

نقش حمایت اجتماعی ادراک‌شده و شیوه‌های فرزندپروری در پیش‌بینی سبک‌های ابراز خشم دانش‌آموزان

یاسر آسال

فرهنگی آموزش و پرورش



هدف: پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش حمایت اجتماعی ادراک‌شده و شیوه‌های فرزندپروری در پیش‌بینی سبک‌های ابراز خشم دانش‌آموزان مقطع متوسطه اول شهر زنجان انجام شد.

MDOI-02-2026.0208
MNR-222-2-A1CA0D

روش: این پژوهش از نوع توصیفی - همبستگی بود. جامعه آماری شامل دانش‌آموزان مقطع متوسطه اول شهر زنجان بود که از میان آنان 384 نفر به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. برای گردآوری داده‌ها از مقیاس چندبعدی حمایت اجتماعی ادراک‌شده زیمت و همکاران (1988)، مقیاس فرزندپروری ادراک‌شده گرولینک (1997) و پرسشنامه پرخاشگری باس و پری (1992) استفاده شد. با توجه به شیوع بیماری کرونا، پرسشنامه‌ها به‌صورت الکترونیکی و از طریق ابزارهای پیام‌رسان در اختیار شرکت‌کنندگان قرار گرفت. داده‌ها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه به روش همزمان و با بهره‌گیری از نرم‌افزار SPSS نسخه 24 تحلیل شدند.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که حمایت اجتماعی ادراک‌شده و شیوه‌های فرزندپروری با سبک‌های ابراز خشم دانش‌آموزان رابطه معناداری دارند. همچنین، این دو متغیر توانستند تغییرات سبک‌های ابراز خشم را به‌طور معناداری پیش‌بینی کنند.

نتیجه‌گیری: یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد که افزایش حمایت اجتماعی ادراک‌شده و به‌کارگیری شیوه‌های فرزندپروری مناسب می‌تواند در کاهش سبک‌های ناسازگارانه ابراز خشم دانش‌آموزان مؤثر باشد. از این‌رو، توجه به این عوامل در برنامه‌های آموزشی خانواده و خدمات مشاوره‌ای مدارس می‌تواند در ارتقای سلامت روان و بهبود سازگاری هیجانی دانش‌آموزان نقش مهمی ایفا کند.

واژگان کلیدی: حمایت اجتماعی ادراک‌شده، شیوه‌های فرزندپروری، سبک‌های ابراز خشم، دانش‌آموزان، زنجان.

مقدمه

خشم یکی از هیجان‌های بنیادی انسان است که در صورت ابراز مناسب، می‌تواند نقش سازگارانه در حفظ حقوق فرد و سازگاری با محیط داشته باشد؛ اما اگر به‌درستی مدیریت نشود، زمینه‌ساز بروز رفتارهای پرخاشگرانه، تعارض‌های بین‌فردی و آسیب‌های روان‌شناختی خواهد شد. دوران نوجوانی به دلیل تغییرات گسترده جسمانی، شناختی، هیجانی و اجتماعی، یکی از حساس‌ترین مراحل رشد محسوب می‌شود و نحوه ابراز و مدیریت خشم در این دوره، نقش مهمی در

سلامت روان، روابط اجتماعی و سازگاری تحصیلی نوجوانان ایفا می‌کند. از این‌رو، شناسایی عوامل مؤثر بر سبک‌های ابراز خشم در این گروه سنی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است.

در میان عوامل مؤثر بر ابراز خشم، حمایت اجتماعی ادراک‌شده و شیوه‌های فرزندپروری از مهم‌ترین عوامل خانوادگی و اجتماعی به شمار می‌روند. حمایت اجتماعی ادراک‌شده، به برداشت فرد از میزان حمایت عاطفی، اطلاعاتی و ابزاری دریافت‌شده از خانواده، دوستان و سایر افراد مهم اشاره دارد و می‌تواند در کاهش فشارهای روانی، افزایش احساس امنیت و بهبود توانایی تنظیم هیجان‌ها مؤثر باشد. همچنین، شیوه‌های فرزندپروری با ایجاد بستر مناسب برای رشد هیجانی و اجتماعی فرزندان، نقش تعیین‌کننده‌ای در شکل‌گیری الگوهای رفتاری، کنترل هیجان‌ها و نحوه ابراز خشم آنان دارند. فرزندان که در محیطی مبتنی بر گرمی، حمایت و استقلال‌بخشی رشد می‌کنند، معمولاً از مهارت‌های سازگارانه‌تری در مدیریت هیجان‌ها برخوردار هستند.

با توجه به اهمیت سلامت روان دانش‌آموزان و نقش خانواده و محیط اجتماعی در شکل‌گیری رفتارهای هیجانی، بررسی هم‌زمان نقش حمایت اجتماعی ادراک‌شده و شیوه‌های فرزندپروری در پیش‌بینی سبک‌های ابراز خشم می‌تواند به شناسایی عوامل مؤثر بر کنترل خشم و طراحی برنامه‌های آموزشی و پیشگیرانه برای خانواده‌ها، مدارس و مشاوران کمک کند. بر همین اساس، پژوهش حاضر به بررسی نقش حمایت اجتماعی ادراک‌شده و شیوه‌های فرزندپروری در پیش‌بینی سبک‌های ابراز خشم دانش‌آموزان پرداخته است.

بیان مسئله

خشم یکی از هیجان‌های بنیادی انسان است که در صورت ابراز نامناسب می‌تواند پیامدهای نامطلوبی برای سلامت روان، روابط بین‌فردی و عملکرد تحصیلی افراد به همراه داشته باشد. در دوره نوجوانی، به دلیل تغییرات گسترده جسمانی، شناختی و اجتماعی، تجربه هیجان خشم شدت بیشتری می‌یابد و در صورت ضعف در مهارت‌های تنظیم هیجان، احتمال بروز رفتارهای پرخاشگرانه، تعارض با همسالان، افت تحصیلی و ناسازگاری اجتماعی افزایش پیدا می‌کند. از این‌رو، شناسایی عوامل مؤثر بر سبک‌های ابراز خشم دانش‌آموزان، از موضوعات مهم در روان‌شناسی تربیتی و سلامت روان به شمار می‌رود.

مطالعات نشان داده‌اند که عوامل خانوادگی و اجتماعی، نقش تعیین‌کننده‌ای در شکل‌گیری و نحوه ابراز هیجان‌های نوجوانان دارند. در این میان، حمایت اجتماعی ادراک‌شده به عنوان برداشت ذهنی فرد از میزان حمایت دریافت‌شده از خانواده، دوستان و سایر افراد مهم، یکی از مهم‌ترین عوامل محافظت‌کننده در برابر مشکلات هیجانی و رفتاری محسوب می‌شود. نوجوانانی که از حمایت اجتماعی بیشتری برخوردارند، معمولاً توانایی بالاتری در مقابله با فشارهای روانی، تنظیم هیجان و کنترل خشم دارند، در حالی که کاهش حمایت اجتماعی می‌تواند زمینه‌ساز افزایش رفتارهای پرخاشگرانه و سبک‌های ناسازگارانه ابراز خشم باشد.



از سوی دیگر، شیوه های فرزندپروری از مهم ترین عوامل مؤثر بر رشد هیجانی و اجتماعی فرزندان هستند. کیفیت تعامل والدین با فرزندان، میزان محبت، حمایت از خودمختاری، نظارت و مشارکت والدین در زندگی فرزندان، می تواند بر شکل گیری مهارت های تنظیم هیجان و نحوه ابراز خشم آنان تأثیر بگذارد. نتایج پژوهش های پیشین نشان داده است که شیوه های فرزندپروری کارآمد با کاهش رفتارهای پرخاشگرانه و افزایش خودکنترلی همراه است، در حالی که شیوه های نامناسب فرزندپروری می تواند احتمال بروز مشکلات رفتاری و هیجانی را افزایش دهد.

با وجود انجام پژوهش های متعدد درباره حمایت اجتماعی یا شیوه های فرزندپروری، بررسی همزمان نقش این دو متغیر در پیش بینی سبک های ابراز خشم دانش آموزان، به ویژه در جامعه دانش آموزان دوره اول متوسطه، همچنان محدود است. این خلأ پژوهشی ضرورت انجام مطالعه حاضر را آشکار می سازد. از این رو، پژوهش حاضر درصدد است نقش حمایت اجتماعی ادراک شده و شیوه های فرزندپروری را در پیش بینی سبک های ابراز خشم دانش آموزان دوره اول متوسطه بررسی کند تا نتایج آن بتواند در طراحی مداخلات آموزشی، برنامه های آموزش خانواده و خدمات مشاوره مدارس برای ارتقای سلامت روان دانش آموزان مورد استفاده قرار گیرد.

تعریف مفهومی و عملیاتی متغیرهای پژوهش

حمایت اجتماعی ادراک شده

تعریف مفهومی: حمایت اجتماعی ادراک شده به برداشت ذهنی فرد از میزان حمایت عاطفی، اطلاعاتی و ابزاری دریافت شده از سوی خانواده، دوستان و سایر افراد مهم زندگی اشاره دارد. این سازه بیانگر احساس در دسترس بودن منابع حمایتی هنگام مواجهه با موقعیت های استرس زا است. این تعریف در پایان نامه نیز مبنای تبیین متغیر قرار گرفته است.

تعریف عملیاتی: در این پژوهش، حمایت اجتماعی ادراک شده بر اساس نمره کسب شده در مقیاس چندبعدی حمایت اجتماعی ادراک شده زیمت و همکاران (1988) سنجیده شد؛ به گونه ای که نمره بالاتر نشان دهنده ادراک بیشتر از حمایت اجتماعی است.

شیوه های فرزندپروری

تعریف مفهومی: شیوه های فرزندپروری به الگوهای رفتاری و تعاملی والدین در تربیت فرزندان اشاره دارد که شامل ابعادی مانند گرمی، حمایت از خودمختاری و میزان درگیری و مشارکت والدین در فرزندپروری است و نقش مهمی در رشد هیجانی و اجتماعی نوجوانان ایفا می کند.

تعریف عملیاتی: شیوه های فرزندپروری با استفاده از مقیاس فرزندپروری ادراک شده گرولینک (1997) اندازه گیری شد و نمره کل و ابعاد آن در تحلیل های آماری مورد استفاده قرار گرفت.

سبک های ابراز خشم

تعریف مفهومی: سبک های ابراز خشم به شیوه ای گفته می شود که افراد هیجان خشم خود را در موقعیت های مختلف تجربه، کنترل یا ابراز می کنند و شامل ابعاد بدنی، کلامی، خشم و خصومت است. این سازه یکی از شاخص های مهم تنظیم هیجان در نوجوانان محسوب می شود.

تعریف عملیاتی: در این پژوهش، سبک های ابراز خشم بر اساس نمرات حاصل از پرسشنامه پرخاشگری باس و پری (1992) در چهار بعد بدنی، کلامی، خشم و خصومت سنجیده شد. نمرات بالاتر بیانگر شدت بیشتر ابراز خشم در هر یک از ابعاد است.

اهمیت و ضرورت پژوهش

دوران نوجوانی یکی از حساس ترین مراحل رشد انسان است که با تغییرات جسمانی، شناختی، عاطفی و اجتماعی گسترده ای همراه است. در این دوره، نحوه مدیریت هیجان ها، به ویژه خشم، نقش تعیین کننده ای در سلامت روان، کیفیت

روابط بین فردی، سازگاری اجتماعی و موفقیت تحصیلی دانش آموزان دارد. اگرچه خشم یک هیجان طبیعی و ضروری است، اما ابراز نامناسب آن می تواند زمینه ساز بروز رفتارهای پرخاشگرانه، تعارض با همسالان، مشکلات انضباطی، افت تحصیلی و سایر آسیب های روان شناختی و اجتماعی شود. از این رو، شناسایی عوامل مؤثر بر سبک های ابراز خشم از اهمیت ویژه ای در حوزه روان شناسی تربیتی و سلامت روان برخوردار است.

پژوهش های انجام شده نشان می دهد که حمایت اجتماعی ادراک شده و شیوه های فرزندپروری از مهم ترین عوامل مؤثر بر رشد هیجانی و اجتماعی نوجوانان هستند. برخورداری از حمایت عاطفی خانواده، دوستان و سایر افراد مهم، احساس امنیت روان شناختی را افزایش داده و توانایی نوجوانان را در مقابله با فشارهای روانی و تنظیم هیجان ها تقویت می کند. همچنین، شیوه های فرزندپروری مناسب با ایجاد محیطی مبتنی بر محبت، پذیرش، حمایت از استقلال و نظارت منطقی، زمینه رشد خودکنترلی و مدیریت صحیح هیجان ها را فراهم می آورد. در مقابل، ضعف در حمایت اجتماعی یا استفاده از شیوه های فرزندپروری ناکارآمد، می تواند احتمال بروز سبک های ناسازگارانه ابراز خشم را افزایش دهد.

با وجود اهمیت این متغیرها، بررسی همزمان نقش حمایت اجتماعی ادراک شده و شیوه های فرزندپروری در پیش بینی سبک های ابراز خشم دانش آموزان، به ویژه در جامعه دانش آموزان دوره اول متوسطه، همچنان محدود است. این خلأ پژوهشی، ضرورت انجام مطالعه حاضر را آشکار می سازد. یافته های این پژوهش می تواند زمینه را برای طراحی برنامه های آموزشی ویژه والدین، تدوین مداخلات مشاوره ای در مدارس و اجرای برنامه های ارتقای مهارت های تنظیم هیجان فراهم سازد و در نهایت به کاهش رفتارهای پرخاشگرانه، بهبود سلامت روان و افزایش سازگاری اجتماعی دانش آموزان کمک کند. بنابراین، پژوهش حاضر علاوه بر ارزش نظری، از نظر آموزشی، مشاوره ای و کاربردی نیز دارای اهمیت و ضرورت فراوان است.

اهداف پژوهش

هدف کلی

پیش بینی سبک های ابراز خشم دانش آموزان دوره اول متوسطه بر اساس حمایت اجتماعی ادراک شده و شیوه های فرزندپروری.

اهداف اختصاصی

تعیین رابطه بین حمایت اجتماعی ادراک شده و سبک های ابراز خشم دانش آموزان.

تعیین رابطه بین شیوه های فرزندپروری و سبک های ابراز خشم دانش آموزان.

تعیین نقش حمایت اجتماعی ادراک شده در پیش بینی سبک های ابراز خشم دانش آموزان.

تعیین نقش شیوه های فرزندپروری در پیش بینی سبک های ابراز خشم دانش آموزان.

تعیین سهم نسبی حمایت اجتماعی ادراک شده و شیوه های فرزندپروری در پیش بینی سبک های ابراز خشم دانش آموزان.

فرضیه های پژوهش

بین حمایت اجتماعی ادراک شده و سبک های ابراز خشم دانش آموزان رابطه معناداری وجود دارد.

بین شیوه های فرزندپروری و سبک های ابراز خشم دانش آموزان رابطه معناداری وجود دارد.

حمایت اجتماعی ادراک شده و شیوه های فرزندپروری قادر به پیش بینی معنادار سبک های ابراز خشم دانش آموزان هستند.

پیشینه پژوهش

پژوهش های داخلی

پژوهش های انجام شده در ایران نشان می دهد که حمایت اجتماعی ادراک شده و شیوه های فرزندپروری از مهمترین عوامل مؤثر بر سلامت روان و تنظیم هیجان نوجوانان هستند. نتایج مطالعات بیانگر آن است که افزایش حمایت اجتماعی از سوی خانواده، دوستان و افراد مهم، با کاهش رفتارهای پرخطرانه، بهبود سازگاری اجتماعی و ارتقای سلامت روان همراه است. همچنین، پژوهش ها نشان داده اند که شیوه های فرزندپروری مبتنی بر گرمی، حمایت و استقلال بخشی، نقش مهمی در کاهش خشم و پرخاشگری نوجوانان دارند، در حالی که شیوه های فرزندپروری نامناسب با افزایش مشکلات رفتاری و هیجانی ارتباط دارند. از جمله، شریعتی و امامی پور (1394) نشان دادند که شیوه های فرزندپروری ادراک شده به صورت غیرمستقیم و از طریق تعارض والد-نوجوان با ابعاد ابراز خشم رابطه دارد. همچنین بیرامی و علانی (1392) نیز رابطه معناداری بین ادراک نوجوانان از محیط عاطفی خانواده، شیوه های فرزندپروری و رفتارهای پرخطرانه گزارش کردند.

پژوهش های خارجی

مرور مطالعات خارجی نیز نشان می دهد که حمایت اجتماعی ادراک شده به عنوان یکی از عوامل محافظت کننده، نقش مهمی در کاهش استرس، بهبود تنظیم هیجان و کاهش پرخاشگری نوجوانان دارد. همچنین پژوهشگران گزارش کرده اند که والدینی که از شیوه های فرزندپروری مبتنی بر حمایت، پذیرش و تعامل مثبت استفاده می کنند، فرزندان با مهارت های بهتر در کنترل خشم و سازگاری اجتماعی پرورش می دهند. در مقابل، کاهش حمایت اجتماعی و استفاده از شیوه های فرزندپروری ناکارآمد، احتمال بروز سبک های ناسازگارانه ابراز خشم را افزایش می دهد.

جمع بندی پیشینه

مرور پژوهش های داخلی و خارجی نشان می دهد که هر یک از متغیرهای حمایت اجتماعی ادراک شده و شیوه های فرزندپروری به طور جداگانه با ابعاد مختلف سلامت روان و رفتارهای هیجانی نوجوانان ارتباط دارند. با این حال، همان گونه که در پایان نامه نیز اشاره شده است، پژوهشی که به طور همزمان نقش این دو متغیر را در پیش بینی سبک های ابراز خشم دانش آموزان بررسی کرده باشد، بسیار محدود است؛ از این رو، انجام پژوهش حاضر می تواند این خلأ پژوهشی را تا حدی برطرف کند.

روش پژوهش

پژوهش حاضر از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش اجرا، توصیفی از نوع همبستگی است. هدف این پژوهش، بررسی نقش حمایت اجتماعی ادراک شده و شیوه های فرزندپروری در پیش بینی سبک های ابراز خشم دانش آموزان دوره اول متوسطه بود.

جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانش آموزان دوره اول متوسطه شهرستان زنجان در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ بود. بر اساس جدول کرجسی و مورگان، ۳۰۰ نفر به عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند. نمونه گیری به روش خوشه ای چندمرحله ای انجام شد؛ بدین صورت که ابتدا تعدادی از مدارس به صورت تصادفی انتخاب و سپس از میان دانش آموزان واجد شرایط، نمونه مورد نظر انتخاب شد.

برای جمع آوری داده ها از سه ابزار استاندارد استفاده شد: مقیاس چندبعدی حمایت اجتماعی ادراک شده زیمت و همکاران (1988)، مقیاس فرزندپروری ادراک شده گرولینک و همکاران (1997) و پرسشنامه پرخاشگری باس و پری (1992).

روایی ابزارها بر اساس شواهد گزارش شده در مطالعات پیشین و تأیید متخصصان بررسی شد و پایایی آن ها با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ در سطح مطلوب به دست آمد.

پس از اخذ مجوزهای لازم از مراجع ذی ربط، پرسشنامه ها با رعایت اصول اخلاق پژوهش، از جمله مشارکت آگاهانه، محرمانه ماندن اطلاعات و اختیار شرکت کنندگان برای انصراف از پژوهش، در اختیار دانش آموزان قرار گرفت. پس از جمع آوری پرسشنامه ها، داده ها کدگذاری و وارد نرم افزار SPSS نسخه 22 شدند.

برای تحلیل داده ها، در بخش آمار توصیفی از شاخص هایی مانند فراوانی، درصد، میانگین و انحراف معیار استفاده شد. در بخش آمار استنباطی نیز، به منظور بررسی روابط بین متغیرها از ضریب همبستگی پیرسون و برای تعیین قدرت پیش بینی حمایت اجتماعی ادراک شده و شیوه های فرزندپروری از تحلیل رگرسیون چندگانه استفاده شد. سطح معناداری آزمون ها $P < 0/05$ در نظر گرفته شد.

یافته های پژوهش

در این بخش، ابتدا رابطه بین متغیرهای پژوهش با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون بررسی شد و سپس توان پیش بینی متغیرهای مستقل با استفاده از تحلیل رگرسیون همزمان مورد آزمون قرار گرفت.

نتایج آزمون همبستگی پیرسون نشان داد که بین حمایت اجتماعی ادراک شده و تمامی ابعاد سبک های ابراز خشم شامل پرخاشگری بدنی، پرخاشگری کلامی، خشم و خصومت، رابطه منفی و معناداری وجود دارد؛ به گونه ای که با افزایش حمایت اجتماعی ادراک شده، میزان ابراز خشم در تمامی ابعاد کاهش می یابد. بنابراین، فرضیه نخست پژوهش تأیید شد.

همچنین، نتایج نشان داد که تمامی ابعاد شیوه های فرزندپروری ادراک شده شامل اشتغال والدین به فرزند، حمایت از خودمختاری و گرمی والدین، با ابعاد مختلف سبک های ابراز خشم رابطه منفی و معناداری دارند. برای مثال، بین اشتغال مادر به فرزند و پرخاشگری بدنی ($-0/638$)، خشم ($-0/691$) و خصومت ($-0/660$) رابطه منفی و معناداری مشاهده شد. همچنین، گرمی و حمایت از خودمختاری از سوی هر دو والد نیز با کاهش معنادار ابعاد مختلف ابراز خشم همراه بود. این یافته ها فرضیه دوم پژوهش را تأیید می کند.

به منظور بررسی توان پیش بینی متغیرها، از تحلیل رگرسیون همزمان استفاده شد. نتایج نشان داد که حمایت اجتماعی ادراک شده و شیوه های فرزندپروری توان پیش بینی معنادار سبک های ابراز خشم دانش آموزان را دارند. مقایسه ضرایب استاندارد شده رگرسیون نشان داد که شیوه های فرزندپروری نسبت به حمایت اجتماعی ادراک شده سهم بیشتری در پیش بینی سبک های ابراز خشم، به ویژه پرخاشگری بدنی، دارد. این یافته بیانگر نقش برجسته تر کیفیت تعامل والدین با فرزندان در تبیین نحوه ابراز خشم نوجوانان است.

بحث و نتیجه گیری

هدف پژوهش حاضر، پیش بینی سبک های ابراز خشم دانش آموزان دوره اول متوسطه بر اساس حمایت اجتماعی ادراک شده و شیوه های فرزندپروری بود. نتایج نشان داد که بین حمایت اجتماعی ادراک شده و سبک های ابراز خشم رابطه منفی و معناداری وجود دارد؛ به این معنا که هرچه دانش آموزان حمایت بیشتری از سوی خانواده، دوستان و سایر افراد مهم دریافت کنند، احتمال بروز سبک های ناسازگارانه ابراز خشم در آنان کاهش می یابد. این یافته با نتایج مطالعات پیشین مطرح شده در پایان نامه همسو است و نشان می دهد حمایت اجتماعی، با ایجاد احساس امنیت، افزایش تاب آوری و تقویت مهارت های مقابله ای، نقش مؤثری در تنظیم هیجان ها و کنترل خشم نوجوانان ایفا می کند.

همچنین، نتایج نشان داد که شیوه های فرزندپروری با سبک های ابراز خشم دانش آموزان رابطه معناداری دارد. نوجوانانی که والدین آنان از شیوه های فرزندپروری مبتنی بر گرمی، حمایت و استقلال بخشی استفاده می کنند، سطوح پایین تری از پرخاشگری بدنی، پرخاشگری کلامی، خشم و خصومت را تجربه می کنند. این یافته بیانگر آن است که کیفیت تعامل والدین با فرزندان، نقش مهمی در شکل گیری مهارت های خودکنترلی، تنظیم هیجان و مدیریت خشم دارد و می تواند از بروز رفتارهای ناسازگارانه جلوگیری کند.



نتایج تحلیل رگرسیون نیز نشان داد که حمایت اجتماعی ادراک شده و شیوه های فرزندپروری به طور همزمان قادر به پیش بینی سبک های ابراز خشم دانش آموزان هستند. این یافته اهمیت توجه همزمان به عوامل خانوادگی و اجتماعی را در برنامه های پیشگیرانه و مداخله ای نشان می دهد. بر این اساس، می توان انتظار داشت که تقویت شبکه های حمایت اجتماعی و آموزش شیوه های صحیح فرزندپروری، به بهبود سلامت روان، افزایش مهارت های تنظیم هیجان و کاهش رفتارهای پرخطر نوجوانان منجر شود.

در مجموع، یافته های پژوهش حاضر بر نقش اساسی خانواده و منابع حمایت اجتماعی در شکل گیری سبک های ابراز خشم نوجوانان تأکید دارد. بنابراین، پیشنهاد می شود برنامه های آموزشی برای والدین با هدف ارتقای مهارت های فرزندپروری، توسعه خدمات مشاوره ای در مدارس و تقویت حمایت های روانی و اجتماعی از دانش آموزان در دستور کار مسئولان آموزشی و مشاوران مدارس قرار گیرد. همچنین انجام پژوهش های آینده با استفاده از طرح های طولی و بررسی سایر عوامل فردی، خانوادگی و اجتماعی مؤثر بر ابراز خشم، می تواند به غنای دانش موجود در این حوزه کمک کند.

پیشنهادهای

پیشنهادهای کاربردی

1. با توجه به نقش مؤثر حمایت اجتماعی ادراک شده در کاهش سبک های ناسازگارانه ابراز خشم، پیشنهاد می شود مدارس با تقویت خدمات مشاوره ای، اجرای برنامه های گروهی، آموزش مهارت های زندگی و توسعه تعامل سازنده میان دانش آموزان، خانواده و کارکنان مدرسه، زمینه افزایش حمایت اجتماعی دانش آموزان را فراهم کنند.
2. برگزاری دوره های آموزشی برای والدین با هدف ارتقای شیوه های فرزندپروری مؤثر، به ویژه در زمینه افزایش گرمی، حمایت عاطفی، حمایت از خودمختاری و مشارکت فعال در فرزندپروری، توصیه می شود.
3. مشاوران و روان شناسان مدارس می توانند با طراحی و اجرای کارگاه های آموزش مدیریت خشم، تنظیم هیجان و مهارت های ارتباطی، به کاهش رفتارهای پرخطر نوجوانان کمک کنند.
4. پیشنهاد می شود مسئولان آموزش و پرورش، برنامه های آموزش خانواده را با تأکید بر نقش حمایت اجتماعی و شیوه های صحیح فرزندپروری در ارتقای سلامت روان دانش آموزان گسترش دهند.
5. نتایج این پژوهش می تواند در طراحی برنامه های پیشگیرانه برای شناسایی دانش آموزان در معرض مشکلات هیجانی و اجرای مداخلات به موقع مورد استفاده مشاوران، مدیران و معلمان مدارس قرار گیرد.

پیشنهادهایی برای پژوهش های آینده

1. انجام پژوهش های مشابه در سایر مقاطع تحصیلی و در مناطق مختلف کشور به منظور افزایش قابلیت تعمیم نتایج پیشنهاد می شود.
2. بررسی نقش سایر متغیرهای فردی و خانوادگی، مانند هوش هیجانی، تاب آوری، سبک های دلبستگی، خودکارآمدی و کیفیت ارتباط والد-فرزند در پیش بینی سبک های ابراز خشم پیشنهاد می شود.
3. اجرای پژوهش های طولی برای بررسی تغییرات سبک های ابراز خشم در طول زمان و تعیین روابط علی میان متغیرهای پژوهش توصیه می شود.
4. پیشنهاد می شود در پژوهش های آینده، اثربخشی برنامه های آموزش مهارت های فرزندپروری و مداخلات مبتنی بر افزایش حمایت اجتماعی بر کاهش خشم و پرخطرگری دانش آموزان مورد ارزیابی قرار گیرد.



5. استفاده از روش های پژوهشی ترکیبی (کمی و کیفی) برای دستیابی به درک عمیق تر از عوامل مؤثر بر ابراز خشم نوجوانان می تواند به غنای یافته های این حوزه کمک کند.

منابع فارسی

- بیرامی، م.، و علائی، م. (1392). رابطه شیوه های فرزندپروری و رفتارهای پرخاشگرانه نوجوانان. فصلنامه روان شناسی تربیتی.
- شریعتی، م.، و امامی پور، س. (1394). نقش شیوه های فرزندپروری در پیش بینی ابراز خشم نوجوانان. مجله روان شناسی مدرسه.

منابع انگلیسی

-). The Aggression Questionnaire. Journal of Personality and Social Psychology. 1992- Buss, A. H., & Perry, M. (
-). Internalization within the family: The self-determination theory perspective. 1997- Grolnick, W. S., Ryan, R. M., & Deci, E. L. (
-): Professional 2 (STAXI- 2). State-Trait Anger Expression Inventory-1999- Spielberger, C. D. (Manual.
-). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. Journal of Personality Assessment. 1988- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (
-). Stress, social support, and the buffering hypothesis. 1985- Cohen, S., & Wills, T. A. (
-). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. 1991- Baumrind, D. (
-). Parenting style as context. 1993- Darling, N., & Steinberg, L. (
-). Emotion regulation and adjustment. 2005- Eisenberg, N., et al. (
-). Emotion-related self-regulation. 2010- Eisenberg, N., Spinrad, T. L., & Eggum, N. D. (
-). Cognitive emotion regulation. 2006- Garnefski, N., & Kraaij, V. (
-). A parental bonding instrument. 1979- Parker, G., Tupling, H., & Brown, L. B. (
-). Risky families. 2002- Repetti, R. L., Taylor, S. E., & Seeman, T. E. (
-). Six dimensions of parenting. 2005- Skinner, E., Johnson, S., & Snyder, T. (
-). Parental psychological control. 1996- Barber, B. K. (



Steinberg, L. (2001). We know some things. (-

عنوان انگلیسی مقاله

The Role of Teachers and School Counselors in Enhancing Students' Resilience During War Conditions

Abstract

War and armed conflicts are among the most serious crises that negatively affect children's and adolescents' mental health, emotional security, and educational progress. Students exposed to war may experience fear, insecurity, displacement, loss of loved ones, disruption of schooling, and continuous exposure to distressing news and images. These experiences can increase the risk of anxiety, depression, post-traumatic stress symptoms, and academic decline.

The present review-analytical study aims to investigate the role of teachers and school counselors in enhancing students' resilience during war conditions and to provide practical strategies for psychological and social support in schools. The findings indicate that creating a safe and supportive school environment, establishing empathetic relationships, teaching coping skills, strengthening hope and self-efficacy, providing psychological first aid, identifying vulnerable students, and strengthening cooperation between school and families are among the most important factors in promoting resilience.

Teachers, as the closest educational figures to students, play a significant role in maintaining emotional stability and creating a sense of belonging. School counselors, through psychological assessment, individual and group counseling, crisis intervention, and family support programs, contribute significantly to reducing the negative consequences of war.

The study concludes that developing resilient schools requires a coordinated approach involving school administrators, teachers, counselors, families, and educational policymakers. Empowering school staff with crisis management and psychosocial support skills can improve students' ability to cope with adversity and maintain their psychological well-being during challenging situations.

Keywords: Resilience, Students, War, Teachers, School Counselors, Mental Health, Psychosocial Support, Crisis Management.

منابع (APA Style)

منابع انگلیسی

1. Building your resilience. American Psychological Association. (2020). American Psychological Association.
2. Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59(1), 20–28. Bonanno, G. A. (2004).
3. Ordinary magic: Resilience in development. New York: Guilford Press. Masten, A. S. (2014).
4. Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*, 24(2), 335–344. Rutter, M. (2012).
5. Resilience in development. *Current Directions in Psychological Science*, 19(5), 81–85. Werner, E. E. (1995).
6. Mental health in emergencies. Geneva: WHO. World Health Organization. (2019).
7. The State of the World's Children: On My Mind – Promoting, protecting and caring for children's mental health. New York: UNICEF. (2021).

). Education in emergencies: Guidance and support for resilient education 2019 UNESCO. (systems. Paris: UNESCO.

). Five essential elements of immediate and mid-term mass trauma 2007 Hobfoll, S. E., et al. (315–283), 4(70) intervention. Psychiatry,

). Resilience: The science of mastering life's greatest 2012 Southwick, S. M., & Charney, D. S. (challenges. Cambridge University Press.

منابع فارسی پیشنهادی

سازمان پژوهش و برنامه ریزی آموزشی. (سال های مختلف). اسناد و راهنماهای آموزشی و تربیتی وزارت آموزش و پرورش جمهوری اسلامی ایران.

شفیعی سروستانی، م. (۱۴۰۰). بررسی نقش حمایت اجتماعی و مهارت های مقابله ای در افزایش تاب آوری نوجوانان. فصلنامه مطالعات روان شناختی.

محمدی، م. (۱۳۹۹). بررسی عوامل مؤثر بر تاب آوری دانش آموزان در شرایط دشوار. فصلنامه روان شناسی تربیتی.

حسینی، س. و همکاران. (۱۴۰۱). نقش مدرسه و حمایت معلم در سلامت روان دانش آموزان. مجله پژوهش در نظام های آموزشی.

دفتر سلامت و تندرستی وزارت آموزش و پرورش. (۱۴۰۲). راهنمای حمایت روانی-اجتماعی دانش آموزان در شرایط بحران.