

## اثربخشی بسته آموزشی کنترل خشم بر ارتباط‌های میان والد و کودک

### Effectiveness of the Fireworks Anger Control Instructional Package on Parent-Child Relationships

Mohsen Shokoohi-Yekta, Ph.D.\*

University of Tehran

Nayereh Zamani, M.A.

University of Tehran

Javad Poor Karimi, Ph.D.

University of Tehran

دکتر محسن شکوهی‌یکتا

دانشگاه تهران

نیره زمانی

دانشگاه تهران

دکتر جواد پورکریمی

دانشگاه تهران

**چکیده:** در مطالعه حاضر، اثربخشی برنامه مداخله‌ای آموزش مدیریت خشم بر والدین مورد بررسی قرار گرفت. 141 نفر شامل 78 پدر و 63 مادر از والدین دانش‌آموزان مشغول به تحصیل در مدارس تهران به‌طور داوطلبانه برای شرکت در برنامه آموزشی ثبت‌نام کردند. برای ثبت‌نام‌شدگان، هفت کارگاه برای (4 گروه از آقایان و 3 گروه از خانم‌ها) با برنامه و شرایط یکسان تشکیل گردید. پدران و مادران در کارگاه‌های مجزا به مدت 7 هفته، (هفته‌ای یک بار در جلسه‌های دو ساعته)، مدیریت خشم را آموزش دیدند. والدین قبل از آموزش و پس از آن، به سیاهه حالت - صفت خشم اسپیلیبرگر پاسخ دادند. بر اساس نتایج حاصل از آزمون t وابسته، در انتهای آموزش، خلق و خوی خشمگینانه و بیان خشم درونی والدین به‌طور معناداری کاهش یافت. همچنین، افزایش معناداری در نمره‌های آنان در کنترل خشم درونی و بیرونی مشاهده شد. علاوه بر این، یافته‌های آزمون t مستقل نشان داد که در خرده‌مقیاس‌های صفت خشم (خلق و خوی خشمگینانه و واکنش خشمگینانه) و کنترل بیرونی و درونی خشم، بین نمره‌های میانگین‌های پیش‌آزمون و پس‌آزمون مادران و پدران تفاوت معناداری وجود دارد.

**Abstract:** The present research was designed to examine the efficacy of the Fireworks interventional program of anger management training on parents. One hundred forty one parents (78 fathers and 63 mothers) volunteered to participate in the training program. A total of 7 workshops were held for the participants (4 groups of fathers and 3 groups of mothers). Parents were instructed the Fireworks anger management program for seven sessions, each session two hours per week. Data was collected utilizing State-Trait Anger Expression Inventory (Spielberger, 1998). The findings, based on dependent t-test, revealed that anger temperament and anger expression were decreased. Also, anger management training had a significant impact on the increase of anger control-in and anger control-out. In addition, independent t-test revealed that there is a significant difference between fathers and mothers in anger reaction, anger temperament, and anger control-in, and anger control-out.

کلیدواژه‌ها: مدیریت خشم؛ رویکرد شناختی - رفتاری

**Keywords:** anger control; cognitive-behavioral model