MEJDS. 2021; 11:160.

Published online 2021 Nov. **Original Article**

The Effects of Empathy Education on Psychological Hardiness and Forgiving in Maladaptive Adolescents

*Sadeghi Firoozabadi A[1], Raesi Z[2]

Author Address
1. PhD Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Najafabad Branch, Islamic Azad University, Najaf Abad, Iran;
2. Assistant Professor, Department of Clinical Psychology, Najaf Abad Branch, Islamic Azad University, Najaf Abad, Iran.
***Corresponding author's email:** Akramsadeghi72@gmail.com.

Received: 2019 August 5; **Accepted:** 2019 September 11

Abstract

Background & Objectives: Adaptation and resistance to the effects of stressful stimuli are essential to living and sustaining life. Numerous factors affect adaptation, the psychological hardiness of a personal characteristic that can impact adaptation. Furthermore, forgiveness is among the concepts that all divine religions have emphasized. Forgiveness is a change in attitudes about attributing the causes of self–action that leads to reduced negative emotions. Empathy training is an effective intervention that promotes psychological hardiness and forgiveness of maladaptive individuals and provides the basis for increasing adaptation. Maladaptation causes problems in students' social, emotional, and educational contexts. Therefore, considering the role of psychological hardiness and forgiveness in promoting the psychological status of maladaptive students and the importance of psychological and behavioral empowerment and promoting adolescent maladaptation, the present study aimed to determine the effects of empathy training on psychological hardiness and forgiveness among maladaptive adolescents.

Methods: This was a quasi–experimental study with pretest–posttest and a control group design. The statistical population consisted of all 13–15–year–old female high school students in Baharestan City, Iran, in the academic year 2018–2019. Thirty of them were randomly selected and divided into two experimental and control groups. Inclusion criteria included the willingness to participate in the treatment session, inconsistency based on the school counselor's diagnosis, no other mental disorders, like anxiety based on the initial interview at the Baharestan counseling center by a counselor, being 13 to 16 years old, and not receiving treatment or other training concurrently. Exclusion criteria were non–cooperation in completing questionnaires and training sessions and absence from more than two training sessions. The Psychological Hardiness Scale of Ahvaz (Kiyamarsi et al., 1998) and the Scale of Forgiveness (Thompson et al., 2005) were used to collect the necessary data. The experimental group participated in eight 60–minute empathy training sessions by JanBozorgi et al. (2008), two training sessions per week in one month; however, the control group received no intervention. SPSS and Multivariate Analysis of Covariance (MANCOVA) were used for data analysis at the significance level of 0.01.

Results: The MANCOVA results indicated that empathy training was effective on psychological toughness and its dimensions (struggle, commitment, control) (p<0.001) and on forgiveness and its dimensions (self–sacrifice, others, self–sacrifice) (p<0.001) in maladapted adolescents. Moreover, the eta coefficient value revealed that the effect of empathy training on psychological hardiness and forgiveness equaled 0.578 and 0.542, respectively.

Conclusion: Based on the collected results, empathy training can effectively increase psychological hardiness and forgiveness among maladaptive adolescents.

Keywords: Empathy, Psychological hardiness, Forgiveness, Maladaptive adolescents.

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-01]

[DOR: 20.1001.1.23222840.1399.0.0.102.1]

[DOI: 10.29252/mejds.0.0.99]

Copyright © 2016, MEJDS. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License (http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) which permits copy and redistribute the material just in noncommercial usages, provided the original work is properly cited.

مجله مطالعات ناتوانی ۱۴۰۰؛ (۱۱):۱۶۰.

انتشار برخط آبان ۱۴۰۰ مقاله پژوهشی اصیل

تعیین اثربخشی آموزش همدلی بر سرسختی روان‌شناختی و بخشش نوجوانان ناسازگار

*اکرم صادقی فیروزآبادی[۱]، زهره رییسی[۲]

توضیحات نویسندگان

۱. دانشجوی دکتری روان‌شناسی، دانشکدهٔ روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد نجف‌آباد، نجف‌آباد، ایران؛

۲. استادیار گروه روان‌شناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد نجف‌آباد، نجف‌آباد، ایران.

***رایانامهٔ نویسندهٔ مسئول:** Akramsadeghi72@gmail.com

تاریخ دریافت: ۱۴ مرداد ۱۳۹۸؛ **تاریخ پذیرش:** ۲۰ شهریور ۱۳۹۸

چکیده

زمینه و هدف: یکی از مهم‌ترین ارکان رشد و توسعهٔ زندگی فردی و اجتماعی سازگاری با شرایط محیطی است؛ لذا پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی آموزش همدلی بر سرسختی روان‌شناختی و بخشش نوجوانان ناسازگار شهر بهارستان انجام شد.

روش‌بررسی: مطالعهٔ حاضر از نوع نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون ـ پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعهٔ آماری تمامی دانش‌آموزان دختر دورهٔ اول متوسطهٔ شهر بهارستان در سال تحصیلی ۹۸ـ۱۳۹۷ بودند. از بین آن‌ها ۳۰ نفر به‌صورت تصادفی انتخاب شدند و در دو گروه ۱۵نفری آزمایش و گواه قرار گرفتند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامهٔ سرسختی روان‌شناختی (کیامرثی و همکاران، ۱۳۷۷) و پرسشنامهٔ بخشش (تامپسون و همکاران، ۲۰۰۵) استفاده شد. گروه آزمایش در هشت جلسهٔ ۶۰دقیقه‌ای به‌صورت هفته‌ای دو جلسهٔ آموزشی و به‌طور کلی در یک ماه، آموزش همدلی را براساس برنامهٔ آموزشی جان‌بزرگی و همکاران (۱۳۸۷) دریافت کرد؛ درحالی‌که گروه گواه هیچ‌گونه مداخله‌ای دریافت نکرد. نرم‌افزار SPSS نسخهٔ ۲۲ و آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیره برای تحلیل داده‌ها به‌کار رفت. سطح معناداری آزمون‌ها ۰/۰۱ در نظر گرفته شد.

یافته‌ها: نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیره نشان داد، آموزش همدلی بر سرسختی روان‌شناختی و ابعاد آن (مبارزه‌جویی، تعهد، کنترل) ($p<۰/۰۰۱$) و بر بخشش و ابعاد آن (گذشت از خود، دیگران، گذشت از شرایط) ($p<۰/۰۰۱$) در نوجوانان ناسازگار اثربخش بود. همچنین، مقدار ضریب اتا نشان داد، تأثیر آموزش همدلی بر سرسختی روان‌شناختی به میزان ۰/۵۷۸ و بر بخشش به میزان ۰/۵۴۲ بود.

نتیجه‌گیری: براساس یافته‌های پژوهش نتیجه گرفته می‌شود که آموزش همدلی مؤثر است و موجب افزایش سرسختی روان‌شناختی و بخشش نوجوانان ناسازگار می‌شود.

کلیدواژه‌ها: همدلی، سرسختی روان‌شناختی، بخشش، نوجوانان ناسازگار.

حق انتشار محفوظ است © ۱۳۹۵، مجله مطالعات ناتوانی. این یک مقاله با دسترسی آزاد است که تحت مجوز اختیار ـ غیرتجاری ۴/۰ بین‌المللی (https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.fa) منتشر شده است که به شما اجازه می‌دهد که مواد منتشر شده در این مقاله را با شرط ارجاع مناسب به نسخهٔ اصلی، به‌طور غیرتجاری نسخه‌برداری و توزیع کنید.

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-01]

[DOR: 20.1001.1.23222840.1399.0.0.102.1]

[DOI: 10.29252/mejds.0.0.99]

۱ مقدمه

سازگاری با موقعیت‌های جدید و متنوع در دورانی که عصر تنیدگی و تغییرات سریع اجتماعی محسوب می‌شود، کار آسانی نیست؛ بنابراین سازگاری و مقاومت دربرابر آثار محرک‌های تنیدگی‌زا شرطی اساسی برای زیستن و تداوم زندگی است (۱). انسان باید برای ادامهٔ حیات و تأمین نیازهای خود به زندگی جمعی تن دهد و با دیگران برای رسیدن به هدف‌های مشترک تشریک مساعی کند؛ لذا افراد باید هریک به‌نوعی به سازگاری رضایت‌بخش دست یابند. در دستیابی به این سازگاری و رفع نیاز و تحقق خواسته‌ها انسان خود را در شرایطی می‌بیند که ملزم به رعایت مقررات، محدودیت‌ها، معیارها و آداب و رسوم اجتماعی است (۲). روان‌شناسان، اصطلاح «ناسازگاری»[1] را معادل واژهٔ مشکلات رفتاری و هیجانی دانسته‌اند. منظور از واژهٔ سازگاری اصطلاحاً رفتار سازگار است که جامعه از فرد انتظار دارد یا همان طریق مطلوب و دلخواه اجرای امور است. درمقابل، ناسازگاری رفتاری است که خارج از این الگوی مدنظر و مطلوب باشد (۳،۴). عوامل متعددی بر سازگاری تأثیر می‌گذارند؛ سرسختی روان‌شناختی[2] عوامل شخصیتی است که می‌تواند سازگاری را تحت‌تأثیر قرار دهد (۵). کوباسا و همکاران معتقد هستند، سرسختی روان‌شناختی ویژگی شخصیتی است که فرد واجد آن قادر به حل کارآمد چالش‌ها و استرس‌های بین‌فردی است و در مواجهه با حوادث از آن به‌عنوان منبع مقاومت و همانند سپری محافظ استفاده می‌کند؛ همچنین سرسختی روان‌شناختی را سازه‌ای شخصیتی متشکل از سه مؤلفهٔ اصلی تعهد و کنترل و مبارزه‌طلبی معرفی کرده‌اند (۶). افراد سخت‌رو درقبال آنچه انجام می‌دهند متعهدتر هستند و خود را وقف هدف می‌کنند (تعهد)؛ همچنین آن‌ها احساس می‌کنند که بر اوضاع مسلط‌اند و خودشان تعیین‌کننده هستند (کنترل) و تغییرات زندگی را چالش‌ها و فرصت‌هایی برای رشد و پیشرفت می‌دانند، نه محدودیت و تهدید؛ افرادی که در بازخورد تعهد قوی هستند (۷).

ازطرفی بخشش[3] یکی از مفاهیمی است که تمام ادیان الهی بر آن تأکید کرده‌اند. در دین مبین اسلام نیز بر این عمل مکرر تأکید شده است و حوزهٔ وسیعی دارد. ویژگی‌های عفو و بخشش در آموزه‌های اسلامی را می‌توان به این شکل خلاصه کرد: عفو به‌عنوان نمادی از تقوا، گذشت از خطای مردم، نیکی‌کردن، زمینه‌ساز آمرزش و طلب محبت الهی، کسب پاداش الهی، برترین مکارم اخلاقی، جوهر اتفاق و تکمیل‌کنندهٔ قوانین (مانند گذشت از قصاص) (۸). بخشش را به‌عنوان جهت‌دادن مثبت به انگیزه‌های منفی تعریف کرده‌اند که با انگیزه‌های مصالحه‌آمیز و مثبت درقبال فرد خطاکار همراه است (۹). بخشش تغییر در نگرش‌های مربوط به نسبت‌دادن علت‌های اعمال به خود است که منجربه کاهش احساسات منفی می‌شود. به عبارت دیگر بخشش به‌عنوان یک‌سری از تغییرات در انگیزش تصور می‌شود که در آن انگیزش برای اجتناب از محرک مربوط به تخلف و خودتنبیهی کاهش داده می‌شود و درمقابل، انگیزش برای رفتار مهربانانه با خود افزایش می‌یابد (۱۰). بخشش یکی از فرایندهای روان‌شناختی و ارتباطی برای افزایش سلامت و روان و التیام آزردگی است که لازمهٔ رشد ارتباطی، عاطفی، جسمانی و روحانی فرد است و بر بیشتر شاخص‌های سلامت روان و رضایت از زندگی مؤثر است (۱۱). بخشش به افراد کمک می‌کند تا بر عواطف و احساسات منفی خود غلبه کنند و موجب تغییر در رفتار می‌شود. گرایش به بخشش سبب می‌شود: اولاً فرد آشفتگی هیجانی خود را که منجربه اجتناب از محرک‌های مربوط به تحصیل می‌شود، کاهش دهد؛ ثانیاً چون خودبخششی نوعاً با تعهد و پیمان برای تغییر رفتار خود در آینده همراه است، این تعهد، عهد و پیمان موجب می‌شود فرد با رفتارهای گرایشی بیشتر درگیر باشد تا با رفتارهای اجتنابی (۱۲).

ازجمله مداخله‌هایی که به‌نظر می‌رسد در ارتقای سرسختی روان‌شناختی و بخشش افراد ناسازگار مؤثر باشد و زمینهٔ افزایش سازگاری را فراهم کند، می‌توان به آموزش همدلی[4] اشاره کرد. همدلی مکانیزمی است که بر تحول اخلاقی کودکان تأثیر می‌گذارد؛ همچنین یکی از توانایی‌های مهم هیجانی است که نشانه‌ها و نمودهای آن از اوایل کودکی آغاز می‌شود و در سال‌های پیش از دبستان، همدلی محرک مهمی در پدیدآمدن رفتارهای دوستانه به‌شمار می‌آید (۱۳). همدلی توانایی مهمی است که از آسیب به دیگران جلوگیری می‌کند؛ همچنین نیروی برانگیزانندهٔ رفتارهای اجتماعی است و انسجام گروهی را در پی دارد و به فرد کمک می‌کند در روابط اجتماعی بتواند به‌خوبی دیگران و موقعیتی را که دیگران در آن قرار دارند، درک کند (۱۴). توانایی همدلی یعنی اینکه بتوانیم زندگی دیگران را حتی زمانی که در آن شرایط قرار نداریم درک کنیم. این امر باعث می‌شود انسان‌های دیگر را که حتی با ما تفاوت دارند، بپذیریم و به آن‌ها احترام بگذاریم. افرادی که این مهارت را بیشتر می‌آموزند، به دیگران علاقه‌مندند و افراد مختلف را تحمل می‌کنند و دوست‌داشتنی‌تر هستند. همدلی روابط اجتماعی را بهبود می‌بخشد و به ایجاد رفتارهای حمایت‌کننده و پذیرنده درقبال انسان‌های دیگر منجر می‌شود (۱۵). آموزش همدلی ازطریق افزایش درک فرد با ارتقای آگاهی وی از خود و دیگران، افزایش پاسخ‌های همدلانه با استفاده از تنظیم هیجان و گرفتن چشم‌انداز که منجربه افزایش دقت در همدلی می‌شود، بازخورد مثبتی را برای فرد فراهم می‌آورد (۱۶). مطالعهٔ جکسون و همکاران نشان داد که آموزش همدلی با ارتقای نگرانی همدلانه و شفقت به‌عنوان مؤلفه‌ای حساس موجب افزایش حس مسئولیت‌پذیری و پاسخگوبودن می‌شود (۱۷). در پژوهش رضاپور و همکاران نشان داده شد که آموزش همدلی بر ابعاد سلامت روان، نشانه‌های جسمانی، اختلال در کنش اجتماعی و علائم افسردگی مادران دارای کودکان عقب‌ماندهٔ ذهنی مؤثر است (۱۸). صفاری‌نیا و همکاران در مطالعه‌ای دریافتند که بین همدلی با نبود بخشش رابطهٔ معنادار وجود ندارد (۱۹). در پژوهش برزگر مشخص شد که آموزش همدلی بر سازگاری اجتماعی و پرخاشگری دانش‌آموزان دختر اثربخش است (۲۰).

ناسازگاری سبب ایجاد مشکلاتی در زمینه‌های اجتماعی و هیجانی و تحصیلی برای دانش‌آموزان می‌شود که فهم کامل آن نیازمند توجه به

[1]. Maladjusted
[2]. Psychological hardiness
[3]. Forgivingness
[4]. Empathy

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-01]
[DOR: 20.1001.1.23222840.1399.0.0.102.1]
[DOI: 10.29252/mejds.0.0.99]

حوزه‌های اجتماعی و عاطفی و رفتاری در زندگی فرد است (۲۱). اگر ناسازگاری درمان نشود، ممکن است به اختلال‌های سازگاری که نوعی بیماری روانی مرتبط با استرس است و با احساس اضطراب، افسردگی و تصمیمات بی‌پروا یا حتی افکار خودکشی همراه است، منجر شود؛ به این ترتیب سلامت روانی و جسمانی نوجوان را به خطر بیندازد (۲۲)؛ لذا باتوجه به نقش سرسختی روان‌شناختی و بخشش در ارتقای وضعیت روان‌شناختی دانش‌آموزان ناسازگار و از سوی دیگر اهمیت توان‌مندسازی روانی و رفتاری و ارتقای سلامت نوجوانان ناسازگار، همچنین باتوجه به پیشینهٔ نظری و پژوهشی در زمینهٔ همدلی و اثرات مثبت آن بر توان‌مندی‌های روان‌شناختی، نبود مداخلهٔ مذکور در جامعهٔ هدف و وجود خلأ پژوهشی در این زمینه، مطالعه در این زمینه ضروری به‌نظر می‌رسد؛ ازاین‌رو مطالعهٔ حاضر با هدف تعیین اثربخشی آموزش همدلی بر سرسختی روان‌شناختی و بخشش نوجوانان ناسازگار انجام شد.

۲ روش‌بررسی

پژوهش حا ضر نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون‌پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعهٔ آماری این پژوهش تمامی (حدود ۶هزار نفر) دانش‌آموزان دختر دورهٔ اول متوسطهٔ شهر بهارستان در سال تحصیلی ۹۸ـ۱۳۹۷ بودند. پس از کسب اجازه از آموزش‌وپرورش بهارستان و با مراجعه به پروندهٔ تربیتی و براساس گزارش موجود (گزارش‌های خانواده، معلم، اولیا، مشاور مدرسه)، تعداد ۱۴۱ نفر که به‌عنوان دانش‌آموز ناسازگار از سوی مدارس به مرکز مشاورهٔ بهارستان ارجاع داده شدند، شناسایی شـــدند. از بین آن‌ها تعداد ۳۰ نفر (۱۵ نفر آزمایش و ۱۵ نفر گواه) به‌صـورت تصـادفی انتخاب شـدند و در دو گروه آزمایش و گواه قرار گرفتند. حداقل نمونه در طرح‌های آزمایشـی ۳۰ نفر پیشـنهاد شـده اسـت (۲۳). ملاک‌های ورود شـامل تمایل به همکاری در جلسـهٔ درمان، ناسازگاربودن براساس تشخیص مشاور مدرسه، نداشتن سایر اختلالات روانی مانند اضـطراب و... به تشـخیص مشـاوران مرکز مشاورهٔ بهارستان براساس مصاحبهٔ اولیه، قرارگرفتن در سن ۱۳تا۱۶ سـال و قرارنداشـتن تحت درمان یا آموزشـی دیگر هم‌زمان بود. ملاک‌هـای خروج عبـارت بود از: همکـاری‌نکردن در تکمیـل پرسشنامه‌ها و جلسات آموزشی و غیبت بیش از دو جلسهٔ آموزشی. تمامی افراد به‌صورت کتبی اطلاعاتی دربارهٔ پژوهش دریافت کردند و در صـورت تمایل در پژوهش مشـارکت کردند. این اطمینان به افراد داده شـد که تمام اطلاعات محرمانه هسـتند و برای امور پژوهشـی اسـتفاده خواهند شـد. به‌منظور رعایت حریم خصـوصـی، نام و نام خانوادگی شـرکت‌کنندگان ثبت نشـد. همچنین، پس از پایان پژوهش، برای افراد حاضر در گروه گواه آموزش مؤثرتر اجرا شد.

ابزار گردآوری داده‌ها شامل پرسشنامه‌های زیر بود.

ـ مقیاس سرسختی روان‌شناختی اهواز[1]: این پرسشنامه توسط کیامرثی و همکاران در سال ۱۳۷۷ ساخته شد (۲۴). این مقیاس دارای ۲۰ سؤال ۴گزینه‌ای (هرگز نمرهٔ صفر تا بیشتر اوقات نمرهٔ سه) است؛ بنابراین دامنهٔ نمرات بین صفر تا ۶۰ قرار می‌گیرد؛ اما ماده‌های ۲۱، ۱۷، ۱۳، ۱۰، ۷ و ۶ به‌صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شود و شامل سه خرده‌مقیاس (مبارزه‌جویی: ۱، ۲، ۶، ۸، ۱۲، کنترل: ۳، ۴، ۵، ۷، ۹، ۱۰، تعهد: ۱۱، ۱۳، ۱۴، ۱۵، ۱۶، ۱۷، ۱۸، ۱۹، ۲۰) است (۲۴). کیامرثی و همکاران روایی این آزمون را به‌روش روایی هم‌زمان با سه ملاک مقیاس اضطراب عمومی، پرسشنامهٔ افسردگی و خودشکوفایی مزلو محاسبه کردند و ضرایب به‌دست‌آمده به‌ترتیب ۰/۶۵ و ۰/۶۷ و ۰/۶۲ بود؛ همچنین ضرایب پایایی را به دو روش بازآزمایی و آلفای کرونباخ به‌ترتیب ۰/۸۴ و ۰/۷۶ گزارش کردند (۲۴).

ـ مقیاس بخشش[2]: پرسشنامهٔ بخشش توسط تامپسون و همکاران در سال ۲۰۰۵ ساخته شد (۲۵). این پرسشنامه دارای ۱۸ سؤال است و برمبنای طیف ۷درجه‌ای لیکرت (کاملاً موافقم=۷ تا کاملاً مخالفم=۱) نمره‌گذاری می‌شود و دارای سه خرده‌مقیاس گذشت از خود (سؤالات ۱تا۶) و گذشت از دیگران (سؤالات ۷تا۱۲) و گذشت از شرایط (سؤالات ۱۳تا۱۸) است. همچنین سؤالات ۲، ۴، ۶، ۷، ۹، ۱۱، ۱۳، ۱۵ و ۱۷ دارای نمره‌گذاری معکوس است (۲۵). روایی مقیاس گرایش به بخشش به دو طریق محاسبه شد: ۱. روایی سازهٔ همگرای آن ازطریق محاسبهٔ ضریب همبستگی بین کل آزمون با خرده‌مقیاس‌های این آزمون به‌دست آمد. نتایج آن نشان داد، همبستگی مقیاس گرایش به بخشش با سه خرده‌مقیاس بخشش خود، دیگران و موقعیت به‌ترتیب برابر با ۰/۷۸، ۰/۷۷ و ۰/۷۳ است؛ ۲. روایی ملاکی آن ازطریق همبسته‌کردن این مقیاس با خرده‌مقیاس مقابلهٔ انطباقی پرسشنامهٔ سبک‌های مقابله محاسبه شد. همچنین ضریب همسانی درونی آن با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۷ به‌دست آمد (۲۵). در مطالعهٔ دهقان و همکاران نیز پایایی این پرسشنامه با ضریب آلفای کرونباخ بین ۰/۷۶تا۰/۸۳ گزارش شده است (۲۶).

پژوهشگر در مرحلهٔ اجرا دانش‌آموزان گروه آزمایش را به‌مدت هشت جلسهٔ ۶۰دقیقه‌ای و هر هفته دو جلسهٔ آموزشی و به‌طورکلی در یک ماه تحت آموزش همدلی براساس برنامهٔ آموزشی جان بزرگی و همکاران (۲۷) قرار داد؛ ولی گروه گواه آموزشی دریافت نکرد. برنامهٔ آموزشی جان بزرگی و همکاران شامل چهار گام و مطابق جدول ۱ است.

گام اول: آشنایی با احساسات فیزیولوژیک مانند گرسنگی، تشنگی، خستگی، سرما، گرما؛

گام دوم: آشنایی با احساسات روان‌شناختی نظیر غم (ناراحتی)، عصبانیت، خوشحالی؛

گام سوم: تمرکز بر مشابهت و تفاوت احساس خود با دیگری و تأکید بر احساس خود؛

گام چهارم: تقویت پاسخ‌های همدلانه که در هشت جلسه انجام شد. در صورت نیاز، هریک از جلسه‌ها در دو جلسه یا بیشتر اجرا می‌شود.

1. Psychological Hardiness Scale of Ahvaz

2. Scale of Forgiveness

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-01]
[DOR: 20.1001.1.23222840.1399.0.0.102.1]
[DOI: 10.29252/mejds.0.0.99]

جدول ۱. خلاصهٔ جلسات آموزش همدلی

جلسات	اهداف	روند جلسات
اول	ـ ایجاد ارتباط و آشنایی ـ ساختارسازی جلسات آموزش	ـ آشنایی کلی با اعضا ـ ایجاد رابطهٔ حسنهٔ کودکان با یکدیگر و مربی ـ بیان قواعد جلسه
دوم	ـ آشنایی با احساسات فیزیولوژیک ـ شناسایی احساس خود ـ شناسایی احساس دیگری ـ بیان احساس خود	ـ انجام فعالیت‌های مرتبط (نمایش، شعر و...) ـ ارائهٔ تکلیف ـ دریافت بازخورد
سوم	ـ آشنایی با احساسات فیزیولوژیک ـ شناسایی احساس خود ـ شناسایی احساس دیگری ـ بیان احساس خود	ـ انجام فعالیت‌های مرتبط (نمایش، شعر و...) ـ ارائهٔ تکلیف ـ دریافت بازخورد
چهارم	ـ آشنایی با احساسات روان‌شناختی ـ شناسایی احساس خود ـ شناسایی احساس دیگری ـ بیان احساس خود	ـ انجام فعالیت‌های مرتبط (نمایش، قصه، نقاشی و...) ـ ارائهٔ تکلیف ـ دریافت بازخورد
پنجم	ـ آشنایی با احساسات روان‌شناختی ـ شناسایی احساس خود ـ شناسایی احساس دیگری ـ بیان احساس خود	ـ انجام فعالیت‌های مرتبط (نمایش، قصه، شعر و...) ـ ارائهٔ تکلیف ـ دریافت بازخورد
ششم	ـ شناسایی احساس خود ـ شناسایی احساس دیگری ـ بیان احساس خود	ـ انجام فعالیت‌های مرتبط (قصه، بازی، شعر و...) ـ ارائهٔ تکلیف ـ دریافت بازخورد
هفتم	ـ تقویت پاسخ‌های همدلانه ـ شناسایی احساس خود ـ شناسایی احساس دیگری ـ توان‌مندسازی کودکان در مهارت همدلی	ـ انجام فعالیت‌های مرتبط (بازی، شعر و...) ـ ارائهٔ تکلیف ـ دریافت بازخورد
هشتم	ـ ارزشیابی همدلی ـ شناسایی احساس خود ـ شناسایی احساس دیگری ـ بیان احساس خود ـ اجرای پس‌آزمون	ـ ارزشیابی همدلی کودکان ـ برگزاری نمایشگاهی از فعالیت‌های کودکان ـ اجرای پس‌آزمون ـ برگزاری مراسم اختتامیه

ملاحظات اخلاقی در این پژوهش شامل حضور داوطلبانهٔ اعضا در جلسات برنامهٔ مشاوره‌ای گروهی، تکمیل‌کردن پرسشنامه‌ها با میل و رغبت توسط اعضا، برنامه‌ریزی مناسب برای اجرای جلسات مشاوره به‌طوری‌که مزاحم تدریس و برنامه‌های مدرسه نشود و محرمانه‌ماندن اطلاعات و نام و نام خانوادگی شرکت‌کنندگان در پژوهش بود. برای تجزیه‌وتحلیل داده‌ها از نرم‌افزار SPSS نسخهٔ ۲۲ و در بخش آمار توصیفی شاخص‌هایی نظیر فراوانی، میانگین و انحراف معیار استفاده شد؛ همچنین در بخش استنباطی پس از برقراری پیش‌فرض‌ها (آزمون‌های کولموگروف‌اسمیرنوف برای فرض نرمال‌بودن توزیع نمرات، آزمون باکس برای همگنی ماتریس‌های واریانس‌کوواریانس، آزمون لوین شرط برابری واریانس‌ها)، آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیر (مانکوا) به‌کار رفت. سطح معناداری آزمون‌ها ۰/۰۱ در نظر گرفته شد.

۳ یافته‌ها

براساس یافته‌های توصیفی، در گروه آزمایش میانگین سن آزمودنی‌های گروه آزمایش ۱/۶۴±۱۵ و در گروه گواه ۱/۳۲±۱۵ سال بود. در گروه آزمایش ۶ نفر (۴۰درصد) در پایهٔ نهم، ۴ نفر (۲۷درصد) در پایهٔ هشتم و ۵ نفر (۳۳درصد) در پایهٔ هفتم قرار داشتند؛ اما در گروه گواه ۶ نفر (۴۰درصد) پایهٔ هفتم، ۵ نفر (۳۳درصد) پایهٔ هشتم و ۴ نفر (۲۷درصد) پایهٔ نهم بودند.

مطابق جدول ۲، آموزش همدلی بر سرسختی روان‌شناختی و ابعاد آن (مبارزه‌جویی، تعهد، کنترل) ($p<۰/۰۰۱$) و بر بخشش و ابعاد آن (گذشت از خود، دیگران، گذشت از شرایط) ($p<۰/۰۰۱$) در نوجوانان ناسازگار اثربخش بود. همچنین مقدار ضریب اتا نشان داد، تأثیر آموزش همدلی بر سرسختی روان‌شناختی به میزان ۰/۵۷۸ و بر بخشش به میزان ۰/۵۴۲ است.

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-01]
[DOR: 20.1001.1.23222840.1399.0.0.102.1]
[DOI: 10.29252/mejds.0.0.99]

جدول ۲. شاخص‌های توصیفی متغیرهای سرسختی روان‌شناختی و بخشش در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون به‌تفکیک دو گروه آزمایش و گواه به‌همراه نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیره

متغیر	گروه	پیش‌آزمون		پس‌آزمون		مقایسهٔ پس‌آزمون		
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	مقدار F	مقدار p	مجذور اتا
مبارزه‌جویی	آزمایش	۸/۳۳	۲/۵۴	۱۱/۳۷	۲/۴۷	۹/۸۵۹	<۰/۰۰۱	۰/۲۸۶
	گواه	۹/۱۲	۲/۸۹	۱۰/۶۵	۲/۵۸			
کنترل	آزمایش	۱۰/۷۶	۲/۸۹	۱۲/۴۳	۲/۱۳	۴/۷۳۲	<۰/۰۰۱	۰/۱۸۱
	گواه	۹/۲۲	۲/۲۵	۹/۹۷	۲/۳۴			
تعهد	آزمایش	۱۳/۳۳	۳/۴۶	۱۷/۹۳	۳/۶۳	۱۶/۵۰۴	<۰/۰۰۱	۰/۲۶۴
	گواه	۱۲/۷۲	۳/۶۳	۱۲/۳۹	۳/۴۵			
سرسختی روان‌شناختی	آزمایش	۳۳/۲۱	۵/۷۳	۳۶/۰۸	۵/۳۸	۱۱/۱۳۷	<۰/۰۰۱	۰/۵۷۸
	گواه	۳۱/۲۳	۵/۴۹	۳۳/۸۱	۵/۶۲			
گذشت از خود	آزمایش	۲۰/۳۲	۵/۴۷	۲۵/۰۸	۵/۹۲	۱۶/۳۲۴	<۰/۰۰۱	۰/۳۷۵
	گواه	۲۰/۳۲	۵/۵۴	۲۰/۶۵	۵/۷۸			
گذشت از دیگران	آزمایش	۲۲/۸۶	۶/۲۸	۲۶/۵۶	۵/۸۷	۱۵/۱۸۹	<۰/۰۰۱	۰/۳۷۳
	گواه	۲۳/۶۹	۵/۴۱	۲۴/۲۷	۵/۴۶			
گذشت از شرایط	آزمایش	۱۹/۵۴	۶/۸۵	۲۲/۷۴	۵/۲۸	۸/۷۶۲	<۰/۰۰۱	۰/۲۸۱
	گواه	۱۹/۲۰	۶/۲۱	۲۰/۷۳	۶/۳۱			
بخشش	آزمایش	۶۲/۸۶	۱۲/۰۴	۶۸/۷۴	۱۲/۲۹	۹/۳۶۹	<۰/۰۰۱	۰/۵۴۲
	گواه	۶۵/۴۳	۱۱/۱۸	۶۶/۵۴	۱۱/۲۸			

۴ بحث

پژوهش حاضر با هدف اثربخشی آموزش همدلی بر سرسختی روان‌شناختی و بخشش نوجوانان ناسازگار شهر انجام شد. نتایج نشان داد، بین سرسختی روان‌شناختی دو گروه آزمایش و کنترل، در پس‌آزمون تفاوت معناداری وجود دارد. باتوجه به بیشتربودن میانگین نمرات گروه آزمایش در مرحلهٔ پس‌آزمون، چنین نتیجه‌گیری می‌شود که آموزش همدلی مؤثر بوده است و موجب افزایش سرسختی روان‌شناختی دانش‌آموزان ناسازگار شده است. نتیجهٔ به‌دست‌آمده با پژوهش‌های تقریباً مشابه به‌طور غیرمستقیم همسوست. پژوهش جکسون و همکاران نشان داد که آموزش همدلی با ارتقای نگرانی همدلانه و شفقت به‌عنوان مؤلفه‌ای حساس موجب افزایش حس مسئولیت‌پذیری و پاسخگوبودن می‌شود (۱۷). مطالعهٔ رضاپور و همکاران مشخص کرد که آموزش همدلی بر ابعاد سلامت روان، نشانه‌های جسمانی، اختلال در کنش اجتماعی و علائم افسردگی مادران دارای کودکان عقب‌ماندهٔ ذهنی مؤثر است (۱۸). آموزش همدلی ازطریق افزایش آگاهی هیجانی، نمادگذاری هیجانی، آگاهی از عاملیت در تجربه و تغییر پردازش‌ها به افراد کمک می‌کند تا روابط بین‌فردی خود را که از همه مهم‌تر آن روابط با همسالان و اعضای خانواده است، تغییر دهند و کنترل بیشتری بر رفتارها و روابط خود داشته باشند (۲۸). در خلال آموزش همدلی افراد می‌آموزند که هیجان‌های منفی ازقبیل اضطراب، افسردگی و ناامیدی را کنترل کنند و میزان مقاومت خود را دربرابر حوادث افزایش دهند. در آموزش همدلی تلاش می‌شود تا افراد از افکار منفی که سبب آشفتگی و اجتناب در حین برقراری رابطه با دیگران می‌شود، آگاهی یابند. به آنان آموزش داده می‌شود تا خودگویی‌های ناسازگارانه، برچسب‌زدن و نام‌گذاری را که از اطرافیان بازخورد می‌گیرند، برطرف کنند و خطاهای تفسیری و تفسیر ناروا را با تفسیرهای خوش‌بینانه، به‌ویژه در هنگام قرارگرفتن در موقعیت‌های مختلف آسیب‌زا جایگزین سازند؛ همچنین می‌آموزند که مقاومت بیشتری را دربرابر حوادث از خود به خرج دهند (۲۸). همدلی، احساسی است که کودک را به تعهدات خود درمقابل دیگران هشیار می‌کند و وجدانش را تحریک می‌کند؛ همان چیزی است که کودکان را به‌سوی شکیبایی و دلسوزی، درک نیازهای دیگران و مراقبت کافی از افراد آسیب‌دیده یا دچار مشکل سوق می‌دهد. کودکی که همدلی را بیاموزد، فهمیده‌تر و دلسوزتر است و معمولاً توانایی بیشتری در مهارکردن فشارها و حوادث دارد؛ لذا می‌توان گفت که آموزش همدلی موجب افزایش سرسختی روان‌شناختی در افراد ناسازگار می‌شود (۲۹).

دیگر یافتهٔ پژوهش نشان داد، بین بخشش دو گروه آزمایش و کنترل در پس‌آزمون تفاوت معناداری وجود دارد. باتوجه به بیشتربودن میانگین نمرات گروه آزمایش در مرحلهٔ پس‌آزمون، چنین نتیجه‌گیری می‌شود که آموزش همدلی مؤثر بوده است و موجب افزایش بخشش در دانش‌آموزان ناسازگار شده است. یافتهٔ مذکور با مطالعات پیشین در این زمینه همخوانی دارد. دیویس و گلد در مطالعهٔ خود دریافتند که همدلی عاطفی همبستگی معناداری با ندامت و بخشش ادراک‌شده دارد (۳۰). مکاسکیل و همکاران در مطالعهٔ خود نشان دادند، بین بخشش خود و دیگران و همدلی عاطفی همبستگی معناداری وجود دارد (۳۱). در این راستا باید گفت، بسیاری از نظریه‌ها فرض اساسی‌شان این است که

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-01]
[DOR: 20.1001.1.23222840.1399.0.0.102.1]
[DOI: 10.29252/mejds.0.0.99]

همدلی زیاد از رفتارهای ضداجتماعی جلوگیری می‌کند، رفتار نوع‌دوستانه را تشویق می‌کند و رفتارهای اجتماعی مثبت را افزایش می‌دهد. فردی با همدلی بیشتر، می‌تواند پاداش‌هایی از پیامد هیجان‌های خوب خود مانند آسودگی و خوشحالی داشته باشد که این موضوع خود تقویت‌کنندهٔ رفتار اجتماعی مطلوب خواهد شد. از سوی دیگر همدلی کم، امکان ایجاد رفتارهای ضداجتماعی را افزایش می‌دهد؛ به این دلیل که توانایی افراد برای درک یا تجربه‌کردن محدود می‌شود و این کمبود همدلی مانعی را ایجاد می‌کند تا فردی بتواند از هیجان‌های مثبت شخص دیگر بهره‌مند شود (۳۲). همچنین در رویکرد مک‌کالو و همکاران بیان شد، ارتقای همدلی میزان بخشش را افزایش می‌دهد و فرض شد، همدلی با فرد رنجاننده شرایط تسهیل‌کنندهٔ محوری است که منجربه بخشش می‌شود. در این راستا به‌نظر می‌رسد مجموعه‌ای از پدیده‌های اجتماعی مانند تعاون، نوع‌دوستی و پرخاشگری، ازطریق همدلی با فرد رنجاننده تسهیل می‌شود. همچنین مک‌کالو و همکاران بر این اعتقاد هستند که بخشش مانند دیگر پدیده‌های اجتماعی ازطریق همدلی تسهیل می‌شود و همدلی مفاهیمی مانند همدردی، دلسوزی و عطوفت را در هم می‌آمیزد (۳۳).

سنجش مرحلهٔ پیگیری مدتی پس از اجرای پس‌آزمون در طرح تحقیق حاضر، به‌دلیل محدودیت‌های زمانی میسر نشد که یکی از محدودیت‌های این پژوهش بود. باتوجه به اثربخش‌بودن همدلی در سرسختی روان‌شناختی، به مشاوران مدارس پیشنهاد می‌شود که به آموزش مهارت‌های همدلی در مدارس اقدام کنند. باتوجه به اثربخشی آموزش همدلی در بخشودگی، توصیه می‌شود برنامهٔ آموزش همدلی برای بهبود روابط بین‌شخصی و شناسایی و ابراز هیجان‌ها، در مدارس و خانواده مدنظر قرار گیرد؛ همچنین در تحقیقات آینده به‌منظور راستی‌آزمایی نتایج، دورهٔ پیگیری برگزار و نتایج تحلیل شود؛ درنهایت به مقایسهٔ آموزش همدلی با دیگر رویکردهای جدید ازجمله درمان‌های موج سوم شناختی مانند ذهن‌آگاهی و... پرداخته شود.

۵ نتیجه‌گیری

براساس نتایج پژوهش می‌توان گفت که آموزش همدلی مؤثر است و موجب افزایش سرسختی روان‌شناختی و بخشش نوجوانان ناسازگار می‌شود؛ بنابراین آموزش مهارت همدلی در مدارس، به‌ویژه در سنین نوجوانی، با فراهم‌کردن توانایی درک دیگران می‌تواند به کاهش رفتارهای ناسازگارانه منجر شود.

۶ تشکر و قدردانی

از تمامی دانش‌آموزان دختر دورهٔ اول متوسطهٔ شهر بهارستان، اولیای آن‌ها و همچنین معلمان و مشاوران مدارس و مسئولان محترم ادارهٔ آموزش و پرورش این شهرستان که نویسندگان را در انجام این پژوهش یاری و همراهی کردند، تشکر و قدردانی می‌شود.

۷ بیانیه‌ها

تأییدیهٔ اخلاقی و رضایت‌نامه از شرکت‌کنندگان

این مقاله برگرفته از رسالهٔ دکتری روان‌شناسی بالینی در دانشگاه آزاداسلامی واحد نجف‌آباد اصفهان است. تمامی افراد به‌صورت کتبی اطلاعاتی دربارهٔ پژوهش دریافت کردند و در صورت تمایل در پژوهش مشارکت کردند. این اطمینان به افراد داده شد که تمام اطلاعات محرمانه هستند و برای امور پژوهشی استفاده خواهند شد. به‌منظور رعایت حریم خصوصی، نام و نام خانوادگی شرکت‌کنندگان ثبت نشد. همچنین، پس از پایان پژوهش، برای افراد حاضر در گروه گواه آموزش مؤثرتر اجرا شد.

رضایت برای انتشار

این امر غیر قابل اجرا است.

دردسترس‌بودن داده‌ها و مواد

تمامی داده‌های پشتیبان نتایج گزارش‌شده در مقاله که در طول مطالعه تحلیل شدند، به‌صورت فایل Word و در قالب نرم‌افزار SPSS نزد نویسندهٔ مسئول مقاله حفظ می‌شود و از طریق ارتباط با وی (Akramsadeghi72@gmail.com) در دسترس است.

تزاحم منافع

نویسندگان اعلام می‌کنند که هیچ‌گونه تضاد منافعی ندارند.

منابع مالی

این مطالعه بدون حامی مالی نهاد یا سازمانی انجام شده است.

مشارکت نویسندگان

نویسندهٔ نخست این مقاله به‌عنوان پژوهشگر اصلی (مجری و نگارندهٔ مقاله) و نویسندهٔ دوم به‌عنوان استاد راهنما (ناظر بر تحلیل آماری و ویرایش‌کننده) در انجام‌شدن این پژوهش نقش داشتند.

References

1. Kef S, Deković M. The role of parental and peer support in adolescents well-being: a comparison of adolescents with and without a visual impairment. J Adolesc. 2004;27(4):453–66. doi: 10.1016/j.adolescence.2003.12.005
2. Barbieri L, Boggian I, Falloon I, Lamonaca D. Centro Diurno 5 (CD5) collaborators. Problem-solving skills for cognitive rehabilitation among persons with chronic psychotic disorders in Italy. Psychiatr Serv. 2006;57(2):172–4. doi: 10.1176/appi.ps.57.2.172
3. Lucier-Greer M, Arnold AL, Mancini JA, Ford JL, Bryant CM. Influences of cumulative risk and protective factors on the adjustment of adolescents in military families. Fam Relat. 2015;64(3):363–77. doi: 10.1111/fare.12123
4. Naderiravesh N, Abed Saeedi J, Besharat MA, Darvish Pourkhaki A, Alavi Majd H. A review of the models and theories of adjustment to illness and disability. Payesh (Health Monitor). 2014;13(6):677–86. [Persian] http://payeshjournal.ir/article-1-267-en.pdf
5. Hasan Neghad N, Hadavand Khani F, Ahmadi P, Khanjani Z. Relationship between psychological hardiness and social support with adaptation: a study on individuals with Multiple Sclerosis. J Shahid Sadoughi Uni Med Sci. 2013;21(4):465–74. [Persian] http://jssu.ssu.ac.ir/article-1-2194-en.pdf
6. Kobasa SC, Maddi SR, Kahn S. Hardiness and health: a prospective study. J Pers Soc Psychol. 1982;42(1):168–77. doi: 10.1037//0022-3514.42.1.168

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-01]
[DOR: 20.1001.1.23222840.1399.0.0.102.1]
[DOI: 10.29252/mejds.0.0.99]

7. Asghari Ebrahimabad M, Mamizade M. An investigation into the role of psychological flexibility and hardiness in explaining soldiers' psychological well-being. Research in Clinical Psychology and Counseling. 2018;8(1):37–51. [Persian] doi: 10.22067/ijap.v8i1.67658
8. Imanifar HR, Fatemi J, Amini F. The concept of forgiveness in psychology and the Holy Qur'an. Religious Anthroplogy. 2012;9(27):149–75. [Persian] http://raj.smc.ac.ir/article_1272_be2b145448e1620e3a88efa1e241ab59.pdf
9. Watson H, Rapee R, Todorov N. Forgiveness reduces anger in a school bullying context. J Interpers Violence. 2017;32(11):1642–57. doi: 10.1177/0886260515589931
10. Hall JH, Fincham FD. Self-forgiveness: The stepchild of forgiveness research. Journal of Social and Clinical Psychology. 2005;24(5):621–37. 10.1521/jscp.2005.24.5.621
11. Zandpor T, Yadgari H. The relationship between forgiveness and life satisfaction among married non-native female students of Tehran universities. Women's Studies Sociological and Psychological. 2007;5(3):109–22. [Persian] doi: 10.22051/JWSPS.2007.1305
12. 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(7):803–8. doi: 10.1016/j.paid.2010.01.029
13. Baniasadi E, Borjali A, Mofidi F, Baniasadi F. The effectiveness of empathy educational program on bullying in the children of 4 to 6 years old in pre- school centers. Studies of Early Childhood and Elementary Education. 2015;1(1):1–29. [Persian] doi: 10.22054/SOECE.2015.2543
14. Morelli SA, Lieberman MD, Zaki J. The emerging study of positive empathy: positive empathy. Social and Personality Psychology Compass. 2015;9(2):57–68. doi: 10.1111/spc3.12157
15. Derksen F, Bensing J, Lagro-Janssen A. Effectiveness of empathy in general practice: a systematic review. Br J Gen Pract. 2013;63(606):e76-84. doi: 10.3399/bjgp13X660814
16. Riess H. The impact of clinical empathy on patients and clinicians: understanding empathy's side effects. AJOB Neuroscience. 2015;6(3):51–3. doi: 10.1080/21507740.2015.1052591
17. Jackson PL, Eugène F, Tremblay M-PB. Improving empathy in the care of pain patients. AJOB Neuroscience. 2015;6(3):25–33.
18. Rezapoor M, Sadat Taghavi F, Fallah Nodehi M. Effectiveness of empathy education on the mental health of mothers with mentally retarded children in Shahrood. 2nd National Conference on Applied Research in Psychology and Humanities. Iran, Tehran: Institute of Culture and Arts; 2018. [Persian] https://civilica.com/doc/881862
19. Saffari Nia M, Dehestani M, Fetri A. The mediating effect of empathy, rumination, and anger on the relationship between narcissism and lack of interpersonal forgiveness. Social Cognition. 2018;6(2):143–54. [Persian] http://sc.journals.pnu.ac.ir/article_4426_591406e8fbb3a4dcd05654ea6f29cb4f.pdf
20. Barzegar K. Influence of teaching empathy on aggression and social adjustment of girl students. Research in School and Virtual Learning. 2015;3(9):21–32. [Persian] http://etl.journals.pnu.ac.ir/article_1959_46b22e641cd6eb2ee9cfba8824009c34.pdf
21. Freilich R, Shechtman Z. The contribution of art therapy to the social, emotional, and academic adjustment of children with learning disabilities. The Arts in Psychotherapy. 2010;37(2):97–105. doi: 10.1016/j.aip.2010.02.003
22. American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM-5. 5th ed. Washington, D.C: American Psychiatric Association; 2013.
23. Segal ZV, Williams JMG, Teasdale JD. Mindfulness-based cognitive therapy for depression: a new approach to preventing relapse. New York: Guilford Press; 2002.
24. Kiyamrsi A, Najarian B, Mehrabizade Honarmand M. Sakht va etebar-yabi meghyasi baraye sanjesh sarsakhti ravan-shenakhti [Construction and validation of a measure of hardiness]. Journal of Educational Science and Psychology. 1998;5(3–4):271–85. [Persian]
25. Thompson LY, Snyder CR, Hoffman L, Michael ST, Rasmussen HN, Billings LS, et al. Dispositional forgiveness of self, others, and situations. J Pers. 2005;73(2):313–59. doi: 10.1111/j.1467-6494.2005.00311.x
26. Dehghan S, Kord Tamini B, Arab A. Compare the forgiveness, psychological wellbeing and affective control between recovering drug–addicted and healthy subjects. Journal of Social Issues & Humanities. 2014;4(2):3–10.
27. Janbozorgi M, Nouri N, Agah Harris M. Morality social behavior & rule acceptance training for childern. Tehran: Arjmand; 2008. [Persian]
28. Matthys W, Lochman JE. Oppositional Defiant Disorder and Conduct Disorder in Childhood. Chichester, UK: Wiley Blackwell; 2010.
29. Taher M, Hajloo N. the comparison of efficacy of empathy and anger management trainings on social cognition in children with oppositional defiant disorder. Social Cognition. 2016;5(2):72–93. [Persian] http://sc.journals.pnu.ac.ir/article_3272_b123a1506e2b9736268f0f069668f6ed.pdf
30. Davis JR, Gold GJ. An examination of emotional empathy, attributions of stability, and the link between perceived remorse and forgiveness. Personality and Individual Differences. 2011;50(3):392–7. doi: 10.1016/j.paid.2010.10.031
31. Macaskill A, Maltby J, Day L. Forgiveness of self and others and emotional empathy. The Journal of Social Psychology. 2002;142(5):663–5. doi: 10.1080/00224540209603925
32. Jolliffe D, Farrington DP. Is low empathy related to bullying after controlling for individual and social background variables? J Adolesc. 2011;34(1):59–71. doi: 10.1016/j.adolescence.2010.02.001
33. McCullough ME, Pargament KI, Thoresen CE. Forgiveness: theory, research, and practice. New York: Guilford Press; 2001.

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-01]
[DOR: 20.1001.1.23222840.1399.0.0.102.1]
[DOI: 10.29252/mejds.0.0.99]