

تأثیر آموزش شناختی - رفتاری مدیریت خشم بر کاهش مشکلات هیجانی - رفتاری نوجوانان مبتلا به اختلال رفتار هنجاری

ابراهیم رهبر کرباسدهی^۱، عباسعلی حسین خانزاده^۲، فاطمه رهبر کرباسدهی^۳

چکیده

هدف از انجام پژوهش حاضر، تعیین تأثیر آموزش شناختی - رفتاری مدیریت خشم بر کاهش مشکلات هیجانی - رفتاری نوجوانان مبتلا به اختلال رفتار هنجاری بود. طرح تحقیق نیمه آزمایشی و از نوع پیش آزمون - پس آزمون با گروه گواه است. نمونه پژوهش ۲۴ دانش آموز مقطع متوسطه مبتلا به اختلال رفتار هنجاری شهرستان رشت در سال تحصیلی ۱۳۹۵ - ۱۳۹۶ بود که به طور در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه (هر گروه ۱۲ نفر) گمارده شدند. برای جمع آوری داده ها از پرسشنامه توانایی ها و مشکلات (گودمن، ۱۹۹۷) در مراحل قبل و بعد از آموزش استفاده شد. آموزش شناختی - رفتاری مدیریت خشم به صورت گروهی در ۸ جلسه برای گروه آزمایش ارائه شد. نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری نشان داد که آموزش شناختی - رفتاری مدیریت خشم بر بهبود مشکلات هیجانی - رفتاری نوجوانان مبتلا به اختلال رفتار هنجاری به طور معنی داری تأثیر دارد ($P < 0.001$). با توجه به نتایج این پژوهش، روش آموزش شناختی - رفتاری مدیریت خشم یکی از کارآمدترین روش های درمانی بوده و در کاهش تکانشگری، اضطراب و پرخاشگری بدنی در نوجوانان مبتلا به اختلال رفتار هنجاری مؤثر است.

کلمات کلیدی: مدیریت خشم، مشکلات هیجانی - رفتاری، اختلال رفتار هنجاری

۱. نویسنده مسئول: دانشجوی کارشناسی روانشناسی عمومی دانشگاه گیلان E-mail: Ebrahim.Rahbar74@gmail.com

۲. دانشیار و عضو هیات علمی گروه روانشناسی دانشگاه گیلان

۳. دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه گیلان