

Research Paper

Developing a Psychosocial Empowerment Educational Package Based on the Choice Theory and Investigating its Effectiveness in Reducing Aggression in Adolescents

Shirin Vali Zadeh¹, Esmail Sadi Pour^{*2}, Fariborz Dortaj², Ali Delavar³, Kamran Sheivandi Cholichah⁴

1. Ph.D. Student of Educational Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabatabai University, Tehran, Iran
2. Professor, Department of Educational Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabatabai University, Tehran, Iran
3. Professor, Department of Assessment and Measurement, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabatabai University, Tehran, Iran
4. Assistant Professor, Department of Educational Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabatabai University, Tehran, Iran

Citation: Vali Zadeh S, Sadi Pour E, Dortaj F, Delavar A, Sheivandi Cholichah K. Developing a psychosocial empowerment educational package based on the choice theory and investigating its effectiveness in reducing aggression in adolescents. *J Child Ment Health*. 2022; 9 (1):53-66.

URL: <http://childmentalhealth.ir/article-1-1269-en.html>



doi 10.52547/jcmh.9.1.5

20.1001.1.24233552.1401.9.1.10.6

ARTICLE INFO

ABSTRACT

Keywords:

Psychosocial empowerment, choice theory, aggression

Background and Purpose: Adolescents are more prone to aggressive behavior because of peer pressure and a diversified social environment. Thus, the aim of this study was to develop a psychosocial empowerment package based on the choice theory and investigate its effectiveness in reducing aggression among adolescents in Tehran.

Method: The present study has been designed as a practical study and was performed as a quasi-experimental study with a pretest/posttest and follow-up. A sample of 30 female secondary school students from the 3rd district of Tehran was selected based on the available method. Of these 30 students, 15 were randomly assigned to the experimental group and 15 to the control group during the period 2019-20. The experimental group received 8 sessions of a researcher-made psychosocial empowerment training based on the Choice Theory (Glasser, 1999), while the control group underwent no intervention. The data collection instrument was the Aggression Questionnaire (Buss and Perry, 1992). Data were analyzed using RMANCOVA and RMMANCOVA.

Results: This study revealed a significant group effect on the aggression variable and components of physical aggression, verbal aggression, anger, and hostility in female high school students ($P < 0.001$). Second, the difference between the two groups for the aggression variable and its components was significant, and in the population as a whole, it was greater than 0.1.

Conclusion: Results suggested that psychosocial empowerment, based on choice theory, had a significant impact on aggression among adolescents and its components; and the favorable effects were sustained over time. Therefore, this package can be used along with other existing therapeutic approaches as a suitable option for reducing aggression in adolescents.

Received: 29 Mar 2022

Accepted: 23 May 2022

Available: 08 Jun 2022



* **Corresponding author:** Esmail Sadi Pour, Professor, Department of Educational Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabatabai University, Tehran, Iran

E-mail: Shirinvalizadeh60@gmail.com

Tel: (+98) 2148390000

2476-5740/ © 2022 The Authors. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license

(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

Extended Abstract

Introduction

During the adolescent years, young people are more likely to exhibit aggressive behavior due to their increased participation in peer groups and more diverse social environments, as well as their greater educational, social, and economic responsibilities (1). It is therefore imperative that children and adolescents receive effective services that facilitate the development of psychosocial competencies in addition to their reading, writing, and math abilities. Thus, to promote the level of health and prevent psychosocial harm, a variety of programs have been developed and tested in many countries. A choice theory approach to empowerment emphasizes common sense, acceptance of responsibility, understanding of right and wrong, and their relationship to one's daily living (9). There is evidence that choice theory education can reduce adolescent aggression (7 and 11). For example, Pouravari and colleagues (11) emphasize the effectiveness of choice theory and reality therapy in reducing adolescent aggression.

Over the past three decades, researchers have developed several approaches and therapies to reduce violence and aggression due to their importance and impact on all aspects of life and quality of life (12). Further, since the reduction of aggression and violence in adolescents will contribute to the mental health of the individual, family, and community, extensive research is needed to find the best solutions in this area (13). In this regard, it is imperative that measures be taken to improve this situation and protect this vulnerable generation from injury. According to the comments made above, the purpose of this study is to develop a psychosocial empowerment educational package that takes into account the choice theory and its effectiveness in reducing adolescent violence.

Method

A Delphi method was used to design and develop the intervention package. In the intervention section, that is, the effectiveness of the research method, This research was performed as a quasi-experimental study with a pretest/posttest and follow-up. In this study, the statistical population in the first

stage (the development and validation of the education package) consisted of psychologists and consultants who specialized in adolescent empowerment (These specialists had at least 5 years of experience in adolescent counseling and psychology); and in the second stage (the analysis of the effectiveness of the educational package), the population consisted of thirty secondary school students from the 3rd district of Tehran in 2019-20. In this study, sampling was conducted in two stages. For the Delphi section of the elite, 20 participants were selected based on available samples and a checklist was used to conduct the interviews.

In the intervention section, 30 female students were randomly assigned to experimental and control groups based on available sampling. In this study, the following criteria were considered: consent to participate, negative covid19 test, residence in Tehran (District 3), absence of severe mental disorders (based on a biography of the individual and family), IQ value within normal range based on school records, the absence of disturbing physical conditions such as severe cardiac, kidney, pulmonary, and other physical conditions that interfered with the conduct of educational sessions, and parental consent. In addition, the exit criteria included failure to attend more than one educational session, the lack of cooperation with the researcher in the process of the medical intervention, and the failure to follow educational intervention rules. The researcher conducted eight sessions of psychosocial empowerment based on Glasser choice theory for the experimental group, while the control group underwent no intervention. An Iranian version of the Buss and Perry Aggression Questionnaire (1992) was used to collect data in this study. It was administered to both groups in three stages: pre-test, post-test, and follow-up. The analysis of the research data was carried out using RMANCOVA and RMMANCOVA in SPSS26.

Results

Table 1 presents descriptive findings regarding the mean and standard deviation of aggression and its components among high school students in the group of psychosocial empowerment based on choice theory and the experimental and control groups, through pre-test, post-test and follow-up stages.

Table 1. Indicators describing pre-test, post-test and follow-up scores in the experimental and control groups

variables	stages	Groups	Mean	SD	statistic	P
Aggression	pretest	Training	98.86	3.37	0.926	0.237
		Control	101.73	3.69	0.939	0.367
	posttest	Training	69.20	2.93	0.962	0.722
		Control	96.20	4.21	0.928	0.255
	Follow up	Training	68.53	2.50	0.924	0.222
		Control	94.26	4.81	0.940	0.385
Physical aggression	pretest	training	29.40	2.16	0.960	0.697
		control	30.73	3.28	0.889	0.065
	posttest	training	22.00	1.88	0.962	0.726
		control	29.20	3.23	0.909	0.133
	Follow up	training	20.73	1.53	0.872	0.036
		control	28.53	3.46	0.830	0.009

Verbal aggression	pretest	training	14.93	1.16	0.931	0.278
		Control	15.20	1.08	0.867	0.030
	posttest	training	8.60	1.24	0.781	0.002
		control	14.06	0.96	0.868	0.032
	Follow up	training	8.00	1.13	0.908	0.126
		control	14.26	1.16	0.847	0.016
Anger	pretest	training	23.26	1.48	0.951	0.540
		treatment	23.73	1.53	0.941	0.401
	posttest	training	16.00	1.25	0.932	0.293
		control	22.06	1.33	0.897	0.086
	Follow up	training	15.20	1.01	0.874	0.038
		control	21.40	1.18	0.879	0.045
Hostility	pretest	training	31.26	1.43	0.898	0.088
		control	32.06	1.75	0.893	0.074
	posttest	training	22.60	1.63	0.883	0.052
		control	30.86	1.80	0.879	0.046
	Follow up	training	21.60	1.29	0.908	0.128
		control	30.06	1.62	0.860	0.024

According to Table 1, in the post-test phase, the mean of aggression variable scores and the components of aggression scores among female high school students in the group of psychosocial empowerment was different from the pretest results. These results confirm that in the psychosocial empowerment group based on the choice theory, the aggression post-test scores have decreased. In addition, the scores of the aggression and its components were relatively unchanged during the follow-up period compared to the post-test period. These differences were examined, and to obtain a more accurate assessment of the effectiveness of psychosocial empowerment, based on choice theory, on the aggression variable and its components, repeated measures univariable and multivariable covariance analysis (RMANCOVA and RMMANCOVA) methods were utilized.

As a result of the findings, there was a significant effect of the group on aggression variable composition ($F_{(1,27)} = 1061.423$, $P < 0.001$, $\eta^2 = 0.975$), components of physical aggression ($F_{(1,24)} = 365.909$, $P < 0.001$, $\eta^2 = 0.938$), verbal aggression ($F_{(1,24)} = 417.840$, $P < 0.001$, $\eta^2 = 0.946$), anger ($F_{(1,24)} = 353.435$, $P < 0.001$, $\eta^2 = 0.936$), and hostility ($F_{(1,24)} = 1240.11$, $P < 0.001$, $\eta^2 = 0.981$) in female high school students; Furthermore, the outcomes confirmed that the difference between the two groups due to the aggression variable and its components is generally significant; and the difference in population was higher than 0.01. This indicates that the intervention had a significant effect on reducing aggression and its components among female high school students.

Bonferroni's test for the validity of social empowerment training on female high school students based on the choice theory also showed that in the experimental group the aggression corrected mean scores in the post -test phase (70.468) were decreased in the follow -up stage (66.809) and were significant (0.001). Also, in the experimental group, there was a significant difference in mean scores between the post-

test and follow-up stages, respectively for physical aggression, verbal aggression, anger, and hostility, of 1.289, 0.503, 0.503, 0.839, and 1.078.

Conclusion

The present study aimed to develop a psychosocial empowerment package based on choice theory and assess its effectiveness in reducing aggression among adolescents in the 3rd area of Tehran. In the present study, it was found that psychosocial empowerment, based on choice theory, was effective in reducing aggression in adolescents and all its components, and such an impact continued even after the follow-up period. The findings of this study are consistent with those of two prior studies (7 and 11) that examined the influence of choice theory on adolescent aggression. The results of the study indicate that the choice-based educational package has been able to convey to students that hope, anger, and aggression are just as much a choice of their own as learning, and has turned the choice into an internal one. Having learners convert these (hope, anger, and aggression) into their own choices creates interest, and positive excitement, thereby increasing self-esteem and self-confidence (7).

Additionally, choice-based tutorials which introduce learners to the concepts of the perceptual world and the difference between it and the real world and assist them in finding their desired world images increase their hope. As long as students accept responsibility for their own behavior, thoughts, emotions, and choices, they can maintain their vitality despite their daily routine experiences in the school environment (11). This study has some limitations due to the fact that the sample was composed of high school girls, therefore it should proceed with caution when applying the results to other groups. Because people of different genders and ages display very different behaviors, especially during adolescence. The study was conducted at the peak of Corona epidemic, so generalizing its

results should be done with caution, as the Corona epidemic has had a considerable impact on the psychological well-being of female adolescents. We suggest that the research should be done in a comparative way between girls and boys and the method of choice theory be compared with other methods of intervention.

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines: This research has been extracted from the doctoral dissertation of the first author, in Allameh Tabatabai University on 2020/7/27. In this research,

the ethical codes like obtaining the informed consent of the participants and confidentiality were considered by the authors.

Funding: The present study has conducted without any sponsoring from a specific organization.

Authors' contribution: This article is part of the first author's doctoral dissertation under the supervision of the second and third authors and the advice of the fourth and fifth authors.

Conflict of interest: There is no conflict of interest for the authors in this study.

Acknowledgments: The authors of the article consider it necessary to appreciate all the participants.

مقاله پژوهشی

تدوین بسته آموزشی توانمندسازی روانی- اجتماعی مبتنی بر نظریه انتخاب و تعیین اثربخشی آن بر کاهش پرخاشگری

شیرین ولی زاده^۱، اسماعیل سعدی پور^{۲*}، فریبرز درتاج^۳، علی دلاور^۴، کامران شیوندی چلچله^۴

۱. دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

۲. استاد گروه روان‌شناسی تربیتی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

۳. استاد گروه سنجش و اندازه‌گیری، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

۴. استادیار گروه روان‌شناسی تربیتی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

چکیده

مشخصات مقاله

زمینه و هدف: نوجوانان به دلیل تأثیر از همسالان و قرارگیری در موقعیت‌های اجتماعی متنوع، بیشتر مستعد رفتارهای پرخاشگرانه هستند؛ بنابراین پژوهش حاضر با هدف تدوین بسته آموزشی توانمندسازی روانی- اجتماعی مبتنی بر نظریه انتخاب و تعیین اثربخشی آن بر کاهش پرخاشگری نوجوانان انجام شد.

روش: این پژوهش از نظر هدف کاربردی و از نظر روش، نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه آزمایش، گواه و پیگیری بود. جامعه آماری شامل تمامی دانش‌آموزان دختر مدارس مقطع متوسطه منطقه ۳ شهر تهران در سال ۹۹-۱۳۹۸ بود که ۳۰ نفر از آنها به صورت در دسترس انتخاب و به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه جایدهی شدند. گروه آزمایش ۸ جلسه آموزش توانمندسازی روانی- اجتماعی مبتنی بر نظریه انتخاب گلاسر (۱۹۹۹) را دریافت کردند، در حالی که گروه گواه هیچ مداخله‌ای دریافت نکردند. ابزار جمع‌آوری داده‌ها پرسشنامه پرخاشگری باس و پری (۱۹۹۲) بود. تحلیل داده‌ها با تحلیل کوواریانس تک‌متغیری و چندمتغیری یک‌راهه اندازه‌گیری مکرر با نرم‌افزار SPSS26 بود.

یافته‌ها: نتایج نشان داد اثر گروه بر متغیر پرخاشگری و مؤلفه‌های پرخاشگری بدنی، کلامی، خشم، و خصومت در دانش‌آموزان دختر مدارس مقطع متوسطه معنادار بود ($p < 0/001$)؛ همچنین تفاوت بین دو گروه با توجه به متغیر پرخاشگری و مؤلفه‌های آن در مجموع معنادار و میزان این تفاوت در جامعه بالاتر از ۰/۱ بود.

نتیجه‌گیری: نتایج نشان داد توانمندسازی روانی- اجتماعی مبتنی بر نظریه انتخاب بر میزان پرخاشگری نوجوانان دختر و تمامی مؤلفه‌های آن تأثیر معناداری داشته و پرخاشگری آنان را کاهش داده است و این اثر تا مرحله پیگیری تداوم داشت؛ بنابراین می‌توان از این بسته در کنار سایر شیوه‌های درمانی موجود به عنوان گزینه مناسب برای کاهش رفتارهای پرخاشگرانه نوجوانان استفاده کرد.

کلیدواژه‌ها:

توانمندسازی روانی اجتماعی، نظریه انتخاب، پرخاشگری

دریافت شده: ۱۴۰۱/۰۱/۰۹

پذیرفته شده: ۱۴۰۱/۰۳/۰۲

منتشر شده: ۱۴۰۱/۰۳/۱۸

* نویسنده مسئول: اسماعیل سعدی پور، استاد گروه روان‌شناسی تربیتی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

رایانامه: Shirinvalzadeh60@gmail.com

تلفن: ۴۸۳۹۰۰۰۰ - ۰۲۱

مقدمه

افراد در سنین نوجوانی به دلیل مشارکت در گروه همسالان و قرار گرفتن در موقعیت‌های اجتماعی و نیز مسئولیت‌های تحصیلی، اجتماعی و اقتصادی بیشتری که از آنان انتظار می‌رود، می‌توانند بیشتر مستعد رفتارهای پرخاشگرانه^۱ باشند (۱). پرخاشگری^۲ و رفتارهای خشونت‌آمیز نوعی از اعمال خشونت علیه دیگران و پرخطر است که می‌تواند باعث آسیب یا صدمه به خود و دیگران شود. عوامل روان‌شناختی، اجتماعی، زیست‌شناختی، و محیطی در ایجاد پرخاشگری نقش دارند. پرخاشگری بسته به نوع الگوی رفتاری، انواعی دارد (برای مثال حمله جسمانی علیه خود، اشیا و دیگران). بسیاری از رفتارها نیز تهاجمی‌اند؛ اگرچه ممکن است آسیبی ایجاد نکنند، مانند خشونت کلامی^۳ (۲). اگرچه خشونت‌های سطحی و غیرمداوم بخشی از ویژگی‌های دوران نوجوانی به شمار می‌رود، اما زمانی که این مسئله تداوم و گسترش داشته باشد، می‌تواند جامعه را با کشاکش مواجه سازد. خشونت‌ها و رفتارهای انحرافی در بزرگسالی، اغلب با خشونت‌ها و پرخاشگری‌های دوران نوجوانی در ارتباط هستند (۳). با وجود این، جهانی بودن مسئله خشونت‌ورزی در میان نوجوانان، شدت، نوع و بسامد آن در کشورهای مختلف متفاوت است. تا جایی که گزارش جهانی خشونت و بهداشت، نشان‌دهنده افزایش روزافزون خشونت در میان نوجوانان و جوانان، به خصوص در کشورهای در حال توسعه است (۴).

گراوز و آندرسون (۵) معتقدند که نوجوانان بیشتر از بزرگسالان در برابر خشونت آسیب‌پذیرند. نه تنها عامل خشونت‌های جسمی، جنسی و روانی نسبت به خود نوجوانان، که شاهد رفتار خشونت‌آمیز والدین بودن نیز پیامدهای وخیمی بر نوجوانان دارد. به طوری که به نظر می‌رسد میان آن دسته از نوجوانان که شاهد خشونت بوده‌اند با نوجوانانی که قربانی خشونت هستند، از نظر پیامدهای آنها تفاوت چندانی وجود ندارد (۶)؛ بنابراین کودکان و نوجوانان نیاز جدی دارند که علاوه بر کسب توانایی‌های خواندن، نوشتن و ریاضی، خدمات اثربخش در زمینه حفظ و ارتقای شایستگی‌های روانی- اجتماعی و سلامت دریافت کنند. بر همین اساس و به منظور ارتقای سطح سلامت و پیشگیری از آسیب‌های

روانی- اجتماعی^۴ در بسیاری از کشورها برنامه‌های متنوع آزمون و تجربه شده است. برای مثال نوفرستی، ساده و فهیم‌دانش (۷) در مطالعه خود نشان دادند که واقعیت‌درمانی بر ارتباط بدون خشونت مؤثر است و آموزش گروهی نظریه انتخاب^۵ و واقعیت‌درمانی^۶ به طور معنادار در کاهش و مهار پرخاشگری نوجوانان با فرهنگ ایرانی تأثیر معناداری دارد.

در نظریه انتخاب رفتارهای فرد همواره گویای این نکته است که فرد در هر زمان انتخاب می‌کند که چه عاملی نیازش را بیشتر برطرف می‌کند. مفهوم کلی این دیدگاه معرف رفتار به عنوان تلاشی برای مهار ادراکات افراد از جهان خارج برای انطباق با دنیای درونی و رفع نیازهای هر فرد است. مطابق این نظریه فرد با آموزش مفهوم رفتار کلی و مؤلفه‌های آن در می‌یابد که هر آنچه انجام داده است انتخاب خودش بوده و نه جبر شرایط بیرونی. این دیدگاه به افراد کمک می‌کند تا بدانند که قربانی گذشته خود نیستند و می‌توانند فعالانه در ساختن شرایط بهتر برای خویش اقدامی انجام دهند و مهارگری مؤثری بر زندگی خویش به دست آورند (۸). بنابراین توانمندسازی مبتنی بر نظریه انتخاب، شیوه‌ای است مبتنی بر عقل سلیم و درگیری عاطفی که در آن بر واقعیت، قبول مسئولیت، شناخت امور درست و نادرست و ارتباط آنها با زندگی روزمره فرد تأکید می‌شود (۹). مهم‌ترین نقطه قوت واقعیت‌درمانی مبتنی بر نظریه انتخاب نسبت به درمان‌های دیگر، تأکید بر مهارگری درونی است و کاربرد واقعیت‌درمانی درباره سلامت روانی به عنوان یک عامل پیشگیری و تأکید بر نقاط قوت به جای نقاط ضعف است (۱۰). پژوهش‌ها نشان می‌دهند که آموزش نظریه انتخاب می‌تواند در کاهش پرخاشگری نوجوانان مؤثر باشد (۷ و ۱۱). برای مثال پورآوری و همکاران (۱۱) در پژوهش خود بر اثربخشی آموزش نظریه انتخاب و واقعیت‌درمانی بر کاهش پرخاشگری نوجوانان تأکید کردند.

با توجه به اهمیت مقوله خشونت و پرخاشگری و تأثیر آن بر تمامی جنبه‌های زندگی و کیفیت زندگی افراد، در سه دهه گذشته تلاش‌های پژوهشگران به معرفی درمان‌های اثربخش و راهکارهای مختلفی در جهت کاهش خشونت و پرخاشگری بوده است (۱۲). به علاوه از آنجایی

1. Aggressive behaviors
2. Aggressive
3. Verbal violence

4. Psychosocial
5. Choice theory
6. Reality therapy

ریزش مورد توجه قرار گیرد، ۳۰ نفر از دانش آموزان دختر به صورت در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه جای دهی شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل: تمایل به شرکت در مداخله، منفی بودن تست کووید-۱۹، سکونت در شهر تهران (منطقه ۳)، عدم اختلالات عمده و شدید روانی (از طریق شرح حال از فرد و خانواده)، ضریب هوشی در محدوده بهنجار با توجه به پرونده موجود در مدرسه، نداشتن بیماری‌های جسمانی تأثیرگذار مانند اختلالات شدید قلبی، کلیوی، ریوی و سایر اختلالات جسمی، و رضایت والدین بود. ملاک‌های خروج از پژوهش شامل غیبت بیش از ۱ جلسه در جلسات آموزشی، و عدم همکاری با پژوهشگر بود.

ب) ابزار

پرسشنامه پرخاشگری باس و پری^۱: این پرسشنامه، توسط باس و پری در سال ۱۹۹۲ ساخته شده و دارای ۲۹ گویه است و چهار جنبه از پرخاشگری را مورد ارزیابی قرار می‌دهد. گویه‌های ۱، ۵، ۹، ۱۳، ۱۷، ۲۱، ۲۴، ۲۶، ۲۸ مربوط به پرخاشگری بدنی^۲، گویه‌های ۲، ۶، ۱۰، ۱۴، ۱۸ پرخاشگری کلامی^۳، گویه‌های ۳، ۷، ۱۱، ۱۵، ۱۹، ۲۲، ۲۹ مربوط به خشم^۴ و گویه‌های ۴، ۸، ۱۲، ۱۶، ۲۰، ۲۳، ۲۵، ۲۷ خصومت^۵ را نشان می‌دهند. گویه‌های این پرسشنامه در یک طیف لیکرت ۵ گزینه‌ای از کاملاً من را توصیف نمی‌کند (امتیاز ۱) تا کاملاً من را توصیف می‌کند (امتیاز ۵) قرار گرفته است. اگر نمرات پرسشنامه بین ۲۹ تا ۵۸ است، پرخاشگری به میزان خیلی کم و در صورتی که نمرات بالای ۸۷ باشد، تا حد زیادی گویای میزان رفتار بالای پرخاشگری است. این پرسشنامه با نمره کل گویه‌ها، میزان پرخاشگری کلی را می‌سنجد و نمرات خرده‌مقیاس‌های آن تجلیات پرخاشگری را نشان می‌دهد. پرسشنامه پرخاشگری دارای اعتبار و روایی قابل قبولی است. نتایج ضریب بازآزمایی برای چهار زیرمقیاس (با فاصله ۹ هفته) ۰/۸۰ تا ۰/۷۲ و همبستگی بین چهار زیرمقیاس ۰/۷۱ تا ۰/۷۹ به دست آمده است. جهت سنجش اعتبار درونی مقیاس از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد که نتایج نشانگر همسانی درونی زیرمقیاس پرخاشگری بدنی ۰/۸۲، پرخاشگری کلامی ۰/۸۱، خشم ۰/۸۳، و خصومت ۰/۸۰ بود. باس و پری

که با کاهش خشونت و رفتارهای پرخطر در نوجوانان، بخش وسیعی از سلامت روانی فرد، خانواده و جامعه تأمین خواهد شد، بنابراین ضرورت دارد که پژوهش‌های گسترده‌ای به منظور یافتن بهترین راه‌حل‌ها در این زمینه انجام شود (۱۳). در این راستا انجام اقداماتی که موجب بهبود این وضعیت شده و این نسل نوجوان و آسیب‌پذیر را در برابر آسیب‌های احتمالی محافظت کند، ضروری به نظر می‌رسد. با توجه به مطالب مطرح شده هدف این پژوهش تدوین و طراحی بسته آموزشی توانمندسازی روانی- اجتماعی مبتنی بر نظریه انتخاب و اثربخشی آن بر کاهش خشونت نوجوانان بود.

روش

الف) طرح پژوهش و شرکت‌کنندگان: در طراحی و تدوین بسته مداخله، روش پژوهش استفاده شده، کیفی و از نوع دلفی بوده است. در بخش مداخله، یعنی اثربخشی روش پژوهش، طرح به کار رفته از نوع نیمه‌آزمایشی بود که به صورت طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه آزمایش، گواه و پیگیری انجام شد. همچنین این بخش به لحاظ هدف کاربردی و به لحاظ زمانی، مقطعی بود. جامعه آماری مورد مطالعه در این پژوهش در مرحله یکم (مرحله تدوین و اعتباریابی بسته آموزشی) شامل متخصصان رشته روان‌شناسی و مشاورانی بودند که در بحث توانمندسازی نوجوانان فعالیت می‌کردند (این متخصصان دارای حداقل ۵ سال سابقه فعالیت در حوزه مشاوره و روان‌شناسی نوجوانان بودند) و در مرحله دوم (مرحله تعیین اثربخشی بسته تدوین شده) شامل دانش‌آموزان دختر مدارس مقطع متوسطه منطقه ۳ شهر تهران در سال ۹۹-۱۳۹۸ بود. نمونه‌گیری نیز در این پژوهش در دو قسمت انجام شد. در بخش دلفی و نظرخواهی از نخبگان با توجه به شاخص روایی لاشه و پژوهش‌های انجام شده، تعداد نمونه بین ۸ تا ۲۰ نفر است (به نقل از ۱۴)؛ از این رو در بخش دلفی و نظرخواهی از نخبگان تعداد ۲۰ نفر انتخاب و بررسی شدند و توسط یک چک‌لیست مورد نظرخواهی قرار گرفتند. در بخش مداخله، با توجه به اینکه در پژوهش‌های آموزشی با توجه به دیدگاه دلاور (۱۴) حداقل ۱۰ نفر لازم است، در این پژوهش برای اینکه

4. Anger
5. Hostility

1. Buss and Perry's aggression questionnaire
2. Physical aggression
3. Verbal

در بررسی پایایی فرم نهایی مقیاس پرخاشگری به روش بازآزمایی بر روی ۳۷ نفر پس از نه هفته ضریب همبستگی ۰/۸۰، ۰/۷۶، ۰/۷۲ و ۰/۷۲ به ترتیب برای عوامل پرخاشگری بدنی، کلامی، خشم، و خصومت (کینه‌ورزی) گزارش کردند (۱۵). سامانی (۱۶) با بررسی مقطعی روی ۴۹۲ نفر از دانشجویان ۱۸ تا ۲۲ ساله (۲۴۸ پسر و ۲۴۴ دختر) دانشگاه شیراز که به روش خوشه‌ای انتخاب شده بودند و به کمک پرسشنامه پرخاشگری باس و پری ارزیابی شدند، ضریب پایایی این پرسشنامه را به شیوه بازآزمایی برابر ۰/۷۸ به دست آورد. همچنین همبستگی بالای عوامل با نمره کل پرسشنامه، همبستگی ضعیف عوامل با یکدیگر و مقادیر ضریب آلفا همگی نشان دهنده کیفیت و کارایی این پرسشنامه برای کاربرد پژوهشگران، متخصصان و روان‌شناسان در ایران است. در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ مقیاس پرخاشگری ۰/۷۹ محاسبه شد.

ج) معرفی برنامه مداخله: بسته آموزشی توانمندسازی روانی- اجتماعی مبتنی بر نظریه انتخاب!؛ پروتکل مداخله پژوهش حاضر با الهام از نظریه

انتخاب گلاسر توسط محقق ساخته شد. در سال ۱۹۹۹ گلاسر با بسط کار اولیه خود که کنترل درمانی است "تئوری انتخاب" را پایه‌ریزی کرد. تئوری انتخاب از تحول درمان مبتنی بر واقعیت ناشی شده است. تئوری انتخاب معتقد است هنگامی که افراد در ارضای نیازهای خود ناکام می‌شوند، دست به رفتار می‌زنند. یعنی رفتار یا عمل خاصی را انتخاب می‌کنند تا شاید به این وسیله نیازشان را برآورده کنند. این رفتار هدفمند است و هدفش ارضای نیاز مورد نظر است. چنانچه فرد برای ارضای نیازهایش روش‌های مؤثر را پیدا نکند دست به رفتارهای ناکارآمد و نامؤثر مانند اضطراب، افسردگی و خشم می‌زند (۸). در این پژوهش، بسته آموزشی توانمندسازی روانی- اجتماعی مبتنی بر نظریه انتخاب در قالب هشت جلسه ۹۰ دقیقه‌ای و توسط پژوهشگر به دانش‌آموزان ارائه شد که اهداف و شرح جلسات درمانی در جدول ۱ آورده شده است:

جدول ۱: شرح جلسات آموزشی

شماره جلسات	شرح جلسات
یکم	آشنایی با محیط و اهداف برگزاری مداخله، ارائه تعریفی از مفاهیم توانمندسازی روانی- اجتماعی و نظریه انتخاب
دوم	بهبود مهارت خودآگاهی، آموزش هدف‌گذاری، آشنایی با رفتارهای پرخطر
سوم	برقراری ارتباط مناسب و مؤثر و بهبود تصمیم‌گیری: ایجاد توانایی ارتباط مؤثر برای برقراری ارتباط خوب با دیگران، بهبود تصمیم‌گیری فرد برای تصمیم‌گیری مناسب در موقعیت‌های حساس و پرخطر، ایجاد مهارت حل مسئله برای تبیین روش‌های جلوگیری از ایجاد خشم
چهارم	تقویت قدرتمندی و مقابله با هیجان‌های منفی: مقابله با تنیدگی و هیجان‌های منفی، تقویت قدرت درونی فرد، پذیرش مسئولیت رفتار
پنجم	آرام‌سازی در ابراز خشم و مقابله با احساسات ناخوشایند: آشنایی با سبک‌های ابراز خشم، بررسی دلیل عصبانیت، جلوگیری از تبدیل عصبانیت به خشم، شناخت احساسات
ششم	افزایش امیدواری: افزایش امیدواری در نوجوانان، موانع ذهنی و راه از میان برداشتن آنها
هفتم	کاهش رفتارهای پرخطر: بررسی سبک زندگی سالم، کاهش احتمال انجام رفتارهای پرخطر، کسب حمایت‌های اجتماعی
هشتم	جمع‌بندی و بازخورد: جمع‌بندی نهایی کل جلسات

د) روش اجرا: پس از دریافت مجوزهای لازم از دانشگاه علامه طباطبایی و هماهنگی با مدارس دخترانه مقطع متوسطه منطقه سه شهر تهران و

مدیران آن، افراد نمونه موردنظر با روش در دسترس و شرایط ورود و خروج انتخاب شدند. به‌منظور فراهم آوردن جوئی مناسب جهت اجرای

یافته‌ها

یافته‌های توصیفی شامل میانگین و انحراف معیار متغیر پرخاشگری و مؤلفه‌های آن در دانش‌آموزان دختر مدارس مقطع متوسطه در گروه‌های آموزش توانمندسازی روانی- اجتماعی مبتنی بر نظریه انتخاب و گواه، به تفکیک مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری است که در جدول ۲ ارائه شده است.

مطلوب پژوهش و بالا بردن میزان اعتبار درونی آن تدابیری به کار بسته شد: ابتدا در یک جلسه توجیهی برای افراد نمونه، اهداف پژوهش کاملاً شرح داده شد، سپس شرکت‌کنندگان فرم رضایت آگاهانه و آمادگی برای حضور در پژوهش را قبل از اجرا امضاء کردند. ابزارهای مطالعه در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری از هر دو گروه اجرا شد و در پایان تحلیل داده‌های پژوهش با استفاده از تحلیل کوواریانس تک‌متغیری یک‌راهه اندازه‌گیری مکرر^۱ و تحلیل کوواریانس چندمتغیری یک‌راهه اندازه‌گیری مکرر^۲ با نرم‌افزار SPSS26 انجام شد.

جدول ۲: شاخص‌های توصیفی نمرات آزمودنی‌های دو گروه در متغیر پژوهش (تعداد: ۳۰)

متغیر	گروه	پیش‌آزمون			پس‌آزمون			پیگیری					
		میانگین	انحراف معیار	شاپیرو ویلک	p	میانگین	انحراف معیار	شاپیرو ویلک	p	میانگین	انحراف معیار	شاپیرو ویلک	p
پرخاشگری	آموزش	۹۸/۸۶	۳/۳۷	۰/۹۲۶	۰/۲۳۷	۶۹/۲۰	۲/۹۳	۰/۹۶۲	۰/۷۲۲	۶۸/۵۳	۲/۵۰	۰/۹۲۴	۰/۲۲۲
	گواه	۱۰۱/۷۳	۳/۶۹	۰/۹۳۹	۰/۳۶۷	۹۶/۲۰	۴/۲۱	۰/۹۲۸	۰/۲۵۵	۹۴/۲۶	۴/۸۱	۰/۹۴۰	۰/۳۸۵
پرخاشگری بدنی	آموزش	۲۹/۴۰	۲/۱۶	۰/۹۶۰	۰/۶۹۷	۲۲	۱/۸۸	۰/۹۶۲	۰/۷۲۶	۲۰/۷۳	۱/۵۳	۰/۸۷۲	۰/۰۳۶
	گواه	۳۰/۷۳	۳/۲۸	۰/۸۸۹	۰/۰۶۵	۲۹/۲۰	۳/۲۳	۰/۹۰۹	۰/۱۳۳	۲۸/۵۳	۳/۴۶	۰/۸۳۰	۰/۰۰۹
پرخاشگری کلامی	آموزش	۱۴/۹۳	۱/۱۶	۰/۹۳۱	۰/۲۷۸	۸/۶۰	۱/۲۴	۰/۷۸۱	۰/۰۰۲	۸	۱/۱۳	۰/۹۰۸	۰/۱۲۶
	گواه	۱۵/۲۰	۱/۰۸	۰/۸۶۷	۰/۰۳۰	۱۴/۰۶	۰/۹۶	۰/۸۶۸	۰/۰۳۲	۱۴/۲۶	۱/۱۶	۰/۸۴۷	۰/۰۱۶
خشم	آموزش	۲۳/۲۶	۱/۴۸	۰/۹۵۱	۰/۵۴۰	۱۶	۱/۲۵	۰/۹۳۲	۰/۲۹۳	۱۵/۲۰	۱/۰۱	۰/۸۷۴	۰/۰۳۸
	گواه	۲۳/۷۳	۱/۵۳	۰/۹۴۱	۰/۴۰۱	۲۲/۰۶	۱/۳۳	۰/۸۹۷	۰/۰۸۶	۲۱/۴۰	۱/۱۸	۰/۸۷۹	۰/۰۴۵
خصومت	آموزش	۳۱/۲۶	۱/۴۳	۰/۸۹۸	۰/۰۸۸	۲۲/۶۰	۱/۶۳	۰/۸۸۳	۰/۰۵۲	۲۱/۶۰	۱/۲۹	۰/۹۰۸	۰/۱۲۸
	گواه	۳۲/۰۶	۱/۷۵	۰/۸۹۳	۰/۰۷۴	۳۰/۸۶	۱/۸۰	۰/۸۷۹	۰/۰۴۶	۳۰/۰۶	۱/۶۲	۰/۸۶۰	۰/۰۲۴

انتخاب بر متغیر پرخاشگری و مؤلفه‌های آن از روش تحلیل کوواریانس تک‌متغیری و چندمتغیری با اندازه‌گیری مکرر استفاده شد. استفاده از این تحلیل، مستلزم رعایت پیش‌فرض‌هایی است که پیش از اجرای آزمون مورد بررسی قرار گرفت. مهم‌ترین پیش‌فرض‌ها عبارت‌اند از: نرمال بودن توزیع داده‌ها، همگنی واریانس‌ها، همگنی شیب خط رگرسیون و عدم وجود داده‌های پرت است.

جهت بررسی پیش‌فرض نرمال بودن توزیع متغیرها از آزمون شاپیرو- ویلک استفاده شد. نتایج نشان داد که سطح معناداری آزمون شاپیرو ویلک از مقدار ۰/۰۰۱ بیشتر است، بنابراین پیش‌فرض نرمال بودن توزیع متغیرها رعایت شده است. به‌منظور بررسی همگنی واریانس خطای متغیر

با توجه به نتایج جدول ۲، میانگین نمرات متغیر پرخاشگری و مؤلفه‌های آن در دانش‌آموزان دختر مدارس مقطع متوسطه در گروه آموزش توانمندسازی روانی- اجتماعی مبتنی بر نظریه انتخاب در مرحله پس‌آزمون نسبت به مرحله پیش‌آزمون تغییراتی داشته است. این تغییرات مؤید آن است که در گروه آموزش توانمندسازی روانی- اجتماعی مبتنی بر نظریه انتخاب، نمرات پس‌آزمون شرکت‌کنندگان در متغیر پرخاشگری و مؤلفه‌های آن کاهش داشته است. همچنین در دوره پیگیری نتایج نشان داد، نمرات متغیر پرخاشگری و مؤلفه‌های آن نسبت به مرحله پس‌آزمون تغییرات زیادی نداشته‌اند. جهت بررسی این تفاوت‌ها و ارزیابی دقیق‌تر نتایج اثربخشی آموزش توانمندسازی روانی- اجتماعی مبتنی بر نظریه

2. Repeated measures MANCOVA (RMMANCOVA)

1. Repeated measures ANCOVA (RMANCOVA)

پرخاشگری و مؤلفه‌های آن در دو گروه (آموزش و گواه)، از آزمون لوین استفاده شد. نتایج نشان داد که آزمون لوین در مرحله پس آزمون برای متغیر پرخاشگری ($F_{1,28} = 2/002$ و $P = 0/168$)، پرخاشگری بدنی ($F_{1,28} = 0/414$ و $P = 0/525$)، پرخاشگری کلامی ($F_{1,28} = 0/058$ و $P = 0/907$)، خشم ($F_{1,28} = 0/366$ و $P = 0/550$) و خصومت ($F_{1,28} = 2/929$ و $P = 0/098$) و در مرحله پیگیری برای متغیر پرخاشگری ($F_{1,28} = 0/810$ و $P = 0/376$)، پرخاشگری بدنی ($F_{1,28} = 0/784$ و $P = 0/383$)، پرخاشگری کلامی ($F_{1,28} = 0/753$ و $P = 0/101$)، خشم ($F_{1,28} = 2/654$ و $P = 0/114$) و خصومت ($F_{1,28} = 0/033$ و $P = 0/857$) در سطح $0/001$ غیرمعنادار است؛ در نتیجه فرض همگنی واریانس‌ها تأیید می‌شود.

نتایج آزمون ام باکس، همگن بودن ماتریس کوواریانس متغیرهای وابسته در تمام سطوح متغیر مستقل (گروه‌ها) برای متغیر پرخاشگری ($P = 0/021$; Box's M = 10/592) و مؤلفه‌های پرخاشگری ($P = 0/131$; Box's M = 66/587) در سطح $0/05$ مورد تأیید قرار گرفت. جهت بررسی پیش فرض همگنی شیب خط رگرسیون از معناداری تعامل پیش آزمون با متغیر گروه بندی استفاده شده است. با

توجه به عدم معناداری آماره F در سطح $0/001$ برای متغیر پرخاشگری ($F_{1,26} = 7/498$ و $P = 0/011$) و مؤلفه‌های پرخاشگری بدنی ($P = 0/010$)، پرخاشگری کلامی ($F_{1,26} = 8/099$ و $P = 0/002$)، پرخاشگری کلامی ($F_{1,26} = 0/660$ و $P = 0/426$)، خشم ($F_{1,26} = 2/339$ و $P = 0/142$) و خصومت ($F_{1,26} = 0/975$ و $P = 0/335$) و همچنین عدم وجود داده‌های پرت چندمتغیری با استفاده از فاصله ماهالانویس مورد بررسی قرار گرفت که داده پرت شناسایی نشد و صحت این فرضیه بررسی شد. علاوه بر این هم خطی بین متغیرهای وابسته با ضریب همبستگی بین جفت متغیرها بررسی شد و با توجه به اینکه تمامی ضرایب همبستگی بین جفت متغیرها در حد متوسط ($0/3$ تا $0/5$) بود این فرضیه مورد تأیید قرار گرفت. با توجه به حد متوسط ضرایب همبستگی می‌توان نتیجه گرفت که بین متغیرها همبستگی خطی چندگانه وجود ندارد.

با توجه به برقراری پیش فرض‌های تحلیل کوواریانس تک‌متغیری و چندمتغیری با اندازه‌گیری مکرر، استفاده از این آزمون بلامانع است. نتایج تحلیل کوواریانس تک‌متغیری و چندمتغیری با اندازه‌گیری مکرر گروه‌های آزمایش و گواه در مراحل پژوهش در جدول ۳ نشان داده شده است.

جدول ۳: نتایج تحلیل کوواریانس تک‌متغیری و چندمتغیری با اندازه‌گیری مکرر گروه‌های آزمایش و گواه در مراحل پژوهش

متغیر	منبع	مجموع مجدورات	درجه آزادی	میانگین مجدورات	F	معناداری	اندازه اثر
پرخاشگری	مراحل پژوهش	0/196	1	0/196	0/250	0/621	0/009
	گروه	8180/872	1	8180/872	1061/42	<0/001	0/975
	تعامل گروه و مراحل پژوهش	9/408	1	9/408	12/023	0/002	0/308
پرخاشگری بدنی	مراحل پژوهش	0/007	1	0/007	0/020	0/888	0/001
	گروه	512/592	1	512/592	365/909	<0/001	0/938
	تعامل گروه و مراحل پژوهش	1/287	1	1/287	5/659	0/026	0/232
پرخاشگری کلامی	مراحل پژوهش	0/235	1	0/235	1/428	0/244	0/056
	گروه	423/044	1	423/044	417/840	<0/001	0/946
	تعامل گروه و مراحل پژوهش	1/140	1	1/140	6/921	0/015	0/224
خشم	مراحل پژوهش	0/078	1	0/078	0/783	0/385	0/032
	گروه	420/541	1	420/541	353/435	<0/001	0/936
	تعامل گروه و مراحل پژوهش	0/137	1	0/137	1/368	0/254	0/054
خصومت	مراحل پژوهش	0/212	1	0/212	1/370	0/253	0/054
	گروه	697/407	1	697/407	1240/11	<0/001	0/981
	تعامل گروه و مراحل پژوهش	0/394	1	0/394	2/550	0/123	0/096

مدارس مقطع متوسطه تأثیر معنادار دارد. همچنین اثر تعاملی گروه در زمان بر ترکیب متغیرهای پرخاشگری ($F(1,27)=0.308, \eta^2=0.002, P<0.001$)، پرخاشگری بدنی ($F(1,27)=0.232, \eta^2=0.002, P<0.001$)، پرخاشگری کلامی ($F(1,24)=659.5, P=0.026, \eta^2=0.224$) و پرخاشگری کلامی ($F(1,24)=6921, P=0.015, \eta^2=0.224$) در دانش‌آموزان دختر مدارس مقطع متوسطه، معنادار است. اثر زمان نیز بر پرخاشگری و مؤلفه‌های آن معنادار نبود.

نتایج آزمون بونفرونی جهت بررسی پایداری آموزش توانمندسازی روانی- اجتماعی مبتنی بر نظریه انتخاب دانش‌آموزان دختر مدارس مقطع متوسطه در جدول ۴ نشان داده شده است.

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد، اثر گروه بر ترکیب متغیر پرخاشگری ($F(1,27)=423/1061, P<0.001, \eta^2=0.975$)، مؤلفه‌های پرخاشگری بدنی ($F(1,24)=909/365, \eta^2=0.938, \eta^2=0.946$)، پرخاشگری کلامی ($F(1,24)=417/840, P<0.001, \eta^2=0.936$)، خشم ($F(1,24)=353/435, P<0.001, \eta^2=0.981$) و خصومت ($F(1,24)=1240/11, P<0.001, \eta^2=0.981$) در دانش‌آموزان دختر مدارس مقطع متوسطه معنادار است. همچنین نتایج نشان می‌دهد که تفاوت بین دو گروه با توجه به متغیر پرخاشگری و مؤلفه‌های آن در مجموع معنادار است و میزان این تفاوت در جامعه بالاتر از ۰/۱ بود. بدین ترتیب مداخله انجام شده بر کاهش پرخاشگری و مؤلفه‌های آن در دانش‌آموزان دختر

جدول ۴: نتایج آزمون بونفرونی جهت بررسی پایداری آموزش توانمندسازی روانی- اجتماعی مبتنی بر نظریه انتخاب دانش‌آموزان دختر مدارس مقطع متوسطه

متغیر	مرحله	میانگین تعدیل یافته	تفاوت میانگین	خطای استاندارد	سطح معناداری
پرخاشگری	پس آزمون	۷۰/۴۶۸	۳/۶۵۹	۰/۳۳۷	<۰/۰۰۱
	پیگیری	۶۶/۸۰۹			
پرخاشگری بدنی	پس آزمون	۲۲/۵۴۳	۱/۲۸۹	۰/۲۲۸	<۰/۰۰۱
	پیگیری	۲۱/۲۵۴			
پرخاشگری کلامی	پس آزمون	۸/۵۶۲	۰/۵۰۳	۰/۱۵۶	۰/۰۰۴
	پیگیری	۸/۰۵۸			
خشم	پس آزمون	۱۶/۱۷۱	۰/۸۳۹	۰/۱۲۱	<۰/۰۰۱
	پیگیری	۱۵/۳۳۳			
خصومت	پس آزمون	۲۳/۰۶۹	۱/۰۷۸	۰/۱۵۱	<۰/۰۰۱
	پیگیری	۲۱/۹۹۱			

آن در دانش‌آموزان دختر مدارس مقطع متوسطه اثربخش و ماندگار است.

بحث و نتیجه گیری

هدف پژوهش حاضر تدوین بسته آموزشی توانمندسازی روانی- اجتماعی مبتنی بر نظریه انتخاب و تعیین اثربخشی آن بر کاهش پرخاشگری نوجوانان منطقه سه تهران بود. نتایج نشان داد که توانمندسازی روانی- اجتماعی مبتنی بر نظریه انتخاب بر میزان پرخاشگری نوجوانان دختر و تمامی مؤلفه‌های آن تأثیر معناداری داشته و این اثر تا مرحله پیگیری تداوم داشت. این یافته با نتایج پژوهش‌های پیشین (۷ و ۱۱) از این جهت که بر اثرگذاری آموزش نظریه انتخاب بر

نتایج آزمون تعدیل بونفرونی جهت بررسی هم‌سنجی نمره پرخاشگری و مؤلفه‌های آن نشان داد، در گروه آزمایش میانگین نمرات تصحیح شده پرخاشگری در مرحله پس آزمون (۷۰/۴۶۸) در هم‌سنجی با نمرات تصحیح شده در مرحله پیگیری (۶۶/۸۰۹) کاهش داشته است و معنادار بود ($P<0.001$). همچنین در گروه آزمایش میانگین تفاوت نمرات تصحیح شده در مرحله پس آزمون در هم‌سنجی با نمرات تصحیح شده در مرحله پیگیری به ترتیب برای مؤلفه‌های پرخاشگری بدنی، پرخاشگری کلامی، خشم، و خصومت برابر ۱/۲۸۹، ۰/۵۰۳، ۰/۸۳۹ و ۱/۰۷۸ معنادار است؛ بنابراین آموزش توانمندسازی روانی- اجتماعی مبتنی بر نظریه انتخاب در مرحله پیگیری نیز بر پرخاشگری و مؤلفه‌های

پرخاشگری نوجوانان تأکید داشته‌اند تقریباً همسو است. در تبیین نتایج می‌توان گفت اگرچه پرخاشگری انسان بخشی از غریزه طبیعی است، علت اصلی پرخاشگری ناشی از عدم دستیابی به اهداف خود در زندگی و نارضایتی ناشی از عدم موفقیت در دستیابی به اهداف است و به‌خصوص زمانی شدیدتر است که در اثر حادثه‌ای غیرموجه و ناروا به وجود آمده باشد (۱). به عبارت دیگر پرخاشگری زمانی اتفاق می‌افتد که تعادل بین تکانشگری و مهارگری درونی به دلیل عدم انطباق در رسیدن به هدف مورد نظر در زندگی به هم بخورد. در این حالت، فرد تمام حوادث زندگی را (اعم از تهدید واقعی یا غیرواقعی) به‌عنوان تهدیدکننده درک می‌کند و قادر به کنار آمدن با مشکلات زندگی روزمره نیست (۳). این عامل به‌ویژه در سنین نوجوانی تشدید شده و فوران احساسات، احساس عدم امنیت، سازش‌نا یافتگی اجتماعی و نقض خانواده و قوانین مرسوم جامعه در نوجوان شکل می‌گیرد (۱).

با وجود جهانی بودن مسئله خشونت‌ورزی در بین نوجوانان، شدت، نوع و بسامد آن در کشورهای مختلف (۶)، در تبیین یافته‌های پژوهش می‌توان چنین گفت که بسته آموزشی مبتنی بر تئوری انتخاب توانسته است این مفهوم را به دانش‌آموزان انتقال دهد که امیدواری، خشم و پرخاشگری همانند فراگیری انتخاب آنها است و موارد فوق را از انتخاب بیرونی به یک انتخاب و کنترل درونی تبدیل کرده است. تبدیل شدن این موارد به یک انتخاب درونی در فراگیران ایجاد علاقه، هیجان مثبت، ایجاد حس بهتر نسبت به خود و اعتماد به نفس بیشتر می‌کند (۷). از سوی دیگر آموزش‌های مبتنی بر تئوری انتخاب با آشنا کردن یادگیرندگان با مفاهیم دنیای ادراکی و تمایز آن با دنیای واقعی و کمک به آنها برای یافتن تصاویر دنیای مطلوب خود، امیدواری آنها را افزایش می‌دهد. هنگامی که دانش‌آموزان تنها خود را مسئول رفتار، افکار، هیجانات و به‌طور کلی انتخاب‌های خود بدانند، می‌توانند با وجود تجربیات نامطلوب روزمره در محیط مدرسه، همچنان سرزندگی خود را حفظ کنند (۱۱). همچنین به نظر می‌رسد مدرسه‌محور بودن برنامه‌های ارائه شده به دلیل هم‌راستا بودن با تئوری انتخاب و احساس شادی و نشاط ناشی از پر کردن ظرف نیاز به تفریح و سرگرمی دانش‌آموزان به دلیل متنوع بودن فعالیت‌های موجود در پروتکل مداخله مانند فعالیت‌های گروهی، دادن انتخاب‌های بیشتر به آنها به‌جای برنامه‌های به‌شدت

کنترل‌کننده، یکنواخت و کسل‌کننده متمرکز رایج در مدرسه، در اثربخشی بسته آموزشی و در حفظ و تداوم آن تأثیر داشته است. به نظر می‌رسد آموزش توانمندی‌های روانی اجتماعی مبتنی بر تئوری انتخاب با تأکید بر شیوه‌های مؤثر و مسئولانه رفع نیازها به‌عنوان منشأ اصلی رفتار افراد و انتخاب‌های آنها موجب افزایش کارآمدی دانش‌آموزان در برخورد با کشاکش‌های زندگی شخصی و تحصیلی می‌شود.

همچنین با توجه به نتایج مشاهده شد که آموزش توانمندی‌های روانی اجتماعی مبتنی بر تئوری انتخاب توانسته است پرخاشگری بدنی را کاهش دهد. آموزش توانمندی‌های روانی-اجتماعی مبتنی بر تئوری انتخاب در این پژوهش با تمرکز تئوری انتخاب حرکت کرده است و پژوهشگر در طی روند مداخله به نوجوانان این نکته را گوشزد می‌کرد که بیشتر نتایج به دست آمده در زمان حال، نتیجه انتخاب‌هایی است که خود فرد انجام داده است و افراد باید مسئولیت انتخاب‌های خود را نیز بر عهده بگیرند. همچنین در روند جلسات مداخله بر روی مهار خشم و بروز آن تمرین شد. از سوی دیگر پرخاشگری بدنی به معنای آسیب‌رسانی به اطراف و دیگران از روی عصبانیت و برای فرونشاندن خشم است (۸) که مداخله انجام شده تا حدی بر مهار برونی خشم کمک کرده است و همین موضوع موجب کاهش پرخاشگری بدنی شده است. همچنین باید توجه کرد که پرخاشگری بدنی نمود برهنه خشونت است که جز آسیب‌رسانی بی‌هدف، فایده دیگری ندارد و نوجوانان به علت ندانستن روش‌های مهار خشم اغلب به بروز برونی خشونت می‌پرداختند (۱). ولی هنگامی که در طی جلسات مداخله، روش‌های مهار خشم را آموختند، کمتر به سمت پرخاشگری بدنی حرکت کردند و این یادگیری به علت کاربردی بودن آن تأثیرات بلندمدت نیز داشته است و بعد از پایان مداخله نیز تأثیر خود را حفظ کرده است.

از سوی دیگر پرخاشگری کلامی به نحوی صحبت کردن بدون فکر کردن است (۱) و در جلسات مداخله روش‌های آرام‌سازی در ابراز خشم و مقابله با احساسات ناخوشایند بررسی و تمرین شدند که این فعالیت‌ها بر پرخاشگری کلامی تأثیرگذار بوده است. همچنین آموزش توانمندی‌های روانی-اجتماعی مبتنی بر تئوری انتخاب بر خشم نیز تأثیر مثبت داشته و باعث کاهش آن شده است. باید توجه داشت که خشم در این پژوهش وجهی از شخصیت نوجوان را در برمی‌گیرد. در واقع تندخو

بودن یا داشتن خلق ملایم به نحوی از متغیرهای دیگری نیز تأثیر می‌پذیرد و از زمان تولد تا نوجوانی و طی محیط اطراف، این مسئله شکل گرفته است و نمی‌توان انتظار داشت که با اجرای جلسات کوتاه‌مدت بتوان برای همیشه این وجه از شخصیت نوجوانان را بهبود بخشید، ولی در حین جلسات و زمانی که نوجوانان در جلسات حضور پیدا می‌کردند، با توجه به خودافشاگری و آزاد بودن در محیط جلسه، میزان خشم آنها کاهش پیدا کرد.

همچنین مؤلفه‌های نهایی در پرخاشگری، خصومت است که به همراه پرخاشگری بدنی بیشترین تأثیر را از آموزش توانمندی‌های روانی - اجتماعی مبتنی بر تئوری انتخاب دریافت داشته‌اند. خصومت در این پژوهش به معنی دیدگاه منفی و دشمنی ذاتی با برخی از افراد و شرایط است (۶)؛ مانند بدگمانی به افراد جدید، یا داشتن دید منفی نسبت به دوستان و... . آموزش توانمندی‌های روانی- اجتماعی مبتنی بر تئوری انتخاب به نوجوانان یاد می‌دهد که نتایج امروز، حاصل رفتارهای گذشته است. هنگامی که افراد بدانند عمل بدی در حق دوستانشان انجام نداده‌اند، دلیلی ندارد که فکر کنند که آنها در غیاب‌شان صحبت می‌کنند. یا هنگامی که شخص متقاعد شود که تلاش کافی برای بهبود شرایط خود انجام داده است و در بهترین حالت خود قرار دارد، دلیلی ندارد که به دیگران حسادت ورزد. از این رو آموزش توانمندی‌های روانی- اجتماعی مبتنی بر تئوری انتخاب به نحوی نوجوانان دختر را نسبت به توانایی‌های روانی خود توانمند می‌کند و این موضوع در نهایت باعث کاهش خصومت در رفتار با دیگران می‌شود.

از محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به جامعه انتخابی این پژوهش اشاره کرد که دختران دبیرستانی بوده است، در نتیجه در تعمیم نتایج به

سایر گروه‌ها باید محتاط بود؛ زیرا افراد با جنسیت‌ها و سنین مختلف به‌خصوص در دوران نوجوانی دارای تفاوت‌های زیادی هستند. همچنین این پژوهش در زمان همه‌گیری کرونا و در اوج آن انجام شده است و تعمیم نتایج این پژوهش به سایر مقاطع زمانی باید با احتیاط انجام شود، زیرا همه‌گیری کووید-۱۹ تأثیر زیادی بر وضعیت روانی نوجوانان دختر و به طور کلی تمامی افراد جامعه داشته است و ممکن است در مقاطع زمانی دیگر، این تأثیر وجود نداشته باشد. پیشنهاد می‌شود پژوهش به‌صورت مقایسه‌ای بین دو جنس دختر و پسر و مقایسه این روش مداخله با روش‌های مداخله‌ای دیگر انجام شود.

ملاحظات اخلاقی

پیروی از اصول اخلاق پژوهش: این مقاله برگرفته از رساله دکترای رشته روان‌شناسی تربیتی نویسنده یکم است که پروپوزال آن در تاریخ ۱۳۹۹/۴/۲ در شورای پژوهشی دانشگاه علامه طباطبایی تصویب شده است. اجرای این مطالعه نیز با رعایت ملاحظات اخلاقی از قبیل رازداری، محرمانه ماندن اطلاعات هویتی و رضایت افراد نمونه انجام شد.

حامی مالی: این مطالعه بدون حامی مالی و با هزینه شخصی نویسندگان انجام شده است.

قش هر یک از نویسندگان: نویسنده نخست این مقاله، پژوهشگر اصلی و نویسندگان دوم و سوم به‌عنوان استادان راهنما و نویسندگان سوم و چهارم به‌عنوان استادان مشاور در این مطالعه نقش داشته‌اند.

تضاد منافع: انجام این پژوهش برای نویسندگان هیچ گونه تعارض منافی را به دنبال نداشته است و نتایج آن کاملاً شفاف و بدون سوگیری گزارش شده است.

تشکر و قدردانی: بدین وسیله از مسئولین مدارس مقطع متوسطه منطقه سه تهران، والدین و کودکان شرکت‌کننده در این پژوهش تشکر و قدردانی می‌شود.

References

1. Enig DK, Emery Thompson M, Machanda ZP, Wrangham RW, Muller MN. Female-directed aggression by adolescent male chimpanzees primarily constitutes dominance striving, not sexual coercion. *American journal of physical anthropology*. 2021; 176(1): 66-79. [\[Link\]](#)
2. Detullio D, Kennedy TD, Millen DH. Adolescent aggression and suicidality: A meta-analysis. *Aggression and Violent Behavior*. 2021; 101576. [\[Link\]](#)
3. Castillo-Eito L, Armitage CJ, Norman P, Day MR, Dogru OC, Rowe R. How can adolescent aggression be reduced? A multi-level meta-analysis. *Clinical psychology review*. 2020; 78: 101853. [\[Link\]](#)
4. Lickley RA, Sebastian CL. The neural basis of reactive aggression and its development in adolescence. *Psychology, Crime & Law*. 2018; 24(3): 313-333. [\[Link\]](#)
5. Groves CL, Anderson CA. Aversive events and aggression. *Aggression and violence*. 2016: 149-164. [\[Link\]](#)
6. Ackermann K, Kirchner M, Bernhard A, Martinelli A, Anomitri C, Baker R, ... Freitag CM. Relational aggression in adolescents with conduct disorder: sex differences and behavioral correlates. *Journal of abnormal child psychology*. 2019; 47(10): 1625-1637. [\[Link\]](#)
7. Noferesti A, sade G, Fahimdanesh F. The Effectiveness of Choice Theory and Reality Therapy Training on Reducing Aggression and Negative Emotion of Female Adolescents. *Journal of Applied Psychological Research*. 2022; 5(1): 33-45. [Persian]. [\[Link\]](#)
8. Glasser W. Choice theory: A new psychology of personal freedom. HarperPerennial. 1999; pp: 12-30. [\[Link\]](#)
9. Casstevens WJ. Using reality therapy and choice theory in health and wellness program development within psychiatric psychosocial rehabilitation agencies. *International Journal of Choice Theory and Reality Therapy*. 2010; 29(2): 55. [\[Link\]](#)
10. Bradley EL. Choice theory and reality therapy: an overview. *International Journal of Choice Theory and Reality Therapy*. 2014; 5(1): 6-14. [\[Link\]](#)
11. Pouravari M, Zandipour T, Pouravari M, Salehi S. The Effectiveness of Group Choice Theory and Reality Therapy Training on Reducing the Aggression in Female Students. *International Journal of Applied Behavioral Sciences*. 2018; (4): 50-56. [\[Link\]](#)
12. Robles-Haydar CA, Martínez-González MB, Flórez-Niño YA, Ibáñez-Navarro LM, Amar-Amar JJ. Personal and environmental predictors of aggression in adolescence. *Brain sciences*. 2021; 11(7): 933. [\[Link\]](#)
13. Labella MH, Masten AS. Family influences on the development of aggression and violence. *Current opinion in psychology*. 2018; 19: 11-16. [\[Link\]](#)
14. Delaver A. Research methods in educational sciences and psychology. Payam Noor university of Tehran. 2009; PP: 64-71.
15. Buss AH, Perry M. The aggression questionnaire. *Journal of personality and social psychology*. 1992 Sep; 63(3):452. [\[Link\]](#)
16. Samani S. Study of Reliability and Validity of the Buss and Perry's Aggression Questionnaire. *IJPCP*. 2008; 13 (4):359-365. [Persian] [\[Link\]](#)