فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۲۲، شماره ۲۶، پاییز ۱۴۰۳

بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های کنترل هیجان و کنترل خشم بر آمادگی به اعتیاد در دانش‌آموزان

سمیه قاسمی [۱]

چکیده

پیش‌زمینه و هدف: آمار روزافزون وابستگی به مواد مخدر بخصوص اشاعه آن در بین نوجوانان و دانش‌آموزان نشان می‌دهد که نسل جوان و دانش‌آموز که باید در جهت سازندگی و پیشرفت جامعه مشارکت داشته باشند، در دام اعتیاد به هدر می‌رود. ازاین‌رو، لازم است بررسی‌های وسیع و عمیق در مورد شناسایی عوامل زمینه‌ساز اعتیاد انجام گیرد، لذا با توجه به این‌که پیش‌گیری بهتر از درمان است در پژوهش حاضر هدف آموزش مهارت‌های کنترل هیجان و کنترل خشم بر آمادگی به اعتیاد در دانش‌آموزان پرداخته شد. **مواد و روش کار**: روش نیمه آزمایشی از نوع پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه کنترل و آزمایش انجام گردید. جامعه آماری پژوهش را کلیه دانش‌آموزان پسر متوسطه دوم ناحیه ۲ شهر زاهدان با تعداد ۳۵۰۰ نفر تشکیل دادند که نهایت تعداد ۶۰ دانش‌آموز به‌صورت تصادفی ساده در ۳ گروه آزمایش با تعداد ۴۵ نفر (هر گروه ۱۵ نفر) و یک گروه کنترل با تعداد ۱۵ نفر به‌عنوان حجم نمونه انتخاب گردید. جهت گردآوری داده‌ها از پرسشنامه‌های آمادگی به اعتیاد وید و بوچر (۱۹۹۲)، و آزمون هیجان خواهی و پرسشنامه کنترل خشم استفاده گردید. روایی محتوایی پرسشنامه مورد تأیید قرار گرفت. داده‌های حاصل از پرسشنامه‌ها در دو سطح آمار توصیفی و استنباطی شامل آزمون لوین و تحلیل کوواریانس از طریق نرم‌افزارهای SPSS23 صورت گرفت. **یافته‌ها**: با توجه به کمتر بودن سطح معناداری از ۰/۰۱ می‌توان نتیجه گرفت واریانس‌های متغیر آمادگی اعتیاد همگن می‌باشند. به‌عبارت‌دیگر بین متغیر آمادگی اعتیاد موردبررسی در بین دو گروه پیش از آزمون و پس از آزمون موردبررسی تفاوت معناداری وجود دارد. **بحث و نتیجه‌گیری**: یافته‌های به‌دست‌آمده از نشان داد که آموزش مهارت‌های کنترل هیجان و کنترل خشم سرکوب‌شده بر آمادگی به اعتیاد در دانش‌آموزان پسر متوسطه دوم زاهدان مؤثر بود.

کلید واژه‌ها: هیجان خواهی، احساس خشم سرکوب شده، آمادگی اعتیاد.

[۱] کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه خزر (نویسنده مسئول) ghasemi00400@gmail.com

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]

مقدمه

اعتیاد[2] به‌مثابه یک عارضه و آسیب فردی و اجتماعی دارای علل و عوامل، ریشه‌ها، زمینه‌ها و همچنین عوارض و تبعات سوء اقتصادی، اجتماعی، سیاسی، فرهنگی، محیطی، روانی و فردی متعددی است، تا آنجا که سلامت فکری، فرهنگی و اقتصادی جامعه را با خطر مواجه می‌سازد، لذا بایستی در جهت‌گیری از اشاعه این پدیده، برنامه‌ریزی و اقدام جدی و همه جانبه‌ای صورت پذیرد و با عناصری که در جهت ترویج مواد مخدر و اعتیاد و کسب منفعت از این طریق مبادرت می‌ورزند، با شدت و قاطعیت مبارزه شود (مرعشی و همکاران، ۱۳۹۳). وابستگی به مواد[3] یا به‌اصطلاح اعتیاد به مواد مخدر در همه مشاغل، سطوح تحصیلی و طبقه اقتصادی، اجتماعی دیده می‌شود و مختص به افراد و اقشار خاصی نمی‌باشد. با توجه به شیوع بالای وابستگی به مواد و دشواری‌های درمان آن، تلاش در جهت شناسایی عوامل خطر ابتلاء به این شکل در جمعیت‌های مختلف بسیار ضروری می‌باشد. عوامل گرایش به اعتیاد در محل کار جدا از عوامل کلی نیست. علاوه بر این، عوامل جزئی وابسته به موقعیت فرد نیز در گرایش به اعتیاد مؤثر می‌باشد (آقایی و سهرفروزانی، ۱۳۹۶). باوجود تفاوت‌ها و تناقض‌های موجود در آمار اعتیاد مردان و زنان در ایران، مسئله قابل‌تأمل و مهمی که در پژوهش‌های مرتبط با اعتیاد و روندهای رشد این پدیده در کشور وجود دارد، افزایش نرخ رشد اعتیاد در زنان نسبت به مردان، طی سال‌های اخیر است. به‌عبارت‌دیگر، باوجودآنکه مصرف مواد و گرایش به آن در دهه‌های اخیر در هر دو جنس افزایش‌یافته است، ولی سرعت افزایش آن در زنان، به‌طور معناداری بیشتر از مردان بوده است. بنابراین واقعیات حاکی از این است که عرصه اعتیاد و سوءمصرف مواد مخدر، از وضعیت تک جنسیتی (مردانه) بودن سنتی به سمت دوجنسیتی شدن در شرایط معاصر، پیش می‌رود. هرچند اعتیاد و گرایش به مصرف مواد مخدر در تمام گروه‌های جمعیتی جامعه مسئله‌ای جدی و قابل‌بررسی است، اما در جمعیت زنان، آن‌هم در میان اقشار جوان دانش‌آموز و دانشجو، به اعتبار جایگاه و نقش خطیر آنان در خانواده و اجتماع، پیچیدگی و اهمیتی مضاعف می‌یابد (آقایی و سهرفروزانی، ۱۳۹۶).

یکی از متغیرهای اثرگذار برافزایش اعتیاد، متغیر هیجان خواهی[4] می‌باشد. هیجان خواهی سازه‌ای است که ابتدا آیزنک به‌عنوان یکی از ویژگی‌های شخصیتی برون‌گرایان آن را مطرح کرد و سپس زاکمن[5] (۲۰۰۷) آن را بسط و گسترش داد. هیجان خواهی به‌صورت نیاز به تجارب و هیجان‌های متنوع، جدید و پیچیده و همچنین تمایل به پذیرش خطرات جسمی و اجتماعی برای دستیابی به این‌گونه تجارب تعریف‌شده است. به نظر زاکرمن چهار مؤلفه هیجان خواهی عبارت‌اند از: «خطر جویی[6]»، گرایش ، گرایش به کسب هیجان به‌وسیله فعالیت‌های خطرناک ولی موردقبول جامعه مثل چتربازی یا رانندگی با سرعت زیاد؛ «تجربه جویی» تمایل به کسب هیجان از راه شرکت در فعالیت‌های غیرمعمول؛ «بازداری زدایی» گرایش فرد به آزاد گذاشتن خویش از بازداری‌های معمول در اجتماع مثل قماربازی یا مشروب‌خواری و «حساسیت بر یکنواختی» که به معنای سطح تحمل پایین در برابر یکنواختی و روزمرگی است (سانچز و ناپو[7]، ۲۰۱۵). ازنظر زاکرمن رفتار هیجان خواهی نوعی نیاز به احساسات و تجربیات جدید؛ گوناگون و پیچیده است و شخص دارای چنین رفتاری حاضر است برای به دست آوردن این‌گونه تجربیات به اعمال مخاطره‌آمیز اجتماعی یا فیزیکی اقدام کند. هیجان خواهی می‌تواند، بر رفتار، ویژگی‌ها و اولویت‌های افراد اثر بگذارد. افراد دارای هیجان جویی به فعالیت‌هایی می‌پردازند که با تحرک و انگیزش زیادی همراه است (احمدی و الهی، ۱۳۹۴). یکی دیگر از متغیرهای اثرگذار برافزایش اعتیاد، متغیر کنترل خشم می‌باشد. خشم معمولاً به حالتی هیجانی اطلاق می‌شود که شامل احساساتی است که ازنظر شدت تغییر می‌کند. خشم می‌تواند به‌عنوان یک تجربه هیجانی پیچیده در نظر گرفته شود که هم اجزای جسمی و هم شناختی دارد. اسپیابرگر بر این نکته تأکید دارد که خشم هم به‌عنوان حالت هیجانی و هم به‌عنوان صفت در نظر گرفته شود. حالت خشم شرایط هیجانی قابل‌تغییری است که شامل دامنه‌ای از احساسات از تنش تا خشم است و معمولاً با نشانه‌های فعال‌سازی دستگاه عصبی خودمختار همراه است (جواهری

[2] Addiction
[3] Substance dependence
[4] Sensation Seeking
[5] Zuckman
[6] Risk
[7] Sanchez and Napo

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]

و همکاران، ۱۳۹۷). پیامدهای نظری و عملی قابل پیش‌بینی برای این پژوهش، ضرورت انجام آن را توجیه می‌کند. یافته‌های پژوهش می‌تواند با بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های کنترل هیجان، ناگویی خلقی و کنترل خشم سرکوب‌شده بر آمادگی به اعتیاد به تائید مفروضه‌ها و گسترش مفاهیم و فرضیه‌های موجود در زمینه این زمنیه منجر گردند. در حیطه عملی، یافته‌های پژوهش می‌توانند باهدف تأثیرگذاری بر فرآیند شکل‌گیری، تغییر و تحول هیجان خواهی و ناگویی خلقی، احساس خشم و آمادگی اعتیاد در خدمت تأثیرگذاری محیط‌های آموزشی و والدینی بر روی فرزندان و همچنین محققان علاقه‌مند به تحقیق در این زمینه‌ها قرار گیرند. بنابراین این پژوهش درصدد پاسخ‌گویی به سؤالات زیراست: آیا آموزش مهارت‌های کنترل هیجان و ناگویی خلقی و کنترل خشم سرکوب‌شده بر آمادگی به اعتیاد در دانش‌آموزان پسر متوسطه دوم زاهدان مؤثر می‌باشد؟

اهمیت و ضرورت تحقیق

گسترش پرشتاب مصرف مواد مخدر و مشکلات وابسته به آن در جمعیت دانشجویی و وجود مواد آزمایشگاهی مانند شیشه و پیامدهای زیان‌بار آن مانند بی‌انگیزگی تحصیلی، افت تحصیلی، بیماری‌های جسمی و روانی، خودکشی، رانندگی بی‌محابا، تخریب اموال عمومی، احساس بی‌هویتی، و رفتارهای جنسی را در پی دارد. جمعیت دانش‌آموزان کشور در زمره گروه‌های در معرض خطر مواد مخدر قرار دارند. پدیده‌ای که مصرف تجربی و تفننی ابتدایی و اجبار برای جستجوی مواد ادامه آن است. پژوهش‌های بسیاری در کشورهای مختلف بیانگر آن است که شیوع مصرف سیگار و مشروبات الکلی و ماری‌جوانا در جمعیت دانش‌آموزان در حد قابل‌توجهی گزارش‌شده است (یعقوبی و همکاران، ۱۳۹۳). پژوهش‌های مختلف وضعیت گرایش و شیوع مصرف مواد در دانش‌آموزان در سال‌های اخیر را نگران‌کننده گزارش کرده‌اند. مشکلات مطرح‌شده فوق ضرورت برنامه‌ریزی و تدوین راهکارهای مداخله‌ای پیشگیرانه اعتیاد را در مدارس نشان می‌دهد. لذا با توجه به اینکه پیشگیری از مبتلا شدن به مواد مخدر آسان‌تر از درمان این اختلال می‌باشد (کرمی راد و مهرابی زاده، ۱۳۹۳). بنابراین، جامعه باید قادر به اقدامات پیشگیری از طریق مداخلات آموزشی، برای اولین بار در خانواده و پس‌ازآن در مدارس در تمام سطوح باشد.این مداخلات باید به‌منظور ارزیابی مجدد و آگاه کردن نقش خانواده باشد (سالسیتی[8]، ۲۰۱۵). لذا شناسایی و کار بر روی افرادی که تمایل به اعتیاد یعنی گرایش به اعتیاد دارند، بیشتر کارساز است (زرگر و همکاران، ۱۳۹۳). آمار روزافزون وابستگی به مواد مخدر بخصوص اشاعه آن در بین نوجوانان و دانش‌آموزان نشان می‌دهد که نسل جوان و دانش‌آموز که باید در جهت سازندگی و پیشرفت جامعه مشارکت داشته باشند، در دام اعتیاد به هدر می‌رود. ازاین‌رو، لازم است بررسی‌های وسیع و عمیق در مورد شناسایی عوامل زمینه‌ساز اعتیاد انجام گیرد، لذا با توجه به این‌که پیش‌گیری بهتر از درمان است، طراحی برنامه‌های مؤثر برای پیش‌گیری از مصرف مواد مستلزم سبب‌شناسی این پدیده و عوامل مرتبط به آن است لذا توجه به عوامل مؤثر در گرایش به اعتیاد حایزاهمیت است. با توجه به اهمیت این موضوع در این پژوهش به بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های کنترل هیجان و کنترل خشم سرکوب‌شده بر آمادگی به اعتیاد پرداخته شد.

روش تحقیق

این پژوهش ازنظر هدف، از نوع کاربردی و از منظر روش، توصیفی- پیمایشی از نوع همبستگی محسوب می‌شود. توصیفی چون به بررسی وضعیت پارامترهای موجود پرداخته و هدف محقق توصیف واقعی و دقیق حقایق می‌باشد و همبستگی ازاین‌جهت که محقق رابطه بین متغیرها را موردبررسی قرار می‌دهد.جامعه آماری پژوهش شامل تمامی دانش‌آموزان پسر متوسطه دوم ناحیه ۲ شهر زاهدان با تعداد ۳۵۰۰ نفر می‌باشد.در این پژوهش بر اساس جدول کرجسی و مورگان ۳۴۶ نفر از دانش‌آموزان به‌عنوان نمونه انتخاب شدند و از روش نمونه‌گیری تصادفی از نوع طبقه‌ای تصادفی استفاده‌شده است.ابزار گردآوری در این پژوهش دو نوع کتابخانه‌ای و میدانی است.در نوع میدانی از پرسشنامه‌های قیاس آمادگی به اعتیاد وید و بوچر (۱۹۹۲) که با توجه به شرایط روانی –اجتماعی جامعه ایرانی توسط زرگر (۱۳۸۵)، ساخته شد و دارای ۳۶ ماده به‌اضافه ۵ ماده دروغ‌سنج می‌باشد.و برای جهت سنجش کنترل هیجان و خشم از پکیج آموزشی مهارت‌های کنترل هیجان و مهارت‌های کنترل خشم سرکوب‌شده استفاده‌شده است.

[8] Saliceti

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]

به‌منظور تجزیه‌وتحلیل داده‌ها در این پژوهش از دو آمار توصیفی و استنباطی استفاده‌شده است:در آمار توصیفی از جدول توزیع فراوانی، درصدهای فراوانی، میانه، مد، نما، میانگین و شاخص‌هایی همچون انحراف معیار و واریانس استفاده شد.در آمار استنباطی ابتدا برای نرمال بودن داده‌ها از آزمون کولموگروف- اسمیرنوف استفاده شد و همچنین برای تجزیه‌وتحلیل داده‌ها از آزمون پیرسون و رگرسیون گام‌به‌گام استفاده شد. محاسبات به‌وسیله نرم‌افزار SPSS24 و LISREL 8.8 انجام شد.

یافته‌های تحقیق

فرضیه اول: آموزش مهارت‌های کنترل هیجان بر آمادگی به اعتیاد دانش‌آموزان پسر متوسطه دوم زاهدان مؤثر می‌باشد.

در ابتدا برای انجام تحلیل کواریانس باید واریانس‌های گروه کنترل و گروه گواه یکسان باشند. برای این کار از آزمون لوین استفاده‌شده است.

جدول ۱: نتایج آزمون لوین

متغیر	آماره لوین	Df1	Df2	sig
آمادگی اعتیاد	۰/۰۶۶	۱	۲۸	۰/۷۹۹

با توجه به کمتر بودن سطح معناداری از ۰/۰۱ می‌توان نتیجه گرفت واریانس‌های متغیر آمادگی اعتیاد همگن می‌باشند. جهت بررسی فرضیه اول از آزمون تحلیل کواریانس استفاده می‌شود:

جدول ۲: نتایج تحلیل کواریانس

نمره	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	F	سطح معناداری
مدل صحیح	۱۰۴۴/۵۳۰	۲	۵۲۲/۲۶۵	۱۲۷/۹۹۵	۰/۰۰۰
پیش‌آزمون	۴۶/۸۹۷	۱	۴۶/۸۹۷	۱۱/۴۹۳	۰/۰۰۰
گروه	۹۵۸/۸۵۰	۱	۹۵۸/۸۵۰	۲۳۴/۹۹۱	۰/۰۰۰
متغیر همپراش و مستقل	۱۵/۸۰۴	۱	۱۵/۸۰۴	۴/۳۵۴	۰/۰۴۷
خطا	۱۱۰/۱۷۰	۲۷	۴/۰۸۰		
مجموع	۹۹۲۷	۳۰			

($P <$ ۰/۰۱)

مطابق جدول برای نتایج شیب رگرسیون با مقدار F و معناداری بیشتر از ۰/۰۵ نشان داد پیش‌فرض همگنی رگرسیون رعایت شده است. همچنین برای نتایج آزمون تحلیل کواریانس مقدار F تأثیر متغیر مستقل۲۳۴/۹۹۱ را نشان داد که مقداری معنادار است ($P <$ ۰/۰۱). همچنین با توجه به معناداری آماره F در پیش‌آزمون فرض هم خطی نیز برقرار است. به‌عبارت‌دیگر بین متغیر آمادگی اعتیاد موردبررسی در بین دو گروه پیش از آزمون و پس از آزمون موردبررسی تفاوت معناداری وجود دارد. با توجه به نتایج توصیفی در این تفاوت میزان آمادگی اعتیاد با گروه آزمایش (آموزش مهارت‌های کنترل هیجان) پس‌آزمون از پیش‌آزمون کمتر است.

فرضیه دوم: آموزش مهارت‌های کنترل احساس خشم سرکوب‌شده بر آمادگی به اعتیاد دانش‌آموزان پسر متوسطه دوم زاهدان مؤثر می‌باشد.

در ابتدا برای انجام تحلیل کواریانس باید واریانس‌های گروه کنترل و گروه گواه یکسان باشند. برای این کار از آزمون لوین استفاده‌شده است.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]

جدول ۳ نتایج آزمون لوین

متغیر	آماره لوین	Df1	Df2	sig
آمادگی اعتیاد	۰/۰۹۷	۱	۲۸	۰/۷۵۷

با توجه به کمتر بودن سطح معناداری از ۰/۰۱ می‌توان نتیجه گرفت واریانس‌های متغیر آمادگی اعتیاد همگن می‌باشند. جهت بررسی فرضیه سوم از آزمون تحلیل کواریانس استفاده می‌شود:

جدول ۴: نتایج تحلیل کواریانس

نمره	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	F	سطح معناداری
مدل صحیح	۶۵۲/۶۳۳	۲	۳۲۶/۳۱۶	۳۴/۳۱۸	۰/۰۰۰
پیش‌آزمون	۸۰/۵۹۹	۱	۸۰/۵۹۹	۸/۴۷۶	۰/۰۰۰
گروه	۴۳۷/۵۶۴	۱	۴۳۷/۵۶۴	۴۶/۰۱۷	۰/۰۰۰
متغیر همپراش و مستقل	۲/۰۰۲	۱	۲/۰۰۲	۰/۲۰۴	۰/۶۵۵
خطا	۲۵۶/۷۳۴	۲۷	۹/۵۰۹		
مجموع	۱۱۴۷۵	۳۰			

(P <۰/۰۱)

مطابق جدول ۴-۶ برای نتایج شیب رگرسیون با مقدار F و معناداری بیشتر از ۰/۰۵ نشان داد پیش‌فرض همگنی رگرسیون رعایت شده است. همچنین برای نتایج آزمون تحلیل کواریانس مقدار F تأثیر متغیر مستقل۴۶/۰۱۷ را نشان داد که مقداری معنادار است (P <۰/۰۱). همچنین با توجه به معناداری آماره F در پیش‌آزمون فرض هم خطی نیز برقرار است. به‌عبارت‌دیگر بین متغیر آمادگی اعتیاد موردبررسی در بین دو گروه پیش از آزمون و پس از آزمون موردبررسی تفاوت معناداری وجود دارد. با توجه به نتایج توصیفی در این تفاوت میزان آمادگی اعتیاد با گروه آزمایش (مهارت‌های کنترل خشم) پس‌آزمون از پیش‌آزمون کمتر است.

بحث و نتیجه‌گیری

بررسی نتایج یک پژوهش یکی از مهم‌ترین بخش‌های آن محسوب می‌شود. درواقع بررسی نتایج بیان علل رد یا پذیرش حدس محقق است که به‌صورت فرضیه مورد آزمون قرارگرفته است.بر اساس اطلاعات جمع‌آوری‌شده از طریق پرسشنامه و آزمون، داده‌ها بر مبنای آزمون مانکو (تحلیل کوواریانس) تجزیه تحلیل و نتایج ذیل به‌دست‌آمده است:

فرضیه اول: آموزش مهارت‌های کنترل هیجان بر آمادگی به اعتیاد دانش‌آموزان پسر متوسطه دوم زاهدان مؤثر می‌باشد.

مطابق با فرضیه اول، نتایج نشان داد آموزش مهارت‌های کنترل هیجان بر آمادگی به اعتیاد دانش‌آموزان مؤثر است. در تبین رابطه هیجان خواهی با گرایش به مصرف مواد می‌توان گفت که افراد هیجان خواه برای رسیدن به سطح برانگیختگی به تجارب جدید و تازه، نیاز دارند و ممکن است برخی از افراد مصرف مواد را به‌عنوان یک تجربه جدید انتخاب کنند. هیجان خواهی با سطح منو آمین اکسیداز رابطه معکوس دارد ، سطح منو آمین اکسید از در افرادی که هیجان خواهی‌شان کم است بالا و در افراد هیجان خواه پایین است. منو آمین اکسیداز آنزیمی است که در تنظیم انتقال‌دهنده‌های عصبی مانند نوراپینفرین نقش دارد.وقتی سطح این آنزیم بالاست. نوراپینفرین کمی در دسترس است، اما وقتی سطح آن بالا برود نوراپینفرین قابل‌ملاحظه‌ای در دسترس قرار می‌گیرد.سطح نوراپینفرین در مغز با مراکز پاداش در مغز رابطه دارد.چون یکی از ویژگی‌های افراد هیجان خواه سطح پایین منو آمین اکسیدازاست، سطح نوراپینفرین آن‌ها همیشه رو به بالا می‌رود.این بدین معنی است که افراد هیجان خواه اگر مواد مخدر استفاده کنند، مراکز پاداش مغز را تحریک می- کند و چون لذت بیشتری را تجربه می‌کنند، لذا مجدداً به سمت مصرف مواد مخدر می‌روند.اما افرادی که به دلیل شیمی مغزشان

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]

هیجان خواهیشان کم است، وقتی مواد مصرف می‌کنند، سطح یکسانی از پاداش را تجربه نمی‌کنند و لذا احتمال کمتری وجود دارد که مجدداً به سمت مواد مخدر بروند.

می‌توان این‌گونه بیان کرد که افراد هیجان خواه، احتمالاً به دلیل برخورداری از یک سیستم فعال‌ساز قوی‌تر، در گرایش به مصرف مواد آسیب‌پذیرترند . همچنین با توجه به این‌که مواد مخدر، میزان انگیختگی را افزایش می‌دهد، افراد دارای هیجان خواهی بالا تمایل بیشتری به مصرف مواد دارند.

فرضیه دوم: آموزش مهارت‌های کنترل احساس خشم سرکوب‌شده بر آمادگی به اعتیاد دانش‌آموزان پسر متوسطه دوم زاهدان مؤثر می‌باشد.

مطابق با یافته‌های فرضیه سوم، نتایج نشان داد که آموزش مهارت‌های کنترل احساس خشم سرکوب‌شده بر آمادگی به اعتیاد دانش‌آموزان پسر متوسطه دوم زاهدان مؤثر است.

در تبیین این فرضیه می‌توان گفت: خشم معمولاً به حالتی هیجانی اطلاق می‌شود که شامل احساساتی است که ازنظر شدت تغییر می‌کند. خشم می‌تواند به‌عنوان یک تجربه هیجانی پیچیده در نظر گرفته شود که هم اجزای جسمی و هم شناختی دارد. اسپیابرگر بر این نکته تأکید دارد که خشم هم به‌عنوان حالت هیجانی و هم به‌عنوان صفت در نظر گرفته شود. حالت خشم شرایط هیجانی قابل‌تغییری است که شامل دامنه‌ای از احساسات از تنش تا خشم است و معمولاً با نشانه‌های فعال‌سازی دستگاه عصبی خودمختار همراه است.

۵-۴- پیشنهادات

بر اساس نتیجه حاصله از فرضیه‌های پژوهش پیشنهاد می‌گردد:

۱. با توجه به اینکه پژوهش حاضر باهدف تعیین نقش هیجان خواهی و خشم سرکوب‌شده در گرایش به اعتیاد انجام‌گرفته است و با توجه به نتایج پژوهش پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی در قالب طرح‌های آزمایشی به بررسی رابطه علت و معلولی این متغیرها پرداخته شود تا در صورت اثبات رابطه علت و معلولی بین این متغیرها بتوان از دانش کاربردی در زمینه کاهش گرایش به اعتیاد استفاده شود.

برگزاری برنامه‌ها و کنفرانس‌ها در مدارس و دانشگاه در زمینه راه‌های تشویق جوانان به دین‌داری و راه‌های کسب هویت سالم و چگونگی برخود مثبت با تمایلات هیجان خواهی، ناگویی خلقی و خشم سرکوب‌شده.

با توجه به نقش هیجان خواهی در گرایش جوانان به‌سوی رفتارهای ریسک‌پذیر به‌ویژه اعتیاد بایستی تدابیری اندیشیده شود که هیجان خواهی افراد در سنین پایین‌تر ارزیابی شود .تا از بروز خطرات احتمالی در آینده جلوگیری شود .برای مثال در مراکز آموزشی نظیر: مدارس و دانشگاه‌ها برنامه‌هایی نظیر فعالیت‌های هنری ، ورزشی ، تفریحی و مذهبی در جهت تخلیه هیجان خواهی دانش‌آموزان و دانشجویان در نظر گرفته شود.

با توجه به نتایج پژوهش می‌توان پیشنهاد کرد که در سطح کلان جامعه توسط رسانه‌ها و نهادهای درگیر با مسائل جوانان و دانشجویان، برنامه‌هایی برای افزایش میزان دین‌داری هیجان به شیوه معقول و جامعه پسند اجرا شود.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]

منابع

احمدی، محمدحسن؛الهی، طاهر (۱۳۹۴). رابطه هیجان خواهی و کاربری از امکانات جانبی تلفن همراه در دانشجویان دانشگاه زنجان، فناوری اطلاعات و ارتباطات در علوم تربیتی، سال ۴، شماره ۳، صص ۱۰۷-۱۲۶.

آقایی، اصغر؛ سهرفروزانی، نسرین (۱۳۹۶). مقایسه روابط ساده و چندگانه هیجان خواهی و ناگویی خلقی با آمادگی اعتیاد به مواد مخدر در بین دانش‌آموزان دختر و پسر دوره دوم متوسطه شهر اصفهان، سومین کنفرانس علوم تربیتی.

انصاری، قاسم (۱۳۹۵)، رابطه‌ی سبک‌های هویت، هیجان خواهی وجهت گیری مذهبی با گرایش به اعتیاد به مواد مخدر در دانشجویان پسر دانشگاه رازی، دانشگاه رازی

بشرپور س، طلوعی مهماندوست علیا ا، نریمانی م، عطادخت (۱۳۹۳). ارتباط سبک¬های پردازش هیجان و ناگویی خلقی با علائم اختلال شخصیت مرزی. مجله دانشگاه علوم پزشکی بابل، دوره ۱۶، شماره ۷.

جواهری، عابدین؛ قنبری، سعید؛ زرندی، علیرضا (۱۳۹۷). رابطه بین مکانیزمهای دفاعی باتجربه و ابراز خشم در دانشجویان دختر، فصلنامه روانشناسی کاربردی، سال ۵، شماره ۲.

حاتمی ج، خورشیدی م.م، بهرامی احسان ه، رحیمی س.ع.س، حاتمی ا.ج (۱۳۹۲). نقش سطوح پردازش و همخوانی خلقی در بازشناسی واژه‌های هیجانی در افراد دارای ناگویی خلقی. فصلنامه روان‌شناسی کاربردی، سال هفتم، شماره ۱.

روستا, سید محسن؛ سید مسعود رضوی و علی جوکار(۱۳۹۶)،، بررسی آسیب‌های اعتیاد جوانان به مواد مخدر در جامعه ایرانی، پنجمین همایش علمی پژوهشی علوم تربیتی و روانشناسی، آسیب‌های اجتماعی و فرهنگی ایران، تهران، انجمن توسعه و ترویج علوم و فنون بنیادین

زرگر، یداله؛کرمی راد، بهنام و مهرابی زاده هنرمند، مهناز (۱۳۹۳). اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر آمادگی اعتیاد در دانشجویان، فصلنامه اعتیاد پژوهی سوءمصرف مواد، سال ۳، شماره ۳۲.

کرمی، جهانگیر (۱۳۹۰). رابطه بین باورهای فراشناختی و پذیرش اجتماعی با آمادگی به اعتیاد در دانشجویان دانشگاه رازی.مجله روان‌شناختی دانشگاه شهید چمران اهواز، دوره ۴، شماره ۲، صص ۱-۱.

مرعشی، ع؛ محرابیان ط؛ طیبی، ه (۱۳۹۳). بررسی رابطه ویژگی¬های شخصیتی، رضایت از زندگی و هوش معنوی با آمادگی اعتیاد به مواد مخدر در کارکنان یک شرکت صنعتی در شهرستان مهران. دستاوردهای روان‌شناختی دانشگاه شهید چمران اهواز، دوره چهارم، سال ۳.

نریمانی، محمد؛ پور اسماعیلی، اصغر (۱۳۹۵). پیش‌بینی تغییرات ناگویی خلقی بر اساس هوش معنوی در بین معتادان شهر اردبیل، اصول بهداشت روانی، دوره ۱۶، شماره ۶۱.

یعقوبی، حمید؛طارمیان، فرهاد؛پیری، حمید؛ظفر، مسعود (۱۳۹۳). شروع مصرف مواد مخدر در دانشجویان دانشگاه‌های تابع وزارت علوم، تحقیقات و فناوری، فصلنامه اعتیاد پژوهی سوءمصرف مواد سال ۸، شماره ۳۲.

Hein A, De Haan, D Haan L, Arnt F.A, Schellekens, Jan K, Buitelaar, Job Van der Palen, Cor A.J, De Jong. 2013. A family history of alcoholism relates to alexithymia in substance use disorder patients. Comprehensive Psychiatry, Volume 54, Issue 7, Pages 911–917

Zachman, J. A. (2007). A Framework for Information Systems Architecture. IBM Syst, 26(3), 276-292.

Zuckerman M.2015. The Sensation Seeking and Risky Behavior. Washington DC: American Psychological Association.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]

Investigating the Effect of Teaching Emotion Control and Anger Control Skills on Students' Readiness for Addiction

Somayeh Ghasemi[9]

Abstract

Background and purpose: The increasing statistics of drug addiction, especially its spread among teenagers and students, show that the young generation and students, who should contribute to the development and progress of society, are wasted in the trap of addiction. Therefore, it is necessary to carry out extensive and in-depth investigations on the identification of the underlying factors of addiction, therefore, considering that prevention is better than treatment, in the present study, the aim of teaching emotion control and anger control skills is to prepare for addiction. It was paid in students. **Materials and work methods:** A semi-experimental method of pre-test-post-test type was conducted with control and experimental groups. The statistical population of the research was made up of all the second high school male students of District 2 of Zahedan city with a number of 3500 students, the final number of which was 60 students randomly divided into 3 experimental groups with 45 people (each group 15 people) and a control group with 15 people were selected as the sample size. In order to collect data, Wade and Butcher (1992) addiction readiness questionnaires, excitement seeking test and anger control questionnaire were used. The content validity of the questionnaire was confirmed. The data obtained from the questionnaires were analyzed at two levels of descriptive and inferential statistics including Levine's test and covariance analysis through SPSS23 software. **Findings:** Considering that the significance level is less than 0.01, it can be concluded that the variable variances of addiction readiness are homogeneous. In other words, there is a significant difference between the two groups before the test and after the test. **Discussion and conclusion:** The findings showed that the training of emotion control skills and suppressed anger control was effective on readiness for addiction in the second high school boys of Zahedan.

Keywords: Thrill Seeking, Feeling of Suppressed Anger, Preparation for Addiction.

[9] Master of Science in General Psychology, Khazar University (Corresponding author)
ghasemi00400@gmail.com

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]