخاشگری می‌باشد.

در بخش دوم، به مبانی نظری رشد در دوره نوجوانی، تحول جسمانی، شناختی، عاطفی-هیجانی، روانی-اجتماعی، اخلاقی، دینی و ویژگی‌های هر یک پرداخته شده است.

تعریف خودمهارگری، اهمیت و جایگاه آن، خودمهارگری در دوره‌های مختلف تحول، انواع خودمهارگری، و خودمهارگری اسلامی در بخش سوم مورد بررسی قرار گرفته است.

نهایتاً، در بخش چهارم، پیشینه پژوهش شامل تاریخچه خودمهارگری و پژوهش‌های مرتبط با تأثیر خودمهارگری در کاهش پرخاشگری، ارائه شده است.

۲-۱. بخش اول: پرخاشگری

۲-۱-۱. تاریخچه مطالعه پرخاشگری

بررسی روند شکل‌گیری یک موضوع در گستره تاریخی، علاوه بر نشان دادن پیشینه تاریخی آن، و اشراف بر کلیت موضوع، از بروز برداشت‌های نادرست از آن جلوگیری می‌کند و در پژوهش‌های بعدی نیز راه‌گشاست. موضوع پرخاشگری در حوزه‌های مختلف جامعه‌شناسی، روان‌شناسی، فرهنگ (بشیری خطیبی و فخرائی، ۱۳۹۲)، فلسفه (محسنی تبریزی و رحمتی، ۱۳۸۱)، و ادیان (جعفری‌هرفته و احمدی، ۱۳۹۲)، مورد مطالعه قرار گرفته است. بنابراین، پرخاشگری و رفتارهای پرخاشگرانه را می‌توان در گستره وسیعی از حوزه‌های مختلف مورد تحقیق و مطالعه قرار داد؛ اما در این پژوهش، صرفاً از منظر روان‌شناسی نوین، تاریخچه پرخاشگری مورد بررسی قرار می‌گیرد.

کهن‌ترین و شناخته‌شده‌ترین تبیین در مورد پرخاشگری انسان، معطوف به این نگرش است که انسان به دلیل طبیعت زیستی‌اش تا حدودی برای ارتکاب خشونت «برنامه‌ریزی» شده است. رهیافت زیست‌شناختی در قالب چند تئوری به تبیین منشأ خشونت و پرخاشگری انسان پرداخته است که مطرح‌ترین آن‌ها، «تئوری رفتار غریزی»^۱ نام دارد (محسنی‌تبریزی و رحمتی، ۱۳۸۱). براساس این تئوری که با نام زیگموند فروید^۲ و کنراد لرنز^۳ پیوند خورده است؛ انسان، یک موجودی اساساً مکانیکی است که قوانین طبیعی مشابه با سایر موجودات زنده بر رفتار او حاکم است (جیل و زیگلر،^۴ ۱۹۹۲، ص ۱۰۸).

دیدگاه دیگری که در مجموعه تئوری‌های زیست‌شناختی، جای می‌گیرد، نظرگاه زیست‌شناسان اجتماعی^۵، است. از منظر آنان، به دلیل اینکه انسان در بستر انتخاب طبیعی تکامل می‌یابد، تمایلات نیرومند معطوف به رفتار پرخاشجویانه وی، در این بستر، قابل شناخت است؛ بنابراین، تمایلات مذکور بخشی از ماهیت وراثتی و زیستی وی به شمار می‌آیند (بارون و بایرن،^۶ ۲۰۰۶؛ ترجمه کریمی، ۱۳۸۹، ص ۶۲۰).

در آغاز (۱۹۳۹)، از جانب روان‌شناسانی مانند دولارد،^۷ دوب،^۸ میلر،^۹ و سیرز،^{۱۰} تئوری ناکامی-پرخاشگری، مطرح گردید (محسنی‌تبریزی و رحمتی، ۱۳۸۱). دولارد و همکارانش، بر این اعتقاد بودند که محرک پرخاشگری، سائق روان‌شناختی است؛ همانطور که گرسنگی به سبب محرومیت از غذا به وجود می‌آید، پرخاشگری نیز حاصل ناکامی است؛ بنابراین، سائق گرسنگی تلاش برای یافتن غذا و سائق پرخاشگری تلاش برای آسیب رساندن را بر می‌انگیزاند (برم و کاسین،^{۱۱} ۱۹۹۳، ص ۳۵۷). به‌همین جهت، هر چه محرک دستیابی به هدف و انتظار تحقق آن، نیرومندتر باشد، ناکامی به‌گونه‌ای

1. Instinct theory.

2. Freud, z.

3. Lorenz, k.

4. Hjelte, L. A., & Ziegler, D. J.

5. sociobiologists.

6. Baron, D & Bayern, R.

7. Dollard, J.

8. Dobb, L. W.

9. Miller, N. E.

10. Sears, R. R.

11. Brehm, S. S. & Kasson, M.

شدیدتر تجلی می‌یابد و انرژی پرخاشجویانه، نیاز به تخلیه مستقیم علیه منبع ناکامی دارد (مایرز،^۱ ۲۰۱۰؛ ترجمه شمسی‌پور و دیگران، ۱۳۹۲، ص ۹۲).

بعد از عدم کامیابی نسبی تئوری‌های رفتار غریزی و ناکامی-پرخاشگری در تبیین پرخاشگری (محسنی‌تبریزی و رحمتی، ۱۳۸۱)، در طی سال‌های ۱۹۷۷-۱۹۷۳، نظریه یادگیری اجتماعی^۲ توسط بندورا ارائه شد (بهجت، ۱۳۹۳). براساس این نظریه، پرخاشگری نیز مانند دیگر اشکال پیچیده رفتار اجتماعی، آموختنی است و انسان‌ها با مجموعه‌ای عظیم از پاسخ‌های پرخاشگرانه به دنیا نمی‌آیند، بلکه این پاسخ‌ها را از طریق تجربه مستقیم یا مشاهده رفتار دیگران می‌آموزند؛ در نتیجه، افراد در فرهنگ‌های مختلف به تبعیت از تجارب گذشته و آموزه‌های فرهنگی خویش، روش‌های متفاوت پرخاشگری را نشان می‌دهند (سالاری‌فر و دیگران، ۱۳۹۳، ص ۲۶۲).

از سال ۱۹۸۰، رویکرد پردازش اطلاعات شناختی اجتماعی، یکی از اصلی‌ترین الگوهای نظری برای توضیح مکانیسم‌های رفتار پرخاشگرانه میان کودکان و نوجوانان به حساب آمد. شناخت‌گرایانی مانند لازاروس و شیرر^۳ معتقد بودند خود حادثه باعث هیجان خشم نمی‌گردد، بلکه تفسیری که فرد از رویداد دارد، موجب بروز خشم می‌شود (صالحی، ۱۳۹۰، ص ۳۴). و در نهایت، از اوایل قرن بیست و یکم، پژوهش‌های فراگیر روان‌شناسی مثبت‌نگر (روزنهان و سلیگمن،^۴ ۲۰۰۲)، نشان داد اضطراب، افسردگی، و خشم سه هیجان اصلی و منفی در انسان هستند که حضور هر یک از این سه هیجان منفی در مقیاس زیاد در هر فردی، شادی، و رضایت‌مندی کلی از زندگی را تخریب می‌کند؛ و از میان این سه هیجان، خشم جایگاه ویژه‌ای دارد؛ چراکه فرد پرخاشگر هم خودش رنج می‌بیند و باعث تخریب و آزار به دیگران می‌شود (به نقل از مرادی، شهربابک، قنبری، شعرباف، ۱۳۸۹).

۲-۱-۲. تعریف پرخاشگری

احتمالاً، بارها اصطلاح پرخاشگری را شنیده‌ایم؛ اما هنگام تعریف دقیق و تحلیل آن، اصطلاحی مبهم و کلی به نظر می‌رسد (درتاج و همکاران، ۱۳۸۸). اگرچه ساختار خشم و خصومت با پرخاشگری

1. Myers, D.G.

2. social learning theory.

3. Lazarous & shirer

4. Rozenhan & Selligman.

اشتراکاتی دارند؛ ولی این اصطلاحات با هم مترادف نیستند؛ بنابراین، لازم است قبل از تعریف پرخاشگری، این دو مفهوم توضیح داده شوند.

۲-۱-۲-۱. خشم

خشم عبارت است از احساس یا هیجانی که دامنه آن از رنجش و آزرده‌گی خفیف تا خشم و غضب شدید گسترده است (صالحی، ۱۳۹۰، ص ۱۴). این احساس و هیجان ارضاء کننده و در عین حال، ویران کننده؛ سامانه درونی ما را در محیط اطراف، فعال و برای رویارویی با خطرهای بالقوه پیرامونی، آماده می‌کند. از یک طرف، به ما نیرو و جهت می‌دهد و از طرف دیگر، موجب تشویش انسان، می‌شود؛ هر چند بیان آن در پاسخ به شرایط طاقت‌فرسا، اغلب رهایی از تنش را به همراه دارد؛ ولی تجربه مکرر خشم و ناتوانی در مدیریت آن، آثار زیان‌باری را متوجه درون و بیرون فرد خشمگین می‌کند (نویدی، ۱۳۸۷). خشم که به عنوان یک هیجان گذرا تجربه می‌شود، بخشی از ساختار شخصیتی انسان است، نه یک مشکلی که به‌طور قهری ایجاد شده باشد. در نتیجه، صرف داشتن خشم، مشکل ساز نیست؛ مشکل آنجاست که خشم برانگیخته، مهار نشود که این برانگیختگی اگر بصورت مکرر باشد، می‌تواند فعال کننده رفتار پرخاشگرانه بوده و به سازگاری روان‌شناختی و سلامت فردی، آسیب وارد کند (نواکو و روبینز،^۱ ۱۹۹۹).

۲-۱-۲-۲. خصومت

دلویو و الیوری^۲ (۲۰۰۵؛ به نقل از جلمبادانی، ۱۳۹۵) عنوان می‌کنند که خصومت، به نگرش پرخاشگرانه‌ای اطلاق می‌شود که فرد را به سوی رفتارهای پرخاشگرانه هدایت می‌کند. (بأس و پری، ۱۹۹۲) نیز معتقدند خصومت، یک بازخورد به همراه یک ارزیابی منفی بلندمدت، از دیگران یا رویدادها است که ناشی از بُعد شناختی پرخاشگری، می‌باشد و سبب ایجاد احساس غرض‌ورزی، دشمنی و کینه‌توزی نسبت به دیگران می‌شود. بنابراین در تفاوت بین دو مفهوم خشم و خصومت، می‌توان گفت خصومت به عناصر شناختی یا بازخوردها نسبت داده می‌شود و ممکن است مبنای افزایش خشم و پرخاشگری در افراد باشد؛ اما خشم، به حالتی عاطفی یا هیجانی اطلاق می‌شود که از تهییج ملایم تا

1. Novaco. R. W. & Robins, S.

2. Delvecchio, H., Olivery, M.

خشم وحشیانه یا عصبانیت، گسترده است، و اغلب هنگامی متجلی می‌گردد که راه نیل به اهداف یا برآوردن نیازهای افراد، سد می‌شود (درتاج و همکاران، ۱۳۸۸).

۲-۱-۲-۳. پرخاشگری

پرخاشگری، دو جنبه متفاوت دارد که یکی عینیت (عمل) و دیگری ذهنیت (احساسات) است. عینیت، نشانگر این است که پرخاشگری رفتاری عملی، آشکار و خارجی است و ذهنیت، حاکی از آن است که پرخاشگری همراه با یک احساس درونی است، این احساس، ترکیبی از افکار، هیجانات و گرایش‌های رفتاری است که به صدور رفتار پرخاشگرانه منجر می‌شود. وجه ذهنی پرخاشگری، بر اصطلاحاتی مانند خشم، خصومت و غضب و غیره متمرکز می‌شود که به لحاظ شدت و ضعف متفاوت هستند. حالت ذهنی ملایم پرخاشگری تحت عنوان تحریک‌پذیری و حالت شدیدتر آن خشم و شدیدترین حالت آن تحت عنوان غضب خوانده می‌شود (ابوالمعالی و موسی زاده، ۱۳۹۰، ص ۲۲).

بنظر می‌رسد ارائه یک تعریف برای اصطلاح پرخاشگری که مورد قبول همگان واقع شود امکان‌پذیر نیست؛ چراکه تعاریف، مبتنی بر دیدگاه‌های مختلفی هستند که در این حوزه وجود دارد (بدار و همکاران، ۲۰۰۶؛ ترجمه گنجی، ۱۳۹۰، ص ۲۱۸) و نظرگاه‌های متفاوت در مورد اینکه آیا پرخاشگری را باید بر اساس پیامدهای قابل دیدن آن تعریف کنیم و یا بر اساس نیت و مقاصد شخصی افراد، باعث پدید آمدن تعاریف مختلفی از پرخاشگری شده است.

برخی روان‌شناسان، پرخاشگری را رفتاری می‌دانند که موجب آسیب دیگران شود یا بالقوه بتواند به دیگران آسیب بزند. این آسیب می‌تواند فیزیکی، مانند کتک زدن، لگد زدن و گازگرفتن، یا لفظی مانند ناسزاگویی و فریاد زدن و یا حقوقی، مانند به زور گرفتن چیزی باشد (ماسن و همکاران،^۱ ۲۰۰۸؛ ترجمه یاسایی، ۱۳۹۰، ص ۵۲۰)؛ اما اشکال تعریف ذکر شده در این است که نسبت به برخی از رفتارها که پرخاشگرانه به حساب نمی‌آیند، مانعیت ندارد. مثلاً اگر کودکی هنگام بازی، اسباب‌بازی خود را پرتاب کند، اما ناخواسته به فرد دیگری برخورد کند، رفتار وی براساس تعریف مزبور، رفتار پرخاشگرانه به حساب خواهد آمد. برخی دیگر، پرخاشگری را رفتاری می‌دانند که قصد آن صدمه زدن (جسمانی و کلامی) به فرد دیگر یا نابود کردن دارایی آنهاست (اتکینسون،^۲ و همکاران، بی‌تا؛ ترجمه

1. Heri Paul Masen & stal Aren

2. Hilgard &, Atcinson

براهنی و دیگران، ۱۳۸۵، ص ۴۱۲)؛ یعنی یک رفتار آسیب زا در صورتی پرخاشگری محسوب می شود که از روی قصد و عمل به منظور صدمه زدن به دیگری، انجام گرفته باشد (کریمی، ۱۳۸۵، ص ۲۰۶)؛ اما این دست از تعاریف نیز می توانند به این صورت، مورد نقد قرار گیرند که نیت، امری عینی و ملموس نیست؛ لذا می تواند مورد تفسیرهای گوناگون قرار بگیرد.

می توان گفت، فصل مشترک کلیه تعاریف، به کارگیری نیروی بدنی برای آسیب رساندن به دیگران، است و در مجموع، پرخاشگری را یک نوع مکانیسم روانی دانست که در آن فرد به طور ناخودآگاه، فشارهای ناشی از محرومیت و ناکامی های خود را به صورت واکنش هایی مانند حمله، تجاوز، رفتار کینه توزانه، و پرخاشگرانه نشان می دهد (خدایاری فرد، ۱۳۷۷) که واجد چهار شرط زیر است: الف) فردی که رفتارش توأم با پرخاشگری است آن رفتار را عمداً انجام می دهد ب) آن رفتار در روابط بین فردی که حاکی از تعارض با ناکامی باشد رخ می دهد پ) شخصی که دارای رفتار پرخاشگرانه است قصدش برتری یافتن بر فردی است که مقابل او رفتار پرخاشگرانه داشته است ت) شخصی که چنین رفتاری از او سر می زند یا در جهت جدال تحریک شده با حد اعلای شدت، آن مسیر را پیموده است (ایزدی طامه، برجعلی، دلاور و اسکندری، ۱۳۸۹).

جمع بندی

همانطور که در نگاه (اسکودولسکی، کاسینو و گرم،^۱ ۲۰۰۳؛ به نقل از رحیم پناه، ۱۳۸۸)، رفتار پرخاشگرانه عبارت است از رفتار قابل مشاهده و با قصد آسیب رسانی (پرخاشگری)؛ احساس پرخاشگرانه، حالت هیجانی است که زیر بنای پرخاشگری و خصومت است (خشم)؛ و فکر پرخاشگرانه، نگرش پرخاشگرانه فراگیری است که فرد را به سوی رفتارهای پرخاشگرانه سوق می دهد (خصومت)؛ می توان در تحلیل و جداسازی سه گانه خشم، خصومت، و پرخاشگری گفت؛ "پرخاشگری"، نوعی رفتار با هدف آسیب رساندن به فرد دیگر یا تخریب اموال است، در حالی که "خشم" یک هیجان است و ضرورتاً، به پرخاشگری منجر نمی شود. "خصومت" نیز گرچه با این دو مرتبط است؛ اما، ماهیتاً تفاوت دارد؛ چراکه خصومت به مجموعه ای از نگرش ها و قضاوت ها اشاره دارد که رفتارهای پرخاشگرانه را برمی انگیزاند (رایلی و شاپشایر،^۲ بی تا؛ ترجمه امیرپور و علوی، ۱۳۹۱،

1. Sukhodolsky, D. G. Kassiove, H. & Gorman, B. S.

2. Reilly, P. M. & Shopshire, M.