

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

پایان نامه جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد در رشته مدیریت آموزشی MA

عنوان:

اثر بخشی آموزش مهارت‌های مدیریت خشم در کنترل خشم و کاهش پرخاشگری زندانیان مرد زندان
کازرون

استاد راهنما:

دکتر عبدالله احمدی

استاد مشاور:

دکتر شایان جهرمی

نگارش:

صدراله حیدری

تابستان ۹۰

سپاسگذاری

حمد و سپاس خدایی که انسان را آفرید و به او قدرت تفکر و تعقل بخشید تا در سایه الطاف بیکرانش همواره به کسب تحصیل علم بپردازد و اکنون که به یاری خدا در شرف فارغ التحصیلی در دوره کارشناسی ارشد قرار گرفته ام بر خود واجب می دانم که از زحمات دلسوزانه و بی دریغ استاد راهنما جناب آقای دکتر عباداله احمدی و استاد مشاور جناب آقای دکتر شایان جهرمی تقدیر و تشکر به عمل آورم و توفیق روزافزون اساتید محترم را از درگاه خداوند منان خواستارم.

صفحه	عنوان
۱	فصل اول (کلیات تحقیق)
۲	مقدمه
۴	بیان مسئله
۷	اهمیت و ضرورت تحقیق
۹	اهداف پژوهش
۹	فرضیه ها و سؤال های پژوهش
۱۰	متغیرها
۱۰	تعاریف نظری و عملیاتی متغیرها
۱۲	فصل دوم (مبانی نظری و پیشینه تحقیق)
۱۳	تعاریف و مفاهیم پرخاشگری
۱۳	تعاریف پرخاشگری
۱۴	طرفداران ذاتی بودن پرخاشگری
۱۴	طرفداران منشأ اجتماعی پرخاشگری
۱۷	فرضیه ناکامی – پرخاشگرانه
۱۷	علل و عوامل پرخاشگری
۲۰	زیان های پرخاشگری
۲۲	درمان پرخاشگری
۲۶	رفتارهای پرخاشگرانه
۲۸	محیط اجتماعی و پرخاشگری در اوج عصبانیت
۲۹	یادگیری اجتماعی پرخاشگری
۳۲	مفاهیم و مباحث نظری خشم
۳۲	علل خشم

۳۳	عکس العمل های افراد در موقعیتهای خشم برانگیز
۳۵	مراحل کنترل خشم
۳۹	دیدگاه های نظری خشم
۴۱	عوامل خطر ساز خشم
۴۳	مدیریت خشم
۴۴	اجازه ندهید خشم و عصبانیت بر شما تسلط یابد
۴۵	قوانین پنجگانه خشم
۵۴	مفهوم اثر بخشی آموزشی
۵۴	تعاریف اثر بخشی
۶۰	تحقیقات انجام شده (پیشینه مطالعاتی)
۶۶	فصل سوم (روش اجرای پژوهش)
۶۷	مقدمه
۶۷	جامعه آماری
۶۷	نمونه آماری و روش نمونه گیری
۶۸	ابزار اندازه گیری
۶۸	طراحی سؤال های پرسش نامه
۷۰	قابلیت اطمینان پرسش نامه
۷۱	اعتبار پرسش نامه
۷۲	روش جمع آوری داده ها
۷۲	روش های آماری مورد استفاده
۷۳	فصل ۴ (تجزیه و تحلیل یافته ها)
۷۴	داده های توصیفی و یافته های استنباطی
۱۰۷	فصل پنجم (بحث و نتیجه گیری)

۱۰۸	مقدمه
۱۰۸	فرضیه ها
۱۰۹	بحث و نتیجه گیری
۱۱۴	محدودیت های تحقیق
۱۱۴	پیشنهادات پژوهشی
۱۱۵	پیشنهادات کاربردی
۱۱۷	منابع

چکیده

● هدف اصلی این پژوهش تعیین اثربخشی آموزش مهارت های مدیریت خشم در کنترل خشم و کاهش پرخاشگری زندانیا ن مرد زندان کازرون می باشد. جامعه آماری پژوهش شامل ۳۷۰ نفر از زندانیا ن مرد زندان کازرون می باشد و نمونه آماری پژوهش شامل ۳۰ نفر از زندانیا ن مرد زندان کازرون می باشد که به شیوه تصادفی انتخاب شده است. جهت گردآوری اطلاعات از پرسشنامه های پرخاشگری و کنترل خشم استفاده شده است. روش تجزیه و تحلیل داده ها با کمک نرم افزار SPSS با استفاده از آمار توصیفی و استنباطی تحلیل کو واریانس انجام شده است و نتایج نشان می دهد بین آموزش مهارتهای مدیریت خشم و کاهش پرخاشگری، کاهش پرخاشگری فیزیکی ، کاهش خشم ، کاهش پرخاشگری کلامی ، کاهش شدت خشم ، افزایش خود آگاهی هیجانی ، افزایش خنثی کردن خشم و افزایش نمره قاطعیت رابطه معناداری وجود دارد؛ و رابطه بین آنها مثبت است .

● واژگان کلیدی: مهارت های مدیریت خشم و پرخاشگری، کنترل خشم، خشم و اثر بخشی

فصل اول :

(کلیات تحقیق)

مقدمه

خشم یکی از هیجان های پیچیده انسان و واکنشی متداول نسبت به ناکامی و بدرفتاری است. همه ما در طول زندگی با موقعیت های خشم برانگیز روبه رو شده ایم. اشکال خشم این است که اگرچه بخشی از زندگی است؛ ولی ما را از رسیدن به اهداف خود بازمی دارد و علت این که افراد درباره خشم دچار تعارض و تضاد هستند، همین نکته است. (نعمتی، نعمت - پایان نامه کارشناسی ارشد)

از یک طرف خشم پاسخ طبیعی انسان است و از طرف دیگر می تواند روابط بین فردی را مختل کند و ما را از رسیدن به اهداف باز دارد. در حقیقت خشم هیجان شایعی است که بیشتر نسبت به دوستان و نزدیکانی که نتوانسته اند انتظارات و خواسته های ما را برآورده سازند، تجربه می شود. هیجان هایی که بیشتر با خشم همراه است عبارتند از: عصبانیت، خشونت، خصومت، کینه توزی، غضب، تنفر، تحریک، حسادت، رنجش، غرض ورزی، تحقیر و ناراحتی. بیشتر افراد، ابراز خشم خود را حالتی ناخوشایند می دانند. بیشترین واکنش افراد به ابراز خشم خود عبارت است از احساس تحریک پذیری، خصومت، عصبانیت، افسردگی، ناراحتی و غمگینی، احساس شرمندگی و گناه، احساس آرامش، رضایت و خشنودی. احساس خوشحالی، سرحالی، احساس پیروزمندی، اعتماد و تسلط. از سوی دیگر خشم مضراتی همانند استرس، ناراحتی های بدنی، احساس درماندگی، تنهایی و انزوا دارد.

می دانیم که خشم احساسی است که میزان آن از تحریک خفیف و احساس رنجش تا احساسی شدید و جنون وار در نوسان است. خشم احساسی است که همه آن را به خوبی می شناسند و در کل واکنشی طبیعی به ناکامی و بدرفتاری محسوب می شود. همه ما ناگزیریم در طول زندگی مان با موقعیت هایی روبرو شویم که ما را خشمگین می کند. ویژگی های خشم این است که در عین حالی که جزئی از زندگی است، می تواند ما را از رسیدن به هدفمان بازدارد. شیوه طبیعی و غریزی بروز خشم، ارایه ی واکنش های پرخاشگرانه است. خشم بخشی از مکانیسم بقاء در وجود انسان است و آن، سوخت حمله و تأمین کننده انرژی پرخاشگری است. خشم

تأثیرات مخرب از جمله صدمه و آسیب زدن ، حملات آسیب زا به خود و دیگران ، مرگ غیر منتظره و رفتارهای پر خطر و تأثیرات سازنده ای چون ابزار احساسات ، پیدا کردن و حفظ نقش و جایگاه خود می باشد که این ویژگی سبب شده که از آن به شمشیر دو لبه تعبیر شود.با اینکه اعمال خشونت بار و رفتارهای پرخاشگرانه از دیرباز در جوامع بشری شایع بوده و در عصر حاضر فراگیر شده است اما این مسئله با شیوع بیشتری در زندانها دیده می شود.^۱

«پرخاشگری در زندان به دلیل ویژگی های خاص زندان حائز اهمیت است . به طوری که این ویژگی ها آن را از سایر محیط های اجتماعی و اصلاحی متمایز می کند . نام زندان تداعی کننده وضعیت دشوار و سختی است؛ تا حدی که برای بیشتر مردم یادآور محیطی استرس آور و وحشت زاست ، که البته چندان هم دور از واقعیت نیست .

در واقع محیط زندان ، نه فقط برای زندانیان حتی برای پرسنل زندان نیز سخت و استرس زا است . زندان ها محیط های غیر عادی و غیر طبیعی هستند با ویژگی هایی چون فضای فیزیکی محدود با دیوارهای بلند ، با تاریخچه ای طولانی و خاص برای تنبیه خشونت گران و خاطیان قانون که آنان بر خلاف میل و اراده شان در این مکان نگه داری می شوند .

همچنین محیط زندان و از دست دادن آزادی سبب ضربه های عمیق روانشناختی (ناشی از عواملی چون تجاوز جنسی و سوء استفاده روانی واقع شدن یا دوری طولانی مدت از جامعه و خانواده) که باعث افزایش خشونت می شود و نتیجه این وضعیت چنان می شود که زندانیان و کارمندان حساسیت خود را نسبت به میزان معین و خاصی از رفتارهای پرخاشگرانه که در اطراف خود مشاهده می کنند از دست می دهند.^۲

^۱ Gentry doiel. (۲۰۰۷) anger management and maynothelp at all.

^۲ Homel.R.& thamson.c.(۲۰۰۵) .causes and prevention of vortly.k.(۲۰۰۳)

«برخی دیدگاه ها در مورد کنترل پرخاشگری در زندان معتقد به نقش حیاتی کیفیت مدیریت زندان هستند . به بیانی در نهایت حتی کوچکترین ویژگی و موضوع زندان و زندانی بستگی و منوط به مدیریت و نحوه آن است

تحقیقات اخیر تایید کرده اند که الگوی و مهار و مدیریت پرخاشگری در زندان برای کنترل و مهار اخلاص و بی نظمی ، با قوانین خشک و مدیرمآبانه و قهری نسبت به روش های تفویض مسئولیت یا مبتنی بر تفاهم و رضایت متقابل از تأثیر گذاری کمتری برخوردار است. در بافت زندان رویکردهای پیشگیری اجتماعی از خشونت (که به دادن مسئولیت به زندانی و پرهیز از قوانین تحمیلی به زندانیان تاکید دارند) بر نحوه اعمال در محیط زندان تکیه دارند و این رویکرد سبب بهبودی روش های مدیریت و مشروعیت (منصفانه بودن) روش اداره زندان از دید زندانیان می شود و در این صورت زندانیان به طور پنهانی یا آشکار با مقررات وضع شده در زندان مقابله نمی کنند . چنین رویکردهایی در زندان های اسکاتلند ، سوئد و سوئیس مؤثر بوده اند و برای تأثیر گذاری این رویکردها در کاهش پرخاشگری ، زندانیان و کارمندان بایستی به یک اندازه توجه شوند .۱(مقدمه ای بر جامعه شناسی زندان تألیف علی شمس - انتشارات راه تربیت)

بیان مسئله

زندان و زندانی اگر چه ناخوشایند ولی از جمله واقعیتهای موجود جوامع هستند .وجود افرادی به نام مجرم ، محکوم و یا زندانی به عنوان یک گروه آسیب شناختی که نیازمند دریافت خدمات ویژه ای هستند ایجاب می کند که دست اندرکاران امر سلامت جامعه با دقت و غیبت بیشتری به آنها توجه کرده و با بررسی علل و پی آمدهای ایجاد جرم، راههای اصلاح و درمان زندانیان را یافته و در جهت باز توانی آنها اقدام نمایند .(همان منبع) در غیر اینصورت این جمعیت نسبتاً زیاد که در حال حاضر حدود ۱۳۶ تا ۱۴۰ هزار نفر هستند، نه تنها هزینه

های مالی فراوانی برای جامعه بوجود می آورند ، بلکه سلامت و آسایش سایر افراد را نیز به خطر می

اندازند(یساقی ، علی اکبر- رییس سازمان زندان ها و اقدامات تأمینی و تربیتی (۱۳۸۳))

بر خلاف تصورات عامه مردم، زندان محل نگهداری و مکانی برای مجازات نیست، بلکه امروزه مکانی برای آموزش، پرورش، مشاوره، تعالی بخشیدن به جسم و روان انسان هایی که به نوعی از همه آزادی ها محروم شده اند، می باشد. انسان ها بزرگترین سرمایه یک جامعه اند. حفظ، پرورش، نگهداری، هدایت آنان به سمت و سوی یک انسان مولد و فعال جامعه در زندان ها بر عهده جامعه است. زندان مجموعه ای است از یک شهر کوچک با تمام خدمات، از ریزترین فعالیت تا بزرگترین آن که ارائه خدمات انسانی (مشاوره ای) که یکی از هزاران نوع خدمات است. بنابراین آموزش در ساختار زندانها ، دارای اهمیت است، علی رغم چنین جایگاه رفیعی که برای آموزش قائلیم ،به خروجی و اثر بخشی این آموزش ها بعنوان میوه و ثمره کار توجه داریم و در حقیقت آموزش ریشه کار ما و خروجی و نتیجه آموزش ما حاصل اقدامات ما تلقی می شود.درتبیین سیاستهای سه گانه آموزش در سطح زندانهای می توان گفت:اولین گام و مهمترین گام ایجاد تغییر نگرش است به نحوی که باور کنیم آموزش باید منتج به آثار محسوس و نتیجه اثربخش در سطوح مختلف سازمان شود و در گام دوم باید به سوی افزایش مهارتهای شغلی کار آمد، حرکت کنیم و بالاخره در گام سوم باید در کنار افزایش مهارت ها به ارتقاء سطح علمی مجموعه همت گماشت. و آثار آموزش باید در جای جای زندان و در نحوه خدمت هر یک از کارکنان باید به وضوح دیده شود به گونه ای که بتوان تمام فعالیتهای روزمره مجموعه را بر اساس یک فرایند علمی ارزیابی کرد. و در دوره های مشخص ، نتیجه و ارزیابی آموزش را در حوزه های امنیت، نظارت، اصلاح و تربیت و باز سازی زندانیان تبیین و برای برنامه ریزی بهتر مد نظر قرار گیرد . تحقیقات متعدد نشان داده است که عزت نفس پائین یکی از عوامل کلاهبرداری ، مصرف مواد وانواع بزهکاری است. با توجه به رابطه بین اختلال شخصیت ضد اجتماعی وعزت نفس پائین می توان از اثر بخشی آموزشی بعنوان فرایندی که سعی دارد به زندانیان کمک کندتا بتوانند با تمام ظرفیت خویش با محیط تعامل کرده و زندگی هر چه پر بارتری داشته باشند.(ابراهیم ثانی ، ابراهیم - پایان نامه کارشناسی ارشد) پس مفاهیم خشم، تندخویی و پرخاشگری ،

گاهی به جای یکدیگر به کار می روند و هنوز ارایه تعریف روشن از هر یک از این مفاهیم و نشان دادن تفاوت های آنها دشوار به نظر می رسد. با وجود این، می توان خشم را یک حالت هیجانی یا احساس درونی ناشی از برانگیختگی فیزیولوژیکی و شناخت و افکار مربوط به کینه توزی تعریف کرد. برای جدا کردن این سه مفهوم، می توان خشم را به عنوان هیجان، کینه توزی را به عنوان نگرش و پرخاشگری را به عنوان رفتار در نظر گرفت. خشم به عنوان یک حالت هیجانی توصیف می شود که شالوده کینه توزی و پرخاشگری را تشکیل می دهد. مراد از کینه توزی نگرش پرخاشگرانه ای است که فرد را به سوی رفتار پرخاشگرانه می کشاند در حالی که پرخاشگری به عنوان رفتاری قابل مشاهده که با هدف آسیب یا زیان رساندن انجام می شود در نظر گرفته شده است. هیجانها پدیده هایی ذهنی، زیستی، هدفمند و اجتماعی هستند. پدیده هایی فطری که در افراد مختلف در شرایط یکسانی بروز می کنند و تأثیرپذیری زیادی از شرایط فرهنگی و یادگیری ندارند و پاسخ های فیزیولوژیک مشخصی را فرا میخوانند. یکی از هیجانهایی که در زندگی همه افراد نقش مهم و مؤثری دارد، هیجان خشم است. خشم نوعی از هیجان است که اغلب بر اثر واکنش شخص نسبت به رفتارهای نامناسب دیگران بروز می کند. (جان مارشال ریو- انگیزش و هیجان - ترجمه یحیی سید محمدی)

آموزش ها و مهارت های مدیریت خشم، مهارت های حل مسأله، مهارت های ارتباطی، آموزش گروهی و نقش مشاور در کنترل خشم و سازگاری های فردی و اجتماعی افراد مؤثر است. بنابراین رفتارهای خصومت آمیز و پرخاشگرانه، در بسیاری از زندانیان دیده می شود. خصومت، نگرشی توأم با ارزیابی منفی و نفرت آمیز از دیگران است و پرخاشگری، شامل اعمال خصمانه ای است که از روی عمد صورت می گیرد و سبب آسیب رساندن به افراد و اشیاء می شود. رفتارهای پرخاشگرانه و خشونت بار در جوامع بشری در حال گسترش است و جامعه ما مستثنی از این موضوع نیست. ۴۲ درصد معاینات پزشکی قانونی مربوط به صدمات و جراحات ناشی از نزاع است و بیشترین دستگیرشدگان مربوط به جرائم ضرب و شتم، ارباب، قتل عمد، تهدید و چاقو کشی هستند. (طبق آمارهای اعلام شده توسط پزشکی قانونی کشورمان در سال ۱۳۸۵)

زندانیان نیز به عنوان جزئی از جامعه، دارای این مشکلات هستند. وجود رفتارهای پرخاشگری پدیده ای طبیعی و عادی در زندان است. با این حال این موضوع مهم ترین دغدغه کارکنان زندان ها است که به دنبال راه های کنترل و کنار آمدن با این پدیده هستند و انگیزه پژوهشگر از این پژوهش، مشاهده و رودررویی این پدیده است. مشکلات مرتبط با خشم و پرخاشگری در زندان از دغدغه های کارکنان زندان و مربیان اصلاحی و تربیتی است که همیشه به دنبال راه های کنترل و کنار آمدن با این پدیده هستند.

اهمیت و ضرورت تحقیق

محیط و شرایط حاکم بر زندان، یکی از مهم ترین مؤلفه های تأثیر گذار در سلامت روانی و داشتن یا نداشتن رفتارهای پرخاشگرانه دارد. یکی از پدیده های شایع در محیط زندان مشکلات مرتبط با خشم است که از عوامل مزاحم در اهداف اصلاحی و تربیت زندان هاست. مشکلات مرتبط با خشم و پرخاشگری از دغدغه های زندانبانان و مربیان اصلاح و تربیت است که همواره به دنبال روش هایی جهت غلبه و کنترل بر این مشکلات هستند. شاید به وسیله آموزش مهارت های مدیریت خشم که یکی از رویکردهای شناختی رفتاری است، بتوان در جهت کنترل این امر گامی به جلو برداشت. از ویژگی های مدیریت خشم افزایش آگاهی نسبت به علائم بر انگیختگی اولیه خصمانه و آموزش فنون کنترل به فرد جهت کاهش احتمال رفتارهای پرخاشگرانه می باشد. (رافعی، زهره- پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی تهران)

این مدیریت بر پایه آموزش و تمرین دادن نمونه ها در زمینه شناخت خشم، کسب مهارت جهت کنترل خشم و اجرای آنها بنا شده است. به عبارت دیگر مدیریت خشم، یک مداخله رفتاری شناختی است که بر خشم به عنوان یک نیروی نشأت گرفته از خشونت تمرکز می کند. همچنین به کار بردن راههای مختلف برای به حداقل رساندن خشونت در روابط به طوریکه در انجام امور روزمره و فعالیت تداخل نکرده بلکه باعث انگیزش و پیشرفت گردد. (نعمتی، نعمت - پایان نامه کارشناسی ارشد)

در مجموع مدیریت خشم از تعیین کننده های حیاتی در پیشگیری از خشونت و بزهکاری های شدید است که به طور وسیعی می تواند موثر باشد . رشد و توسعه برنامه ها و مداخلات مدیریت خشم با کشورها در فعالیتهای توان بخشی زندانیان برای کاهش مشکلات ناشی از بروز خشم است.از طرف دیگر از این مهارت های می توان در مراکز مشاوره ، موسسات و کلینیک های مشاوره خصوصی بهره برد، چرا که امروزه فراوانی مراجعان پرخاشگرانه به اندازه مراجعان مضطرب است.(رافضی ،زهرة)دیگر ضرورت این تحقیق آن است که در صورت آموزش مدیریت خشم می توانیم تغییرات مثبت رفتاری و آموزشی سبک های مطلوب روابط اجتماعی در زندانیان به وجود آوریم و با توجه به اینکه داشتن حسن رفتار و رضایت پرسنل زندان از رفتار زندانی نقش مستقیمی در اعطا عفو ، آزادی مشروط و تخفیف مجازات دارد به این لحاظ می توانیم زمینه های اعطاء این گونه کمک ها به زندانیان به وجود آید . (آیین نامه اجرایی سازمان زندان های کشور مصوب سال ۱۳۸۴)

اهداف پژوهش

هدف کلی این پژوهش تعیین اثر بخشی آموزش مهارت های مدیریت خشم در کاهش پرخاشگری زندانیان در زندان است .

فرضیه‌ها و سؤال‌های پژوهش

همان‌طور که گفته شد، هدف اصلی این پژوهش تعیین اثر بخشی آموزش مهارت‌های مدیریت خشم در کاهش پرخاشگری و افزایش کنترل خشم زندانیان در زندان است. برای رسیدن به هدف اصلی پژوهش، سؤال‌های زیر طراحی شده است:

فرضیه ۱: آموزش مهارت‌های مدیریت خشم بر کاهش پرخاشگری تأثیر معناداری دارد.

فرضیه ۲: آموزش مهارت‌های مدیریت خشم بر کاهش پرخاشگری فیزیکی تأثیر معناداری دارد.

فرضیه ۳: آموزش مهارت‌های مدیریت خشم بر کاهش خشم تأثیر معناداری دارد.

فرضیه ۴: آموزش مهارت‌های مدیریت خشم بر کاهش پرخاشگری کلامی تأثیر معناداری دارد.

فرضیه ۵: آموزش مهارت‌های مدیریت خشم بر کاهش شدت خشم تأثیر معناداری دارد.

فرضیه ۶: آموزش مهارت‌های مدیریت خشم بر افزایش خودآگاهی هیجانی تأثیر معناداری دارد.

فرضیه ۷: آموزش مهارت‌های مدیریت خشم بر افزایش خنثی کردن خشم تأثیر معناداری دارد.

فرضیه ۸: آموزش مهارت‌های مدیریت خشم بر افزایش نمره قاطعیت تأثیر معناداری دارد.

متغیرها

متغیر مستقل : مهارت های مدیریت خشم

متغیر وابسته : پرخاشگری (رفتار ، احساسات و افکار پرخاشگرانه) و کنترل خشم

تعاریف نظری و عملیاتی متغیرها

تعاریف نظری

مهارت های مدیریت خشم

مدیریت خشم یک مداخله رفتاری شناختی است که بر خشم به عنوان نیروی نشات گرفته به دنبال خشونت تمرکز می کند . همچنین به کار بردن راهبردهای مختلف برای به حداقل رساندن خشونت در روابط به طوری که در انجام امور روزمره و فعالیت تداخل نکنند باعث انگیزش و پیشرفت گردد.^۳

پرخاشگری

پرخاشگری عبارت است از حالت منفی ذهنی همراه با نقص ها و انحرافات شناختی و رفتارهای ناسازگارانه و همچنین به رفتار آشکار اعم از فیزیکی و کلامی اطلاق می شود که منجر به آسیب به شخص ، شیئی و یا سیستم دیگر می شود و از سه مولفه تشکیل شده است :

۱- رفتار پرخاشگرانه : عبارتست از رفتار قابل مشاهده که با قصد آسیب رساندن انجام می شود.

aggression: the testosterone secretion in link. Woman^۳ Kohen.daivid

۲- احساس پرخاشگرانه : حالت هیجانی است که زیر بنای پرخاشگری و خصومت است که خشم نیز نامیده می شود.

۳- افکار پرخاشگرانه : نگرش پرخاشگرانه فراگیری است که فرد را به سوی رفتارهای پرخاشگرانه سوق می دهد و خصومت نامیده می شود. (روان شناسی اجتماعی - ارنسون - مترجم حسین شکر کن)

خشم

حالتی هیجانی توصیف می شود که زیر بنای پرخاشگری است و مانند هیجانات با تغییرات فیزیکی و زیستی همراه است. (انگیزش و هیجان - جان مارشال ریو مترجم یحیی سید محمدی)

تعاریف عملیاتی

مهارت‌های مدیریت خشم

شامل راهبردهای مختلفی (از جمله شناختی ، رفتاری ، آرام سازی عضلانی ، مهارت های جرات ورزی ، کاهش استرس ، آموزش مهارت ای ابراز وجود ...) که در جلسات گروهی تعیین شده به زندانیان آموزش داده می شود .

پرخاشگری

نمره ای است که فرد در پرسشنامه AGQ کسب می کند و پرخاشگری آزمودنی در سه عنصر رفتار ، احساسات و افکار پرخاشگرانه نشان می دهد .

فصل دوم :

(مبانی نظری و پیشینه تحقیق)

تعاریف و مفاهیم پر خاشگری

تعاریف پر خاشگری

روان شناسانی که اعتقادات نظری متفاوتی دارند در مورد چگونگی تعریف پر خاشگری اساساً با هم توافق ندارند . موضوع اصلی این است که آیا باید پر خاشگری را براساس پیامدهای قابل دیدن آن تعریف کنیم یا براساس مقاصد شخصی که آن را نشان می دهد. گروهی پر خاشگری را رفتاری می دانند که به دیگران آسیب می رساند یا بالقوه می تواند آسیب برساند. پر خاشگری ممکن است بدنی باشد (زدن - لگد زدن - گاززدن) یا لفظی (فریاد زدن، رنجاندن) یا به صورت تجاوز به حقوق دیگران (چیزی را به زور گرفتن) ، نقطه قوت این تعریف ، عینی بودن آن است که به رفتار قابل مشاهده اطلاق می شود. نقطه ضعف آن این است که شامل بسیاری از