

اثربخشی برنامه‌ی بخشایشگری در کاهش مشکلات رفتاری برونی‌سازی شده‌ی نوجوانان مقیم کانون اصلاح و تربیت تهران

سکینه پورطالب^۱

باقر غباری‌بناب^{۲*}

سوگند قاسم‌زاده^۳

چکیده

هدف: پژوهش حاضر به منظور بررسی اثربخشی برنامه‌ی بخشایشگری در کاهش مشکلات رفتاری برونی‌سازی شده‌ی نوجوانان مقیم کانون اصلاح و تربیت تهران انجام شد. **روش:** این پژوهش یک مطالعه‌ی نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون و گروه کنترل بود. در این پژوهش ۳۰ نوجوان با مشکلات رفتاری مقیم کانون اصلاح و تربیت به روش نمونه‌گیری دردسترس انتخاب شدند. آزمودنی‌ها به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند. گروه آزمایش طی ۱۶ جلسه‌ی ۱۲۰ دقیقه‌ای در جلسات آموزش بخشایشگری شرکت کردند، درحالی‌که به گروه کنترل آموزشی داده نشد. ابزار جمع‌آوری داده‌ها در این پژوهش فرم گزارش معلم، آخن‌باخ و رسکورلا (۲۰۰۱) بود و اطلاعات به دست آمده با روش کوواریانس چند متغیره و با استفاده از نسخه‌ی ۲۳ نرم‌افزار SPSS تحلیل شد. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد که آموزش برنامه‌ی بخشایشگری اثر معنی‌داری در کاهش مشکلات رفتاری برونی‌سازی شده‌ی نوجوانان (مشکلات پرخاشگری و مشکلات قانون‌شکنی) با مشکلات رفتاری دارد ($P < 0.05$). **نتیجه‌گیری:** آموزش این برنامه با نتایج مثبت و مؤثری در کاهش اختلال‌های رفتاری گروه آزمایش همراه بود؛ بنابراین توجه به برنامه‌های بخشایشگری در کاهش مشکلات رفتاری نوجوانان ضروری است و اهمیت ویژه‌ای دارد.

کلیدواژه‌ها

بخشایشگری، برنامه‌ی آموزشی، مشکلات رفتاری، نوجوان

۱. دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران

bghobari@ut.ac.ir

۲. نویسنده مسئول: استاد، گروه روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران

۳. استادیار، گروه روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران

تاریخ پذیرش: ۹۷/۱۱/۳۰

تاریخ دریافت: ۹۷/۱۰/۱۳

مقدمه

به دست می‌آید، در مقایسه‌ی برنامه‌ها برای کاهش جرم مفید است. از این رو برای مقابله با چنین معضلی، این فکر در بین پژوهشگران شکل گرفته است که برنامه‌های گوناگون که در دهه اخیر به منظور پیشگیری از خصومت و رفتارهای پرخاشگرانه اعمال می‌شود، نبایستی به‌عنوان تنها روش درمانی برای جلوگیری از این‌گونه رفتارها دنبال شوند؛ بلکه رديابی و شناسایی عواطف زیربنایی ایجاد کننده عصبانیت و پرخاشگری از جمله ادراک ناعدالتی در تعاملات و روابط بین فردی و استفاده از روش‌های ترمیمی مانند برنامه‌های آموزش بخشایشگری، بایستی مورد توجه و مطالعه قرار گیرد (غباری‌بناب، ۱۳۹۵). بخشش یکی از پاسخ‌های رایج به تجربه‌ی رنجیدن است، مک‌لاف، به‌عنوان یک پاسخ مفید به رنجش که انگیزه‌ی اجتناب و انتقام را نسبت به فرد خطاکار کاهش داده و انگیزه‌های خیرخواهانه‌تری را نسبت به او ترویج می‌دهد بخشایشگری را پیشنهاد می‌کند (ورتینگتون و کدن، ۲۰۱۷). به نظر می‌رسد بخشش حداقل در دو سطح عمل می‌کند: تصمیم شناختی برای بخشیدن و رهایی عاطفی از احساسات منفی (ورتینگتون، ۲۰۱۳). بخشایشگری استرس‌های بین فردی و احساسات مضر خشم مداوم را کاهش می‌دهد، تعجب‌آور نیست که بخشایشگری فرد را به سلامت عمومی بیشتر نزدیک می‌کند (سوتون، ۲۰۱۴).

طبق پیشینه‌های پژوهشی بخشش می‌تواند مشکلات رفتاری را کاهش دهد و مداخلات گروهی بخشش، مخصوصاً برای نوجوانان، مؤثر نشان داده شده است. کوئینتانا و ری^۵ (۲۰۱۸) نشان دادند که قربانی اینترنتی بودن شاخص پیش‌بینی کننده برای قلدری سایبری است. آنان دریافتند حتی بعد از در نظر گرفتن سن و جنس، گنجاندن بخشش در این امر به‌طور معناداری این پیشگویی را تقویت می‌کند. به‌طور خاص، نوجوانان قربانی قلدری سایبری با بخشش بالا، نسبت به افرادی که دارای بخشش کم هستند، میزان رفتارهای قلدری سایبری را به‌طور قابل توجهی پایین تر گزارش کردند. اوربن، مرکادو، بالیلا^۶ (۲۰۱۵) در پژوهشی تحت عنوان تأثیر درمان بخشش بر بهبود

نوجوانی دوره‌ی انتقال به بزرگسالی است و روان‌شناسان از آن به‌عنوان زمان طوفان و فشار یاد کرده‌اند (گلستان، سالمی‌خامنه و زرغامی، ۱۳۹۷). اختلال‌های رفتاری به شرایطی اشاره دارد که پاسخ هیجانی و رفتاری نوجوان با هنجارهای فرهنگی، سنی و قومی تفاوت داشته باشد؛ به‌طوری‌که بر عملکرد تحصیلی فرد، مراقبت از خود، روابط اجتماعی و سازگاری فردی تأثیر منفی گذارد (شکوهی‌یکتا و پرند، ۱۳۹۳). ویژگی‌های اختلال‌های عاطفی-رفتاری اثرات شدید و فراگیر بر نوجوانانی که آن‌ها را تجربه می‌کنند دارند. می‌توان گفت طیف این رفتارها عموماً بر دو بعد تقسیم می‌شود: رفتار برونی‌سازی شده و درونی‌سازی شده. رفتارهای برونی‌سازی شده کمتر از حد لازم تحت کنترل هستند (لیوکون^۱، ۲۰۱۷) و مشکلات رفتاری درونی‌سازی شده شامل رفتارهایی است که متمرکز بر خود فرد است و هیجانات منفی در آن نمود دارند (سلانو^۲، ۲۰۱۸). این اختلال‌ها به فرایند تحول مهارت‌های اجتماعی آسیب می‌رساند، به‌گونه‌ای که نتایج ضعیف تحصیلی همراه با پایین بودن سطح حرمت خود، بزهکاری، افسردگی، اختلال‌های شخصیت، اعتیاد به الکل و مواد مخدر، روان‌گسستگی و مشکلات در این افراد به‌طور معناداری بالاتر از افراد عادی است (فیوملر، کولینز و مک‌کلرون^۳، ۲۰۰۷). نوجوانان بزهکار در مرحله‌ی حساسی از رشد دچار مشکلات می‌شوند، تحقیقات نشان می‌دهد انواع بزهکاری‌ها در میان سنین ۱۷ تا ۱۸ سال و فراوانی جرم در بین ۱۹ تا ۲۰ سالگی به‌شدت کاهش یافته است. این نتایج حمایت اولیه از وجود دوره‌های حساس در نوجوانی را فراهم می‌کند که به موجب آن ممکن است بتوان مانع آسیب‌های آینده شد (والترز^۴، ۲۰۱۸).

با توجه به اینکه نوجوانان با مشکلات رفتاری در پیش‌بینی و کنترل واکنش‌های هیجانی خود مشکل دارند، به برنامه‌های هدفمندی نیاز دارند (عاشوری، احمدیان و قمرانی، ۱۳۹۷). اطلاعاتی که با ارزیابی دقیق در مورد میزان اثربخشی مداخلات

5. Worthington and Cowden
6. Quintana and Rey
7. Orbona, Mercadob and Balilia

1. Liukkonen
2. Celano
3. Fuemmeler, Kollins and McClernon
4. Walters

کم توانی ذهنی و رضایتمندی زناشویی بالا پیش بینی کننده‌ی قوی تری برای سلامت روان مادران کودکان عادی بود. میرزایی (۱۳۹۴) برنامه‌ی بخشایشگری را برای افزایش عزت نفس قربانیان قلدری^{۱۰} به کار برده است. بدین نحو که بخشش باعث می‌شود فرد قربانی^{۱۱} که نابخشودگی را تجربه می‌کند به منبع استرس روی آورد و به واسطه‌ی جایگزینی احساسات، افکار و رفتارهای منفی با اشکال مثبت آن، وضعیت را در جهت مثبت تغییر دهد. لواف پورنوری، زهراکار و ثنائی‌ذاکر (۱۳۹۱) بررسی اثربخشی بخشایش درمانی گروهی در کاهش پرخاشگری نوجوانان پرخاشگر ۱۱ تا ۱۳ ساله شهرستان دزفول، نتایج نشان داد که بخشش درمانی به صورت گروهی می‌تواند به طور معنی دار و اثربخش پرخاشگری کلی و ابعاد پرخاشگری جسمی، پرخاشگری کلامی، خشم و خصومت را کاهش دهد. فراهانی، فیاض و بشارت (۱۳۹۱) نشان دادند که ویژگی‌های روان شناختی افراد افسرده به خوبی ناتوانی آن‌ها را در بخشش نشان می‌دهد. عسگری، علیزاده و کاظمی (۱۳۹۵) نتیجه‌گیری کردند که آموزش بخشش درمانی بر خرده‌مقیاس‌های حالت خشم، صفت خشم، درون‌ریزی خشم دانش‌آموزان دختر پایه‌ی اول متوسطه تأثیر داشت؛ اما آموزش بخشش درمانی بر خرده‌مقیاس‌های بیرون‌ریزی خشم، کنترل بیرونی و کنترل درونی خشم تأثیر معنی‌دار نداشت. پس می‌توان گفت که آموزش بخشش درمانی بر کنترل خشم دختران نوجوان تأثیر دارد و از آن می‌توان برای کنترل خشم و پرخاشگری استفاده کرد.

با توجه به پیامدهای نامطلوب مشکلات رفتاری برونی‌سازی شده لزوم مداخله‌ی زودرس اجتناب‌ناپذیر است (افضلی و خمسه، ۱۳۹۷). بسیاری از این نوجوانان به دلیل رفتارهای خصمانه و پرخاشگرانه از جانب والدین، معلمان و هم‌تایان خود طرد می‌شوند؛ همچنین احتمال به زندان رفتن و بستری شدن در بیمارستان‌های روانی برای آنان بالا است. از آنجاکه جامعه‌ی امروز با معنویت^{۱۲} یکپارچه است و برنامه‌ی بخشایشگری برای مشکلات رفتاری نوجوانان طراحی نشده است، با عطف به تأکید

(۲۰۱۵) در پژوهشی تحت عنوان تأثیر درمان بخشش بر بهبود در میان ساکنان مراکز توان‌بخشی مواد مخدر گزارش می‌کنند که نتایج نشان داد بخشش درمانی سطح خطر برگشت را کاهش می‌دهد درحالی‌که سطح برگشت و اعتماد به نفس در گروه کنترل تغییری نکرده است. کیوک و چئونگ^۸ (۲۰۱۷) گزارش کردند نوع دوستی و بخشش کودکان از آن‌ها در برابر پرخاشگری روان‌شناختی والدین محافظت می‌کند. در این پژوهش پیشنهاد می‌شود مداخلات مبتنی بر خانه یا مدرسه می‌تواند برای کودکان طراحی شده و نوع دوستی و بخشش تقویت شود. سلیمانیان، جوکاریان، کلاهی، ابدی، کرامتی‌نیا و همکاران (۲۰۱۶)؛ بررسی دل بستگی به خدا و بخشش میان نوجوانان دچار اختلال سلوک در کانون اصلاح و تربیت شهر تهران، نتایج این پژوهش نشان داد که میزان دل بستگی اضطرابی و اجتنابی به خدا و انگیزه‌های اجتناب و انتقام در نوجوانان مبتلا به اختلال سلوک، بالا است. با توجه به وجود دل بستگی ناایمن و نقص در توانایی بخشش در نوجوانان مبتلا به اختلال سلوک، نیاز اساسی برای طراحی مداخلات و برنامه‌های درمان معنوی خاص این گروه از نوجوانان وجود دارد. داویس، هو، گریفین، بل، هوک و همکاران^۹ (۲۰۱۵) در پژوهشی تحت عنوان بخشش خود و سلامت جسمی و روانی همبستگی دارد، به این نتیجه رسیدند که بخشش به عنوان یک استراتژی مقابله‌ای شناخته شده است که می‌تواند سلامت روانی و جسمانی را بهبود بخشد. این یافته را می‌توان این‌گونه تبیین کرد که با توجه به اینکه مطالعات ارتباط خشم با بیماری‌های قلبی و فشارخون را نشان می‌دهند بخشش با کاهش خشم ارتباط داشته و با کاهش آن موجب افزایش سلامت جسمانی در افراد می‌شود. نتایج تحقیق غباری بناب و همکاران (۱۳۹۵) نشان داد میزان بخشایشگری و رضایتمندی زناشویی مادران بر سلامت روان آن‌ها تأثیر مثبت دارد و سلامت روان آن‌ها از طریق میزان بخشایشگری و رضایتمندی زناشویی قابل پیش بینی است. از بین دو متغیر بخشایشگری و رضایتمندی زناشویی، بخشایشگری بالا پیش‌بینی کننده‌ی قوی تری برای سلامت روان مادران کودکان

11. Victim
12. Spirituality

8. Kwok and Cheung
9. Davis, Ho, Griffin, Bell, Hook, Van Tongeren and Westbrook
10. Bullying

والدین، معلم و خود نوجوان استفاده می‌شود. سیاهه شامل مقیاس‌های ارزیابی شایستگی، کنشگری سازشی و مشکلات عاطفی رفتاری است و مشکلات کودکان و نوجوانان را در هشت بعد اضطراب/ افسردگی، انزوا/ افسردگی، شکایت‌های جسمانی، مشکلات اجتماعی، مشکلات تفکر، مشکلات توجه، قانون شکنی و رفتارهای پرخاشگرانه ارزیابی می‌کند. از مجموع نمرات، مقیاس مشکلات درونی‌سازی و مشکلات برونی‌سازی به دست می‌آید. این پرسشنامه از ۱۱۳ سؤال تشکیل شده است. پاسخ به سؤالات این پرسشنامه به صورت سه گزینه‌ای از صفر تا دو می‌باشد. نمره‌های خام به دست آمده با جداول T متناسب هر سن تطبیق داده شده و نمره‌گذاری می‌شوند. اعتبار این پرسشنامه به شیوه‌ی باز آزمایی با فاصله‌ی یک هفته ۰/۸۲ گزارش شده است. همسانی درونی کلیه‌ی مقیاس‌های فرم‌های آخن‌باخ با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برآورد گردیده است. ضرایب آلفای مقیاس‌های شایستگی در سطح نسبتاً بالایی قرار دارند و دامنه‌ی آن از ۰/۶۵ - ۰/۸۵ برای فرم والد و ۰/۷۴ - ۰/۸۸ برای خود سنجی و ضریب آلفای مقیاس انطباق کلی فرم معلم ۰/۸۳ است. ضرایب آلفای مقیاس‌های سندرمی مبتنی بر تجربه و مبتنی بر DSM هر سه فرم اکثراً در سطح مطلوب و رضایت بخش قرار دارد. همچنین مینایی (۱۳۸۴) همبستگی باز آزمایی را با فاصله‌ی ۵ تا ۸ هفته، برای هر کدام از زیر مقیاس‌ها بین ۰/۴۶ تا ۰/۴۸ گزارش کرد (میرزایی، هاشمی، پاکدامن و حجازی، ۱۳۹۶). در پژوهش حاضر، ضرایب آلفای کرونباخ در فرم معلم مورد استفاده، برای مشکلات برونی‌سازی شده ۰/۹۱ محاسبه شد.

شیوه اجرای پژوهش

در گام اول طرح پژوهش با مطالعه‌ی پیشینه‌های نظری و تجربی در این زمینه مورد توجه قرار گرفت. از پیشینه چنین برآمد که با آموزش بخشایشگری می‌توان مشکلات رفتاری برونی‌سازی شده‌ی نوجوانان را کاهش داد. برنامه‌هایی که قبلاً برای آموزش بخشایشگری طراحی شده‌اند مورد بررسی قرار گرفت تا نقاط قوت

برونی‌سازی اثربخشی برنامه‌ی بخشایشگری در کاهش مشکلات رفتاری... اسلام به بخشیدن دیگران که در قرآن و احادیث به آن اشاره شده است؛ بخشایشگری می‌تواند یک روش مداخله‌ای بومی، فرهنگی و دینی برای نوجوانان ایرانی محسوب شود که اثربخشی آن در پژوهش‌های انجام‌گرفته بر روی نمونه‌های مختلف تأیید شده است و به نظر می‌رسد به‌عنوان یک خلأ مهم و ارزشمند توان‌بخشی برای نوجوانان با مشکلات رفتاری قابل‌بررسی باشد. هدف اصلی این پژوهش، بررسی اثربخشی برنامه‌ی آموزش بخشایشگری در درمان نوجوانان دارای مشکلات رفتاری برونی‌سازی شده^{۱۳} است.

روش

روش پژوهش حاضر نیمه آزمایشی بود و از طریق اجرای سیاهه‌ی سنجش مبتنی بر تجربه‌ی آخن‌باخ جهت شناسایی نوجوانان دارای مشکلات رفتاری برونی‌سازی شده اقدام شد. در پژوهش حاضر، جامعه‌ی آماری مدنظر، تمامی نوجوانان ۱۵ تا ۱۸ سال پسر مقیم کانون اصلاح و تربیت شهر تهران (۱۶۷ نفر) است. تعداد ۳۰ نوجوان به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شد، مبنای انتخاب حجم نمونه در این پژوهش داشتن حداقل محکومیت ۴ ماه برای هر نوجوان بود که از این میان ۱۵ نفر در گروه آزمایش و ۱۵ نفر در گروه کنترل قرار گرفتند. هم‌سازی دو گروه بر اساس نوع جرم نوجوانان بود. ملاک‌های ورود در نظر گرفته‌شده در این تحقیق، سن ۱۵ تا ۱۸ سال، نمره‌ی بالاتر از نقطه‌ی برش در سیاهه‌ی آخن‌باخ، عدم دریافت آموزش مشابه در گذشته، علاقه‌مندی شرکت‌کننده به مشارکت بر اساس رضایت‌نامه‌ی کتبی بود. ملاک‌های خروج افراد نیز شامل، غیبت بیش از دو جلسه، عدم تمایل به ادامه‌ی مشارکت و اتمام دوره‌ی محکومیت نوجوان در مرکز بود. برای جمع‌آوری اطلاعات از ابزار زیر استفاده شد.

۱. سیاهه‌ی رفتاری مبتنی بر تجربه‌ی آخن‌باخ و

رسکورلا (۲۰۰۱): این پرسشنامه چارچوبی برای سازمان‌دهی و یکپارچه‌سازی داده‌های تجربی حاصل از منابع اطلاعاتی مختلف است که برای به دست آوردن اطلاعات از سه منبع

لازم اعمال شد. طرح درس هر جلسه، جزوه‌ها، کتابچه‌ها و تکالیف نوجوانان تنظیم شد و پس از اخذ مجوزهای لازم، پرسشنامه‌ی آخن‌باخ به روی افراد نمونه اجرا و نمره‌گذاری شد و پس از اجرای برنامه‌ی طراحی شده‌ی بخشایشگری، سبانه‌ی گزارش معلم مجدداً اجرا و نمره‌گذاری شد. مداخله به صورت برنامه‌ی آموزشی و تشکیل کلاس برای شرکت‌کنندگان در ۱۶ جلسه‌ی ۱۲۰ دقیقه‌ای برای گروه آزمایش انجام شد.

آن‌ها مدنظر قرار داده شود. در گام دوم برنامه‌ی بخشایشگری با استفاده از ویراست اولیه‌ی انریت و گروه مطالعه‌ی رشد انسان (۱۹۹۱) و به دنبال آن تغییرات انجام شده توسط غباری بناب و همکاران (۱۳۸۲) برای بومی‌سازی برنامه‌ی آموزشی، با مطالعه‌ی قرآن مورد توجه قرار گرفت. تدوین برنامه‌ی مداخله زیر نظر اساتید و با توجه به منابع و متناسب با نمونه‌ی مورد نظر انجام شد. در این مرحله چک‌لیستی برای متخصصین ارسال شد تا روایی برنامه‌ی طراحی شده مورد بررسی قرار گیرد و اصلاحات

جدول ۱. میانگین و انحراف استاندارد نمرات مهارت‌های خواندن و مهارت‌های حرکتی به تفکیک گروه‌ها و مراحل

| جلسات | هدف | محتوا | تکالیف |
|----------|---|--|--|
| جلسه‌ی ۱ | آشنایی متقابل همه‌ی اعضا و پژوهشگر، بیان قواعد گروه و ضرورت کار | بیان انتظارات از گروه، بحث در مورد بخشایشگری از نظر آنان و انریت | آیا در گذشته برای شما اتفاق ناعادلانه‌ای رخ داده است؟ آن را به صورت مختصر شرح دهید. به نظر شما عناصر اصلی تعریف ارائه شده از بخشش در این جلسه کدام‌اند؟ آیا برای دست‌وپنجه نرم کردن با رویدادی دردآور از واکنش دفاعی استفاده کرده‌اید؟ |
| جلسه‌ی ۲ | آشنایی با مفهوم و رابطه‌ی فکر، احساس، رفتار | بررسی رابطه و تمایز این مفاهیم و آموزش تنظیم شناختی هیجان | برای فهم ارتباط فکر، احساس و رفتار از فرد خواسته شد که داستانی نوشته و دو فکر برای شخصیت اصلی بنویسد و پایان داستان (رفتار و احساس آن شخصیت) را بنا به داشتن آن فکر تغییر دهد. |
| جلسه‌ی ۳ | آشنایی با مفهوم خشم | آشنایی با احساس خشم، توجه آگاهانه به خشم خود، پایش خشم خود | چه باورها و عقایدی در آن لحظه باعث شد خشمگین شوم؟ موقع عصبانیت چه تغییرات بدنی را تجربه کردم؟ آیا با خشمم روبرو شده‌ام؟ در موقعیت‌های مختلف چگونه از مواجهه با خشمم پرهیز کرده‌ام؟ |
| جلسه‌ی ۴ | مدیریت خشم | تعریف پرخاشگری به عنوان پاسخ ناسازگارانه، آموزش راه‌های کنترل و مدیریت خشم | از روش‌های مدیریت خشم کدام روش یا روش‌ها را به کار خواهید برد؟ چرا؟ |
| جلسه‌ی ۵ | مدیریت خشم | شناسایی نشانه‌های خشم خود، آموزش مدیریت خشم | نشانه‌های خشم من کدام‌ها هستند؟ جملات زیر را تکمیل کنید. اگر خشم خود را ابراز کنم... اگر خشم خود را ابراز نکنم و در خود بریزم... اگر پرخاشگری کنم... |
| جلسه‌ی ۶ | آموزش آرمیدگی | آموزش و اجرای مراحل آرمیدگی | در طول هفته تنفس شکمی را در موقعیت‌های مختلف تمرین کنید؛ و سعی کنید از آن استفاده کنید. |
| جلسه‌ی ۷ | بخشایشگری چه چیز نیست؟ | بررسی تفاوت بخشایشگری با مفاهیم مشابه | مکانیسم‌های دفاعی که در گذشته برای مخفی کردن درد و صدمه استفاده کرده‌اند را بنویسند. در مورد تفاوت بخشایشگری با آنچه بخشایشگری نیست نظر خود را نوشته و جلسه بعد آن را برای گروه بخوانند. |
| جلسه‌ی ۸ | بررسی مزایای بخشش | کاوش احساسات نسبت به فرد خطاکار، | اگر مکانیزم دفاعی که در حال حاضر از آن استفاده می‌کنید خوب کار می‌کند، پس چرا وقتی با وضعیت مشابه مواجه شوید ناراحت می‌شوید؟ |

| | | | |
|--|--|--|-----------|
| دلیل شما برای اینکه می‌خواهید روش واکنشی خود را در مقابل عذاب عوض کنید چیست؟ | مقایسه‌ی مزایای بخشش با سایر محتواها | | |
| اتفاق ناعادلانه‌ای را که برای جلسات آینده در نظر خواهید داشت با جزئیات کامل بنویسید. | مرور حادثه‌ی رنجش، بررسی و کشف احساسات خود در مورد فرد رنجاننده، واکنش‌های رایج | در مورد فرد خاطی چه احساسی دارید؟ | جلسه‌ی ۹ |
| نسبت به فردی که در داستان بالا در نظر گرفته‌اید چه احساساتی دارید؟ | بررسی راهکارهای شرکت‌کنندگان در مقابل رنج، آموزش همدلی، بخشایشگری به‌عنوان یک راهکار | آیا می‌توانیم فرد خاطی را ببخشیم؟ | جلسه‌ی ۱۰ |
| در مورد زندگی فرد خطاکار خود نوشته و در ادامه توضیح دهید که به نظر شما او چه احساسی داشته است. | بحث در مورد ارزش ذاتی انسان، شیوه‌های اسناد دهی و رابطه‌ی آن با خشم و بخشش | ارزش ذاتی انسان | جلسه‌ی ۱۱ |
| به‌عنوان تکلیف از شرکت‌کنندگان می‌خواهیم تا حد ممکن داستان زندگی شخصی که به آن‌ها آسیب‌زده بود با جزئیات توصیف کنند (به‌عنوان مثال، در هنگام رشد این شخص چطور بود؟ آیا او در گذشته از لحاظ جسمی، احساسی یا جنسی مورد سوءاستفاده قرار گرفته است؟) | آموزش مفهوم مهربانی و نامهربانی، تخفیف خطا با مهربانی و رابطه‌ی مهربانی و بخشش | مهربانی و سخاوتمندی | جلسه‌ی ۱۲ |
| شما در مقابل این افراد مهربان چه واکنشی داشته‌اید؟ شما در مقابل این افراد نامهربان چه واکنشی داشته‌اید؟ | مرور دروس گذشته، بازسازی آسیب موردنظر | بازسازی آسیب و تصمیم برای بخشایشگری | جلسه‌ی ۱۳ |
| فکر می‌کنید چه چیزی شما را از بخشیدن شخص بازمی‌دارد؟ آیا شما موفق به حل‌وفصل صدمه شده‌اید؟ فرد خطاکار را که در نظر گرفته و نامه‌ای به خودتان بنویسید و در آن نقش خود را در خطای انجام‌یافته بنویسید. | صحبت در مورد خطاهای شرکت‌کنندگان توسط خودشان و نیاز مشترک همه به بخشش | توجه به نیاز مشترک ما و فرد خطاکار به بخشش | جلسه‌ی ۱۴ |
| شرکت‌کنندگان تشویق می‌شوند که نگاهی دقیق به زندگی‌شان داشته باشند. اصلی‌ترین هدف این تکلیف این است که به آن‌ها کمک کند تا در زندگی خود نیز خیره شوند. | عواقب بخشیدن و نبخشیدن و تعهد به بخشیدن | تصمیم و تعهد | جلسه‌ی ۱۵ |
| آن‌ها تشویق می‌شوند تا مسئولیت اقدامات خود را بجای پیدا کردن عذر و بهانه‌هایی برای آنچه در گذشته انجام داده بودند، بر عهده بگیرند. | یافتن معنا در رنج، مقایسه‌ی موقعیت بخشیدن و نبخشیدن و اتمام جلسات. | عمیق‌تر شدن بخشش | جلسه‌ی ۱۶ |
| بخشایشگری را توضیح دهید و بگویید بخشایشگری چه چیز هست و چه چیز نیست. | | | |
| راه‌های مقابله در برابر خطا را بنویسید و به فواید و ضررهای هر کدام اشاره کنید و با هم کلاسی‌های خود مقایسه کنید. | | | |
| آیا من فرد خطاکار را بخشیده‌ام؟ به آن‌ها گفته می‌شود که آزادانه نامه‌ای به مقصر خود بنویسند (بدون ارسال). | | | |

یافته‌ها

انحراف معیار ۰/۸۹ است. در سطح توصیفی شاخص مرکزی میانگین و شاخص پراکندگی مشکلات برونی‌سازی شده و خرده مقیاس‌های آن به تفکیک گروه‌های آزمایش و کنترل محاسبه شد.

در پژوهش حاضر میانگین سنی نوجوانان در گروه آزمایش ۱۷/۴۶، انحراف معیار ۰/۷۸ و میانگین سنی در گروه کنترل ۱۷/۱ و

جدول ۲. آماره‌های توصیفی نمره پیش‌آزمون و پس‌آزمون مشکلات برونی‌سازی شده در گروه کنترل و آزمایش

| متغیرها | گروه | پیش‌آزمون | | پس‌آزمون | |
|-----------------------|------------------|--------------|---------|--------------|---------|
| | | انحراف معیار | میانگین | انحراف معیار | میانگین |
| مشکلات برونی‌سازی شده | رفتار پرخاشگری | ۱۳/۳۳ | ۵/۰۹ | ۱۴/۰۸ | ۶/۲۹ |
| | رفتار قانون‌شکنی | ۱۲/۶۹ | ۸/۳۶ | ۹/۵۴ | ۶/۹۵ |
| مشکلات برونی‌سازی شده | کنترل | ۱۲/۴۲ | ۵/۱۳ | ۱۱/۷۵ | ۵/۰۵ |
| | آزمایش | ۱۱/۴۶ | ۷/۸۶ | ۹/۱۵ | ۵/۹۱ |
| | کنترل | ۲۴/۸۳ | ۸/۶۰ | ۲۶/۵۸ | ۱۱/۰۷ |
| برونی‌سازی شده | آزمایش | ۲۳/۰۸ | ۱۴/۹۶ | ۱۸/۷۷ | ۱۱/۹۵ |

همان‌طور که در جدول ۲ نشان داده شده است میانگین نمرات تفاوت نمرات میانگین گروه آزمایش و کنترل در میزان گروه کنترل در مشکلات برونی‌سازی شده و خرده‌مقیاس‌های آن در پیش‌آزمون و پس‌آزمون نزدیک به هم است و تفاوت چشم‌گیری ندارند؛ اما در گروه آزمایش میانگین نمرات مشکلات برونی‌سازی شده در پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون کاهش یافته است. در سطح استنباطی برای آزمون فرضیه تفاوت دو گروه در متغیرهای موردپژوهش، از آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیره استفاده شد. به‌منظور استفاده از تحلیل کوواریانس چند متغیره و آزمون

معنی‌داری تفاوت نمرات میانگین گروه آزمایش و کنترل در میزان مشکلات برونی‌سازی شده، مفروضه‌ی نرمال بودن توزیع داده‌ها در همه‌ی متغیرها با استفاده از آزمون کالموگروف-اسمیرنف بررسی و تأیید شد ($P > 0/05$). همچنین برای برقراری پیش‌فرض همسانی ماتریس واریانس‌ها، آزمون لون اجرا شد. پیش‌فرض برابری واریانس‌ها در دو گروه به لحاظ متغیرهای موردپژوهش برقرار بود و از آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیره استفاده شد.

جدول ۳. نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیره برای مشکلات برونی‌سازی شده

| منبع تغییرات | نوع آزمون | F (df) | ارزش | سطح معنی‌داری | مجذور اتا |
|--------------|-------------------|----------------|-------|---------------|-----------|
| گروه‌ها | پیلایی | ۲۴/۱۴ (۷ و ۱۰) | ۰/۹۴ | ۰/۰۰۰۵ | ۰/۹۴۴ |
| | ویلکز | ۲۴/۱۴ (۷ و ۱۰) | ۰/۰۶ | ۰/۰۰۰۵ | ۰/۹۴۴ |
| | هتلینگ | ۲۴/۱۴ (۷ و ۱۰) | ۱۶/۹۰ | ۰/۰۰۰۵ | ۰/۹۴۴ |
| | بزرگترین ریشه روی | ۲۴/۱۴ (۷ و ۱۰) | ۱۶/۹۰ | ۰/۰۰۰۵ | ۰/۹۴۴ |

با توجه به جدول ۳، نتایج آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیره نشان داد پس از حذف اثر پیش‌آزمون، بین دو گروه آزمایش و کنترل حداقل در یکی از متغیرهای مورد مقایسه تفاوت معنی‌دار وجود دارد ($P = 0/0005$ و $F = 24/14$ و $df = 10$ و

Hotelling's T:F_v)؛ بنابراین به منظور مشخص نمودن این امر که تفاوت گروه‌ها در کدام یک از مؤلفه‌های مورد پژوهش است، از آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیره استفاده شد.

جدول ۴. نتایج آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیره در متن تحلیل کوواریانس چند متغیره برای مشکلات برونی‌سازی شده

| منبع تغییرات | متغیر | مجموع مجذورات | میانگین مجموع مجذورات | F (df) | سطح معنی‌داری | مجذور اتای سهمی |
|--------------|------------------|---------------|-----------------------|----------------|---------------|-----------------|
| گروه‌ها | رفتار پرخاشگری | ۶۷/۷۲ | ۶۷/۷۲ | ۲۱/۴۴ (۱ و ۱۶) | ۰/۰۰۵ | ۰/۵۷۳ |
| | رفتار قانون‌شکنی | ۳۳/۹۹ | ۳۳/۹۹ | ۱۹/۹۱ (۱ و ۱۶) | ۰/۰۰۵ | ۰/۵۵۴ |
| | برونی‌سازی شده | ۲۳۳/۰۹ | ۲۳۳/۰۹ | ۶۹/۰۵ (۱ و ۱۶) | ۰/۰۰۵ | ۰/۸۱۲ |

این افراد دچار احساس‌های هیجانی منفی مانند احساس شرم و گناه می‌شوند به لحاظ تئوریک خشم و گناه، شرم و دیگر وضعیت‌های هیجانی نقش مهمی در رفتارها و عملکردهای افراد دارند؛ در این میان تغییرات انگیزشی حاصل از بخشش باعث برانگیختگی کمتر افراد به قصد برخورد تلافی‌جویانه و در مقابل انگیزش بیشتر آن‌ها برای داشتن نیات خوب و کنترل هیجانات منفی در برابر فرد قلدر می‌شود؛ و افزایش حالت‌های هیجانی مثبت موجب افزایش رفتارهای مثبت قربانیان می‌شود. در تبیین این یافته می‌توان گفت وقتی که فرد قربانی با بخشیدن دیگران بتواند احساسات منفی را کنار بگذارد در قضاوت و نگرشی که نسبت به امور تحصیلی، همکلاسی‌ها، معلم و مدرسه دارد تغییر مثبتی حاصل خواهد شد. این یافته را می‌توان بر اساس مدل شناختی تبیین کرد در این نظریه شناختی، بخشش زمانی ضروری می‌شود که ساختارهای شناختی فرد از سوی دیگران مورد تجاوز یا آسیب قرار گیرد. این ساختارهای شناختی ممکن است شامل فرض‌ها، باورها، معیارها و ادراکات باشند (گوردون، بیکوم و اسنایدر، ۲۰۰۵).

بخشش به‌عنوان راهبرد کنار آمدن، افراد را قادر می‌سازد تا توجه خود از حوادث نامطلوب دور کرده و معطوف ابعاد مثبت‌تر زندگی خود کنند. بخشش از طریق جهت‌دهی مجدد افکار منفی نسبت به متخلف به افکار خنثی یا مثبت باعث افزایش سوگیری اطلاعاتی مثبتی می‌شود که این سوگیری اطلاعاتی مثبت برانگیزاننده رفتارهای اجتماعی در افراد قربانی است. با بخشش یک چارچوب به یک رنج ادراک شده می‌بخشیم، به‌گونه‌ای که واکنش‌های فرد نسبت به خطاکار، خطاکار و عواقب تجاوز از حالت منفی در جهت خنثی یا مثبت تغییر شکل یابد. در تبیین کاهش پرخاشگری و قانون‌شکنی در نتیجه‌ی آموزش بخشایشگری می‌توان چنین گفت که این نوجوانان ممکن است به هنگام آموزش بخشش متوجه شده باشند که خود نیز ممکن است زمانی قربانی پرخاشگری دیگران شده باشند و متوجه عواقب رفتار پرخاشگرانه‌ی خود شوند. فرض بر این است که این نوجوانان با آموختن بخشش، نگرش مثبت‌تری پیدا کنند، کنترل بیشتری بر خشم خود اعمال کنند، همدلی را یاد بگیرند و آن را پیروانند و در آخر کمتر درگیر رفتارهای بزهکارانه و پرخاشگری شوند. رابطه‌ی میان رفتارهای پرخاشگرانه و قربانی شدن، این مطلب را می‌رساند که بخشش ممکن است بتواند به کودکان و نوجوانان

با توجه به جدول ۴، نتایج آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیره نشان داد پس از حذف اثر پیش‌آزمون، بین دو گروه در مشکلات برونی‌سازی شده تفاوت معنی‌دار وجود دارد. همچنین بین دو گروه در هر دو خرده مقیاس مشکلات برونی‌سازی شده یعنی رفتار پرخاشگری و رفتار قانون‌شکنی تفاوت معنی‌دار وجود دارد. بنابر جدول ۴ آزمودنی‌های گروه آزمایش پس از دریافت آموزش برنامه‌های بخشایشگری، در مقایسه با گروه کنترل در مشکلات برونی‌سازی شده، نمرات پایین‌تری کسب کرده‌اند. از آنجایی که نمرات پایین‌تر در مشکلات برونی‌سازی شده به معنای وضعیت بهتر آزمودنی در این متغیر تفسیر می‌شود، به نظر می‌رسد آموزش برنامه‌های بخشایشگری به‌طور معنی‌داری باعث کاهش مشکلات برونی‌سازی شده در نوجوانان شده است.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از این پژوهش، بررسی اثربخشی برنامه‌ی آموزش بخشایشگری در درمان نوجوانان با مشکلات رفتاری بود. طبق نتایج به دست آمده پس از آموزش، مشکلات رفتاری برونی‌سازی شده به صورت کلی و خرده مقیاس‌های پرخاشگری و قانون‌شکنی معنی‌دار شد. یافته‌های این پژوهش با نتایج تحقیقات کوئینتانا و ری (۲۰۱۸)، اوربن، مرکادو، بالیلا (۲۰۱۴)، کیورک و چئونگ (۲۰۱۷)، سلیمانیان، جوکاریان، کلاهی، ابدی، کرامتی‌نیا و همکاران (۲۰۱۶)، داویس، هو، گریفین، بل، هوک و همکاران (۲۰۱۵)، غباری‌بناب و همکاران (۱۳۹۵)، میرزایی (۱۳۹۴)، لوف‌پور نوری زهراکار و تنایی‌ذاکر (۱۳۹۱)، فراهانی، فیاض و بشارت (۱۳۹۱) و عسگری، علیزاده و کاظمی (۱۳۹۲) همسو است.

یافته‌ها نقش نقض قراردادهای روان‌شناختی را به‌عنوان یک استرسور مهم و اثرات منفی آن برای سلامتی و عملکرد و همچنین اثر میانجی‌گری بخشش را برجسته می‌کند. در تبیین این یافته می‌توان گفت که بخشش می‌تواند پاسخ‌های ویرانگر روابط را بازسازی کرده و درواقع افکار، احساسات و رفتار مثبت در برابر افراد دیگر را ترغیب می‌کند (ورتینگتون، ۲۰۰۷). تغییرات انگیزشی حاصل از بخشش در فرد، در ابتدا باعث احساس خشم نسبت به متخلف و برانگیختگی بیشتر به قصد برخورد تلافی‌جویانه نسبت به فرد خاطی به او دست می‌دهد و سطح اضطراب و تنش روانی را در فرد قربانی افزایش می‌دهد و چون قربانیان قادر به تلافی کردن و ابراز خشم خود نیستند

اختلال رفتاری. فصلنامه‌ی توانمندسازی کودکان استثنائی، ۲(۲۷)، ۵ - ۱۶.

عسگری، محمد؛ عزیزاده، حمید و کاظمی، مریم (۱۳۹۵). تأثیر آموزش بخشش‌درمانی بر کنترل خشم دانش‌آموزان. دست‌آورد‌های روان‌شناختی، ۴(۱۱)، ۱۷۴-۱۵۵.

غباری بناب، باقر (۱۳۹۵). آموزش مهارت بخشیدن به دانش‌آموزان دبیرستانی: کتاب راهنمای معلم.

فراهانی، حجت‌اله؛ فیاض، فاطمه و بشارت، محمدعلی (۱۳۹۱). مقایسه‌ی بخشش در افراد افسرده غیربالینی، افسرده بالینی و افراد بهنجار. مجله علوم رفتاری، ۱۸(۴)، ۳۳۵-۳۴۱.

گلستان، علیرضا؛ سالمی‌خامنه، علیرضا و ضرغامی، الهام (۱۳۹۷). مقایسه‌ی سبک‌های هویتی، خودکارآمدی و هوش هیجانی در نوجوانان عادی و نوجوانان با اختلال رفتاری. فصلنامه‌ی توانمندسازی کودکان استثنائی، ۹(۳)، ۱۰۹-۹۹.

لوف‌پور نوری، فرشاد؛ زهراکار، کیانوش و ثنائی‌ذاکر، باقر (۱۳۹۱). بررسی اثربخشی بخشش‌درمانی گروهی در کاهش پرخاشگری نوجوانان ۱۱ تا ۱۳ ساله شهرستان دزفول. مجله علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد، ۲۰(۴)، ۵۰۰-۴۸۹.

میرزایی، ملیحه؛ هاشمی گشینگانی، رامین، پاکدامن، شهلا و حجازی موغاری، الهه (۱۳۹۶). پیش‌بینی نشانه‌های درونی‌سازی و برونی‌سازی در نوجوانان بر اساس ادراک محتوا و فرایند خانواده. روانشناسی تحولی: روانشناسان ایرانی، ۴(۵۴)، ۲۰۳-۲۱۴.

میرزایی، مرضیه (۱۳۹۴). اثربخشی برنامه بخشش‌گری در افزایش عزت‌نفس قربانیان رفتارهای قلدری. پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد. دانشگاه تبریز، گروه علوم تربیتی، دانشکده‌ی روانشناسی و علوم تربیتی.

Achenbach, T., & Rescorla, L. (2001). *Manual for the Achenbach system empirically based assessment (ASEBA), preschool forms and profiles*. Burlington, VT: University of Vermont. Research Center for children, youth and families.

Celano, M. (2018). *Children with Emotional and Behavioral Disorders: Systemic Practice*. Momentum Press.

Davis, D. E., Ho, M. Y., Griffin, B. J., Bell, C., Hook, J. N., Van Tongeren, D. R., & Westbrook, C. J. (2015). Forgiving the self and physical and mental health correlates: A meta-analytic review. *Journal of Counseling Psychology*, 62(2), 329-335.

پرخاشگر کمک کند تا به‌طور مؤثری از پس وقایع تلخ گذشته برآیند. در مجموع می‌توان نتیجه گرفت با توجه به پیشینه‌ی قوی و علمی پژوهش و تحلیل دقیق یافته‌ها بخشش‌گری در کاهش مشکلات رفتاری نوجوانان مؤثر است.

از ملاحظات اخلاقی پژوهش حاضر می‌توان به مواردی از جمله، جلب رضایت شرکت‌کنندگان برای شرکت در پژوهش، اجازه‌ی ترک جلسات آموزشی توسط تمامی شرکت‌کنندگان در صورت عدم تمایل به همکاری و اجرای دو جلسه‌ی آموزش برنامه‌ی بخشش‌گری برای گروه کنترل اشاره کرد. پژوهش حاضر علی‌رغم نوآوری، اثربخشی و کاربردی بودن و نیز دستیابی به بیشتر اهداف، دارای محدودیت‌هایی نیز بود؛ پژوهش حاضر در شهر تهران و بر روی نوجوانان با مشکلات رفتاری مقیم کانون اصلاح و تربیت اجرا شده است؛ از این رو تعمیم یافته‌ها به شهرها و فرهنگ‌های دیگر ممکن است صحیح نباشد همچنین به این دلیل که آموزش برنامه‌ی بخشش‌گری بر روی نوجوانان پسر انجام گرفت تعمیم یافته‌های آن به نوجوانان دختر باید با احتیاط انجام شود. به منظور تعمیم‌پذیری یافته‌های پژوهشی، پیشنهاد می‌شود آموزش بخشش‌گری در گروه‌های متنوع فرهنگی، جنسیتی، سنی، قومیتی و تحصیلات مختلف اجرا شود تا بتوان از کاربردی بودن آن اطمینان یافت. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی در صورت امکان از روش نمونه‌گیری تصادفی استفاده شود.

تشکر و قدردانی

در پایان از کلیه‌ی کارکنان کانون اصلاح و تربیت شهر تهران و نوجوانان شرکت‌کننده که در این پژوهش ما را همراهی کردند کمال تشکر را داریم.

منابع

افضلی، لیلا و خمسه، فاطمه (۱۳۹۷). اثربخشی بازی‌درمانی با رویکرد کودک محور بر کاهش مشکلات رفتاری برونی‌سازی شده‌ی دانش‌آموزان. فصلنامه‌ی توانمندسازی کودکان استثنائی، ۹(۲)، ۲۵-۱۷.

شکوهی‌یکتا، محسن و پرند، اکرم (۱۳۹۳). اختلال‌های رفتاری کودکان و نوجوانان. تهران: تیمورزاده.

عاشوری، محمد؛ احمدیان، زهرا و قمرانی، امیر (۱۳۹۷). بررسی اثربخشی برنامه‌ی شناختی سال‌های باورنکردنی بر مشکلات رفتاری کودکان با

- Quintana-Orts, C., & Rey, L. (2018). Forgiveness and cyberbullying in adolescence: Does willingness to forgive help minimize the risk of becoming a cyberbully? *Computers in Human Behavior, 81*, 209-214.
- Salmanian, M., Jokarian, A. A., Kolahi, A. A., Abadi, A., Keramatinia, A. A., & Mohammadi, M. R. (2016). Attachment to God and Forgiveness among Iranian Adolescents with Conduct Disorder at Tehran Reformatory. *Salāmat-i ijtimāī, 2*(2), 127-138.
- Sutton, G. (2014). Psychology of Forgiveness: An Overview of Recent Research Linking Psychological Science and Christian Spirituality. *Encounter, 11*(1), 1-9.
- Walters, G. D., & Espelage, D. L. (2018). The Significance of Variable Order in Assessing the Effect of Perceived Parental Knowledge and Peer Deviance on Participant Delinquency: A Replication and Extension. *Crime & Delinquency, 64*(11), 1417-1436.
- Worthington Jr, E. L. (Ed.). (2007). *Handbook of forgiveness*. Routledge.
- Worthington Jr, E. L. (2013). *Forgiveness and reconciliation: Theory and application*. Routledge.
- Worthington Jr, E. L., & Cowden, R. G. (2017). The psychology of forgiveness and its importance in South Africa. *South African Journal of Psychology, 47*(3), 292-304.
- Enright, R. D., Eastin, D. L., Golden, S., Sarinopoulos, I., & Freedman, S. (1991). Interpersonal forgiveness within the helping professions: An attempt to resolve differences of opinion. *Counseling and Values, 36*(2), 84-103.
- Fuemmeler, B. F., Kollins, S. H., & McClernon, F. J. (2007). Attention deficit hyperactivity disorder symptoms predict nicotine dependence and progression to regular smoking from adolescence to young adulthood. *Journal of pediatric psychology, 32*(10), 1203-1213.
- Gordon, K. C., Baucom, D. H., & Snyder, D. K. (2005). Treating couples recovering from infidelity: An integrative approach. *Journal of Clinical Psychology, 61*, 1393-1405.
- Kwok, S. Y., Gu, M., & Cheung, A. P. (2017). A longitudinal study of the role of children's altruism and forgiveness in the relation between parental aggressive discipline and anxiety of preschoolers in China. *Child abuse & neglect, 65*, 236-247.
- Liukkonen, T. (2017). *The relationship between behavior problems, gender, special education status and school performance in the early grades of school*. University of Jyväskylä.
- Orbon, M., Mercado, J., & Balila, J. (2015). Effects of forgiveness therapy on recovery among residents of drug rehabilitation centers. *Procedia-Social and Behavioral Sciences, 165*, 12-20.

Effectiveness of forgiveness program on reducing externalized behavioral problems in adolescents inhabited in Tehran's Correction and Rehabilitation Center

Sakine Pourtaleb¹

Bager Ghobari Bonab*²

Sogand Ghasemzadeh³

Abstract

Aim: The purpose of this study was to investigate the effectiveness of forgiveness program on reducing the externalized behavioral problems of adolescents in the Tehran's Correction and Rehabilitation Center. **Method:** This research was a semi-experimental study with pre-test, post-test and control group design. In this research, 30 adolescents in Correction and Rehabilitation Center with behavioral problems were selected by available sampling method. The subjects were randomly and equally assigned to experiment and control groups. The experiment group participated in 16 120 minutes forgiveness education sessions, while the control group did not. The research tool used for this study was Achenbach & Rescorla's Teacher's Report Form (2001). Data were analyzed by multivariate covariance method and analyzed using SPSS₂₃. **Results:** The results showed that forgiveness education program had a significant effect on reducing the externalized behavioral problems of adolescents with behavioral problems ($p < 0.05$). **Conclusion:** This educational program caused positive and effective results. Therefore, paying attention to forgiveness programs is essential in reducing the behavioral problems of adolescents.

Keywords

Forgiveness, educational program, behavioral problems, adolescent

1 . M.A. student in Psychology and Education of Exceptional Children, Department of Psychology, University of Tehran, Tehran, Iran

2. Corresponding author: Professor, Department of Psychology and Education of Exceptional Children, University of Tehran, Tehran, Iran bghobari@ut.ac.ir

3. Assistant Professor, Department of Psychology and Education of Exceptional Children, University of Tehran, Tehran, Iran