

## اثربخشی آموزش خودمتمایز سازی بر پر خاشگری و اجتناب تجربه‌ای نوجوانان طلاق با اختلال رفتار برونی سازی شده

تاریخ دریافت: ۹۹/۱۱/۱۱ - تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۵/۲۵

### خلاصه

**مقدمه:** طلاق پدیده‌ای است که سلامت روانی و هیجانی نوجوانان را مختل نموده و ممکن است منجر به بروز اختلال رفتار برونی سازی شده در آنان شود. بر همین اساس پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش خودمتمایز سازی بر پر خاشگری و اجتناب تجربه‌ای نوجوانان طلاق با اختلال رفتار برونی سازی شده انجام گرفت.

**روش کار:** پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه و دوره پیگیری دو ماهه بود. جامعه آماری پژوهش شامل دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی سازی شده بود که در دوره اول و دوم متوسطه در سال تحصیلی ۹۹-۱۳۹۸ در شهر شهرکرد مشغول به تحصیل بودند. در این پژوهش تعداد ۴۰ نوجوان با روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب و با گمارش تصادفی در گروه‌های آزمایش و گواه گمارده شدند. گروه آزمایش مداخله آموزش خودمتمایز سازی را طی دو و نیم ماه در ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای دریافت نمودند. پس از شروع مداخله ۴ نوجوان در گروه آزمایش و ۳ نوجوان در گروه گواه، از ادامه دریافت مداخله انصراف دادند. پرسشنامه‌های مورد استفاده در این پژوهش شامل سیاهه رفتاری کودکان و نوجوانان، پرسشنامه پر خاشگری و پرسشنامه پذیرش و عمل بود. داده‌های حاصل از پژوهش به شیوه تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر با استفاده از نرم‌افزار SPSS ویرایش ۲۳ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

**نتایج:** نتایج نشان داد که آموزش خودمتمایز سازی بر پر خاشگری (۰/۵۹) و اجتناب تجربه‌ای (۰/۶۴) نوجوانان طلاق با اختلال رفتار برونی سازی شده تأثیر معنادار دارد ( $p < 0/001$ ).

**نتیجه گیری:** یافته‌های پژوهش حاضر بیانگر آن بودند که آموزش خودمتمایز سازی با بهره‌گیری از فونونی همانند متمایز ساختن باورهای منطقی و غیرمنطقی، مجهز ساختن اعضا به مهارت‌های خاص ارتباطی و پذیرفتن مسئولیت می‌تواند به عنوان یک روش کارآمد جهت کاهش پر خاشگری و اجتناب تجربه‌ای نوجوانان طلاق با اختلال رفتار برونی سازی شده مورد استفاده قرار گیرد.

**کلمات کلیدی:** اجتناب تجربه‌ای، اختلال رفتار برونی سازی شده، خودمتمایز سازی، پر خاشگری، طلاق

سحر بیاتی اشکفتکی<sup>۱</sup>

رضا احمدی<sup>۲\*</sup>

مریم چرامی<sup>۳</sup>

احمد غضنفری<sup>۴</sup>

<sup>۱</sup> دانشجوی دکتری روان‌شناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد شهرکرد، شهرکرد، ایران.

<sup>۲</sup> استادیار گروه روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد شهرکرد، شهرکرد، ایران.

<sup>۳</sup> استادیار گروه روان‌شناسی، واحد شهرکرد، دانشگاه آزاد اسلامی، شهرکرد، ایران.

<sup>۴</sup> دانشیار گروه روان‌شناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد شهرکرد، شهرکرد، ایران.

Email: rozgarden28@yahoo.com

## مقدمه

خانواده، به عنوان بنیادی‌ترین نهاد فرهنگی و اجتماعی، پایدارترین اثرگذاری را بر اعضای خویش دارد، به طوری که نگرش‌ها، رفتارها، باورها و عواطف افراد عمیقاً تحت تأثیر بستر خانواده است (۱). عدم حضور هر یک از والدین در محیط خانواده به علت طلاق، تعادل آن را بر هم زده و موجب تضعیف کارکردهای خانواده و کاهش نظارت و کنترل اجتماعی می‌شود و به تبع آن، اعتیاد و بزهکاری، مشکلات جسمانی، آشفتگی روانی و اجتماعی و اختلال‌های رفتاری در فرزندان افزایش می‌یابد (۲). بر این اساس وقوع طلاق صرفاً به زوجین آسیب‌های روان‌شناختی وارد نمی‌آورد، بلکه سلامت روان‌شناختی فرزندان نیز از این واقعه به خطر می‌افتد (۳). چنانکه بر اساس نتایج پژوهش‌های سورک (۴)، دوران رشدی و تحولی نامساعد که به دلیل وقوع طلاق پدید می‌آید، با نارسایی هیجانی و اختلال‌های روان‌شناختی دیگر می‌تواند رابطه معنادار داشته باشد. دامنه اثرات مخرب طلاق بر فرزندان به حدی است که فرزندان دارای تجربه طلاق والدین را قربانیان بی‌وکیل می‌نامند (۵). فرزندان طلاق، از حیث اجتماعی، با چالش‌های فکری، عاطفی، هویتی و اجتماعی روبرو هستند که مانع جذب مناسب آنها در جامعه می‌شود (۶).

یکی از مشکلات رفتاری که برای فرزندان طلاق پیش می‌آید، اختلال رفتار برون‌سازي شده<sup>۱</sup> است (۷). اختلال رفتار برون‌سازي شده مشکلات و الگوهای سازش نایافته‌ای را در برمی‌گیرد که در تعارض با دیگر افراد و محیط خود را آشکار می‌سازد (۸)، که این الگوهای ناسازگار، رفتارهای قانون‌شکنانه و پرخاشگرانه‌ای را شامل می‌شوند که از آن جمله می‌توان به اختلال نقص توجه و بیش‌فعالی، اختلال سلوک و اختلال نافرمانی مقابله‌ای اشاره کرد (۹). بر اساس یافته‌های پژوهش‌های مختلف، مشاهده گردیده که کودکان و نوجوانان با اختلال رفتار برون‌سازي شده بیشتر به کلینیک‌ها ارجاع داده می‌شوند. میزان شیوع این اختلالات در جمعیت‌های ارجاع داده شده به کلینیک‌ها، بالای ۵۰ درصد گزارش شده، بنابراین بخش

عمده‌ای از موارد بالینی به این مراجعین تعلق دارد (۱۰). در حقیقت تعامل طیفی از متغیرهای زیستی، روانی و اجتماعی به عنوان عوامل زمینه‌ساز، نگهدارنده و تسریع کننده مشکلات رفتاری برون‌سازي شده عمل می‌کنند. علیرغم اهمیت عوامل زیست‌شناختی، به نظر می‌رسد عوامل نامساعد محیط خانوادگی مانند ارتباط والد فرزندی نامطلوب، سبک‌های تربیتی والدینی ناکارآمد، منفی‌گرایی، مادرانه بیش از حد و نیز نارسایی در مهارت‌های اجتماعی، در پیدایش، گسترش، تداوم و یا تشدید نشانه‌های برون‌سازي شده نقش مؤثری ایفا می‌کنند (۱۱).

یکی از رفتارهای مشاهده شده همراه با اختلال رفتار برون‌سازي شده، پرخاشگری<sup>۲</sup> است. چرا که پرخاشگری یکی از نمودهای اختلالاتی همچون اختلال نافرمانی مقابله‌ای و اختلال سلوک است (۱۲). شتامان و تاتیان (۱۳) در تعریف خود از پرخاشگری بیان نموده‌اند که پرخاشگری به کلیه اعمال منفی اطلاق می‌گردد که به صورت خشن در برابر دیگران صورت پذیرفته و باعث می‌شود تا فرد مورد هدف، به شکل منفی برانگیخته شود (۱۴). پرخاشگری از سه مؤلفه تشکیل شده است: احساس پرخاشگرانه حالت هیجانی «خشم» که زیربنای پرخاشگری و خصومت است. افکار پرخاشگرانه؛ نگرش پرخاشگرانه فراگیری است که فرد را به سوی رفتارهای نامیده می‌شود. خصومت و رفتار پرخاشگرانه نیز عبارت است از رفتار قابل مشاهده که با قصد آسیب رساندن انجام می‌شود (۱۵). پرخاشگری می‌تواند به دو صورت کلامی و غیرکلامی دیده شود. همچنین خصومت، نگرش دشمنانه نسبت به یک فرد یا گروه خاص است که می‌تواند رفتارهای پرخاشگرانه را برانگیزد. خشم، پاسخ هیجانی به تفکرات خشمگین کننده درونی است که به واسطه احساس و رفتار غیرمنصفانه ایجاد می‌شود (۱۶).

همچنین نتایج پژوهش‌های گوناگون نشان داده‌اند که پدیده طلاق معمولاً با بروز اضطراب و افسردگی در فرزندان همراه است (۱۷). این فرایند سبب بروز رفتارها و افکار اجتنابی در فرزندان طلاق می‌شود. چرا که برخی افراد به دلیل تجارب آسیب‌زای خود با

2. aggressive

1. Externalizing behavior disorder

نوجوانان طلاق با اختلال رفتار برونی‌سازی شده، ناشی از مشکلات روان‌شناختی و هیجانی این نوجوانان بوده و با در نظر گرفتن این نکته که بروز اختلال رفتار برونی‌سازی شده با ایجاد اختلال در سلامت روانی نوجوانان، آینده این افراد را نیز با آسیب جدی مواجه می‌سازد، این جوانان نیازمند مداخلاتی در کاهش پرخاشگری و اجتناب تجربه‌ای هستند که بر این اساس احساس می‌گردد آموزش خودتمایزسازی بتواند دارای اثرگذاری مناسبی باشد. علاوه بر این ضرورت دیگر انجام این پژوهش، این نکته است که فرایند توجه به سلامت روان کودکان و نوجوانان امری اجتناب‌ناپذیر است. چرا که این گروه از جامعه در آینده نزدیک، می‌بایست به ایفای نقش اجتماعی و شغلی پرداخته و آسیب‌پذیری روان‌شناختی آنان سبب می‌شود آن‌ها نتوانند کارکرد اجتماعی، روان‌شناختی و تحصیلی مناسب را از خود بروز دهند که این فرایند نشان از ضرورت انجام پژوهش حاضر دارد. خلا پژوهشی حاضر را نیز می‌توان در این نکته بررسی نمود که با توجه به نقش مخرب طلاق در بروز مشکلات رفتاری و هیجانی نوجوانان، تاکنون در پژوهشی به بررسی اثربخشی آموزش خودتمایزسازی بر پرخاشگری و اجتناب تجربه‌ای نوجوانان طلاق با اختلال رفتار برونی‌سازی شده پرداخته نشده است. بنابراین با توجه به موضوعات مطروحه و تحقیقات انجام یافته در مورد اثربخشی آموزش خودتمایزسازی، و از سوی دیگر با توجه به خلا پژوهشی حاضر به دلیل عدم انجام پژوهشی مشابه، هدف انجام پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش خودتمایزسازی بر پرخاشگری و اجتناب تجربه‌ای نوجوانان طلاق با اختلال رفتار برونی‌سازی شده است.

### روش کار

طرح پژوهش حاضر، از نوع نیمه‌آزمایشی با پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه گواه و مرحله پیگیری دو ماهه بود. جامعه آماری پژوهش شامل دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده بود که در دوره اول و دوم متوسطه در سال تحصیلی ۹۹-۱۳۹۸ در شهر شهرکرد مشغول به تحصیل بودند. جهت انتخاب حجم نمونه از روش نمونه‌گیری هدفمند استفاده شد. بدین صورت که با مراجعه به ۱۵ آموزشگاه متوسطه اول و دوم شهرکرد، دانش‌آموزان با والدین مطلقه مورد شناسایی قرار گرفتند. سپس به دانش‌آموزان دارای والدین مطلقه، سیاهه رفتاری کودکان و نوجوانان به آنها ارائه شد تا بدین‌وسیله از وجود اختلال رفتاری برونی‌سازی شده در نزد این دانش‌آموزان اطمینان حاصل گردد. علاوه بر این در این مرحله مصاحبه بالینی نیز صورت گرفت. سپس از بین دانش‌آموزانی که با پرسشنامه دارای اختلال رفتاری برونی‌سازی شده تشخیص داده شدند (کسب نمرات بالاتر از ۶۳؛ یعنی یک انحراف معیار

اجتناب کردن از تجارب هیجانی منفی خود سعی می‌کنند اضطراب خود را کاهش دهند. به این عمل یعنی اجتناب کردن از تجارب درونی (مثل هیجان‌های منفی، افکار و حس‌های بدنی) اجتناب تجربه‌ای گفته می‌شود (۱۸). اجتناب تجربه‌ای، سازه‌ای است که به منظور اجتناب از تجارب دردناک به کار برده می‌شود این سازه شامل دو بخش است: بی‌میلی نسبت به برقراری تماس با تجارب شخصی (حساسیت‌های بدنی هیجان‌ات، افکار، خاطرات و زمینه‌های رفتاری) و تلاش برای اجتناب از تجارب دردناک یا وقایعی که باعث فراخواندن این تجارب می‌گردند (۱۹). اجتناب تجربه‌ای فرآیندی است شامل ارزیابی‌های منفی افراطی از حس‌ها، احساسات و افکار خصوصی ناخواسته و فقدان تمایل به تجربه کردن این رویدادهای خصوصی و تلاش‌هایی عمدی برای کنترل یا فرار از آنها (۲۰).

روش‌های درمانی مختلفی برای کودکان و نوجوانان طلاق به کار گرفته شده است. از جمله این روش‌ها می‌توان به آموزش خودتمایزسازی<sup>۲</sup> اشاره که کارآیی آن در بهبود مولفه‌های روان‌شناختی فرزندان طلاق تأیید شده است (۲۱-۲۹). خودتمایزسازی بر پایه پژوهش‌های بوون بنا نهاده شده است. وی بر این باور است که خودتمایزسازی نه تنها فرایند درمانی بلکه تکنیک درمانی نیز محسوب می‌شود (۲۸). آموزش خودتمایزسازی به دنبال این هدف است که اشخاص به طور مستقل بر اساس شخصیت خود و نه دیگران، عواطف و افکار خود را کنترل کنند و به دنبال سرنگ-هایی بگردند حاکی از این که چگونه اضطراب و فشارهای گوناگون بر فرد ظاهر می‌شود و چگونه فرد می‌تواند از همان آغاز با فشارهای روانی به طرز موثری انطباق پیدا کند (۳۰). خودتمایزسازی شامل دو بعد درون‌روانی و بین‌فردی می‌شود. بعد درون‌روانی خودتمایزسازی عبارت از میزان توانایی فرد برای تفکر واقع‌بینانه راجع به موضوعات سرشار از عاطفه در خانواده است و موجب رشد الگوهی خودانعکاسی به منظور شناخت خودمان می‌شود. بعد بین‌فردی خودتمایزسازی یعنی توانایی به دست آوردن کنترل عاطفی و در عین حال، ماندن در جو عاطفی شدید خانواده (۳۱).

در باب ضرورت انجام پژوهش حاضر می‌توان گفت، با توجه به این که وجود اختلال‌های رفتاری همچون پرخاشگری و اجتناب تجربه‌ای در

1. Experiential avoidance

2. Self-Differentiation

3. Bowen

(۳۲). پرسشنامه پرخاشگری دارای اعتبار و روایی قابل قبولی است. نتایج ضریب بازآزمایی برای چهار زیرمقیاس ۰/۸۰ تا ۰/۸۲ و همبستگی بین چهار زیرمقیاس ۰/۳۸ تا ۰/۴۹ بدست 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 بوده است (۳۳). در پژوهش حاضر نیز میزان پایایی پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۲ محاسبه شد.

**سیاهه رفتاری کودکان (CBI):** سیاهه رفتاری کودکان در سال ۲۰۰۱ توسط آخنباخ و رسکورا برای سنجش مشکلات هیجانی و رفتاری کودکان تهیه شده است. سیاهه رفتاری کودکان از دو قسمت تشکیل شده است: بخش اول به بررسی صلاحیت کلی کودک در سه مقیاس فعالیت‌ها، مقیاس اجتماعی و مدرسه می‌پردازد و شامل ۱۳ ماده است. بخش دوم به بررسی مشکلات هیجانی و رفتاری می‌پردازد که شامل ۱۱۳ ماده است (۳۴). پاسخدهی بر اساس طیف لیکرت انجام می‌شود: شامل سه گزینه نادرست است (نمره صفر)، گاهی درست است (نمره یک) و غالباً درست است (نمره دو). نمره مشکلات هیجانی و رفتاری از طریق جمع نمره‌های مشکلات رفتاری درونی‌سازی شده (شامل محورهای گوشه‌گیری، مشکلات بدنی، اضطراب و افسردگی، مشکلات برونی‌سازی شده (شامل محورهای پرخاشگری و رفتارهای بزهکارانه) و مشکلات توجه، مشکلات تفکر و مشکلات اجتماعی به‌دست می‌آید. دامنه نمرات مشکلات رفتاری و هیجانی از صفر تا ۲۴۰ و گستره نمرات t برای دامنه مرزی از ۶۰ تا ۶۳ و بالاتر از نمره ۶۳ برای دامنه بالینی در نظر گرفته شده است (۳۴). گلاس (۳۵) در نتایج پژوهش خود اعتبار بازآزمایی و همسانی درونی را برای این مقیاس به ترتیب ۰/۹۴ و ۰/۹۷، مشکلات برونی‌سازی شده ۰/۹۲ و ۰/۹۴ و مشکلات درونی‌سازی شده ۰/۹۱ و ۰/۹۰ گزارش کرده است. در پژوهش گلپایگانی، بیات، مجدیان و آقابزرگی (۳۶) نیز میزان پایایی سیاهه رفتاری کودکان، مشکلات برونی‌سازی شده و مشکلات درونی‌سازی شده با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۸۸، ۰/۹۲ و ۰/۹۰ به دست آمد. در پژوهش حاضر میزان پایایی سیاهه رفتاری کودکان، در بعد مشکلات برونی‌سازی شده ۰/۹۰ به دست آمد.

**پرسشنامه پذیرش و عمل (AAQ):** پرسشنامه پذیرش و عمل را بوند و همکاران (۳۷) ساخته‌اند. این پرسشنامه ۱۰ ماده دارد. این

بالاتر از میانگین)، تعداد ۴۰ نفر از آنها را به ترتیب نمره کسب شده در سیاهه رفتاری کودکان و نوجوانان انتخاب و به صورت تصادفی در گروه‌های آزمایش و گواه گمارده شدند (۲۰ دانش‌آموز در گروه آزمایش و ۲۰ دانش‌آموز در گروه گواه). تعداد نمونه با در نظر گرفتن احتمال ریزش مشخص شد. سپس گروه آزمایش مداخلات آموزشی مربوط به خودمتمایزسازی را در طی دو ماه و نیم به صورت هفته‌ای یک جلسه ۹۰ دقیقه‌ای دریافت نمودند. این در حالی است که گروه گواه هیچگونه مداخله‌ای را در طول پژوهش دریافت نکرده و در انتظار دریافت مداخلات حاضر بودند. پس از اتمام جلسات پس‌آزمون اجرا و برای اطمینان از ثبات نتایج مرحله پیگیری اجرا شد. پس از شروع مداخلات تعداد ۴ دانش‌آموز در گروه آزمایش و تعداد ۳ دانش‌آموز در گروه گواه، از ادامه دریافت مداخله انصراف دادند. بر این اساس تعداد نهایی نمونه پژوهش حاضر ۳۳ نفر بود (۱۶ دانش‌آموز در گروه آزمایش و ۱۷ دانش‌آموز در گروه گواه). ملاک‌های ورود به پژوهش شامل داشتن والدین مطلقه، کسب نمره ۶۳ و بالاتر در سوالات مربوط به اختلال رفتاری برونی‌سازی شده در سیاهه رفتاری کودکان نوجوانان، داشتن سن ۱۳-۱۸ سال (حضور در در پایه تحصیلی هفتم، هشتم، نهم، دهم، یازدهم و دوازدهم)، رضایت نوجوان و والد جهت شرکت فرزند خود در پژوهش، نداشتن بیماری جسمی و روان‌شناختی حاد و مزمن دیگر (با توجه به پرونده سلامت و مشاوره‌ای آنان) و عدم دریافت مداخله روان‌شناختی همزمان بود. همچنین ملاک‌های خروج از پژوهش داشتن بیش از دو جلسه غیبت، عدم همکاری و انجام ندادن تکالیف مشخص شده در کلاس و عدم تمایل به ادامه حضور در فرایند انجام پژوهش بود.

### ابزار پژوهش

**پرسشنامه پرخاشگری (AQ):** پرسشنامه پرخاشگری توسط باس و پری (۳۲) ساخته و مورد بازنگری قرار گرفته است. این پرسشنامه یک ابزار خودگزارشی است که شامل ۲۹ عبارت و چهار زیرمقیاس است، زیرمقیاس‌های آن عبارت است از خشم، پرخاشگری بدنی، پرخاشگری کلامی و خصومت است. آزمودنی‌ها به هریک از عبارات در یک طیف ۵ درجه‌ای از کاملاً شبیه به من است (۵) تا حدودی شبیه به من است (۴) نه شبیه به من است نه شبیه به من نیست (۳) تا حدودی شبیه به من نیست (۲) به شدت شبیه به من نیست (۱) پاسخ دادند. نمره کل پرخاشگری از جمع کل نمره‌ها حاصل می‌شود. بدین صورت که دامنه نمرات پرسشنامه بین ۲۹ تا ۱۴۵ است. کسب نمره بالاتر نشان دهنده پرخاشگری بیشتر است

2. Children's Behavioral Inventory

3. Acceptance and Action Questionnaire

1. Aggression Questionnaire

روایی افتراقی نشان داد عامل اجتناب از تجارب هیجانی در دو گروه بالینی و غیربالینی تفاوت معناداری دارد. ولی عامل کنترل روی زندگی تفاوت معناداری در دو گروه نشان نداد. در پژوهش حاضر نیز پایایی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۲ به دست آمد.

### روند اجرای پژوهش

جهت انجام پژوهش ابتدا هماهنگی‌های لازم با معاونت پژوهش اداره کل آموزش و پرورش و مسئولان آموزش و پرورش شهرستان شهرکرد انجام و مجوز حضور در مدارس دریافت شد. سپس با مراجعه به مدارس دوره متوسطه اول و دوم، دانش‌آموزان با دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی جهت شرکت در پژوهش مورد شناسایی قرار گرفت. سپس با رضایت کتبی از نوجوانان و والدین آنها، نوجوانان انتخاب شده در گروه‌های آزمایش و گواه (۲۰ دانش‌آموز در گروه آزمایش و ۲۰ دانش‌آموز در گروه گواه) گمارده شدند. پس از گمارش، پرسشنامه‌های پژوهش اجرا شد. در نهایت، بر روی گروه‌های آزمایش مداخله آموزش خودمتمایزسازی در طی دو و نیم ماه به صورت هفته‌ای یک جلسه ۹۰ دقیقه‌ای انجام شد در حالی که گروه گواه مداخله حاضر را دریافت نکرد. پس از دوره‌ای دو ماهه، مرحله پیگیری نیز اجرا شد. پس از شروع مداخلات تعداد ۴ دانش‌آموز در گروه آزمایش و تعداد ۳ دانش‌آموز در گروه گواه، از ادامه دریافت مداخله انصراف دادند. بر این اساس تعداد نهایی نمونه پژوهش حاضر ۳۳ نفر بود (۱۶ دانش‌آموز در گروه آزمایش و ۱۷ دانش‌آموز در گروه گواه).

پرسشنامه سازه‌ای را می‌سنجد که به تنوع، پذیرش، اجتناب تجربه‌ای و انعطاف‌ناپذیری روان‌شناختی برمی‌گردد. در ایران عباسی، فتی، مولودی و ضرابی (۳۸) مشخصات روان‌سنجی این پرسشنامه را در پژوهشی گزارش دادند. تحلیل عاملی اکتشافی ۲ عامل اجتناب از تجارب هیجانی و کنترل روی زندگی را نشان داد. گویه‌ها براساس مقیاس ۷ درجه‌ای لیکرت است که از امتیاز ۱ (هرگز درست نیست) تا ۷ (همیشه درست است) درجه‌بندی شده است. سوالات ۱، ۶ و ۱۰ به شکل معکوس نمره‌گذاری می‌شود. حداقل نمره این پرسشنامه ۱۰ و حداکثر نمره ۷۰ می‌باشد. افزایش نمره در نتایج حاصل از اجرای این پرسشنامه بیان‌کننده افزایش اجتناب تجربه‌ای و کاهش انعطاف‌پذیری روان‌شناختی آزمودنی است. مشخصات روان‌سنجی نسخه اصلی بدین شرح است: نتایج ۲۸۱۶ شرکت‌کننده با ۶ نمونه نشان داد که این ابزار پایایی، روایی و اعتبار سازه رضایت‌بخشی دارد. میانگین ضریب آلفا ۰/۸۴ و پایایی بازآزمایی در فاصله ۳ و ۱۲ ماه به ترتیب ۰/۸۱ و ۰/۷۹ به دست آمد. نتایج نشان داد که پرسشنامه پذیرش و عمل به صورت همزمان، طولی و افزایشی دامنه‌ای از نتایج از سلامت ذهنی تا میزان غیبت از کار را پیش‌بینی می‌کند که همسان با نظریه زیربنایی آن است. این ابزار همچنین اعتبار تمیزی مناسبی را نشان می‌دهد. به نظر می‌رسد نسخه دوم پرسشنامه پذیرش و عمل مفهوم مشابه با نسخه اول را اندازه می‌گیرد، اما ثبات روان‌سنجی بهتری دارد (۳۷). در پژوهش عباسی و همکاران (۳۸) همسانی درونی پرسشنامه (۷۱-۸۹) در گروه‌های بالینی و غیربالینی رضایت‌بخش بود. به علاوه اجتناب تجربه‌ای از هیجان با نشانه‌های افسردگی و اضطراب، مشکل در تنظیم هیجان و شاخص‌های ناراحتی در پرسشنامه سلامت روان رابطه معناداری را نشان داد. همچنین نتیجه

### جدول ۱. مداخلات مربوط به آموزش خودمتمایزسازی (۲۱)

جلسه	هدف	موضوع	تکالیف
اول	معرفی اعضا	آشنایی با اعضای گروه، بیان قوانین و اهداف گروه و ایجاد حس تعهد برای ادامه جلسات	نوشتن ویژگی‌های خود
دوم	آشنایی با مرزهای ارتباطی در زندگی شخصی	بحث در مورد آداب و رسوم ناگفته و نقش‌های ناآگاهانه موروثی در خانواده	از اعضا خواسته می‌شود تا به شیوه ای مصور، نسل نگار که پیشینه خانوادگی آنها در آن ترسیم می‌شود را تا ۳ نسل قبل ترسیم کنند.
سوم	شناسایی تعابیر و تفاسیر و جدا کردن آنها از واقعیت	تمایز ساختن باورهای منطقی و غیرمنطقی در رابطه با دیگران	از اعضا خواسته می‌شود تا هریک از آنها ۳ حادثه یا تجربه خود را یادداشت کنند و سپس احساس و فکر و رفتار خود را مشخص سازند.
چهارم	پرورش پایه‌ای محکم برای برقرای صمیمیت	آشنا کردن اعضا با نیازهای روانی خود از قبیل نیاز به شهرت، نیاز به دوست داشتن، نیاز به مهربانی، نیاز به احترام، نیاز به خودشکوفایی و ...	چند واقعه که موجب شادی، ترس، خشم و ... شده است را یادداشت نمایند و مشخص نمایند که علت آنها چه بوده است.

پنجم	مجهز ساختن اعضا به مهارت‌های خاص ارتباطی	حاکم بین خود و دیگران	توجه به روابط خود با دیگران در طول هفته و این که هر روز یک واقعه را یادداشت کرده و تفسیر خود از آن را بیان نمایند.
ششم	بررسی انتخاب‌ها و پذیرفتن مسئولیت	پذیرش مسئولیت هر یک از اعضا برای پرورش یک رابطه	لیست کردن اشتباهاتی که در طول هفته انجام داده و مسئولیت آن را می‌پذیرد.
هفتم	آشنایی با مرزها و حیطه‌های کنترل فرد در زندگی شخصی	استفاده از تصویرسازی ذهنی جهت تشخیص فرد از اینکه در یک موقعیت خاص چه برنامه‌ای را طرح می‌کند و به دنبال پیروی از شرایط است یا کنترل خودش	بیان دو داستان فرضی از موقعیت آشفته‌ساز و بررسی پاسخ خود به آن موقعیت
هشتم	یکپارچه ساختن ارزش‌ها و تجارب در ارتباطات	بررسی نقشی که فرد ناآگاهانه آن را ایفا می‌کند.	خاطرات خود را در دوران کودکی یادداشت کنند و در رابطه با نقش خود در آنها قضاوت کنند.
نهم	خودشناسی عمیق‌تر هر یک از اعضا	بیان ویژگی‌های مثبت و منفی هر یک از اعضا و پذیرفتن و دوست داشتن هر یک از صفات	بررسی این سوال که من در حال حاضر چه کسی هستم و چه باید باشم و بررسی احساسی که در پایان پاسخ به این سوال دارند چیست؟
دهم	گرفتن بازخورد از همدیگر	روشن کردن نقاط قوت و ضعف شخصی، که در روابط بین فردی و درون فردی موثر است. نظرخواهی هر یک از افراد در مورد دوره و بیان افکار و احساس خود از این دوره.	

در این پژوهش برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از دو سطح آمار توصیفی و استنباطی استفاده شده است. در سطح آمار توصیفی از میانگین و انحراف استاندارد و در سطح آمار استنباطی از آزمون شاپیرو-ویلک جهت بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها، آزمون لوین برای بررسی برابری واریانس‌ها، آزمون موجلی جهت بررسی پیش فرض کرویت داده‌ها و همچنین از تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر برای بررسی فرضیه پژوهش استفاده گردید. نتایج آماری با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS-۲۳ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

### نتایج

یافته‌های جمعیت‌شناختی نشان داد که دانش‌آموزان حاضر در پژوهش دارای سن ۱۳ تا ۱۸ سال بودند که بیشترین فراوانی در گروه آزمایش

مربوط به ۱۶ سال (تعداد ۵ نفر معادل ۳۱/۲۵ درصد) و در گروه گواه نیز مربوط به ۱۵ سال (تعداد ۴ نفر ۲۳/۵۳ درصد) بود. علاوه بر این، دانش‌آموزان در در پایه‌های هفتم، هشتم، نهم، دهم، یازدهم و دوازدهم مشغول به تحصیل بودند که بیشترین فراوانی در گروه آزمایش مربوط به پایه دهم (تعداد ۵ نفر معادل ۳۲/۲۵ درصد) و در گروه گواه نیز مربوط به پایه نهم (تعداد ۵ نفر معادل ۲۹/۴۱ درصد) بود. میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای وابسته پژوهش در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری، به تفکیک دو گروه آزمایش و گواه، در جدول ۲، ارائه شده است.

جدول (۲): میانگین و انحراف استاندارد پرخاشگری و اجتناب تجربه‌ای در دو گروه آزمایش و گواه

مولفه‌ها	گروه‌ها	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	پیگیری
		میانگین	انحراف معیار	میانگین
پرخاشگری	گروه آزمایش	۱۲۱/۹۳	۱۴/۹۰	۱۱۴/۴۳
	گروه گواه	۱۲۰/۰۵	۱۴/۷۵	۱۲۱/۰۵
اجتناب تجربه‌ای	گروه آزمایش	۲۸/۱۲	۷/۵۰	۳۴/۳۷
	گروه گواه	۳۲/۵۰	۹/۳۶	۳۲/۵۰

۶/۹۳	۲۶/۳۵	۶/۶۸	۲۵/۹۴	۷/۵۰	۲۷/۴۱	گروه گواه
<p>معدار نبود که این یافته می داد پیش فرض همگنی واریانس ها رعایت شده است (<math>p &gt; 0/05</math>). از طرفی نتایج آزمون t نشان داد که تفاوت نمره های پیش آزمون گروه های آزمایش و گروه گواه در متغیرهای وابسته (پرخاشگری و اجتناب تجربه ای) معنادار نبوده است (<math>p &gt; 0/05</math>). همچنین نتایج آزمون موچلی بیانگر آن بود که پیش فرض کرویت داده ها در متغیرهای پرخاشگری و اجتناب تجربه ای رعایت شده است (<math>p &gt; 0/05</math>).</p>						
<p>قبل از ارائه نتایج تحلیل آزمون واریانس با اندازه گیری مکرر، پیش فرض های آزمون های پارامتریک مورد سنجش قرار گرفت. بر همین اساس نتایج آزمون شاپیرو ویلک بیانگر آن بود که پیش فرض نرمال بودن توزیع نمونه ای داده ها در متغیرهای پرخاشگری و اجتناب تجربه ای در گروه های آزمایش و گواه در مراحل پیش آزمون، پس-آزمون و پیگیری برقرار است (<math>p &gt; 0/05</math>). همچنین پیش فرض همگنی واریانس نیز توسط آزمون لوین مورد سنجش قرار گرفت که نتایج آن</p>						

### جدول ۳: تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر جهت بررسی تاثیرات درون و بین گروهی

متغیرها	مجموع	درجه	میانگین	مقدار f	مقدار p	اندازه اثر	توان آزمون
	مجذورات	آزادی	مجذورات				
مراحل	۱۹۱/۵۲	۲	۹۵/۷۶	۲۸/۱۶	۰/۰۰۰۱	۰/۴۷	۱
پرخاشگری	۲۱۴/۴۴	۱	۲۱۴/۴۴	۱۵/۲۵	۰/۰۰۱	۰/۳۱	۰/۹۸
تعامل مراحل و گروه بندی	۳۱۴/۰۲	۲	۱۵۷/۰۱	۴۶/۱۷	۰/۰۰۰۱	۰/۵۹	۱
خطا	۲۱۰/۸۲	۶۲	۳/۴۰				
مراحل	۹۸/۸۵	۲	۴۹/۴۲	۲۱/۰۹	۰/۰۰۰۱	۰/۴۱	۱
اجتناب	۶۴۲/۶۶	۱	۶۴۲/۶۶	۱۷/۷۷	۰/۰۰۰۱	۰/۳۹	۰/۹۹
تعامل مراحل و گروه بندی	۲۵۹/۲۶	۲	۱۲۹/۶۳	۵۵/۳۲	۰/۰۰۰۱	۰/۶۴	۱
خطا	۱۴۵/۲۶	۶۲	۲/۳۴				

عامل زمان هم بر نمرات پرخاشگری و اجتناب تجربه ای نوجوانان طلاق با اختلال رفتار برون سازی شده معنادار بوده و به ترتیب ۵۹ و ۶۴ درصد از تفاوت در نمرات پرخاشگری و اجتناب تجربه ای را تبیین می کند. توان آماری هم، حاکی از دقت آماری بالا و کفایت حجم نمونه می باشد. در مجموع می توان گفت آموزش خودمتمایز سازی بر پرخاشگری و اجتناب تجربه ای نوجوانان طلاق با اختلال رفتار برون سازی شده در مراحل مختلف مورد ارزیابی تاثیر داشته است. حال در ادامه در جدول ۴ مقایسه زوجی میانگین نمرات پرخاشگری و اجتناب تجربه ای آزمودنی ها بر حسب مرحله ارزیابی ارائه می شود.

نتایج آزمون واریانس با اندازه گیری مکرر نشان می دهد عامل زمان یا مرحله ارزیابی تاثیر معناداری بر نمرات پرخاشگری و اجتناب تجربه ای نوجوانان طلاق با اختلال رفتار برون سازی شده داشته و به ترتیب ۴۷ و ۴۱ درصد از تفاوت در واریانس های این متغیرها را تبیین می کند. علاوه بر این، تاثیر عامل عضویت گروهی (آموزش خودمتمایز سازی) هم بر نمرات پرخاشگری و اجتناب تجربه ای نوجوانان طلاق با اختلال رفتار برون سازی شده معنادار بوده و به ترتیب ۳۱ و ۳۹ درصد از تفاوت در نمرات این دو متغیر را تبیین می کند. از طرفی این نتایج بیان گر آن است که اثر متقابل نوع درمان و

### جدول ۴: بررسی تفاوت های دو به دو مقایسه مراحل پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری

متغیر	مراحل آزمون	تفاوت میانگین ها	خطای انحراف معیار	مقدار معناداری
پس آزمون	۳/۲۵	۰/۵۲	۰/۰۰۰۱	
پرخاشگری	۲/۵۱	۰/۴۸	۰/۰۰۱	

پیش‌آزمون	پس‌آزمون	پیش‌آزمون	پس‌آزمون
۳/۲۵	۰/۵۲	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱
۰/۷۳	۰/۳۲	۰/۰۹۷	۰/۰۹۷
۲/۳۹	۰/۴۸	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱
۱/۶۵	۰/۳۷	۰/۰۱	۰/۰۱
۲/۳۹	۰/۴۸	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱
۰/۷۴	۰/۲۳	۰/۱۱	۰/۱۱

و همکاران (۲۷) مبنی بر نقش خودمتمایزسازی در پیش‌بینی سازگاری با شرایط چالش‌برانگیز در دانشجویان پرستاری و با یافته دوبا و همکاران (۲۸) مبنی بر نقش خودمتمایزسازی در بروز رفتارهای آسیب‌زای نوجوانان همسو بود.

در تبیین یافته حاضر مبنی بر اثربخشی آموزش خودمتمایزسازی بر پرخاشگری نوجوانان طلاق با اختلال رفتار برون‌سازي شده می‌توان بیان کرد که آموزش خودمتمایزسازی به دنبال این هدف است که اشخاص به طور مستقل بر اساس شخصیت خود و نه دیگران، عواطف و افکار خود را کنترل کنند و به دنبال «سرنخ‌هایی بگردند حاکی از این که چگونه اضطراب و فشارهای گوناگون بر فرد ظاهر می‌شود و چگونه فرد می‌تواند از همان آغاز بر اضطراب به طرز مؤثری انطباق پیدا کند (۳۰). بر این اساس خودمتمایزسازی مفهومی است که به منظور توصیف الگوهای تعاملی خانواده مورد استفاده قرار گرفته است، تا فاصله اعضای خانواده را تنظیم کند و با توجه به سن، تعادلی مناسب بین فردیت و صمیمیت برقرار سازد. با توجه به مفروضه زیربنایی نظریه خودمتمایزسازی که اضطراب و آسیب‌های روان‌شناختی مهار نشده به اختلال در عملکرد خانوادگی منجر می‌شود، لزوم آموزش خودمتمایزسازی، برای دانش‌آموزانی که در جو خانوادگی متفاوت، آشفتگی و همراه با طلاق به سر می‌برند، بیش از پیش احساس می‌شود. علاوه بر این، باید اشاره کرد که بر اساس نظریه خودمتمایزسازی، کودکان و نوجوانان نیز همانند بزرگسالان قادر به تفکیک احساس از تفکر خود هستند (۲۸). بر این اساس می‌توان گفت آموزش خودمتمایزسازی سبب می‌شود که نوجوانان دارای والدین مطلقه خود را از آمیختگی با احساسات حاصل از جدایی والدین جدا کرده و بتوانند مدیریت بهتری بر فرایندهای هیجانی، روانی و شناختی خود داشته باشند. کسب و ادراک توانایی در این حوزه سبب می‌شود که نوجوان، قدرت حل مساله و کنترل رفتاری بیشتری از خود بروز داده و در نتیجه پرخاشگری کمتری را تجربه نمایند.

یافته دوم پژوهش حاضر نشان داد که آموزش خودمتمایزسازی بر اجتناب تجربه‌ای نوجوانان طلاق با اختلال رفتار برون‌سازي شده تأثیر

همانگونه نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد، بین میانگین نمرات مرحله پیش‌آزمون با پس‌آزمون و پیگیری در متغیرهای پرخاشگری و اجتناب تجربه‌ای تفاوت معنادار وجود دارد. این بدان معناست که آموزش خودمتمایزسازی توانسته به شکل معناداری نمرات پس‌آزمون و پیگیری را نسبت به مرحله پیش‌آزمون دچار تغییر نمایند. چنانکه یافته‌های توصیفی نیز بیانگر کاهش میانگین نمرات متغیرهای پرخاشگری و اجتناب تجربه‌ای نوجوانان طلاق با اختلال رفتار برون‌سازي شده بود. یافته دیگر این جدول نشان داد که بین میانگین نمرات مرحله پس‌آزمون و پیگیری تفاوت معنادار وجود ندارد. این یافته را می‌توان این چنین تبیین نمود که نمرات متغیرهای پرخاشگری و اجتناب تجربه‌ای نوجوانان طلاق با اختلال رفتار برون‌سازي شده که در مرحله پس‌آزمون دچار کاهش معنادار شده بود، توانسته این تغییر را در طول دوره پیگیری نیز حفظ نماید. در یک جمع‌بندی می‌توان بیان نمود آموزش خودمتمایزسازی توانسته منجر به کاهش معنادار میانگین نمرات متغیرهای پرخاشگری و اجتناب تجربه‌ای نوجوانان طلاق با اختلال رفتار برون‌سازي شده در مرحله پس‌آزمون شده و این اثر در مرحله پیگیری نیز ثابت خود را حفظ نموده است.

### بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش خودمتمایزسازی بر پرخاشگری و اجتناب تجربه‌ای نوجوانان طلاق با اختلال رفتار برون‌سازي شده انجام گرفت. یافته اول پژوهش حاضر نشان داد که آموزش خودمتمایزسازی بر پرخاشگری نوجوانان طلاق با اختلال رفتار برون‌سازي شده تأثیر معنادار دارد. بدین صورت که این مداخله توانسته منجر به کاهش پرخاشگری این نوجوانان شود. یافته حاضر همسو با نتایج پژوهش کاظمیان و اسمعیلی (۲۱) مبنی بر اثربخشی آموزش خودمتمایزسازی بر کاهش اضطراب فرزندان خانواده‌های طلاق؛ با یافته محمدی (۲۵) مبنی بر اثربخشی آموزش خودمتمایزسازی بر تنظیم هیجان، پردازش هیجانی و خودپنداره دانش‌آموزان با والدین طلاق گرفته، با گزارشات رضائی‌نژاد و همکاران (۲۳) مبنی بر نقش خودمتمایزسازی در پیش‌بینی ناگویی خلقی و تنظیم شناختی هیجان دانش‌آموزان دختر، با نتایج پژوهش لیبو



مولفه‌های روان‌شناختی و هیجانی است که با بکارگیری آموزش خودمتمایزسازی، تفکر، شناخت و هیجان خود را از فرایند آسیب‌زای متارکه والدین جدا سازند. این روند سبب می‌شود نوجوانان طلاق با اختلال رفتار برون‌سازي شده رفتارهای آسیب‌زای خود را کاهش داده و از این طریق از مواجهه با افکار مربوط به طلاق والدین نهراسیده و از اجتناب شناختی و رفتاری آنان نیز کاسته شود. علاوه بر این می‌توان بیان نمود که هدف خودمتمایزسازی، افزایش میزان سازگاری فرد با تغییرات زندگی و در نتیجه بهبود فرایندهای هیجانی و افزایش سلامت روان‌شناختی افراد است (۲۶). خودمتمایزسازی بیانگر آن است که افراد، چقدر قادرند بین فرآیند عقلی و احساسی خود، تفکیک قائل شوند. به عبارت دیگر درجه توانایی فرد برای اجتناب از تبعیت خودکار از احساسات، بیانگر میزان تفکیک خویشتن است. بر این اساس آموزش خودمتمایزسازی دقیقاً بر همین فرایند متمرکز است و تلاش می‌کند که فرایند شناختی و هیجانی و پردازش حاصل از آنها تحت تاثیر مطلق احساسات نباشد. بنابراین آموزش خودمتمایزسازی، توازن میان احساسات و شناخت را ایجاد می‌کند. با برقراری این توازن در اثر آموزش خودمتمایزسازی نوجوانان طلاق با اختلال رفتار برون‌سازي شده بهتر می‌توانند خود را از بستر احساسات جدا کرده و با برقراری توازن بین شناخت و احساسات، می‌توانند اجتناب رفتاری، هیجانی و تجربه‌ای کمتری را از خود بروز دهند.

پیشنهاد می‌شود با تهیه برشور و کتابچه‌ای علمی، آموزش خودمتمایزسازی به مشاوران آموزشگاه‌های آموزش و پرورش ارائه داده شود تا آنها با بکارگیری محتوای این مداخله، جهت کاهش پرخاشگری و اجتناب تجربه‌ای نوجوانان طلاق با اختلال رفتار برون‌سازي شده گامی عملی برداشته باشند.

### تشکر و قدردانی

مقاله حاضر برگرفته از رساله دوره دکترای تخصصی سحر بیاتی اشکفتکی در دانشگاه آزاد اسلامی واحد شهرکرد بود. بدین وسیله از تمام نوجوانان حاضر در پژوهش و مسئولین آموزش و پرورش شهر شهرکرد که همکاری کاملی جهت اجرای پژوهش داشتند، قدردانی به عمل می‌آید.

معنادار دارد. بدین صورت که این مداخله توانسته منجر به اجتناب تجربه‌ای این نوجوانان شود. یافته حاضر با نتایج پژوهش کارخانه و همکاران (۲۲) مبنی بر تاثیر آموزش مبتنی بر خودمتمایزسازی بر جرات‌ورزی زنان؛ با یافته حیدری و حبیبی (۲۶) مبنی بر اثربخشی آموزش خودمتمایزسازی بر پریشانی روان‌شناختی و سازگاری اجتماعی نوجوانان طلاق؛ با گزارشات ترخان (۲۴) مبنی بر نقش پیش‌بینی خودمتمایزسازی شناختی در بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان؛ و با یافته کیم و همکاران (۲۹) مبنی بر نقش موثر خودمتمایزسازی در بروز سلامت روانی و هیجانی همسو بود. در تبیین یافته حاضر مبنی بر اثربخشی آموزش خودمتمایزسازی بر اجتناب تجربه‌ای نوجوانان طلاق با اختلال رفتار برون‌سازي شده باید بیان نمود که افراد تمایز یافته به آسانی تحت تاثیر دیگران و همچنین پردازش‌های شناختی و روانی قرار نمی‌گیرند و نشانه آسیب را نشان نمی‌دهند (۲۹). بر این اساس آموزش خودمتمایزسازی با ایجاد فرایند تمایز یافتگی سبب می‌شود تا نوجوانان طلاق با اختلال رفتار برون‌سازي شده تحت تاثیر عوامل بیرونی آسیب‌زا همانند طلاق والدین قرار نگرفته و از طرفی رفتار و افکار اجتنابی کمتری را نیز از خود نشان داده و در نتیجه از اجتناب تجربه‌ای آنان کاسته شود. همچنین تحقیقات بسیاری نشان داده‌اند میزان تفکیک خویشتن در خانواده‌های طلاق به مراتب پایین‌تر از سایر خانواده‌ها است (۲۲). این موضوع بیانگر اهمیت و نقش آموزش خودمتمایزسازی در بهبود محدود بودن دامنه تحقیق به نوجوانان طلاق با اختلال رفتار برون‌سازي شده شهرستان شهرکرد؛ عدم بهره‌گیری از روش نمونه‌گیری تصادفی و عدم مهار متغیرهای اثرگذار محیطی، خانوادگی و فردی بر پرخاشگری و اجتناب تجربه‌ای نوجوانان طلاق با اختلال رفتار برون‌سازي شده از محدودیت‌های پژوهش حاضر بود. بنابراین پیشنهاد می‌شود برای افزایش قدرت تعمیم‌پذیری نتایج، در سطح پیشنهاد پژوهشی، این پژوهش در سایر استان‌ها و مناطق و جوامع دارای فرهنگ‌های متفاوت، دیگر نوجوانان همانند نوجوانان دارای اختلال رفتار مقابله‌ای، اختلال سلوک و ...، مهار عوامل ذکر شده و روش نمونه‌گیری تصادفی اجرا شود. با توجه به اثربخشی آموزش خودمتمایزسازی بر پرخاشگری و اجتناب تجربه‌ای نوجوانان طلاق با اختلال رفتار برون‌سازي شده، در سطح کاربردی

### Reference

1. Khodadadi J, Kolaei A. Developing a Conceptual Model of Marital Satisfaction in a Healthy Family Based on Cultural Context, *Journal of Culture of Counseling and Psychotherapy*. 2021; 11(41): 27-60. (In Persian)
2. Gharedaghi E, Mobini Kesheh F. Comparison of self-concept, gender role and emotional maturity in children with and without parental divorce experience, *Quarterly Journal of Counseling Culture and Psychotherapy*. 2021; 11(42): 231-260. (In Persian)
3. Khalid A, Qadir F, Chan SWY, Schwannauer M. Parental bonding and adolescents' depressive and anxious symptoms in Pakistan, *Journal of Affective Disorders*. 2018; 228: 60-37.
4. Sorek Y. Children of divorce evaluate their quality of life: The moderating effect of psychological processes. *Children and Youth Services Review*. 2019; 107: 104-109.
5. Stokkebekk J. Keeping balance", "Keeping distance" and Keeping on with life: Child positions in divorced families with prolonged conflicts. *Children and Youth Services Review*. 2019; 102: 108-119.
6. Stapp EK, Wilcox HC. Parental bipolar disorder, family environment, and offspring psychiatric disorders. A systematic review. 2020; 268: 69-81.
7. Tremblay M, Daignault IV, Fontaine NMG, Boisvert I, Tourigny M. School-aged children with sexual behavior problems: Untangling the relationship between externalizing behavior problems and non-sexual victimization on the variety and severity of sexual behaviors. *Child Abuse & Neglect*. 2020; 107: 104-108.
8. Landers AL, Bellamy JL, Danes SM, Hawk SW. Internalizing and externalizing behavioral problems of American Indian children in the child welfare system. *Children and Youth Services Review*. 2017; 81: 413-421.
9. Timothy A, Benegal V, Shankarappa B, Saxena S, Jain S, Purushottam M. Influence of early adversity on cortisol reactivity, SLC6A4 methylation and externalizing behavior in children of alcoholics. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*. 2019; 94: 109-113.
10. Farmer RF, Gau JM, Seeley JR, Kosty DB, Sher KJ, Lewinsohn PM. Internalizing and externalizing disorders as predictors of alcohol use disorder onset during three developmental periods. *Drug and Alcohol Dependence*. 2016; 164: 38-46.
11. Santos G, Farrington DP, Agra C, Cardoso CS. Parent-teacher agreement on children's externalizing behaviors: Results from a community sample of Portuguese elementary-school children. *Children and Youth Services Review*. 2020; 110: 104-109.
12. Sheridan K, Haight WL, Cleeland L. The role of grandparents in preventing aggressive and other externalizing behavior problems in children from rural, methamphetamine-involved families. *Children and Youth Services Review*. 2011; 33(9): 1583-1591.
13. Shechtman Z, Tutian R. Teachers treat aggressive children: An outcome study. *Teaching and Teacher Education*. 2016; 58: 28-34.
14. Martin SE, Boekamp JR, McConville DW, Wheeler EE. Anger and sadness perception in clinically referred preschoolers: Emotion processes and externalizing behavior symptoms. *Child Psychiatry Human Development*. 2009; 4(1): 30-46.
15. Pears KC, Kim HK, Fisher PA. Effects of a school readiness intervention for children in foster care on oppositional and aggressive behaviors in kindergarten. *Children and Youth Services Review*. 2012; 34(12): 2361-2366.
16. Lozovska J, Gudaitė G. The Understanding of Aggression Motivation and the Psychotherapy Process. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 2013; 82: 360-365.
17. Smith-Greenaway E, Clark S. Variation in the link between parental divorce and children's health disadvantage in low and high divorce settings. *SSM - Population Health*. 2017; 3: 473-486.
18. Williams JL, Hardt MM, Henschel AV, Eddinger JR. Experiential avoidance moderates the association between motivational sensitivity and prolonged grief but not posttraumatic stress symptoms. *Psychiatry Research*. 2019; 273: 336-342.
19. Kirk A, Meyer JM, Whisman, MA, Deacon BJ, Arch JJ. Safety behaviors, experiential avoidance, and anxiety: A path analysis approach. *Journal of Anxiety Disorders*. 2019; 64: 9-15.
20. Leys C, Arnal C, Kotsou I, Van Hecke E, Fossion P. Pre-eminence of parental conflicts over parental divorce regarding the evolution of depressive and anxiety symptoms among children during adulthood. *European Journal of Trauma & Dissociation*. 2019; 4(1): 1001-1005.
21. Kazemian S, Esmaeeli M. Effectiveness of the Self-Differentiation Training in Reducing the Degree of Anxiety in the Children of Divorced Parents. *RPH*. 2013; 6(4): 53-59. (In Persian)
22. Karkhaneh P, Jazayeri R, Bahrami F, Fatehizadeh M. The effect of Bowen's self-differentiation education on the courage of married women in Isfahan. *Journal of Personality and Individual Differences*. 2015; 4(7): 167-183. (In Persian)
23. Rezaeinezhad N, Moradi O, Hasani R, Sajadi P. Predicting Alexithymia based on Parental Health, Self Differentiation and Emotional Cognitive Regulation among High School Students. *Zanko J Med Sci*. 2018; 19(61): 32-42. (In Persian)

24. Torkhan M. Predicting of Psychological Well-Being through Defence Mechanisms and Cognitive Self-Differentiation in Students. *Quarterly Journal of Social Cognition*. 2018; 7(2): 145-185. (In Persian)
25. Mohammadi MR. The effectiveness of self-differentiation training on emotion regulation, emotional processing and self-concept of students with divorced parents, Master Thesis, Islamic Azad University, Isfahan Branch. 2018. (In Persian)
26. Heydari R, Hobbi MB. Effectiveness of teaching self-differentiation on psychological distress and social adaptation in the adolescents with divorced parents. *Social Psychology Research*. 2019; 8(31): 103-117. (In Persian)
27. Liu SW, Luo L, Wu M, Wang R, Wu Y. Correlation between self-differentiation and professional adaptability among undergraduate nursing students in China. *International Journal of Nursing Sciences*. 2016; 3(4): 394-397.
28. Doba K, Berna G, Constant E, Nandrino J. Self-differentiation and eating disorders in early and middle adolescence: A cross-sectional path analysis. *Eating Behaviors*. 2018; 29: 75-82.
29. Kim KL, Galione J, Schettini E, DeYoung LLA, Gilbert AC, Jenkins GA, Barthelemy CM, MacPherson HA, Radoeva PD, Kudinova AY, Dickstein DP. Do styles of emotion dysregulation differentiate adolescents engaging in non-suicidal self-injury from those attempting suicide? *Psychiatry Research*. 2020; 291: 113-117.
30. Whiffen V. Disentangling causality in the association between couple and family processes and depression. In J. L. Lebow., & W. M. Pinsof. (Eds.), *Family Psychology: The art of the science* (pp. 375-396). London: Oxford University Press. 2012.
31. Peleg O. The relation between differentiation of self and marital satisfaction: what can be learned from married people over the course of life? *The American journal of family therapy*. 2008; 36: 388-401.
32. Buss AH, Perry M. The Aggression Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1992; 63: 452-459.
33. Samani S. Study of Reliability and Validity of the Buss and Perry's Aggression Questionnaire. *IJPCP*. 2008; 13(4): 359-365. (In Persian)
34. Achenbach TM, Rescorla LA. *Manual for the ASEBA school age: Form & profiles*. Burlington, VT: Research Center for Children, Youth, & Families. 2011.
35. Glosser R. Examination of the relationship between the Child Behavior Checklist/ 6-18 and the Social Responsiveness Scale Parent Forms using individuals with high functioning autism. Doctoral Dissertation, Indiana University of Pennsylvania. 2011.
36. Golpayegani F, Bayat B, Majdian V, Aghabozorgi S. Effectiveness of Acceptance and Commitment Therapy on the quality of attachment and altruism of the children with externalized behavioral problems. *JOEC*. 2019; 18(4): 77-88. (In Persian)
37. Bond FW, Hayes SC, Baer RA, Carpenter KM, Guenole N, Orcutt HK, et al. Preliminary psychometric properties of the Acceptance and Action Questionnaire-II: a revised measure of psychological inflexibility and experiential avoidance. *Behavior Therapy*. 2011; 42(4): 676-88.
38. Abbasi A, Fati L, Moulavi R, Zarabi H. Psychometric properties of Persian Version of Acceptance and Action Questionnaire –II. *Psychological methods and models*. 2013; 2(10): 65-80. (In Persian)

*Original Article***Effectiveness of Training Self-Differentiation on the Aggression and Experiential Avoidance in the Adolescents Engaged In Divorce with Externalized Behavior**

Received: 30/01/2021 - Accepted: 16/08/2021

Sahar Bayati Eshkaftaki<sup>1</sup>  
 Reza Ahmadi<sup>2\*</sup>  
 Maryam Chorami<sup>3</sup>  
 Ahmad Ghazanfari<sup>4</sup>

<sup>1</sup> PhD Student in General Psychology, Islamic Azad University, Shahrekord Branch, Shahrekord, Iran.

<sup>2</sup> Assistant Professor, Department of Psychology, Islamic Azad University, Shahrekord Branch, Shahrekord, Iran.

<sup>3</sup> Assistant Professor, Department of Psychology, Shahrekord Branch, Islamic Azad University, Shahrekord, Iran.

<sup>4</sup> Department of Psychology-Human science Faculty- Islamic Azad University Branch Shahrekord- Sahrekord-Iran

Email: rozgarden28@yahoo.com

**Abstract**

**Introduction:** Divorce is a phenomenon which disturbs the mental and emotional health of the adolescents and it might lead to the emergence of externalized behaviors in them. therefore, the present study was conducted to investigate the effectiveness of training self-differentiation on the aggression and experiential avoidance in the adolescents engaged in divorce with externalized behavior.

**Methods:** It was a quasi-experimental study with pretest, posttest, control group and two-month follow-up design. The statistical population of the present study included the students engaged in divorce with externalized behaviors who were studying in the first and second year high schools in academic year 2019-20 in the city of Shahrekord. 40 adolescents were selected through purposive sampling method and they were randomly accommodated into experimental and control groups. The experimental group received ten ninety-minute intervention sessions of training self-differentiation during two-and-a-half months. After starting the intervention, 4 adolescents from the experimental and 3 from the control group quitted receiving the intervention. The applied questionnaires in this study included children and adolescents behavioral inventory, aggression questionnaire and acceptance and action questionnaire. The data from the study were analyzed through repeated measurement ANOVA by SPSS software version 23.

**Results:** the results showed that training self-differentiation has significant effect on the aggression (0.59) and experiential avoidance (0.64) in the adolescents engaged in divorce with externalized behaviors ( $p < 0.001$ ).

**Conclusion:** The findings of the present study revealed that training self-differentiation can be used as an efficient method to decrease aggression and experiential avoidance in the adolescents engaged in divorce with externalized behavior through employing techniques such as differentiating rational from irrational beliefs, equipping the members with special communicative skills and shouldering the responsibility.

**Key words:** Experiential avoidance, externalized behavior disorder, self-differentiation, aggression, divorce