



## اثربخشی آموزش تاب‌آوری هیجانی بر بخشش بین‌فردی و سازگاری اجتماعی مجرمین ضرب و جرح زندان مرکزی اصفهان

جواد درستکار: دانشجوی دکتری روانشناسی، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران  
 @ غلامرضا منشی: دانشیار، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران (\* نویسنده مسئول) smanshaee@yahoo.com  
 زهرا یوسفی: استادیار، گروه روانشناسی دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران

### چکیده

**کلیدواژه‌ها**  
آموزش تاب‌آوری هیجانی،  
بخشش بین‌فردی،  
سازگاری اجتماعی،  
مجرمین ضرب و جرح

**زمینه و هدف:** تاب‌آوری هیجانی می‌تواند با افزایش تحمل روانی افراد، منجر به بهبود سلامت روان آنان شود. بر همین اساس مطالعه حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش تاب‌آوری هیجانی بر بخشش بین‌فردی و سازگاری اجتماعی مجرمین ضرب و جرح زندان مرکزی اصفهان انجام شد.

**روش کار:** این پژوهش، به روش نیمه‌آزمایشی و با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه گواه و دوره پیگیری دو ماهه انجام گرفت. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه مجرمین ضرب و جرح محبوس در زندان مرکزی شهر اصفهان در سال ۱۳۹۸ بود. در این پژوهش تعداد ۳۰ مجرم ضرب و جرح با روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب و با گمارش تصادفی در گروه‌های آزمایش و کنترل جایگزین شدند. افراد گروه آزمایش به مدت ۱۲ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای در طول ۳ ماه تحت آموزش تاب‌آوری هیجانی قرار گرفتند. در این پژوهش از پرسش‌نامه بخشش بین‌فردی (احتشام‌زاده و همکاران، ۱۳۸۹) و پرسش‌نامه سازگاری اجتماعی (بل، ۱۹۶۱) استفاده شد. داده‌ها به شیوه تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر تجزیه و تحلیل شد.

**یافته‌ها:** نتایج نشان داد که آموزش تاب‌آوری هیجانی بر بخشش بین‌فردی و سازگاری اجتماعی مجرمین ضرب و جرح تاثیر معنادار داشته است ( $p < 0.001$ ).

**نتیجه‌گیری:** بر اساس یافته‌های پژوهش حاضر می‌توان چنین نتیجه گرفت که آموزش تاب‌آوری هیجانی با بهره‌گیری از آموزش مهارت‌های ارتباطی، داشتن رابطه صمیمی با دیگران، ارائه مولفه‌های هوش هیجانی و آموزش کفایت اجتماعی می‌تواند به عنوان یک روش کارآمد جهت افزایش بخشش بین‌فردی و سازگاری اجتماعی مجرمین ضرب و جرح مورد استفاده گیرد.

**تعارض منافع:** گزارش نشده است.

**منبع حمایت‌کننده:** حامی مالی ندارد.

شیوه استناد به این مقاله:

Dorostkar J, Manshaee G, Yousefi Z. The Effectiveness of Emotional Resilience Training on Interpersonal Forgiveness and Social Adjustment with Two Months Follow-Up. Razi J Med Sci. 2023;30(2):84-97.

\*انتشار این مقاله به صورت دسترسی آزاد مطابق با 3.0 CC BY-NC-SA صورت گرفته است.



Original Article

## The Effectiveness of Emotional Resilience Training on Interpersonal Forgiveness and Social Adjustment with Two Months Follow-Up

**Javad Dorostkar:** PhD Student of Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Isfahan (Khorasgan) Branch, Islamic Azad University, Isfahan, Iran

**Gholamreza Manshaee:** Associate Professor Associate Professor, Department of Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Isfahan (Khorasgan) Branch, Islamic Azad University, Isfahan Iran (\* Corresponding author) smanshaee@yahoo.com

**Zahra Yousefi:** Assistant Professor Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Isfahan (Khorasgan) Branch, Islamic Azad University, Isfahan, Iran

### Abstract

**Background & Aims:** Emotional resilience can lead to the improvement of the people's mental health through increasing their mental endurance. Therefore, the present study was conducted with the purpose of investigating the efficacy of training emotional resilience on the interpersonal forgiveness and social adjustment in assault and battery criminals in the central prison of Isfahan.

**Methods:** It was a quasi-experimental study with pretest, posttest, control group and two-month follow-up period. The statistical population of the present study included all assault and battery criminals in the central prison of Isfahan in 2019 in the quantitative part. 30 assault and battery criminals were selected through purposive sampling method and they were randomly accommodated into experimental and control groups (each group of 15). The people in the experimental group underwent twelve ninety-minute sessions of training emotional resilience during three months, while the control group didn't receive these interventions during the study. Interpersonal forgiveness questionnaire (Bell, 1961) and social adjustment questionnaire (Ehtesham zadeh et al, 2010) were used in the current study. The data taken from the study were analyzed through repeated measurement ANOVA via SPSS23 software.

**Results:** The results showed that training emotional resilience has had significant effect on the interpersonal forgiveness and social adjustment in assault and battery criminals ( $p < 0.001$ ) in a way that this intervention succeeded in increasing interpersonal forgiveness and social adjustment in the assault and battery criminals.

**Conclusion:** According to the findings of the present study it can be concluded that training emotional resilience can be used as an efficient method to increase interpersonal forgiveness and social adjustment in assault and battery criminals through employing training communicational skills, having intimate communication with others, offering the components of emotional intelligence and training social sufficiency. The psychological health of prisoners and the provision of psychological services to them has attracted much attention from experts. More than 10.1 million people worldwide and 20,000 people in Iran are in prison, whose mental health is of special importance (Gharibpour, Akbari and Abolghasemi, 1399). However, these prisoners are sometimes imprisoned for crimes such as violence, beatings, and sometimes continue their violent behavior in prison. Trauma from a forensic point of view is damage resulting from the impact of mechanical, physical, chemical and psychological factors on the human body that occur directly or indirectly. These injuries occur due to various factors such as vehicle accidents, firearms and cold steel, during conflicts, work-related injuries, accidents such as electric shocks, earthquakes and other cases (Kiani, Bazmi, Qarahdaghi and Barzegar, 2007).

It seems that when people commit a behavior and consider it harmful to themselves or those around them; Feelings of guilt, shame, and guilt manifest themselves (Tangi and Deering, 2003). Self-destructive emotions are seen as a barrier to mental and physical health by reducing a person's sense of self-worth, leading to depression and anxiety, and disrupting relationships

### Keywords

Training Emotional Resilience, Interpersonal Forgiveness, Social Adjustment, Assault and Battery Criminals

Received: 04/03/2023

Published: 06/05/2023

with oneself and others (Hall and Fincham, 2005; Ferguson Walter, 2013). Here forgiveness, as a variable that stops the process of self-destruction, plays a key role in restoring self-respect and value (Fisher & Axlin, 2010). When experiencing forgiveness, the person who has made a mistake embraces his or her mistake and allows the unpleasant feelings he or she has suppressed to be processed (Yeh, Ma and Yan, Chen, Wang et al., 2019). From a psychological point of view, forgiveness is considered a consequence of transsocial motivations; That is, the forgiving person forbids revenge and experiences positive feelings toward the wrongdoer. This experience is considered the culmination of a socially professional behavior, so that the forgiveness of the wrongdoer by the victim will have positive psychological and physical consequences. In addition, forgiving specific errors in relationships will reduce the other party's hurtful behavior in the future (Griffin, Worthington, Levy Locke, Wade & Identity, 2015). When people are unable to forgive themselves after a mistake or a mistake in a task or a relationship, they avoid similar tasks and in fact show the behavior followed and less follow-up in the long run to succeed in the task (Hull, Saichi and Bennett), 2010); Here, the person, thinking that he is not able to establish healthy relationships, turns to short-term relationships, or because of guilt and self-destruction caused by not forgiving himself, constantly repeats the same damaging relationships and in the distance. Falsehood is caught up in sin and hatred (Sapmaz, Yildirim, Topkagla, Nalband, & Césir, 2016).

One of the problems that results from aggression in people with injuries is a decrease in social adjustment (Liu and Graves, 2011). Adaptation is defined as the ability of an individual to adapt to the environment and has various dimensions, including social, family, emotional, health, educational, etc. (Bacham and Cassi, 2018). Every human being, consciously or unconsciously, tries to meet his diverse and sometimes conflicting needs in the living environment, and since he has to meet his needs in the form of social construction, his adaptation is inevitably social adaptation (McQuad and Brox, 2017). Social adjustment can have a direct effect on mental health (Namazi and Sohrabi, 1397). Individual health affects not only the individual and the family, but society as a whole (Stein, Coen, Donald, Adenams, Kopowitz et al., 2015). Adapting to new and diverse situations in an age of stress and rapid social change is not an easy task. Research shows that any change in a person's life, whether pleasant or unpleasant, requires some kind of readjustment (Nezu, Nezu Dozorilla, 2013). Considering that adaptation is one of the main symptoms of mental health and its importance in all aspects of life including individual, family, education, occupation and social is clear and can provide an important role in the occurrence of positive behaviors in individuals. Those who are aggressive or beaten are less adaptable and more likely to have behavioral problems (Golestan Jahromi, Shahni Bilaq, Behrozi, and Omidian, 2017). Mikaelimnia, Babaei and Hassani (2014) show that variables such as forgiveness have a positive and significant relationship with social adjustment and can predict and explain social adjustment. Individual health affects not only the individual and the family, but society as a whole (Stein, Coen, Donald, Adenams, Kopowitz et al., 2015). Adapting to new and diverse situations in an age of stress and rapid social change is not an easy task. Research shows that any change in a person's life, whether pleasant or unpleasant, requires some kind of readjustment (Nezu, Nezu Dozorilla, 2013). Considering that adaptation is one of the main symptoms of mental health and its importance in all aspects of life including individual, family, education, occupation and social is clear and can provide an important role in the occurrence of positive behaviors in individuals. Those who are aggressive or beaten are less adaptable and more likely to have behavioral problems (Golestan Jahromi, Shahni Bilaq, Behrozi, and Omidian, 2017). Mikaelimnia, Babaei and Hassani (2014) show that variables such as forgiveness have a positive and significant relationship with social adjustment and can predict and explain social adjustment.

**Conflicts of interest:** None

**Funding:** None

#### Cite this article as:

Dorostkar J, Manshaee G, Yousefi Z. The Effectiveness of Emotional Resilience Training on Interpersonal Forgiveness and Social Adjustment with Two Months Follow-Up. *Razi J Med Sci.* 2023;30(2):84-97.

\*This work is published under [CC BY-NC-SA 3.0 licence](#).

## مقدمه

بهداشت روانی زندانیان و ارائه خدمات روان‌شناختی به آن‌ها توجه فراوانی را از سوی متخصصان به خود جلب کرده است. بیش از ۱۰/۱ میلیون نفر در سرا سر دنیا و ۲۰۰۰۰ نفر در ایران در زندان به سر می‌برند که بررسی سلامت روان‌شناختی آن‌ها از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است (۱). اما این زندانیان گاه به دلیل جرمی همچون خشونت، ضرب و جرح (Beating) زندانی شده و گاه در زندان نیز این رفتارهای خشونت‌بار را ادامه می‌دهند. ضرب و جرح از نظر پزشکی قانونی عبارت است از آسیب‌های حاصل از برخورد عوامل مکانیکی، فیزیکی، شیمیایی و روانی بر بدن انسان که به‌طور مستقیم یا غیرمستقیم به وجود می‌آیند. این آسیب‌ها در اثر عوامل مختلفی نظیر تصادفات و سایل نقلیه، سلاح‌های گرم و سرد، در حین منازعات، آسیب‌های ناشی از کار، حوادثی نظیر برق‌گرفتگی، زلزله و سایر موارد رخ می‌دهند (۲). انسان امروزی در جامعه‌ای زندگی می‌کند که خطرات زیادی آرامش و امنیت وی را تهدید می‌کنند. جرم، تخلف و جنایت از جمله این خطرات هستند و هر روزه اخبار و گزارش‌های آشفته‌کننده‌ای در مورد جرایم مختلف که منجر به مرگ، نقص عضو و سایر آسیب‌های جسمانی افراد جامعه می‌شود، به گوش می‌رسد. علل ارتکاب به جرم بسیار متفاوت است. بیکاری، پایین بودن سطح تحصیلات، مشکلات و مسائل خانوادگی و زناشویی، شبکه اجتماعی جرم‌آفرین، مصرف مواد و الکل، کارکردهای اجتماعی ضعیف، نگرش‌های ضداجتماعی، عوامل شخصی و هیجانی و اختلالات شخصیتی و روانی از جمله علل و عوامل ارتکاب جرم است (۳).

به نظر می‌رسد زمانی که افراد مرتکب رفتاری می‌شوند و آن را برای خودشان یا اطرافیان آسیب‌زننده تلقی می‌کنند؛ احساس گناه، شرم و سرزنش خود ظاهر می‌شود (۴). هیجانات خود تخریب‌گر با کاهش احساس ارزشمندی فرد، مانعی بر سر راه سلامت روانی و جسمانی فرد تلقی می‌شوند، به افسردگی و اضطراب دامن می‌زنند و روابط فرد با خود و دیگران را با مشکل مواجه می‌سازند (۵). در اینجا بخشش (Forgiveness) به عنوان متغیری که روند خود تخریب‌گری را متوقف می‌کند، نقش اساسی در بازگشت احترام خود و

ارزشمندی ایفا می‌کند (۶). هنگام تجربه بخشش خود، کسی که مرتکب خطایی شده است، اشتباه خویش را با آغوش باز می‌پذیرد و به احساسات ناخوشایندی که سرکوب کرده است، اجازه پردازش می‌دهد (۷). براساس دیدگاه روان‌شناختی، بخشش پیاپی مد انگیزه‌های فرااجتماعی تلقی می‌شود؛ به این معنا که فرد بخشنده، انتقام و تلافی را منع کرده و احساسات مثبت نسبت به فرد خطاکار را تجربه می‌کند. این تجربه، اوج یک رفتار حرفه‌ای اجتماعی تلقی می‌شود، به طوری که بخشیدن فرد خطاکار توسط قربانی، نتایج مثبت روانی و جسمانی به همراه خواهد داشت. به علاوه بخشش خطایی خاص در روابط، منجر به کاهش رفتار آسیب‌زننده طرف مقابل در آینده می‌شود (۸). وقتی افراد بعد از خطا یا اشتباه در تکلیف و یا رابطه‌ای قادر به بخشیدن خود نباشند از تکلیف‌های مشابه آن رفتار دوری می‌کنند و در واقع رفتار دنبال شده و پیگیری کمتری در بلندمدت برای موفقیت در رابطه با تکلیف نشان خواهند داد (۹). در اینجا فرد با تصور اینکه قادر نیست روابط سالمی برقرار کند، به برقراری روابط کوتاه‌مدت روی می‌آورد و یا به دلیل احساس گناه و خود تخریب‌گری که در اثر بخشیدن خود در او به وجود آمده است دائماً همان روابط آسیب‌زننده را تکرار می‌کند و در دور باطل گناه و نفرت از خود گرفتار می‌شود (۱۰).

یکی از مشکلاتی که متعاقب پرخاشگری در افراد دارای ضرب و جرح به‌وجود می‌آید، کاهش سازگاری اجتماعی (Social adjustment) است (۱۱). سازگاری به معنای توانایی فرد برای تطابق با محیط اطراف تعریف می‌شود و دارای ابعاد مختلفی از جمله، اجتماعی، خانوادگی، عاطفی، بهداشتی، تحصیلی و غیره می‌باشد (۱۲). هر انسانی آگاهانه یا ناخودآگاه می‌کوشد تا نیازهای متنوع و گاه متعارض خود را در محیط زندگی برآورده کند و از آنجا که باید نیازهای خود را در قالب ساخت اجتماعی برآورده کند، سازگاری او به ناچار سازگاری اجتماعی است (۱۳). سازگاری اجتماعی می‌تواند تأثیری مستقیم بر سلامت روان داشته باشد (۱۴). سلامت فرد نه تنها بر خود فرد و خانواده بلکه بر کل جامعه تأثیر می‌گذارد (۱۵). سازگاری با موقعیت‌های جدید و متنوع در دورانی که عصر تنیدگی و تغییر سریع اجتماعی است، کار آسانی نیست.

تاب‌آوری را بر کیفیت زندگی کاری پرستاران؛ تقی‌پور، باغستانی و سعادت (۲۵) اثربخشی آموزش تاب‌آوری را بر کاهش استرس ادراک شده و مشکلات ارتباطی زنان دارای همسر معتاد در حال ترک؛ بهمنی، جوادی، خلیل‌زاده و مهربان (۲۶) اثربخشی آموزش مهارت‌های تاب‌آوری را بر سلامت روان سربازان؛ خانجانی، سهرابی و اعظمی (۲۷) تاثیر بر نامه ارتقای تاب‌آوری را بر بهزیستی روان‌شناختی، معنای زندگی، خوش‌بینی و رضایت از زندگی زنان بی‌سرپرست؛ توفیقی، آقایی و گل‌پرور (۲۸) اثربخشی آموزش تاب‌آوری را بر کیفیت زندگی، داغ اجتماعی ادراک شده، تحمل روانی، امید به زندگی، تاب‌آوری و خودکارآمدی مادران؛ صدری دمیرچی، بشرپور، رضانی و کریمیان‌پور (۲۹)؛ مقتدر و اکبری (۳۰) اثربخشی آموزش تاب‌آوری بر میزان پرخاشگری و احساس شادکامی دانشجویان؛ کریستوفر و همکاران (۳۱) اثربخشی آموزش تاب‌آوری را بر کاهش رفتارهای آسیب‌رسان، استرس و پرخاشگری جوانان؛ اکبری (۳۲) اثربخشی آموزش تاب‌آوری را بر پرخاشگری و شادکامی نوجوانان؛ کیم و همکاران (۳۳) نقش حفاظتی تاب‌آوری در کاهش پریشانی عاطفی و پرخاشگری مرتبط با استرس دوران اولیه زندگی در داوطلبان جوان خدمت سربازی را مورد بررسی و تایید قرار داده‌اند. این در حالی است که کیترا و کارانانیدی (۳۴) و سالیوان و همکاران (۳۵) نشان داده‌اند که تاب‌آوری می‌تواند با افزایش تحمل روانی افراد، میزان خشونت و پرخاشگری را کاهش دهد.

تاب‌آوری هیجانی عبارت از طیف گسترده‌ای از ویژگی‌های شخصیتی، مهارت‌های هیجانی و تجربی افراد و همچنین عوامل اجتماعی، فرهنگی و محیطی همچون حمایت از خانواده، دوستان و محیط کار است. تاب‌آوری هیجانی نه تنها از سلامت روانی و جسمی ما محافظت می‌کند، بلکه از خطاهای شناختی جلوگیری کرده و افراد را قادر می‌سازد تا با خیال راحت از خود و دیگران مراقبت کنند (۳۶). چنان که جانسون، پانایوتی، باس، رامسی و هریسون (۳۷) نشان دادند که آگاهی و درک بیشتر تاب‌آوری هیجانی و راه‌های مقابله با استرس و فشار روانی می‌تواند در افراد مراقبت

پژوهش‌ها نشان می‌دهند که هرگونه دگرگونی در زندگی آدمی خواه خوشایند و خواه ناخوشایند، مستلزم نوعی سازگاری مجدد است (۱۶). با توجه به اینکه سازگاری یکی از اصلی‌ترین نشانه‌های سلامت روانی محسوب شده و اهمیت آن در تمام جنبه‌های زندگی اعم از فردی، خانوادگی، تحصیلی، شغلی و اجتماعی روشن است و می‌تواند نقش مهمی در بروز رفتارهای مثبت در افراد فراهم کند. کسانی که پرخاشگری و یا ضرب و جرح می‌کنند، سازگاری کمتری دارند و بیشتر احتمال دارد که مشکلات رفتاری داشته باشند (۱۷). توماس و جکسون (۱۸) به وجود برخی از نارسایی‌های شناختی، رفتاری و اخلاقی در افراد مجرم اذعان داشته و مهم‌ترین مشکلات آنان را در پایین بودن سطح سازگاری، ناتوانی در خودکنترلی، ضعف در اتخاذ دیدگاه اجتماعی، عدم توانایی در حل مشکلات میان فردی و مسائل اجتماعی و ادراک اجتماعی و سبک شناختی معیوب بر شمرده‌اند. میکائیلی‌منیع، بابایی و حسنی (۱۹) نشان دادند که متغیرهایی همچون بخشش با سازگاری اجتماعی رابطه مثبت و معنادار دارند و می‌توانند سازگاری اجتماعی را پیش‌بینی و تبیین کنند. همچنین شائق و تجربه کار (۲۰) در پژوهش خود نشان دادند که آموزش مهارت سازگاری اجتماعی می‌تواند به عنوان یک برنامه اصلاحی در زندان‌ها مورد استفاده قرار گیرد.

با توجه به قدرت تحمل روانی و تاب‌آوری پایین در افراد دارای رفتارهای پرخاشگرانه (۲۱) همچون ضرب و جرح، روش آموزشی که می‌تواند برای آن‌ها مثرتر باشد، مبتنی بر تاب‌آوری هیجانی (Emotional Resilience) است. چرا که با آموزش و بهبود تاب‌آوری هیجانی می‌توان مبادرت به کاهش رفتارهای تکانشی، هیجانی و پرخاشگرانه داشت. چنان که نتایج پژوهش ماردن، بایلی، ماکنزی، اوپن و برنان (۲۲) نشان داده است که تاب‌آوری هیجانی می‌تواند عملکرد کلی افراد را بهبود بخشد. علاوه بر این اسفندیار، راهنجات، موسوی و صباپان (۲۳) اثربخشی اثربخشی آموزش تاب‌آوری را بر کاهش استرس و اقدام به خودزنی سربازان؛ احمدی، مصداق‌راد و کرمی (۲۴) تأثیر آموزش مهارت‌های

بیشتری از خود داشته باشند. تاب‌آوری هیجانی که یک فرایند پویای روان‌شناختی به شمار می‌رود، در موقعیت‌های مختلف زندگی به ویژه مواقع بحرانی، پاسخ‌های افراد را تحت تاثیر قرار داده و با کنترل احساسات، عواطف و هیجان‌ها، موجبات عملکرد بهتر آن‌ها را در این موقعیت‌ها فراهم می‌سازد. این فرایند سازگاری موفق با شرایط ناگوار را در افراد افزایش داده و باعث می‌شود فرد با گذر از شرایط تنش‌زا، پیامدهای سالم روان‌شناختی و محیطی را تجربه نماید (۳۸). مشخصه ذاتی و درونی تاب‌آوری هیجانی، خودشکوفایی است، افراد تاب‌آور دارای جهت‌گیری مشخص در زندگی‌اند، در ارتباط با دیگران و خود نقش حمایتگرانه دارند و دارای قدرت درونی آن‌ها سبب می‌شود که در برابر آسیب‌های روان‌شناختی مقاوم‌تر باشند (۳۹). از سوی دیگر خصیصه تاب‌آوری هیجانی با حفظ تعادل روان‌شناختی در موقعیت‌های مختلف، موجب بهبود سازگاری اجتماعی و سلامت روانی افراد می‌گردد. آموزش تاب‌آوری هیجانی موجب می‌شود که افراد قادر به تقویت احساس همدلی شده و رابطه اجتماعی بهتری برقرار نمایند و بنابراین مهارت‌های عملکردی و ارتباطات اجتماعی آنان ارتقاء یافته و قادر خواهند بود بر مشکلات و گرفتاری‌ها فائق آمده، زندگی خود را مدیریت کنند (۴۰).

مرور و جمع‌بندی ادبیات تحقیق مرتبط با آموزش تاب‌آوری همچون پژوهش‌های پانگ و همکاران (۴۱) و کریستوفرو همکاران (۳۱) نشان می‌دهد که می‌توان از رهیافت‌های نظری و تجربی تاب‌آوری برای افزایش منابع و سرمایه‌های روان‌شناختی افراد در بند به دلایل مختلف از جمله ضرب و جرح که خود می‌تواند در زندان نیز رخ دهد، استفاده نمود. لیکن هنوز تحقیقی به تدوین بسته آموزشی تاب‌آوری هیجانی مناسب برای مجرمان ضرب و جرح نپرداخته است. از طرف دیگر به دلیل آنکه این مجرمان نتوانسته‌اند خود را برخی شرایط چه درون و چه بیرون زندان منعطف کنند، خلاء دانشی و پژوهشی نمود، فراوان دارد.

به نظر می‌رسد آموزش تاب‌آوری هیجانی بتواند به مشکلات روان‌شناختی و تنش‌های بین‌فردی زندانیان

در بند، بیش از پیش کمک کند. همچنین آموزش تاب‌آوری هیجانی با گسترش توانایی‌های شناختی فرد در ارزیابی موقعیت و تحلیل شرایط پیرامونی، به آن‌ها کمک کرده و موجب تقویت مهارت‌های ارتباطی و حل مساله در آنان می‌گردد. با افزایش صلاحیت اجتماعی و برقراری ارتباط مؤثر با دیگران، بروز نزاع و ضرب و جرح کاهش می‌یابد. علاوه بر این ضرورت انجام پژوهش حاضر را می‌توان این چنین تبیین نمود که ضرب و جرح، نوعی بی‌نظمی در روابط اجتماعی میان افراد و گروه‌ها است که یکی از مهم‌ترین مسائل بین‌فردی محسوب می‌شود. این مسئله پیامدهای فردی و اجتماعی گوناگونی را در برداشته که از مهم‌ترین آنها می‌توان به کاهش ابعاد گوناگون امنیت اشاره نمود. علاوه بر این به نظر می‌رسد زندانیان در بند دارای محکومیت مرتبط با ضرب و جرح، در کنترل هیجانات چه در درون زندان و چه قبل از آن در جامعه مشکلاتی داشته و تاب‌آوری هیجانی لازم را برای حل مسائل به وجود آمده در زندگیشان نداشته‌اند و همین امر هم در زندان و هم در آینده آن‌ها پس از طی شدن دوران محکومیت ممکن است برای آن‌ها مشکل‌آفرین شده و منجر به ضرب و جرح مجدد شود. بنابراین آموزش تاب‌آوری هیجانی برای مجرمان زندانی مهم و ضروری است، تا آن‌ها نیز بتوانند همچون سایر افراد جامعه سلامت روانی خود را ارتقاء دهند و پس از آزادی همچون دیگران به زندگی طبیعی خود باز گردند.

با توجه به آنچه که گفته شد و با در نظر گرفتن اینکه محیط زندان به لحاظ شرایط بزهکاران، می‌تواند زمینه ساز درگیری و نزاع و ضرب و جرح باشد، از آنجایی که تاکنون بسته آموزشی تاب‌آوری هیجانی متناسب با شرایط زندانیان تدوین نشده و همچنین پژوهشی در خصوص اثربخشی این روش مداخله بر بخشش بین فردی و سازگاری اجتماعی آنان، صورت نگرفته، هدف پژوهش حاضر بررسی این مسئله است که آیا آموزش تاب‌آوری هیجانی بر بخشش بین‌فردی و سازگاری اجتماعی مجرمین ضرب و جرح می‌تواند تاثیر داشته باشد؟

## روش کار

روش پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی و با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه گواه و دوره پیگیری دو ماهه انجام گرفت. جامعه آماری پژوهش حاضر در قسمت کمی شامل کلیه مجرمین ضرب و جرح محبوس در زندان مرکزی شهر اصفهان در سال ۹۸-۱۳۹۹ بود. در پژوهش حاضر از روش نمونه‌گیری هدفمند استفاده شد. بر این اساس ابتدا فرم‌هایی جهت اعلام شرکت داوطلبانه در بین مجرمین ضرب و جرح زندان مرکزی اصفهان پخش و سپس این فرم‌ها جمع‌آوری شد. سپس پرسش‌نامه اطلاعات فردی به داوطلبان ارائه و پس از جمع‌آوری پرسش‌نامه اطلاعات فردی، ۳۰ نفر از مجرمین مورد ضرب و جرح که واجد ملاک‌های ورود به پژوهش بودند، انتخاب و با گمارش تصادفی در گروه‌های آزمایش و گواه گمارده شدند (۱۵ مجرم ضرب و جرح در گروه آزمایش و ۱۵ مجرم در گروه گواه). سپس گروه آزمایش در جلسات بعدی تحت آموزش تاب‌آوری هیجانی قرار گرفت، در حالی که گروه گواه در انتظار دریافت مداخله بوده و در طول اجرای پژوهش این مداخلات را دریافت نکردند. پس از اتمام آموزش، از آنان پس‌آزمون به عمل آمد. پس‌آزمون شامل پرسش‌نامه‌های قبلی بود. دو ماه پس از گذشت آخرین جلسه آموزشی مجدداً جهت بررسی دوام اثر آموزش‌ها، پرسش‌نامه توسط افراد حاضر در پژوهش تکمیل گردید (مرحله پیگیری). ملاک‌های ورود به پژوهش شامل داشتن حداقل سواد خواندن و نوشتن، اعلام رضایت و آمادگی جهت شرکت در پژوهش، نداشتن بیماری روان‌شناختی حاد و مزمن به تشخیص روانپزشک زندان، دارا بودن حداقل یک بار سابقه ضرب و جرح در زندان مرکزی شهر اصفهان که در پرونده ثبت شده باشد، حداقل و حداکثر سن مجرمین بین ۲۰ تا ۳۵ سال، نداشتن احکام قضایی سنگین همچون اعدام و حبس ابد و دارا بودن احکام قضایی منجر به زندانی شدن در محدوده ۱ سال به بالا بود. همچنین ملاک‌های خروج از پژوهش نیز شامل داشتن بیش از دو جلسه غیبت، عدم همکاری و انجام ندادن تکالیف مشخص شده در کلاس، عدم تمایل به ادامه حضور در فرایند پژوهش، بروز

حوادث ناخواسته و محرض شدن اختلال روان‌شناختی که در شروع کار توسط زندانی مخفی نگه داشته شده است، بود. لازم به ذکر است که پژوهش حاضر دارای کد اخلاق به کد IR.IAU.KHUISF.REC.1398.221 از دانشگاه آزاد اسلامی واحد اصفهان است.

## ابزارهای پژوهش

**الف) پرسش‌نامه سازگاری (Adjustment Questionnaire):** جهت اندازه‌گیری سازگاری از ۳۲ پرسش‌نامه سازگاری بل (۱۹۶۱) استفاده شد. طیف پاسخگویی به این سوالات سه گزینه‌ای است: بدین صورت که گزینه بله نمره دو، گزینه نمی‌دانم نمره یک و خیر نمره صفر می‌گیرد. سوالات ۱، ۳، ۴، ۶، ۷، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۵، ۱۶، ۱۸، ۲۰، ۲۲، ۲۴، ۲۵، ۲۷، ۲۸ و ۲۹ به صورت معکوس نمره گذاری می‌شوند. این پرسش‌نامه دارای پنج زیرمقیاس سازگاری در خانه، سازگاری بهداشتی، سازگاری اجتماعی، سازگاری عاطفی و سازگاری شغلی است. در این پژوهش فقط از زیرمقیاس سازگاری اجتماعی که شامل سوالات ۳، ۵، ۹، ۱۴، ۱۵، ۱۹ و ۲۳ است، استفاده شد. دامنه نمرات این بعد بین صفر تا ۱۴ است. روایی پرسش‌نامه از دو راه به دست آمده است: نخست، عبارات هر یک از بخش‌های پرسش‌نامه، در محدوده‌ای انتخاب شدند که اختلاف آن‌ها، بین پنجاه درصد بالایی و پایینی در توزیع نمرات بزرگسال مشهود باشد؛ بنابراین در این فرم پرسش‌نامه، تنها مواردی آورده شده‌اند که تمایز صریح این دو گروه کاملاً متفاوت را نشان می‌دهد. دوم اینکه، پرسش‌نامه در نتیجه تلاش‌های متخصصین مشاوره با بزرگسالان، مبنی بر انتخاب گروه‌هایی از افراد، به دست آمده است که در محدوده بسیار خوب و بسیار ضعیف سازگاری، سازگاری داشته‌اند و همچنین تعیین حدودی که پرسش‌نامه می‌تواند در بین آن‌ها تمایز ایجاد کند (۴۲). اعتباریابی این پرسش‌نامه در ایران مورد مطالعه قرار گرفته که میزان روایی محتوایی آن ۰/۷۸ و میزان پایایی آن ۰/۸۳ محاسبه شد (۴۳). پایایی این پرسش‌نامه در پژوهش حاضر با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۸ محاسبه شد.

مخالقم: نمره ۱ تا کاملاً موافقم: نمره ۴) صورت می پذیرد. سوالات ۱ تا ۱۸ به شکل معکوس نمره گذاری می شوند. دامنه نمرات این پرسش نامه بین ۲۵ تا ۱۰۰ است. کسب نمرات بالاتر نشان دهنده بخشش بین فردی بیشتر در نزد فرد است. در پژوهش احتشامزاده و همکاران (۴۴) روایی همزمان این پرسش نامه مورد بررسی قرار گرفت و تایید شد. مقدار آلفای کرونباخ این پرسش نامه برای مولفه های ارتباط مجدد و کنترل انتقام جویی ۰/۷۷، کنترل رنجش ۰/۶۶، درک و فهم واقع بینانه ۰/۶۷ و برای کل پرسش نامه ۰/۸۰ می باشد (۴۴). پایایی این پرسش نامه در پژوهش حاضر با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۸ محاسبه شد.

**شیوه اجرای پژوهش:** پس از اخذ مجوزهای لازم و انجام فرایند نمونه گیری (مطابق با آنچه ذکر گردید)، افراد انتخاب شده (۳۰ زندانی دارای سابقه ضرب و جرح) به شیوه تصادفی در گروه های آزمایش و گواه گمارده شدند (۱۱۵ مجرم در گروه آزمایش و ۱۵ مجرم در گروه گواه). گروه آزمایش مداخلات آموزشی ۱۲

**ب) پرسش نامه بخشش بین فردی (Interpersonal Forgiveness Questionnaire):** پرسش نامه بخشش بین فردی در ایران توسط احتشامزاده، احدی، عنایتی و حیدری (۴۴) ساخته شد. برای ساخت فرم مقدماتی مقیاس بخشودگی بین فردی، ماده های مقیاس های مختلف مطالعه شد و برخی از آنها مورد استفاده قرار گرفتند. ماده های فرم مقدماتی در چندین مرحله اصلاح شدند و فرم آزمایش ۶۰ ماده ای تدوین شد. پس از گرفتن نظرات اصلاحی و در مرا حل بعدی برخی از ماده ها حذف شدند و در نهایت فرم ۲۵ سؤالی به دست آمد که هدف آن سنجش میزان بخشودگی بین فردی و ابعاد آن در افراد مختلف (ارتباط مجدد و کنترل انتقام جویی، کنترل رنج، درک و فهم واقع بینانه) است. مولفه های سه گانه بوده که شامل سوال ۱ تا ۱۲ برای مولفه ارتباط مجدد و کنترل انتقام جویی، سوال های ۱۳ تا ۱۸ مربوط به کنترل رنجش، سوالات ۱۹ تا ۲۵ مربوط به درک و فهم واقع بینانه می باشد. شیوه نمره گذاری این پرسش نامه به وسیله طیف لیکرت (کاملاً

**جدول ۱- خلاصه بسته آموزشی تاب آوری هیجانی (محقق ساخته)**

شماره جلسه	موضوع جلسه
جلسه اول	آشنایی و معارفه، بیان مقررات و قوانین گروه، بیان توضیحات مختصری در مورد اهداف جلسات آموزشی، برگزاری پیش آزمون
جلسه دوم	توضیح در مورد اشکال خشونت، ویژگی های خشونت، دلایل و پیامدهای خشونت، بیان مختصری در مورد تاب آوری هیجانی، ارائه تکلیف منزل.
جلسه سوم	بررسی تکلیف، ارائه توضیحاتی در مورد تاب آوری هیجانی، تعریف و عوامل تاثیرگذار بر آن، توضیح در مورد ارتباط تاب آوری هیجانی با تاب آوری روان شناختی و عوامل مرتبط با آن، ارائه تکلیف منزل.
جلسه چهارم	بررسی تکلیف، آموزش مهارت های ارتباطی، داشتن رابطه صمیمی با دیگران و شوخ طبعی و برقراری روابط توأم با احترام با اعضای خانواده و دوستان، ارائه تکلیف منزل.
جلسه پنجم	بررسی تکلیف، دل بستگی به خانواده و تأثیرات آن بر کاهش خشونت و رفتارهای ضد اجتماعی. ارائه توضیحاتی پیرامون ضعف بودن احساس همبستگی و پیوستگی با جامعه، اثرات آن و تقویت حس پیوستگی. ارائه تکلیف منزل
جلسه ششم	بررسی تکلیف، توضیح در مورد هیجانان، توضیح در مورد رابطه تنظیم هیجان با تاب آوری و رابطه هوش هیجانی با تاب آوری، آموزش مولفه های هوش هیجانی و تاثیر آن در روابط بین فردی، ارائه تکلیف منزل.
جلسه هفتم	بررسی تکلیف، توضیح در مورد کفایت اجتماعی و مولفه های آن، احساس خودکارآمدی و احساس اعتماد به نفس، و راه های ارتقای احساس کارآمدی و اعتماد به نفس، ارائه تکلیف منزل.
جلسه هشتم	بررسی تکلیف، توضیح در مورد رابطه اعتماد به نفس با خودپنداره (عزت نفس)، توضیح در مورد انواع عزت نفس، پیامدهای عزت نفس، توضیح در مورد احساس خودارزشمندی و پیامدهای آن، ارائه تکلیف منزل.
جلسه نهم	بررسی تکلیف، توضیح در مورد منبع کنترل، آموزش در مورد منبع کنترل بیرونی و درونی، ویژگی های افراد با منبع کنترل درونی و بیرونی، تاثیر منبع کنترل درونی با موفقیت ها و پیامدها، تاثیر منبع کنترل بیرونی بر پیامدها، ارائه تکلیف منزل.
جلسه دهم	بررسی تکلیف، توضیح در مورد خوش بینی، ویژگی افراد خوش بین، توضیح در مورد احساس معنا و هدفمندی در زندگی و پیامدهای مثبت آن. ارائه تکلیف منزل.
جلسه یازدهم	بررسی تکلیف، توضیح در مورد اینکه افراد تاب آور از مهارت حل مسئله برخوردارند، فقدان مهارت حل مسئله یکی از دلایل ضرب و شتم و پر خاشگویی، آموزش مهارت کنترل خشم، ارائه تکلیف منزل.
جلسه دوازدهم	بررسی تکلیف، جمع بندی جلسات قبلی، پاسخ گویی به پرسش های مخاطبین در مورد جلسات گذشته، ایجاد انگیزه برای تداوم آموزش های فرا گرفته شده، برگزاری پس آزمون.



مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری برقرار است ( $p > 0/05$ ).

نتایج آزمون واریانس با اندازه‌گیری مکرر نشان می‌دهد بر اساس ضریب F محاسبه شده، تاثیر عامل عضویت گروهی هم بر نمرات بخشش بین‌فردی و سازگاری اجتماعی مجرمین ضرب و جرح معنادار است ( $p < 0/001$ ). بنابراین نتیجه گرفته می‌شود عامل عضویت گروهی یا نوع درمان دریافتی (آموزش تاب‌آوری هیجانی) بر بخشش بین‌فردی و سازگاری اجتماعی مجرمین ضرب و جرح تاثیر معنادار داشته است. اندازه اثر نشان می‌دهد عضویت گروهی به ترتیب ۳۵ و ۳۷ درصد از تفاوت در نمرات بخشش بین‌فردی و سازگاری اجتماعی مجرمین ضرب و جرح را تبیین می‌کند. در نهایت نتایج بیان‌گر آن است که اثر متقابل نوع درمان و عامل زمان هم بر نمرات بخشش بین‌فردی و سازگاری اجتماعی مجرمین ضرب و جرح معنادار است ( $p < 0/001$ ). بنابراین نتیجه گرفته می‌شود نوع درمان دریافتی در مراحل مختلف ارزیابی هم بر بخشش بین‌فردی و سازگاری اجتماعی مجرمین ضرب و جرح به میزان ۴۶ و ۵۲ درصد تاثیر معنادار داشته است. در یک جمع‌بندی باید اشاره نمود که آموزش تاب‌آوری هیجانی توانسته به شکل معناداری بخشش بین‌فردی و سازگاری اجتماعی مجرمین ضرب و جرح را در طول زمان کاهش داده و این اثر را حفظ نماید. توان آماری هم، حاکی از دقت آماری بالا و کفایت حجم نمونه می‌باشد. حال در ادامه در جدول ۴ مقایسه زوجی میانگین نمرات بخشش بین‌فردی و سازگاری اجتماعی آزمودنی‌ها بر حسب مرحله ارزیابی ارائه می‌شود. همان‌گونه نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد، بین میانگین نمرات مرحله پیش‌آزمون با پس‌آزمون و پیگیری در متغیرهای بخشش بین‌فردی و سازگاری اجتماعی تفاوت معنادار وجود دارد. این بدان معناست که آموزش تاب‌آوری هیجانی توانسته به شکل معناداری نمرات پس‌آزمون و پیگیری بخشش بین‌فردی و سازگاری اجتماعی را نسبت به مرحله پیش‌آزمون دچار تغییر نمایند. یافته دیگر جدول ۴ نشان داد که بین میانگین نمرات مرحله پس‌آزمون و پیگیری تفاوت معنادار وجود

جلسه‌ای مربوط به بسته آموزش تاب‌آوری هیجانی (محقق ساخته) را در طی سه ماه به صورت هفته‌ای یک جلسه ۹۰ دقیقه‌ای دریافت نمودند (جدول ۱). این در حالی است که افراد حاضر در گروه گواه هیچگونه مداخله‌ای را در طول پژوهش دریافت نکرد.

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 کلموگروف-اسمینروف جهت بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها، آزمون لوین برای بررسی برابری واریانس‌ها، آزمون موچلی جهت بررسی پیش‌فرض 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.

## یافته‌ها

یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش در جدول ۲ ارائه شده است.

نتایج نشان داد در متغیر سازگاری اجتماعی در مرحله پیش‌آزمون ( $F=2/39, sig=0/104$ )، پس‌آزمون ( $F=2/09, sig=0/136$ ) و پیگیری ( $F=2/56, sig=0/09$ )، و در بخشش بین‌فردی در پیش‌آزمون ( $sig=0/376$ )، پس‌آزمون ( $F=1/001, sig=0/738$ ) و پیگیری ( $F=3/87, sig=0/052$ ) به دست آمد که مجموع نتایج نشان می‌دهد پیش‌فرض برابری واریانس‌ها در هر دو متغیر در هر سه مرحله پژوهش تأیید شده است. نتایج آزمون موچلی نیز جهت بررسی یکنواختی کوواریانس‌ها در گروه‌ها برای متغیر سازگاری اجتماعی ( $sig=0/647, chi^2=0/789, Mauchly's W=0/981$ ) و بخشش بین‌فردی ( $sig=0/121, chi^2=1/74, Mauchly's W=0/89$ ) به دست آمد که بیانگر تأیید آن در متغیرهای سازگاری اجتماعی و بخشش بین‌فردی است (جدول ۳). در نهایت نتایج آزمون کلموگروف-اسمینروف بیانگر آن بود که پیش‌فرض نرمال بودن توزیع نمونه‌ای داده‌ها در متغیرهای بخشش بین‌فردی و سازگاری اجتماعی در گروه‌های آزمایش و گواه در

**جدول ۲- شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش به تفکیک دو گروه و سه مرحله پژوهش**

متغیر	گروه	پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پیگیری
		انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	
بخشش بین‌فردی	گروه آزمایش	۵۴/۲۶	۹/۷۲	۶۰/۰۶	۱۲/۲۵	۵۹/۲۰
	گروه گواه	۵۲/۳۳	۶/۷۴	۵۲/۴۰	۷/۷۶	۵۲/۱۳
سازگاری اجتماعی	گروه آزمایش	۵/۱۳	۱/۶۸	۷/۴۰	۱/۷۶	۶/۶۰
	گروه گواه	۴/۷۳	۱/۶۶	۴/۵۳	۱/۳۰	۴/۶۶

**جدول ۳- تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر جهت بررسی تأثیرات درون و بین گروهی برای متغیرهای بخشش بین‌فردی و سازگاری اجتماعی مجرمین ضرب و جرح**

متغیرها	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	مقدار f	مقدار p	اندازه اثر	توان آزمون	متغیرها	
								بخشش	بین‌فردی
مراحل	۱۴۵/۲۶	۲	۷۲/۶۳	۲۲/۸۸	۰/۰۰۰۱	۰/۴۵	۱	بخشش	گروه‌بندی
گروه‌بندی	۶۹۴/۴۴	۱	۶۹۴/۴۴	۱۴/۴۴	۰/۰۰۰۱	۰/۳۵	۰/۹۹	بین‌فردی	تعامل مراحل و گروه‌بندی
خطا	۱۷۷/۷۷	۵۶	۳/۱۷	۲۳/۴۶	۰/۰۰۰۱	۰/۴۶	۱	خطا	خطا
مراحل	۱۶/۶۹	۲	۸/۳۴	۲۲/۵۶	۰/۰۰۰۱	۰/۴۴	۱	سازگاری	مراحل
گروه‌بندی	۶۷/۶۰	۱	۶۷/۶۰	۱۵/۳۳	۰/۰۰۰۱	۰/۳۷	۱	اجتماعی	گروه‌بندی
خطا	۲۰/۷۱	۵۶	۰/۳۷	۳۱/۴۵	۰/۰۰۰۱	۰/۵۲	۱	خطا	تعامل مراحل و گروه‌بندی

**جدول ۴- مقایسه زوجی میانگین نمرات بخشش بین‌فردی و سازگاری اجتماعی آزمودنی‌ها بر حسب مرحله ارزیابی**

متغیر	مرحله مبنا (میانگین)	مرحله مورد مقایسه (میانگین)	تفاوت میانگین‌ها	خطای انحراف معیار	معناداری
بخشش بین‌فردی	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	-۲/۹۳	۰/۵۸	۰/۰۰۱
	پیش‌آزمون	پیگیری	-۲/۳۶	۰/۵۰	۰/۰۰۱
	پس‌آزمون	پیگیری	۲/۹۳	۰/۵۸	۰/۰۰۱
سازگاری اجتماعی	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	-۱/۰۳	۰/۱۶	۰/۰۰۱
	پیش‌آزمون	پیگیری	۰/۷۰	۰/۱۵	۰/۰۱
	پیش‌آزمون	پیگیری	۱/۰۳	۰/۱۶	۰/۰۰۱
	پس‌آزمون	پیگیری	۰/۳۳	۰/۱۴	۰/۰۹

### بحث

مطالعه حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش تاب‌آوری هیجانی بر بخشش بین‌فردی و سازگاری اجتماعی مجرمین ضرب و جرح زندان مرکزی اصفهان انجام شد. یافته اول نشان داد که آموزش تاب‌آوری هیجانی بر بخشش بین‌فردی مجرمین ضرب و جرح تأثیر معنادار داشته است. بدین صورت که این مداخله توانسته منجر به افزایش بخشش بین‌فردی مجرمین ضرب و جرح شود. یافته حاضر با نتایج پژوهش احمدی، مصداق‌راد و کرمی (۲۴) مبنی بر تأثیر آموزش

ندارد. این یافته را می‌توان این چنین تبیین نمود که نمرات بخشش بین‌فردی و سازگاری اجتماعی مجرمین ضرب و جرح که در مرحله پس‌آزمون دچار افزایش معنادار شده بود، توانسته این تغییر را در طول دوره پیگیری نیز حفظ نماید. در یک جمع‌بندی می‌توان بیان نمود آموزش تاب‌آوری هیجانی توانسته منجر به افزایش معنادار میانگین نمرات بخشش بین‌فردی و سازگاری اجتماعی مجرمین ضرب و جرح در مرحله پس‌آزمون شده و این اثر در مرحله پیگیری نیز ثبات خود را حفظ نموده است.

تسلطی داشته باشند که بتوانند در شرایط استرس‌آور رفتارهای سنجیده‌ای از خود به نمایش بگذارند، رضایت درونی بیشتری را نسبت به توانمندی خود احساس می‌کنند که این رضایت‌مندی درونی می‌تواند قدرت بخشش بین‌فردی را نیز در آنان افزایش دهد. همچنین آموزش عزت نفس به زندان‌نیان در تاب‌آوری هیجانی، احساس ارزشمندی را در آنان تقویت می‌نماید که این موضوع می‌تواند به بخشش خود و دیگران کمک کند. فردی که احساس ارزشمندی و بزرگی دارد، بهتر می‌تواند خطاهای دیگران را ببخشد و با آنان کنار آید.

یافته دوم نشان داد که آموزش تاب‌آوری هیجانی بر سازگاری اجتماعی مجرمین ضرب و جرح تاثیر معنادار داشته است. بدین صورت که این مداخله توانسته منجر به افزایش سازگاری اجتماعی مجرمین ضرب و جرح شود. یافته حاضر با نتایج پژوهش اسفندیار، راه‌نجات، موسوی و صبایان (۲۳) مبنی بر اثربخشی آموزش تاب‌آوری در کاهش استرس و اقدام به خودزنی سربازان؛ با یافته تقی‌پور، باغستانی و سعادت‌نیا (۲۵) مبنی بر اثربخشی آموزش تاب‌آوری بر کاهش استرس ادراک شده و مشکلات ارتباطی زنان؛ با گزارش خانجانی، سهرابی و اعظمی (۲۷) مبنی بر تاثیر برنامه ارتقای تاب‌آوری و مدیریت استرس بر بهزیستی روان‌شناختی، معنای زندگی، خوش‌بینی و رضایت از زندگی زنان با نتایج پژوهش مقتدر و اکبری (۳۰) مبنی بر اثربخشی آموزش تاب‌آوری بر میزان پرخاشگری و احساس شادکامی دانشجویان؛ با یافته صدری دمیرچی و همکاران (۲۹) مبنی بر اثربخشی آموزش برنامه تاب‌آوری بر خشم و بهزیستی روان‌شناختی دانش‌آموزان تکانشور و با گزارش اکبری (۳۲) مبنی بر تاثیر آموزش روان‌شناختی تاب‌آوری بر پرخاشگری و شادمانی دانش‌آموزان همسو بود.

در تبیین نتایج پژوهش حاضر مبنی بر اثربخشی آموزش تاب‌آوری هیجانی بر سازگاری اجتماعی مجرمین ضرب و جرح باید گفت که اکبری نشان داد که تاب‌آوری هیجانی سبب سازگاری موفقیت‌آمیز با شرایط تهدیدکننده می‌شود. به بیان دیگر تاب‌آوری، باعث سازگاری مثبت در واکنش به شرایط ناگوار می‌شود.

مهارت‌های تاب‌آوری بر کیفیت زندگی کاری پرستاران؛ با یافته بهمنی و همکاران (۲۶) مبنی بر اثربخشی آموزش مهارت‌های تاب‌آوری بر سلامت روان سربازان؛ با گزارش توفیقی، آقایی و گل‌پرور (۲۸) مبنی بر اثربخشی آموزش تاب‌آوری بر کیفیت زندگی، داغ اجتماعی ادراک شده، تحمل روانی، امید به زندگی، تاب‌آوری و خودکارآمدی مادران دارای کودکان مبتلا به فلج مغزی؛ و با نتایج پژوهش کریستوفرو همکاران (۳۱) مبنی بر تاثیر آموزش تاب‌آوری مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر کاهش خطر سلامتی، واکنش‌پذیری استرس و پرخاشگری در بین ماموران اجرای قانون همسو بود.

در تبیین یافته حاضر مبنی بر اثربخشی آموزش تاب‌آوری هیجانی بر بخشش بین‌فردی مجرمین ضرب و جرح می‌توان گفت کسب تاب‌آوری هیجانی نه تنها باعث شکست‌ناپذیری افراد در برابر فقدان‌های روان‌شناختی و آسیب‌های حاصل از آن می‌شود، بلکه موجب می‌شود افراد با قوای درونی و ذهنی بیشتری در مقابل شرایط استرس‌زا مقاومت کنند (۳۱). از دیگر ویژگی‌های بارز تاب‌آوری این است که نه تنها فعالیت‌های افراد را به سمت و سوی خاص جهت می‌دهد، بلکه موجب ترغیب افراد تا دستیابی به هدف معین می‌شود. بر همین اساس تاب‌آوری هیجانی سبب یادگیری مهارت‌های رفتاری و شناختی شده و موجبات تسلط بر موقعیت‌های استرس‌زا را برای افزایش تحمل روانی فراهم می‌سازد. در این راستا می‌توان گفت تاب‌آوری هیجانی نه تنها توانایی تاثیرگذاری افراد بر موقعیت‌های اضطراب‌انگیز را افزایش می‌دهد، بلکه موجب انعطاف‌پذیری افراد در موقعیت بحرانی و حساس زندگی می‌شود (۳۵) که این روند نیز با بهبود سلامت روان مجرمین ضرب و جرح، سبب می‌شود که آنان در روابط با سایر افراد، بخشش بین‌فردی بیشتری را از خود به نمایش بگذارند. علاوه بر این، افرادی که در زمینه‌های گوناگون، تاب‌آوری هیجانی بالاتری دارند، معمولاً در موقعیت‌های مختلف به خصوص در موقعیت‌های استرس‌آفرین زندگی، رفتارهای بهنجار و پایدارتری از خود نشان می‌دهند. به طور طبیعی وقتی افراد بتوانند بر فرایندهای روانی و اجتماعی خود چنین احاطه و

کتابچه‌ای علمی، آموزش تاب‌آوری هیجانی به مشاوران و روان‌شناسان زندان‌ها ارائه داده شود تا آن‌ها با به کارگیری محتوای این درمان، جهت افزایش سازگاری اجتماعی و بخشش بین‌فردی مجرمین ضرب و جرح گامی بردارند.

### نتیجه‌گیری

در یک نتیجه‌گیری کلی باید اشاره نمود که آموزش تاب‌آوری هیجانی در پژوهش حاضر توانسته منجر به بهبود بخشش بین‌فردی و سازگاری اجتماعی مجرمین ضرب و جرح زندان مرکزی اصفهان شود. چنین نتیجه‌ای دور از انتظار نیست. چرا که تاب‌آوری هیجانی سبب یادگیری مهارت‌های رفتاری و شناختی در افراد آموزش دیده شده و با افزایش تحمل روانی و قدرت مقابله‌ای بهنجار، سبب تسلط بر موقعیت‌های استرس‌زا می‌شود. چنین فرایندی قدرت درونی مجرمین ضرب و جرح را بهبود بخشیده و سبب می‌شود تا آنان بتوانند از موضع قدرت درونی، از خطاهای دیگران چشم‌پوشی کرده و با افزایش بخشش، سازگاری محیطی و اجتماعی بالاتری را نیز تجربه نمایند. ذکر این نکته در نتیجه‌گیری نیز ضروری است که پژوهش حاضر، اولین پژوهشی است که به تدوین بسته آموزش تاب‌آوری هیجانی برای زندانیان مجرمین ضرب و جرح نموده است.

### تقدیر و تشکر

مقاله حاضر برگرفته از رساله دوره دکتری تخصصی جواد درستکار در دانشگاه آزاد اسلامی واحد اصفهان است. بدین وسیله از مجرمین ضرب و جرح حاضر در پژوهش جهت حضور در پژوهش و مسئولین زندان مرکزی اصفهان قدردانی می‌شود.

### References

1. Gharibpour M, Akbari B, Aboalghasemi A. Comparisons of Alexithymia, Negative Emergency and Aggression in Prisoners with and without Intermittent Explosive Disorder. *Journal of Applied Psychological Research*. 2020;11(1):169-183. (In

البته افراد با آموزش تاب‌آوری هیجانی، تنها پایداری در برابر آسیب‌ها یا شرایط تهدید کننده را نمی‌آموزند، بلکه یاد می‌گیرند در محیط پیرامونی خود شرکت فعال و سازنده داشته باشند (۳۴). بنابراین می‌توان گفت آموزش کفایت اجتماعی در تاب‌آوری هیجانی سبب افزایش توانمندی فرد در برقراری تعادل زیستی - روانی و تحمل روان‌شناختی در شرایط دشوار گشته و این روند نیز بهبود سازگاری اجتماعی را به دنبال دارد. همچنین نتایج پژوهش‌های مختلف نشان داده است که آموزش مؤلفه‌های هیجانی در تاب‌آوری سبب هماهنگی روانی و هیجانی در تعامل با سایر افراد می‌شود که این امر با پیامدهای مثبت هیجانی، عاطفی و شناختی همراه است (۲۷). بنابراین، تاب‌آوری بازگشت به تعادل اولیه یا رسیدن به تعادل سطح بالاتر (در شرایط تهدید کننده) را موجب گشته و با آموزش حل مسئله به سازگاری موفق و تطابق با زندگی کمک می‌کند. در مجموع می‌توان گفت تاب‌آوری هیجانی سبب می‌شود مجرمین ضرب و جرح به انطباق موفق دست یابند و در آوردگاه مصائب و استرس‌های جانکاه و ناتوان کننده بتوانند به شکل موفقیت‌آمیزی با چالش‌های پیش رو مواجه شده و با آن‌ها مقابله نمایند و در نتیجه سازگاری اجتماعی و بخشش بالاتری را از خود نشان دهند.

محدود بودن دامنه تحقیق به مجرمین ضرب و جرح زندان مرکزی اصفهان، عدم مهارت‌های اثرگذار بر سازگاری اجتماعی و بخشش بین‌فردی مجرمین ضرب و جرح همچون سابقه رشدی، تحولی و طراح‌های ناسازگار اولیه و عدم بهره‌گیری از روش نمونه‌گیری تصادفی از محدودیت‌های مهم پژوهش حاضر بود. بنابراین پیشنهاد می‌شود برای افزایش قدرت تعمیم‌پذیری نتایج، در سطح پیشنهاد پژوهشی، این پژوهش در دیگر افراد، اختلال‌های روان‌شناختی، مهارت‌های ذکر شده و بهره‌گیری از روش‌های نمونه‌گیری تصادفی اجرا شود. با توجه به اثربخشی آموزش تاب‌آوری هیجانی بر سازگاری اجتماعی و بخشش بین‌فردی مجرمین ضرب و جرح زندان مرکزی اصفهان، در سطح کاربردی پیشنهاد می‌شود با تهیه برشور و

Persian)

2. Kiani M, Bazmi S, Gharedaghi J, Barzegar A. A Survey on Frequency of Trauma Due to Quarrel, in Cases. *Sci J Forensic Med.* 2008; 13(4): 256-260. (In Persian)

3. Khodayarifard M, Abedini Y, Akbari Zardkhaneh S, Shokohi Yekta M, Rostami R. The effects of individual and group cognitive-behavioral interventions on mental health problems and psychological symptoms among female inmates. *Binnaul Journal of Applied Counseling.* 2012; 2(2): 61-72. (In Persian)

4. Tangney JP, Dearing RL. *Shame and guilt.* Guilford Press. 2003.

5. Fergus TA, Valentiner DP, McGrath PB, Gier-Lonsway S, Jencius S. The cognitive attentional syndrome: examining relations with mood and anxiety symptoms and distinctiveness from psychological inflexibility in a clinical sample. *Psychiatry research.* 2013; 210(1): 215-219.

6. Fisher ML, Exline JJ. Moving toward self-forgiveness: Removing barriers related to shame, guilt, and regret. *Social and Personality Psychology Compass.* 2010; 4(8): 548-558.

7. Ye Y, Ma D, Yuan H, Chen L, Wang G, Shi J, Yu Y, Guo Y, Jiang X. Moderating Effects of Forgiveness on Relationship Between Empathy and Health-Related Quality of Life in Hemodialysis Patients: A Structural Equation Modeling Approach. *Journal of Pain and Symptom Management.* 2019; 57(2): 224-232.

8. Griffin BJ, Worthington EL, Lavelock CR, Wade NG, Hoyt WT. Forgiveness and mental health. In *Forgiveness and Health* (pp. 77-90). Springer Netherlands. 2015.

9. Wohl MJA, Pychyl TA, Bennett SH. I forgive myself, now I can study: How self-forgiveness for procrastinating can reduce future procrastination. *Personality and Individual Differences.* 2010; 48: 803-808.

10. Sapmaz F, Yıldırım M, Topçuoğlu P, Nalbant D, Sızır U. Gratitude, Forgiveness and Humility as Predictors of Subjective Wellbeing among University Students. *International Online Journal of Educational Sciences.* 2016; 8(1): 12-19.

11. Liu J, Graves N. Childhood bullying: A review of constructs, concepts, and nursing implications". *Public Health Nursing.* 2011; 28(6): 556-568.

12. Bachem R, Casey P. Adjustment disorder: a diagnosis whose time has come. *Journal of Affective Disorders.* 2018; 227: 243-253.

13. McQuade JD, Breaux RP. Parent emotion socialization and pre-adolescent's social and emotional adjustment: Moderating effects of autonomic nervous system reactivity. *Biological Psychology.* 2017; 130: 67-76.

14. Namazi F, Sohrabi Shegefti N. The Mediating Role of the Social Adjustment for Family

Communication Pattern and Adolescent Mental Health. *Quarterly Journal of Educational Psychology Studies.* 2018; 15(29): 237-256. (In Persian)

15. Stein DJ, Koen N, Donald KA, Adnams CM, Koopowitz S, Lund C, et al. Investigating the psychosocial determinants of child health in Africa: the Drakenstein Child Health Study. *Journal of Neuroscience Methods.* 2015; 252: 27-35.

16. Nezu AM, Nezu CM, D'Zurilla TJ. *Problem-solving therapy: A treatment manual.* New York: Springer Publishing Co. 2013.

17. Golestan Jahromi F, Shehni Yeylagh m, Behrouzi N, Omidian M. The Effect of Bullying Prevention Program Training on Bullying, Adjustment and Empathy among Middle School Female Students, in Ahvaz. *Biquarterly Journal of Cognitive strategies in learning.* 2017; 5(8): 183-204. (In Persian)

18. Thoms M, Jackson S. *Psychology in prisons* (PP. 83-92). 12th ed. British psychological society: well publishing; 2003.

19. Mikaeili Mani F, Babaei Z, Hassani M. Investigating the relationship between religiosity, spiritual intelligence and forgiveness with social adjustment in first year students, *Journal of Psychology and Religion.* 2014; 9(1): 133-142. (In Persian)

20. Shaykh MA, Tajrobekar MA. Implement social adjustment skills; Correctional program in prison. *Third National Conference on Psychology and Behavioral Sciences, Tehran.* 2016. (In Persian)

21. Hashemi M, Khazaeipour HN. Investigating the Relationship between Resilience and Self-Esteem with Aggression in Sixth Grade Male Students in Sarbisheh, *National Conference on Primary Education.* 2015. (In Persian)

22. Murden F, Bailey D, Mackenzie F, Oeppen RS, Brennan PA. The impact and effect of emotional resilience on performance: an overview for surgeons and other healthcare professionals. *British Journal of Oral and Maxillofacial Surgery.* 2018; 56(9): 786-790.

23. Esfandiari Y, Rahnejat A M, Mousavi M, Sabayan B. The Effectiveness of Resiliency Training on Reduction of Emotional Stress and Self-mutilation Attempt in Soldiers in Tehran, Iran in 2018. *J Mil Med.* 2020; 22(1): 27-35. (In Persian)

24. Ahmadi B, Mosadeghrad A M, Karami B. Effectiveness of resilience education on quality of working life among nursing personnel: A randomized controlled study. *Payesh.* 2019; 18(3): 279-289. (In Persian)

25. Taghipoor S, Baghestani M, saadati N. Effectiveness of resilient education on reducing of perceived stress and communicative problems of women with abandoned addicted spouse. *etiadpajohi.* 2019; 13(51): 71-88. (In Persian)

26. Bahmani B, Javadi M H, Khalilzadeh N, Mehraban S. The effectiveness of training resiliency skills on soldier's mental health. *Shenakht Journal of*

- Psychology and Psychiatry. 2018; 5(4): 78-86. (In Persian)
27. Khanjani M, Sohrabi F, Aazami Y. The Effectiveness of Resilience and Stress Management Training Program on Psychological Well-being, Meaning of Life, Optimism, and Satisfaction of Life in Female-Headed Households. IJPN. 2018; 6(2): 1-11. (In Persian)
28. Tofighi Z, Aghaei A, Golparvar M. Comparing effectiveness of resilience and emotion regulation on perceived social stigma and mental endurance in the mothers of the children with cerebral paralysis (CP). Psychology of Exceptional Individuals. 2017; 7(28): 71-93. (In Persian)
29. Sadri Damirchi E, Basharpour S, Ramazani SH, Kariminpour GH. Effectiveness of resilience training on anger control and psychological well-being in impulsive students. Journal of School Psychology. 2018; 6(4): 1220-139. (In Persian)
30. Moghtadar L, Akbari B. The effectiveness of psychological resilience training on students' level of aggression and happiness. The Second National Conference on Psychology and Educational Sciences. 2016. (In Persian)
31. Christopher MS, Hunsinger M, Goerling LRJ, Bowen S, Rogers BS, Gross CR, et al. Mindfulness-based resilience training to reduce health risk, stress reactivity, and aggression among law enforcement officers: A feasibility and preliminary efficacy trial. Psychiatry Research. 2018; 264: 104-115.
32. Akbari B. Effectiveness of Training Psychological Resilience on Aggression and Happiness among Students. Journal Holist Nurse Midwifery. 2017; 27(1): 1-7.
33. Kim J, Seok JH, Choi K, Jon DI, Hong HJ, Hong N, et al. The Protective Role of Resilience in Attenuating Emotional Distress and Aggression Associated with Early-life Stress in Young Enlisted Military Service Candidates. Journal of Korean Medicine Science. 2015; 30(11): 1667-1674.
34. Chitra T, Karunanidhi S. The Impact of Resilience Training on Occupational Stress, Resilience, Job Satisfaction, and Psychological Well-being of Female Police Officers. Journal of Police and Criminal Psychology. 2021; 36: 8-23.
35. Sullivan L, Carter JE, Houle J, Ding K, Hautmann A, Yang J. Evaluation of a resilience training program for college student-athletes: A pilot study. Journal of American College Health. 2021; 24: 1-9.
36. Zetino YL, Galicia BE, Venta A. Adverse Childhood Experiences, Resilience, and Emotional Problems in Latinx Immigrant Youth. Psychiatry Research. 2020; 293: 113-117.
37. Johnson J, Panagioti M, Bass J, Ramsey L, Harrison R. Resilience to emotional distress in response to failure, error or mistakes: A systematic review. Clinical Psychology Review. 2017; 52: 19-42.
38. Tlapek SM, Auslander W, Edmond T, Gerke D, Schrag RV, Threlfall J. The moderating role of resiliency on the negative effects of childhood abuse for adolescent girls involved in child welfare. Children and Youth Services Review. 2017; 73: 437-444.
39. Maulding W, Peters GB, Roberts J., Leonard E, Sparkman L. Emotional intelligence resilience in children and adolescents: Processes, mechanisms and interventions. Cambridge: Cambridge University Press. 2012; 14(3): 354-386.
40. Backmann J, Weiss M, Schippers MC, Hoegl M. Personality factors, student resiliency, and the moderating role of achievement values in study progress. Learning and Individual Differences. 2019; 72: 39-48.
41. Peng L, Li M, Zuo X, Miao Y, Chen L, Yu Y, et al. Application of the Pennsylvania resilience training program on medical students. Personality Individual Difference. 2014; 61-62: 47-51.
42. Aghaeipour H, Vatankeh HR, Gholami Heydarabadi Z. The Effect of mobility and orientation training on the social skills and social adjustments for blind student. Empowering exceptional children. 2016; 8(21): 75-84. (In Persian)
43. Fathi Ashtiani A. Psychological tests: evaluation of personality and mental health. Tehran: Besat Publications. 2013. (In Persian)
44. Ehteshamzadeh P, Ahadi H, Enayati M S, Heidari A. Construct and Validation of A Scale for Measuring Interpersonal Forgiveness. IJPCP. 2011; 16(4): 443-455. (In Persian)