



## Development of a Psychological Capital Training Program and Evaluation of Its Efficacy on Impulsivity and Psychological Flexibility in of the Students Engaged in Parents' Divorce with Externalized Behavior Disorder

Mahshid Shaabani<sup>1</sup>, Shohreh Ghorbanshiroudi<sup>2\*</sup>, Javad Khalatbari<sup>3</sup>

1. Ph.D. Candidate, Department of Counseling, Faculty of Humanities, North Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.
2. Corresponding Author, Associate Professor, Department of Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Tonekabon Branch, Islamic Azad University, Tonekabon, Iran. Email: [sh.ghrbanshiroudi@toniau.ac.ir](mailto:sh.ghrbanshiroudi@toniau.ac.ir)
3. Associate Professor, Department of Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Tonekabon Branch, Islamic Azad University, Tonekabon, Iran.

### ARTICLE INFO

**Article type:**  
Research Article

**Article History:**

Received: 27 Sep 2021

Revised: 25 Oct 2021

Accepted: 8 Dec 2021

Published Online: 31 Dec 2022

**Keywords:**

*Externalized Behavior Disorder, Psychological Flexibility, Impulsivity, Psychological Capital, Divorce.*

### ABSTRACT

Development of a psychological capital training program and evaluation of its effectiveness on the impulsivity and psychological flexibility of students engaged in parents' divorce with externalized behavior disorder was the purpose of the present study. In the qualitative portion of this study, the researchers employed a comparative method of thematic analysis, and in the quantitative portion, a quasi-experimental design with a pretest, posttest, control group, and a two-month follow-up period. The statistical population of the present research consisted of divorced students with externalized behavior disorder attending the first high school in Isfahan during the academic year 2020-21. Forty students involved in a divorce and diagnosed with externalized behavior disorder were chosen using a purposive sampling technique and randomly assigned to experimental and control groups. The experimental group received ten 75-minute psychological capital training sessions over the course of two and a half months. Three participants from the experimental group and three participants from the control group withdrew from the study. This investigation employed the Impulsivity Questionnaire (IQ), the Psychological Flexibility Questionnaire (PFQ), and the Children and Adolescents Behavioral Inventory (CABI). The study's data were analyzed using repeated measurement ANOVA and the SPSS-23 statistical software. According to the results, the psychological empowerment package has sufficient content validity from the perspective of experts. In addition, this program had an impact on the impulsivity ( $F=62.07$ ,  $\eta^2=0.66$ ,  $P\leq 0.001$ ) and psychological flexibility ( $F=100.88$ ,  $\eta^2=0.74$ ,  $P\leq 0.001$ ) of students with externalized behavior disorder who were going through their parents' divorce. According to the findings of the present study, psychological capital training can be used effectively to reduce impulsivity and increase psychological flexibility in students with externalized behavior disorder who are going through a divorce.

**Cite this article:** Shaabani, M., Ghorban Shiroudi, S., & Khalatbari, J. (2022). Development of Psychological Capital Training Package and Evaluating Its Effectiveness on the Impulsivity and Psychological Flexibility of the Students Engaged in Divorce with Externalized Behavior Disorder. *Journal of Applied Psychological Research*, 13(4), 287- 303. doi: 10.22059/japr.2023.331368.644017



© The Author(s).

DOI: <http://doi.org/10.22059/japr.2023.331368.644017>

**Publisher:** University of Tehran Press

## Development of a Psychological Capital Training Program and Evaluation of Its Efficacy on Impulsivity and Psychological Flexibility in of the Students Engaged in Parents' Divorce with Externalized Behavior Disorder

### Extended Abstract

#### Aim

Divorce is a phenomenon that has severe negative effects on the mental, emotional, and social health of children. Many studies indicate that divorce can affect the psychological health of children and cause them to experience numerous difficulties, contrary to the belief of many who believe that divorce only causes psychological damage to couples. Due to divorce, the absence of each parent from the family environment disrupts this entity's equilibrium, diminishes its functions, and reduces social supervision and control. Children may develop addiction and delinquency, physical issues, psychological and social disturbances, and behavioral disorders as a consequence of this process. Due to receiving a social label, children engaged in parents' divorce confront intellectual, emotional, identity, and social challenges in their peer groups, paving the way for the development of behavioral disorders. Development of a psychological capital training program and evaluation of its effectiveness on the impulsivity and psychological flexibility of divorced students with externalized behavior disorder was the purpose of the present study.

#### Method

In the qualitative portion of this study, the researchers employed a comparative method of thematic analysis, and in the quantitative portion, a quasi-experimental design with a pretest, posttest, control group, and a two-month follow-up period. The statistical population of the present research consisted of students engaged in parents' divorce with externalized behavior disorder attending the first high school in Isfahan during the academic year 2020-2021. Forty students involved in a divorce and diagnosed with externalized behavior disorder were chosen using a purposive sampling technique and randomly assigned to experimental and control groups. The experimental group received ten 75-minute psychological capital training sessions over the course of two and a half months. Three participants from the experimental group and three participants from the control group withdrew from the study. This investigation employed the Impulsivity Questionnaire (IQ), the Psychological Flexibility Questionnaire (PFQ), and the Children and Adolescents Behavioral Inventory (CABI). The study's data were analyzed using repeated measurement ANOVA and the SPSS-23 statistical software.

#### Findings

According to the results, the psychological empowerment bundle has sufficient content validity from the perspective of experts. In addition, this program had an impact on the impulsivity ( $F=62.07$ ,  $\eta^2=0.66$ ,  $P\leq 0.001$ ) and psychological flexibility ( $F=100.88$ ,  $\eta^2=0.74$ ,  $P\leq 0.001$ ) of students with externalized behavior disorder who were going through their parents' divorce.

#### Discussion

According to the findings of the present study, psychological capital training can be used effectively to reduce impulsivity and increase psychological flexibility in students with externalized behavior disorder who are going through parents' divorce. Psychological assets improve cognitive and psychological processing, resulting in greater psychological adaptability. Additionally, psychological capital contributes to a person's mental health. Acquiring mental health can also assist divorced students with externalizing behavior disorder to abandon rigid and traumatic cognitive and psychological processes in favor of cognitive-emotional ones, resulting in greater psychological flexibility.

**Keywords:** Externalized Behavior Disorder, Psychological Flexibility, Impulsivity, Psychological Capital, Divorce.



## تدوین بسته آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی و ارزیابی اثربخشی آن بر تکانشگری و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی دانش‌آموزان طلاق‌دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده<sup>۱</sup>

مهشید شعبانی<sup>۲</sup>، شهره قربان شیرودی<sup>۳\*</sup>، جواد خلعتبری<sup>۴</sup>

۱. مقاله حاضر برگرفته از رساله دوره دکتری تخصصی است.
۲. دانشجوی دکتری مشاوره، گروه مشاوره، دانشکده علوم انسانی، واحد تهران شمال، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.
۳. نویسنده مسئول، دانشیار، گروه روان‌شناسی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، واحد تنکابن، دانشگاه آزاد اسلامی، تنکابن، ایران. رایانامه: sh.ghrbanshiroudi@toniau.ac.ir
۴. دانشیار، گروه روان‌شناسی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، واحد تنکابن، دانشگاه آزاد اسلامی، تنکابن، ایران.

### اطلاعات مقاله

### چکیده

#### نوع مقاله:

پژوهشی

#### تاریخ‌های مقاله:

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۷/۰۵

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۰/۰۸/۰۳

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۹/۱۷

تاریخ انتشار: ۱۴۰۱/۱۰/۱۰

#### کلیدواژه:

اختلال رفتار برونی‌سازی شده،

انعطاف‌پذیری روان‌شناختی،

تکانشگری، سرمایه‌های روان‌شناختی،

طلاق.

پژوهش حاضر با هدف تدوین بسته آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی و ارزیابی اثربخشی آن بر تکانشگری و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی دانش‌آموزان طلاق‌دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده انجام شد. روش پژوهش حاضر در بخش کیفی، تحلیل مضمون به روش قیاسی و در قسمت کمی نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه و دوره پیگیری دوماهه بود. جامعه آماری پژوهش شامل دانش‌آموزان طلاق‌دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده بود که در دوره اول متوسطه در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۴۰۰ در شهر اصفهان مشغول به تحصیل بودند. در این پژوهش، ۴۰ دانش‌آموز طلاق‌دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده با روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب و با گمارش تصادفی در گروه‌های آزمایش و گواه گمارده شدند. گروه آزمایش، آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی را طی دو ماه و نیم در ۱۰ جلسه ۷۵ دقیقه‌ای دریافت کرد. در این میان در گروه آزمایش ۳ نفر و در گروه گواه نیز ۳ نفر ریزش داشتند. پرسشنامه‌های استفاده‌شده در این پژوهش شامل پرسشنامه تکانشگری (IQ)، پرسشنامه انعطاف‌پذیری روان‌شناختی (PFQ) و سیاهه رفتاری کودکان و نوجوانان (CABI) بود. داده‌های حاصل از پژوهش به شیوه تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS-23 تجزیه و تحلیل شدند. نتایج نشان می‌دهد آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی از نظر متخصصان دارای روایی محتوایی کافی است. همچنین این بسته بر تکانشگری ( $F=۰/۷۴$ ;  $P<۰/۰۰۱$ ؛  $\text{Eta}^2=۰/۷۴$ )؛ تکانشگری، سرمایه‌های روان‌شناختی، طلاق. و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی ( $F=۱۰/۸۸$ ) و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی ( $F=۶۲/۰۷$ ;  $\text{Eta}^2=۰/۶۶$ ;  $P<۰/۰۰۱$ ) دانش‌آموزان طلاق‌دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده تأثیر معنادار دارد ( $p<۰/۰۰۱$ ). براساس یافته‌های پژوهش حاضر می‌توان نتیجه گرفت آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی می‌تواند به‌عنوان روشی کارآمد برای کاهش تکانشگری و افزایش انعطاف‌پذیری روان‌شناختی دانش‌آموزان طلاق‌دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده استفاده شود.

**استناد:** شعبانی، مهشید، قربان شیرودی، شهره، و خلعتبری، جواد. (۱۴۰۱). تدوین بسته آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی و ارزیابی اثربخشی آن بر تکانشگری و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی دانش‌آموزان طلاق‌دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده. *فصل‌نامه پژوهش‌های کاربردی روان‌شناختی*، ۱۳(۴)، ۲۸۷-۳۰۳.

ناشر: انتشارات دانشگاه تهران

DOI: <https://doi.org/10.22059/japr.2023.331368.644017>

© نویسندگان.



## مقدمه

طلاق پدیده‌ای است که سلامت روان شناختی، هیجانی و اجتماعی فرزندان را با آسیب جدی مواجه می‌کند (باستایتس، پاستیلز و مورتلمانس، ۲۰۱۹). بسیاری بر این باورند که طلاق فقط به وقوع آسیب‌های روان شناختی در زوجین منجر می‌شود، اما نتایج پژوهش‌های کرسپین-بوکات و هات (۲۰۲۱) و لالتاس و حسین (۲۰۲۱) بیانگر آن است که طلاق می‌تواند بر سلامت روان شناختی فرزندان نیز تأثیرگذار باشد و آنان را با مشکلات فراوانی مواجه کند. براساس پژوهش سورک (۲۰۲۰) دوران رشد و تحول نامساعدی که به دلیل وقوع طلاق پدید می‌آید، با بروز اختلال‌های روان شناختی رابطه‌ای معنادار دارد؛ زیرا طلاق والدین سبب ایجاد تغییرات زیاد در سازمان‌دهی‌های مجدد در خانواده می‌شود که بر سازگاری فرزند در طول زمان تأثیر می‌گذارد. حضورنداشتن هریک از والدین در محیط خانواده به دلیل طلاق، تعادل این نهاد را بر هم می‌زند و موجب تضعیف کارکردهای خانواده و کاهش نظارت و کنترل اجتماعی می‌شود (قره‌داغی و مبینی‌کشه، ۱۳۹۹). در نتیجه این فرایند ممکن است اعتیاد و بزهکاری، مشکلات جسمانی، آشفتگی روانی و اجتماعی و اختلال‌های رفتاری در فرزندان به وقوع بپیوندد. دامنه اثرات مخرب طلاق بر فرزندان به حدی است که استوکپک (۲۰۱۹) فرزندان دارای تجربه طلاق والدین را قربانیان بی‌وکیل می‌نامد. فرزندان طلاق به دلیل دریافت برچسب اجتماعی، در گروه‌های دوستان با چالش‌های فکری، عاطفی، هویتی و اجتماعی روبه‌رو می‌شوند که این امر، اختلالات رفتاری را در آنان شکل می‌دهد (سورک، ۲۰۲۰). یکی از مشکلات رفتاری که برای فرزندان طلاق پیش می‌آید، اختلال رفتار برون‌ساز شده<sup>۱</sup> است (حسینی یزدی، مشهدی، کیمیایی و عاصمی، ۱۳۹۴). این اختلال مشکلات و الگوهای رفتاری سازش‌نا یافته‌ای را شامل می‌شود که در تعارض با دیگر افراد و محیط خود را نمایان می‌کند (لاندرز، بلامی، دانس و هاوک، ۲۰۱۷). اختلال رفتار برون‌ساز شده الگوهای ناسازگار، رفتارهای قانون شکنانه و پرخاشگرانه‌ای را پدید می‌آورد که از آن جمله می‌توان به اختلال نارسایی توجه/ فزون‌کنشی<sup>۲</sup>، اختلال سلوک<sup>۳</sup> و اختلال نافرمانی مقابله‌ای<sup>۴</sup> اشاره کرد. عوامل مختلفی در پیدایش، گسترش، تداوم یا تشدید نشانه‌های برون‌ساز شده نقش مؤثر دارند. از مهم‌ترین عوامل می‌توان به عوامل زیست‌شناختی، شرایط نامساعد محیط خانوادگی، سبک‌های فرزندپروری ناکارآمد، منفی‌گرایی و نیز نارسایی در مهارت‌های اجتماعی اشاره کرد (رایس، ورگلاند، جاردویک و اوست، ۲۰۲۱).

یکی از مشکلاتی که کودکان و نوجوانان با اختلال رفتار برون‌ساز شده با آن مواجه‌اند، هیجان‌خواهی<sup>۵</sup> و تکانشگری<sup>۶</sup> است (سانچز، کلارک و فایلد، ۲۰۱۹). تکانشگری، واکنش سریع و بدون برنامه به محرک‌های درونی یا بیرونی بدون توجه به عواقب منفی آن واکنش‌ها برای خود یا دیگران است (پیواراناس و کانر، ۲۰۱۵). در تکانشگری، فرد قبل از به‌کارگیری قدرت تفکر دست به عمل می‌زند. همچنین تکانشگری تمرکزنداشتن بر فعالیت در دست اقدام و نبود برنامه‌ریزی و تفکر نامیده شده است. براین اساس تکانشگری سبب می‌شود فرد به صورت آنی به محرک‌های بیرونی واکنش نشان دهد، بدون آنکه بتواند به عواقب منفی احتمالی اعمال خود بیندیشد (ملوکی و همکاران، ۲۰۲۱). سه ویژگی اساسی تکانشگری که آن را از دیگر ویژگی‌های رفتاری مخرب متمایز می‌کند، رفتار شتاب‌زده، برنامه‌ریزی نشده و بدون فکر و مستعد اشتباه است که می‌تواند نقطه عطف بسیاری از اختلالات و آسیب‌های اجتماعی و روان‌شناختی باشد (دیفوئه و همکاران، ۲۰۲۲). براساس نظر هیزن، بویی، توماس و بلانگن (۲۰۱۵)، چهار بعد شخصیتی در ارتباط با ابعاد متفاوت رفتارهای تکانشگرانه به قرار زیر است: فوریت: مشکل برای مقاومت در برابر تکانه‌های قوی و گرایش به عمل از روی بی‌ملاحظگی هنگام تجارب هیجانی منفی یا مثبت؛ نداشتن برنامه‌ریزی: گرایش به درگیر شدن در اعمال فوری به جای عمل همراه با تفکر دقیق و برنامه‌ریزی؛ نبود پایداری: مشکل در نگاه‌داشتن توجه به انجام تکلیف و شکست در تحمل خستگی؛ هیجان‌طلبی: گرایش به جست‌وجوی هیجان و ماجراجویی.

1. externalizing behavior disorder
2. Attention Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD)
3. conduct disorder
4. Obedient Defensive Disorder (ODD)
5. sensation seeking
6. impulsive

دیگر مؤلفه روان‌شناختی که می‌تواند با بروز طلاق و شکل‌گیری اختلال رفتار برونی‌سازی شده در فرزندان دچار آسیب شود، انعطاف‌پذیری روان‌شناختی<sup>۱</sup> است؛ چرا که این مؤلفه متأثر از سلامت روان و هیجانی افراد است و با بروز آسیب‌هایی که به کاهش سلامت روانی و هیجانی می‌انجامد، لطمه می‌بیند. انعطاف‌پذیری روان‌شناختی به معنای مجموعه رفتارهایی است که فرد در راستای ارزش‌هایش انجام می‌دهد؛ درحالی‌که با انجام‌ندادن رفتارهایی که در راستای ارزش‌های فرد باشد، فرد احساس می‌کند زندگی‌اش بدون معنا و هدف است یا زندگی‌اش را سراسر درد و رنج احساس می‌کند. انعطاف‌پذیری روان‌شناختی سبب می‌شود فرد علاوه بر رفتارهای ارزشمندانه، در عمل نیز تعهد داشته باشد؛ بدین‌صورت که تعهد درونی در برابر حرکت در مسیرهای ارزشمند زندگی خود را احساس کند (هیز، ۲۰۱۶). انعطاف‌پذیری روان‌شناختی با استفاده از کارکردهای اجرایی می‌تواند مهارت و خلاقیت شناختی کافی برای انتخاب پاسخ مناسب از میان گزینه‌های موجود را کسب کند و پاسخ‌هایی جدید و خلاقانه برای شرایط چالش‌برانگیز ارائه دهد؛ درحالی‌که انعطاف‌پذیری روان‌شناختی می‌تواند فکر و رفتار فرد را در پاسخ به تغییرات شرایط محیطی سازگار کند که این روند، کاهش آسیب‌های روانی و هیجانی در شرایط جدید را در پی دارد (المارزوگی، چیکلوت و مک‌کراکن، ۲۰۱۷). براین‌اساس شواهدی وجود دارد که نشان می‌دهد انعطاف‌پذیری روان‌شناختی با بهزیستی روان‌شناختی رابطه مثبت (والدک، تاینال، ریما و چیمبل، ۲۰۱۷) و با پریشانی‌های روان‌شناختی مانند افسردگی، اضطراب و ناراحتی‌های روانی عمومی رابطه منفی دارد (دنکلا و همکاران، ۲۰۱۸؛ لهر، استینه‌هارت، دابویس و لادن‌سلاگر، ۲۰۲۰).

روش‌های درمانی مختلفی برای کودکان و نوجوانان طلاق استفاده شده است. با توجه به تاب‌آوری<sup>۲</sup> پایین و خوش‌بینی<sup>۳</sup> کم فرزندان طلاق، روش آموزشی‌ای که می‌تواند برای آنان استفاده شود، آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی<sup>۴</sup> است که مؤلفه‌های تشکیل‌دهنده آن (تاب‌آوری، خوش‌بینی، خودکارآمدی<sup>۵</sup> و امیدواری<sup>۶</sup>) می‌تواند خلأ هیجانی و روان‌شناختی فرزندان طلاق را برطرف کند؛ درحالی‌که نتایج پژوهش‌های صحتی، عشایری و دولت‌آبادی (۱۴۰۰)، فرج‌زاده، غضنفری، چرامی و شریفی (۱۳۹۹)، رئیس‌ی، شریفی، غضنفری و چرامی، (۱۳۹۹)، قدرتی اصفهانی و مرادی (۱۳۹۹)، سلیمانی و میرزائی (۱۳۹۷)، یه، رن، لی و وانگ (۲۰۲۰)، درویش‌موتوالی و علی (۲۰۲۰)، پوتس و کسیدی (۲۰۲۰)، تسار، هسا و لین (۲۰۱۹)، گائو و همکاران (۲۰۱۸) و کانگ و باسر (۲۰۱۸) نشان‌دهنده نقش سرمایه‌های روان‌شناختی در بهبود عملکرد شناختی، روان‌شناختی و هیجانی افراد است. سرمایه روان‌شناختی، حالتی مثبت از روان‌شناختی فردی در زمینه رشد و تحول ارائه می‌کند که شامل چهار بعد مهم خودکارآمدی (احساس اطمینان به توانایی خود و تلاش مداوم برای کسب موفقیت در تکالیف چالش‌برانگیز)، امیدواری (پشتکار و استمرار به‌منظور رسیدن به اهداف و تغییر مسیر برای دستیابی به موفقیت در صورت نیاز)، خوش‌بینی (اسناد مثبت‌اندیشانه به موفقیت در حال و آینده) (سعیدی، گلزاری، برجلی و صادق‌پور، ۱۳۹۵) و تاب‌آوری (قدرت مواجهه با مشکلات و چالش‌های پیش‌رو) است (گائو و همکاران، ۲۰۱۸). این مؤلفه‌ها در تعامل با یکدیگر، به زندگی فرد معنا و غنا می‌بخشند، تلاش فرد برای تغییر موقعیت‌های تنیدگی‌زا را تداوم می‌دهند (کیم، کیوم، نیومن، فریس و پروو، ۲۰۱۹)، او را برای مواجهه سازگارانه با رویدادها آماده می‌کنند و مقاومت و سرسختی وی را در تحقق اهداف تضمین می‌کنند (اوی، لوتانز، اسمیت و پالمر، ۲۰۱۰).

سرمایه روان‌شناختی به‌جای تمرکز آسیب‌شناسانه بر رفتار و افکار انسان‌ها، قوت‌ها و جنبه‌های مثبت رفتار آنان را دربرمی‌گیرد و به ظرفیت‌ها و توانایی‌های انسان از دیدگاهی مثبت می‌نگرد؛ چنان‌که شواهد پژوهشی نشان می‌دهد سرمایه روان‌شناختی و مؤلفه‌های چهارگانه آن با طیف گسترده‌ای از متغیرهای رفتاری، سلامتی و شناختی، مانند رضایت، تعهد، عملکرد سلامتی و بهزیستی و ادراک استرس رابطه دارد (کارور، شیر و سگرستروم، ۲۰۱۰، اوی، ریچارد، لوتانز و ماتری، ۲۰۱۱؛ یو، ۲۰۱۶).

در باب ضرورت انجام پژوهش حاضر می‌توان گفت فرزندان خانواده‌های مطلقه در مقایسه با فرزندان خانواده‌های عادی،

1. psychological flexibility
2. resiliency
3. optimism
4. psychological capital
5. self efficacy
6. hope

مشکلات عاطفی، رفتاری و تحصیلی بیشتر و سلامت روانی کمتری دارند. همچنین آن‌ها موفقیت‌های تحصیلی کمتری کسب می‌کنند، ناسازگاری‌های روان‌شناختی بیشتری از خود بروز می‌دهند و عزت‌نفس ضعیف و مشکلات اجتماعی بیشتری دارند. همچنین تحقیقات نشان می‌دهد میزان رشد عاطفی و اجتماعی فرزندان که در خانواده‌های طلاق بزرگ می‌شوند، به شکل معمول کمتر از فرزندان است که در خانواده‌های عادی رشد می‌کنند (استوکپک، ۲۰۱۹)؛ براین اساس ضرورت به‌کارگیری مداخلات روان‌شناختی برای این فرزندان بسیار حیاتی است. علاوه‌براین، ضرورت دیگر انجام این پژوهش آن است که توجه به سلامت روان کودکان و نوجوانان در هر جامعه‌ای اهمیت فراوان دارد؛ چرا که این گروه از جامعه در آینده نزدیک باید به ایفای نقش اجتماعی و شغلی بپردازند و آسیب‌پذیری روان‌شناختی آنان سبب می‌شود نتوانند کارکرد اجتماعی، روان‌شناختی و تحصیلی مناسبی از خود بروز دهند که این فرایند نشان‌دهنده ضرورت انجام پژوهش حاضر است؛ بنابراین با توجه به موضوعات مطرح‌شده و اهمیت سرمایه‌های روان‌شناختی و ابعاد چهارگانه آن و همچنین نقش آنان در بهبود عملکرد شناختی، روان‌شناختی و هیجانی افراد مختلف و از سوی دیگر با توجه به خلأ پژوهشی حاضر (نبود بسته آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی برای دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی‌شده) مسئله اصلی پژوهش حاضر، تدوین بسته آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی و ارزیابی اثربخشی آن بر تکانشگری و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی‌شده است. فرضیه‌های پژوهش به شرح زیر است:

۱. بسته آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی بر تکانشگری دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی‌شده تأثیر دارد.
۲. بسته آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی بر انعطاف‌پذیری روان‌شناختی دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی‌شده تأثیر دارد.

## روش

### جامعه آماری، نمونه و روش اجرای پژوهش

روش پژوهش حاضر در بخش کیفی (تدوین بسته سرمایه‌های روان‌شناختی)، تحلیل مضمون به شیوه قیاسی و در قسمت کمی پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه و دوره پیگیری دوماهه بود. جامعه آماری پژوهش شامل دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی‌شده بود که در دوره اول متوسطه در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۴۰۰ در شهر اصفهان مشغول به تحصیل بودند. برای انتخاب حجم نمونه از روش نمونه‌گیری هدفمند استفاده شد. بدین صورت که یکی از نواحی شش‌گانه آموزش و پرورش شهر اصفهان انتخاب شد و با مراجعه به ۲۰ آموزشگاه دخترانه و پسرانه متوسطه اول این ناحیه، دانش‌آموزان با والدین مطلقه شناسایی شدند. ۲۳۶ دانش‌آموز در این مرحله شناسایی شدند. سپس به دانش‌آموزان دارای والدین مطلقه، سیاهه رفتاری کودکان و نوجوانان به شکل آنلاین ارائه شد تا از وجود اختلال رفتاری برونی‌سازی‌شده نزد این دانش‌آموزان اطمینان حاصل شود. سپس از میان این دانش‌آموزانی که با این پرسشنامه دارای اختلال رفتاری برونی‌سازی‌شده تشخیص داده شدند (کسب نمرات بالاتر از ۶۳ یعنی یک انحراف معیار بالاتر از میانگین) ۴۰ نفر از آن‌ها به ترتیب نمره کسب‌شده در سیاهه رفتاری کودکان و نوجوانان انتخاب و به صورت تصادفی در گروه‌های آزمایش و گواه گمارده شدند (۲۰ دانش‌آموز در گروه آزمایش و ۲۰ دانش‌آموز در گروه گواه). با این دانش‌آموزان، مصاحبه بالینی آنلاین نیز صورت گرفت. سپس گروه آزمایش مداخله آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی را طی دو ماه و نیم به صورت هفته‌ای یک جلسه ۷۵ دقیقه‌ای در گروه‌های سه‌نفره دریافت کردند؛ درحالی‌که گروه گواه هیچ‌گونه مداخله‌ای را در طول پژوهش دریافت نکرد و در انتظار دریافت مداخلات حاضر بود. در این میان، در گروه آزمایش ۳ نفر و در گروه گواه نیز ۳ نفر ریزش داشتند. پس از اتمام جلسات، پس‌آزمون اجرا و برای اطمینان از ثبات نتایج، دو ماه بعد مرحله پیگیری اجرا شد. ملاک‌های ورود به پژوهش داشتن والدین مطلقه، کسب نمره ۶۳ و بالاتر در سؤالات مربوط به اختلال رفتاری برونی‌سازی‌شده در سیاهه رفتاری کودکان نوجوانان، داشتن سن ۱۵-۱۳ (حضور در پایه تحصیلی هفتم، هشتم و نهم)، رضایت دانش‌آموز و والد برای شرکت فرزند در پژوهش، نداشتن بیماری جسمی و روان‌شناختی حاد و مزمن دیگر (با توجه به پرونده سلامت و مشاوره‌ای) و دریافت‌نکردن مداخله روان‌شناختی هم‌زمان بود.

ملاک‌های خروج از پژوهش نیز شامل داشتن بیش از دو جلسه غیبت، همکاری نکردن و انجام ندادن تکالیف مشخص شده در کلاس و نداشتن تمایل به ادامه حضور در فرایند انجام پژوهش بود.

## ابزارهای سنجش

### سیاهه رفتاری کودکان و نوجوانان<sup>۱</sup> (CABI)

سیاهه رفتاری کودکان را آخنباخ و رسکورلا<sup>۲</sup> (۲۰۰۱) به نقل از گلپایگانی، بیات، مجدیان و آقابزرگی، (۱۳۹۷) برای سنجش مشکلات هیجانی و رفتاری کودکان و نوجوانان تهیه کردند. این سیاهه از دو قسمت تشکیل شده است: بخش اول که شامل ۱۳ سؤال است، به بررسی صلاحیت کلی کودک در سه مقیاس فعالیت‌ها، مقیاس اجتماعی و مدرسه می‌پردازد. بخش دوم نیز با ۱۱۳ سؤال، مشکلات هیجانی و رفتاری کودکان و نوجوانان را ارزیابی می‌کند. پاسخ‌دهی براساس طیف لیکرت انجام می‌شود و شامل سه گزینه «نادرست است (نمره صفر)، گاهی درست است (نمره ۱) و غالباً درست است (نمره ۲)» می‌شود. نمره مشکلات هیجانی و رفتاری با جمع نمره‌های مشکلات رفتاری درونی‌سازی شده (شامل محورهای گوشه‌گیری، مشکلات بدنی، اضطراب و افسردگی)، مشکلات برونی‌سازی شده (شامل محورهای پرخاشگری و رفتارهای بزهکارانه) و مشکلات توجه، مشکلات تفکر و مشکلات اجتماعی کسب می‌شود. دامنه نمرات مشکلات رفتاری و هیجانی از صفر تا ۲۴۰ و گستره نمرات  $t$  برای دامنه مرزی از ۶۰ تا ۶۳ و بالاتر از نمره ۶۳ برای دامنه بالینی در نظر گرفته شده است (ناکامورا، ايساتانی، برنستین و چورپیتا، ۲۰۰۹). گلاسرا<sup>۳</sup> (۲۰۱۱) به نقل از گلپایگانی و همکاران، (۱۳۹۷) اعتبار بازمیابی<sup>۴</sup> و همسانی درونی<sup>۵</sup> را برای این مقیاس به ترتیب ۰/۹۴ و ۰/۹۷، مشکلات برونی‌سازی شده ۰/۹۲ و ۰/۹۴ و مشکلات درونی‌سازی شده ۰/۹۱ و ۰/۹۰ گزارش کرد. همچنین در پژوهش ناکامورا و همکاران (۲۰۰۹) ضریب آلفای کرونباخ سیاهه رفتاری کودکان ۰/۸۱ گزارش شد. در پژوهش گلپایگانی، بیات، مجدیان و آقابزرگی (۱۳۹۷) نیز میزان پایایی سیاهه رفتاری کودکان، مشکلات برونی‌سازی شده و مشکلات درونی‌سازی شده با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۸۸، ۰/۹۲ و ۰/۹۰ به دست آمد. در پژوهش حاضر، پایایی سیاهه رفتاری کودکان، در بعد مشکلات برونی‌سازی شده ۰/۹۰ به دست آمد.

### پرسشنامه تکانشگری بارت<sup>۶</sup> (BIQ)

این پرسشنامه را بارت، استانفورد، کنت و فلتوس (۲۰۰۴) ساخته‌اند و دارای ۳۰ پرسش است که سه عامل تکانشگری شناختی، تکانشگری حرکتی و بی‌برنامگی را ارزیابی می‌کند. پرسش‌ها به صورت چهار گزینه‌ای (از به ندرت: نمره ۱ تا همیشه: نمره ۴) تدوین شده‌اند و کمترین و بیشترین نمره به ترتیب ۳۰ و ۱۲۰ است. کسب نمرات بالاتر نشان‌دهنده تکانشگری بیشتر فرد است. مطالعات نشان می‌دهد پرسشنامه تکانشگری بارت و همکاران (۲۰۰۴) همبستگی فراوانی با پرسشنامه تکانشگری آیزنگ<sup>۷</sup> (۲۰۰۰) دارد؛ به ترتیبی که ساختار پرسش‌های هر دو نشان‌دهنده ابعادی از تصمیم‌گیری شتاب‌زده و نداشتن دوراندیشی است. پایایی این پرسشنامه روی یک گروه معتاد و سالم مناسب است و زیرمقیاس‌های آن از همبستگی قابل قبولی برخوردار بوده‌اند (اختیاری و همکاران، ۱۳۸۷). در پژوهش جلالی دهکردی و آقابابایی (۱۳۹۱) نیز پایایی این پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۷۳ بود و روایی آن با استفاده از تحلیل عاملی تأییدی<sup>۸</sup> نشان‌دهنده همان سه عامل با بار عاملی مناسب (بین ۰/۲۸ تا ۰/۴۱) بود. بارت و همکاران (۲۰۰۴) پایایی درونی<sup>۹</sup> برای نمره کل آن از ۰/۷۶ تا ۰/۸۳ را گزارش کردند. نادری و حق‌شناس (۱۳۸۸) در پژوهشی برای نخستین بار در ایران به اعتباریابی «مقیاس تکانشگری بارت» با محاسبه همبستگی آن با

1. Children and Adolescents Behavioral Inventory (CABI)
2. achenbach and rescorla
3. Glosser, R.
4. retest validity
5. internal similarity
6. Barratt Impulsiveness Questionnaire (BIQ)
7. Eysenck's Impulsivity Inventory
8. confirmatory factor analysis
9. internal reliability

مقیاس هیجان‌خواهی زاگرم<sup>۱</sup> (۱۹۷۸) در جامعه دانشجویی پرداختند. ضریب همبستگی ( $P < 0/005$  و  $r = 0/28$ ) و ضرایب پایایی آن به روش آلفای کرونباخ  $0/72$  و به روش تنصیف  $0/60$  به دست آمد. میزان پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر نیز با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ  $0/75$  محاسبه شد.

### پرسشنامه انعطاف‌پذیری روان‌شناختی<sup>۲</sup> (PFQ)

پرسشنامه انعطاف‌پذیری روان‌شناختی را دنیس و وندروال (۲۰۱۰) ساخته‌اند. این پرسشنامه ۲۰ سؤال دارد. در ایران در پژوهش شاره، فرمانی و سلطانی (۲۰۱۴) سه زیرمقیاس برای این پرسشنامه به دست آمد که عبارت‌اند از جایگزین‌ها، مهار و جایگزین‌هایی برای رفتارهای انسانی. طیف پاسخ‌دهی به سؤالات این پرسشنامه براساس مقیاس هفت‌درجه‌ای لیکرت است که از امتیاز خیلی مخالفم (۱) تا خیلی موافقم (۷) درجه‌بندی شده است. حداقل نمره در این پرسشنامه ۲۰ و حداکثر نمره ۱۴۰ است. نمره‌های بالاتر نشان‌دهنده انعطاف‌پذیری روان‌شناختی بیشتر است. دنیس و وندروال (۲۰۱۰) روایی هم‌زمان<sup>۳</sup> این پرسشنامه را با پرسشنامه افسردگی بک<sup>۴</sup> (۱۹۹۶) برابر با  $0/39$  و روایی همگرایی آن را با مقیاس انعطاف‌پذیری روان‌شناختی مازنین و رابین  $0/75$  به دست آوردند. در ایران شاره، فرمانی و سلطانی (۲۰۱۴) ضریب بازآزمایی<sup>۵</sup> کل مقیاس را  $0/81$  و ضرایب آلفای کرونباخ کل مقیاس را  $0/90$  گزارش کردند. آلفای کرونباخ داده‌های این پرسشنامه در پژوهش فاضلی و احتشام‌زاده هاشمی شیخ‌شبان (۱۳۹۳)  $0/75$  به دست آمد. در پژوهش آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس‌های جایگزین‌ها، مهار و جایگزین‌هایی برای رفتارهای انسانی به ترتیب برابر  $0/72$ ،  $0/75$  و  $0/67$  محاسبه شد. در پژوهش حاضر نیز میزان پایایی پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ  $0/78$  به دست آمد.

### شیوه اجرای پژوهش

پس از دریافت مجوزهای لازم و انجام فرایند نمونه‌گیری (مطابق با آنچه ذکر شد)، دانش‌آموزان انتخاب‌شده (۴۰ دانش‌آموز) به شیوه تصادفی در گروه‌های آزمایش و گواه گمارده شدند (۲۰ دانش‌آموز در گروه آزمایش و ۲۰ دانش‌آموز در گروه گواه). دانش‌آموزان حاضر در گروه آزمایش مداخله آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی (۱۰ جلسه) را طی دو ماه و نیم به صورت هفته‌ای یک جلسه ۷۵ دقیقه‌ای دریافت کردند؛ درحالی‌که دانش‌آموزان حاضر در گروه گواه هیچ‌گونه مداخله‌ای را در طول پژوهش دریافت نکرد. گفتنی است مداخلات پژوهش حاضر به صورت گروه‌های سه‌نفره و با رعایت فاصله‌گذاری اجتماعی و پروتکل‌های بهداشتی ارائه شد. در این میان، در گروه آزمایش ۳ دانش‌آموز و در گروه گواه نیز ۳ دانش‌آموز ریزش داشتند. براین اساس تعداد نهایی نمونه پژوهش حاضر ۳۴ دانش‌آموز بود (۱۷ دانش‌آموز در گروه آزمایش و ۱۷ دانش‌آموز در گروه گواه). تدوین بسته آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی نیز با استفاده از روش تحلیل مضمون به روش قیاسی به این شرح بود:

در مرحله اول نیازهای روان‌شناختی، هیجانی و عاطفی در فرزندان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی‌شده، ویژگی‌های روانی، اجتماعی و هیجانی این گروه از فرزندان و همچنین مبانی نظری سرمایه‌های روان‌شناختی به صورت اختصاصی مطالعه و جمع‌آوری شد. بدین صورت که در مرحله اول مقالات، پایان‌نامه‌ها و کتاب‌های چاپ‌شده مرتبط مطالعه و بررسی دقیق شدند. در این مرحله، مقالات نویسندگان زیر مطالعه شد: بیتیمس و ارژنلی (۲۰۱۵)، پن، مائو، ژانگ، ونگ و سو (۲۰۱۷)، مافودا، تریونوا، سودیرا و مولانی (۲۰۲۰)، پوتس و کسیدی (۲۰۲۰)، زارع‌زاده خیبری، رفیعی‌نیا و اصغری نکاح (۱۳۹۲)، مولایی یساولی و عبدی (۱۳۹۴)، حسینی یزدی و همکاران (۱۳۹۴)، اسلامی، حاج‌حسینی و اژه‌ای (۱۳۹۶)، رشیدی کوچی، نجفی و محمدی‌فر (۱۳۹۵)، زاهد بابلان و کریمی‌پور (۱۳۹۶)، مشتاقی و مؤیدفر (۱۳۹۶)، رضانی، محمدی، علیزاده چهار برج و رحمانی (۱۳۹۶)، شیرزاد، کوشکی، قنبری‌پناه و فرزاد (۱۳۹۷)، برجلی (۱۳۹۷)، درگاهی، شیخ‌الاسلامی، عظیمی و شوانی (۱۳۹۷)، ستوده اصل، کاهویی،

1. Zuckerman Sensation-Seeking Scale-V (SSS-V)
2. Psychological Flexibility Questionnaire (PFQ)
3. simultaneous reliability
4. beck depression questionnaire
5. retry coefficient



سن سبلی و فوداجی (۱۳۹۷)، آرامی، شریفی، غضنفری و عابدی (۱۳۹۸)، کریمی، دلاور، قائمی و درتاج (۱۳۹۸)، یعقوبی، نادری‌پور، یارمحمدی واصل و محقق (۱۳۹۸). در مرحله دوم مطالب جمع‌آوری شده در مرحله اول، دسته‌بندی (کدبندی) محتوایی شدند و زیرگروه‌های مفهومی-محتوایی معطوف به نیازها و مسائل تشکیل شد. در مرحله سوم زیرگروه‌های مفهومی-محتوایی تشکیل شده در مرحله دوم با بهره‌گیری از مبانی نظری و مؤلفه‌های تشکیل‌دهنده سرمایه‌های روان‌شناختی به ده حوزه مهارتی تبدیل شدند که عبارت‌اند از: نقش سرمایه روان‌شناختی بر سلامت روان، ویژگی‌های افراد امیدوار، ارتباط امید با هدف‌گذاری، خوش‌بینی و ویژگی‌های افراد خوش‌بین، سبک‌های تبیینی خوش‌بینانه و سبک تبیینی بدبینانه، منابع خودکارآمدی، ویژگی‌های افراد تاب‌آور. تاب‌آوری و حل مسئله، تاب‌آوری و مهارت‌های ارتباطی و خودآگاهی. در نهایت نیز بسته آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی برای دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده بر پایه فنون آموزشی استخراج شده از منابع به صورت اولیه تدوین شد. در مرحله چهارم، بسته اولیه آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی به ده متخصص روان‌شناسی و درمانگر ارائه و از آنان خواسته شد با مطالعه و اظهارنظر درباره ساختار، فرایند و محتوای هر یک از جلسات در قالب پرسشنامه نظرسنجی که همراه بسته آموزشی تدوین شده و در اختیار هر یک از متخصصان قرار گرفته بود، به تدوین بسته نهایی یاری رسانند. علاوه بر این در این مرحله لازم بود یک فرم اظهارنظر بازپاسخ به منظور ارائه پیشنهادها و نظرات اصلاحی هر یک از متخصصان برای ارتقای محتوا، ساختار و فرایند بسته آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی برای دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده در اختیار آن‌ها قرار بگیرد که این فرایند انجام گرفت. در مرحله پنجم نظرات تخصصی ده متخصص بررسی و نظرات اصلاحی آن‌ها درباره بسته آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی برای دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده انجام و بسته آموزشی نهایی آماده شد. در مرحله ششم بسته آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی همراه با فرم نظرسنجی نهایی و محاسبه ضریب توافق متخصصان درباره فرایند، ساختار و محتوای بسته آموزشی، بار دیگر به ده متخصص ارائه شد. در این مرحله در صورتی که کماکان متخصصان نظرات اصلاحی داشتند، به صورت موردی در بسته آموزشی اعمال شد. سپس به منظور سنجش روایی درونی بسته آموزشی تدوین شده (بسته آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی)، ضریب توافق<sup>۱</sup> ارزیاب‌ها درباره فرایند، ساختار و محتوای بسته آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی محاسبه شد و عدد ۰/۸۹ به دست آمد. به منظور اعتبار بیرونی نیز بسته روی چهار دانش‌آموز طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده، با طرح مقدماتی قواعد پیش‌آزمون-پس‌آزمون انجام گرفت. نتایج حاکی از آن بود که بسته آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی موجب تغییر معنادار در میانگین نمرات تکانشگری و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده است. جهت تأثیر نیز به این صورت بود که بسته آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی توانسته به کاهش میانگین نمرات تکانشگری و افزایش انعطاف‌پذیری روان‌شناختی دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده منجر شود. به منظور رعایت اخلاق پژوهشی، رضایت دانش‌آموزان و والدین آنان برای شرکت در برنامه مداخله کسب شد و آن‌ها از همه مراحل مداخله آگاه شدند. همچنین به افراد گروه گواه اطمینان داده شد پس از اتمام فرایند پژوهشی، در صورت تمایل این مداخلات را دریافت خواهند کرد.

جدول ۱. خلاصه جلسات آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی

جلسه	هدف	شرح جلسه
اول	آشنایی با عوارض طلاق و توضیح درباره سرمایه‌های روان‌شناختی	آشنایی و معارفه، بیان مقررات و قوانین گروه، بیان توضیحات مختصری در مورد اهداف جلسات آموزشی، توضیح درباره عوارض طلاق بر فرزندان، توضیح در مورد سرمایه‌های روان‌شناختی و ویژگی‌های آن، توضیح درباره مؤلفه‌های سرمایه روان‌شناختی، توضیح در مورد تأثیرات سرمایه روان‌شناختی بر سلامت روان، برگزاری پیش‌آزمون.
دوم	آشنایی با مفهوم امید و افراد امیدوار	بررسی تکلیف منزل، توضیح در مورد مؤلفه امید، توضیح درباره ویژگی‌های افراد امیدوار، ارتباط امید با هدف‌گذاری، اهمیت اهداف در نظریه امید، رابطه امید با انگیزه و نیروی اراده (عاملیت)، رابطه امید با تعیین گذرگاه (مسیر)، رابطه امید با خوش‌بینی، روش تعیین هدف و ارائه تکلیف مرتبط.
سوم	پرداختن به خوش‌بینی و مفاهیم مانند کنترل درونی و بیرونی	بررسی تکلیف منزل، سرمایه روان‌شناختی (مؤلفه خوش‌بینی)، توضیح در مورد خوش‌بینی و ویژگی‌های افراد خوش‌بین، توضیح درباره منبع کنترل، ویژگی‌های افراد با منبع کنترل درونی و بیرونی، توضیح در مورد سبک‌های تبیینی خوش‌بینانه و سبک تبیینی بدبینانه و ارائه تکلیف مرتبط.

## ادامه جدول ۱. خلاصه جلسات آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی

جلسه	هدف	شرح جلسه
چهارم	خودکارآمدی و ویژگی افراد خودکارآمد	بررسی تکلیف منزل، سرمایه روان‌شناختی (مؤلفه خودکارآمدی)، توضیح درمورد خودکارآمدی، ویژگی‌های افراد خودکارآمد، توضیح درباره ابعاد خودکارآمدی، توضیح درمورد منابع خودکارآمدی و ارائه تکلیف مرتبط.
پنجم	آشنایی با مفهوم تاب‌آوری و حل مسئله	بررسی تکلیف منزل، سرمایه روان‌شناختی (مؤلفه تاب‌آوری)، توضیح درمورد تاب‌آوری، ویژگی‌های افراد تاب‌آور، تاب‌آوری و حل مسئله، توضیح درباره حل مسئله، ارائه تکلیف مرتبط.
ششم	پرداختن به مهارت‌های ارتباطی و همدلی	بررسی تکلیف منزل، تاب‌آوری و مهارت‌های ارتباطی، توضیح درمورد مهارت‌های ارتباطی (مهارت‌های کلامی و مهارت‌های غیرکلامی شامل مهارت‌های صوتی و غیرصوتی)، توضیح درمورد همدلی، اعتمادبنفس و قاطعیت و ارائه تکلیف مرتبط.
هفتم	هدف‌گزینی در زندگی	بررسی تکلیف منزل، تاب‌آوری و خودگردانی، توضیح درمورد هدف‌مندی، انواع هدف، ویژگی‌های هدف خوب و ارائه تکلیف مرتبط.
هشتم	آشنایی با نقش معنویت و مذهب	بررسی تکلیف منزل، تاب‌آوری و معنویت، استفاده از مقابله مذهبی در دشواری‌ها (نفی ناامیدی، استفاده از دعا و نیایش و سلامت روانی مرتبط با دعاکردن)؛ قسمت دوم آموزش: چگونه قاطعانه رفتار کنیم؟ ارائه تکلیف مرتبط.
نهم	رابطه سرمایه روان‌شناختی با خودآگاهی	بررسی تکلیف منزل، رابطه سرمایه روان‌شناختی با خودآگاهی، توضیح درمورد انواع خود (خود فیزیکی، خود واقعی، خود معنوی، خود اجتماعی و خود آرمانی)، توضیح درباره خودآگاهی هیجانی و روش‌های کنترل خشم، ارائه تکلیف مرتبط.
دهم	جمع‌بندی و اختتام	بررسی تکلیف منزل، توضیح درباره اینکه چه کسی هستم و چه کسی خواهم شد، جمع‌بندی جلسات آموزشی، پاسخگویی به پرسش‌های مخاطبان، برگزاری پرس‌آزمون.

## روش تجزیه و تحلیل اطلاعات

در این پژوهش برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از دو سطح آمار توصیفی و استنباطی استفاده شد. در سطح توصیفی از میانگین و انحراف استاندارد و در سطح آمار استنباطی از آزمون شاپیرو-ویلک<sup>۱</sup> برای بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها، آزمون لوین<sup>۲</sup> برای بررسی برابری واریانس‌ها، آزمون موچلی<sup>۳</sup> برای بررسی پیش‌فرض کرویت داده‌ها<sup>۴</sup> و همچنین از تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر<sup>۵</sup> برای بررسی فرضیه پژوهش استفاده شد. نتایج آماری با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS-23 تجزیه و تحلیل شدند.

## یافته‌ها

یافته‌های جمعیت‌شناختی نشان می‌دهد دانش‌آموزان حاضر در پژوهش ۱۵-۱۳ سال بودند که میانگین سنی گروه آزمایش ۱۴/۴۵ و گروه گواه ۱۴/۵۰ سال بود. علاوه‌براین، دانش‌آموزان در پایه‌های هفتم، هشتم و نهم مشغول به تحصیل بودند که بیشترین فراوانی در گروه آزمایش مربوط به پایه هشتم (۸ دانش‌آموز معادل ۴۷/۰۵ درصد) و در گروه گواه مربوط به پایه هفتم (۷ دانش‌آموز ۴۱/۱۷ درصد) بود. یافته‌های توصیفی پژوهش در جدول ۲ آمده است.

جدول ۲. میانگین و انحراف استاندارد تکانشگری و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در دو گروه آزمایش و گواه

مؤلفه‌ها	گروه‌ها	پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پیگیری
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	
تکانشگری	گروه آزمایش	۷۲/۶۴	۱۲/۷۰	۶۳/۲۳	۱۲/۵۰	۱۲/۴۴
	گروه گواه	۷۵/۵۳	۱۱/۸۱	۷۶/۵۸	۱۱/۹۷	۱۱/۹۲
انعطاف‌پذیری	گروه آزمایش	۸۱/۵۸	۱۱/۴۸	۹۴/۴۱	۱۴/۰۵	۱۳/۶۱
	گروه گواه	۷۰/۴۱	۱۵/۱۰	۶۹/۸۲	۱۵/۵۸	۱۵/۰۶

1. Shapiro-Wilk test
2. Levine test
3. Mauchly's test
4. data sphericity
5. analysis of variance with repeated measures

قبل از ارائه نتایج تحلیل آزمون واریانس با اندازه‌گیری مکرر در جدول ۳، پیش‌فرض‌های آزمون‌های پارامتریک سنجش شدند. بر همین اساس نتایج آزمون شاپیرو ویلک بیانگر آن بود که پیش‌فرض نرمال بودن توزیع نمونه‌ای داده‌ها در متغیرهای تکانشگری و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در گروه‌های آزمایش و گواه در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری برقرار است ( $p > 0/05$ ). همچنین پیش‌فرض همگنی واریانس نیز به‌کمک آزمون لوین سنجیده شد که نتایج آن معنادار نبود. این یافته نشان داد پیش‌فرض همگنی واریانس‌ها در دو متغیر تکانشگری و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی رعایت شده است ( $p > 0/05$ ). از سوی دیگر نتایج آزمون  $t$  مشخص کرد تفاوت نمره‌های پیش‌آزمون گروه‌های آزمایش و گروه گواه در متغیرهای وابسته (تکانشگری و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی) معنادار نبوده است ( $p > 0/05$ )؛ درحالی‌که نتایج آزمون موچلی بیانگر این بود که پیش‌فرض کرویت داده‌ها در تکانشگری و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی رعایت شده است ( $p > 0/05$ ).

جدول ۳. تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر به‌منظور بررسی تأثیرات درون و بین‌گروهی برای متغیرهای تکانشگری و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی

متغیرها	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	مقدار f	مقدار p	اندازه اثر	توان آزمون
تکانشگری	مراحل	۲	۱۷۶/۸۵	۶۳/۴۹	۰/۰۰۰۱	۰/۶۶	۱
	گروه‌بندی	۱	۲۲۹۶/۶۲	۲۲/۲۲	۰/۰۰۰۱	۰/۴۹	۱
	تعامل مراحل و گروه‌بندی	۲	۲۸۱/۰۱	۱۰۰/۸۸	۰/۰۰۰۱	۰/۷۴	۱
	خطا	۶۴	۲/۴۸				
انعطاف‌پذیری روان‌شناختی	مراحل	۲	۳۷۰/۳۶	۴۹/۹۹	۰/۰۰۰۱	۰/۶۱	۱
	گروه‌بندی	۱	۹۸۲۳/۵۴	۱۶/۶۰	۰/۰۰۰۱	۰/۳۶	۰/۹۹
	تعامل مراحل و گروه‌بندی	۲	۴۵۹/۸۹	۶۲/۰۷	۰/۰۰۰۱	۰/۶۶	۱
	خطا	۶۴	۷/۴۱				

نتایج آزمون واریانس با اندازه‌گیری مکرر در جدول ۳ نشان می‌دهد براساس ضرایب  $F$  محاسبه‌شده، عامل زمان یا مرحله ارزیابی تأثیر معناداری بر نمرات تکانشگری و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده داشته است ( $P < 0/001$ ). اندازه اثر نشان می‌دهد عامل زمان به‌ترتیب ۶۶ و ۶۱ درصد از تفاوت در واریانس‌های نمرات تکانشگری و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی را تبیین می‌کند. علاوه‌براین، براساس ضریب  $F$  محاسبه‌شده، تأثیر عامل عضویت گروهی (آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی) نیز بر نمرات تکانشگری و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی‌شده معنادار است ( $p < 0/001$ )؛ بنابراین نتیجه گرفته می‌شود عامل عضویت گروهی یا نوع درمان دریافتی هم بر تکانشگری و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی‌شده تأثیر معنادار داشته است. اندازه اثر نشان می‌دهد عضویت گروهی (آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی) به‌ترتیب ۴۹ و ۳۶ درصد از تفاوت در نمرات تکانشگری و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی را تبیین می‌کند. درنهایت نتایج بیانگر آن است که اثر متقابل نوع درمان و عامل زمان هم بر نمرات تکانشگری و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی‌شده معنادار است ( $p < 0/001$ ). بدین‌ترتیب نوع درمان دریافتی در مراحل مختلف ارزیابی هم بر تکانشگری و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی‌شده معنادار داشته است. توان آماری هم حاکی از دقت آماری بالا و کفایت حجم نمونه است. در جدول ۴ مقایسه زوجی میانگین نمرات تکانشگری و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی آزمودنی‌ها برحسب مرحله ارزیابی ارائه می‌شود.

جدول ۴. مقایسه زوجی میانگین نمرات تکانشگری و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی آزمودنی‌ها برحسب مرحله ارزیابی

متغیر	مرحله مبنا (میانگین)	مرحله مورد مقایسه (میانگین)	تفاوت میانگین‌ها	خطای انحراف معیار	معناداری
تکانشگری	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	۴/۱۷	۰/۴۷	۰/۰۰۰۱
	پیش‌آزمون	پیگیری	۳/۶۷	۰/۴۸	۰/۰۰۰۱
	پس‌آزمون	پیگیری	-۴/۱۷	۰/۴۷	۰/۰۰۰۱
انعطاف‌پذیری روان‌شناختی	پس‌آزمون	پیش‌آزمون	-۰/۵۰	۰/۱۸	۰/۰۹
	پیش‌آزمون	پیگیری	-۶/۱۱	۰/۸۳	۰/۰۰۰۱
	پیش‌آزمون	پیگیری	-۵/۲۰	۰/۷۳	۰/۰۰۰۱
	پس‌آزمون	پیگیری	۶/۱۱	۰/۸۳	۰/۰۰۰۱
	پس‌آزمون	پیگیری	۰/۹۱	۰/۲۵	۰/۱۱

همان‌گونه که جدول ۴ نشان می‌دهد، بین میانگین نمرات مرحله پیش‌آزمون با پس‌آزمون و پیگیری در متغیرهای تکانشگری و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی تفاوت معنادار وجود دارد؛ بدین معنا که آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی توانسته است به شکل معناداری نمرات پس‌آزمون و پیگیری تکانشگری و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی‌شده را در مقایسه با مرحله پیش‌آزمون تغییر دهد. یافته دیگر این جدول نشان می‌دهد بین میانگین نمرات مرحله پیش‌آزمون و پیگیری تفاوت معنادار وجود ندارد. این یافته را می‌توان چنین تبیین کرد که نمرات تکانشگری و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی‌شده که در مرحله پس‌آزمون دچار تغییر معنادار شده بود، توانسته است این تغییر را در طول دوره پیگیری نیز حفظ کند. در یک جمع‌بندی می‌توان گفت آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی توانسته به تغییر معنادار میانگین نمرات تکانشگری و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی‌شده در مرحله پس‌آزمون منجر شود و این اثر در مرحله پیگیری نیز ثبات خود را حفظ کرده است.

### بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بسته آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی و ارزیابی اثربخشی آن بر تکانشگری و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی‌شده انجام گرفت. نتایج نشان داد بسته سرمایه‌های روان‌شناختی از نظر متخصصان دارای روایی محتوایی کافی است. همچنین این بسته بر تکانشگری و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی‌شده تأثیر دارد و توانسته است به کاهش تکانشگری و افزایش انعطاف‌پذیری روان‌شناختی این دانش‌آموزان منجر شود. یافته اول پژوهش حاضر نشانگر اثربخشی آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی بر تکانشگری دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی‌شده بود. بسته حاضر برای نخستین بار در پژوهش کنونی تدوین شده است؛ بنابراین پژوهش کاملاً همسویی با آن وجود ندارد، اما یافته حاضر با نتایج پژوهش فرج‌زاده و همکاران (۱۳۹۹)، یافته رئیسی و همکاران (۱۳۹۹) با گزارش‌های قدرتی اصفهانی و مرادی (۱۳۹۹) و با نتایج پژوهش یه و همکاران (۲۰۲۰) هم‌راستا است. در تبیین یافته حاضر مبنی بر اثربخشی آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی بر کاهش تکانشگری دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی‌شده باید به نقش تاب‌آوری (یکی از مؤلفه‌های آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی) در این حیطه اشاره کرد؛ چرا که فرزندان طلاق تاب‌آوری اندکی دارند. تاب‌آوری یکی از راهبردهای مناسب برای ارتقای سلامت روان و هیجانی در افراد است (کیوم و همکاران، ۲۰۱۹). همچنین کمک می‌کند فرد با وجود قرارگرفتن در معرض فشارهای شدید و عوامل خطر (مانند جدایی والدین) عملکرد اجتماعی، فردی، روان‌شناختی و هیجانی خود را بهبود دهد. علاوه بر این تاب‌آوری عامل محافظتی برای افراد در مقابل سختی‌ها و چالش‌های زندگی به‌شمار می‌رود. براین اساس دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی‌شده که تحت آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی و به تبع آن تاب‌آوری حاصل از آن قرار می‌گیرند، در بیشتر موارد با ایجاد هیجان‌های مثبت، پس از مقابله و رویارویی با موقعیت‌های تنیدگی‌زا به حالت طبیعی بازمی‌گردند. براین اساس می‌تواند راهبردهای فعالانه‌ای و مبتنی بر حل مسئله را در مواجهه با شرایط آشفستگی‌زا به کار بگیرند و برخلاف گذشته تکانشگری کمتری

از خود نشان دهند. در تبیینی دیگر باید اشاره کرد آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی، توانایی روانی افراد را برای برنامه‌ریزی بهتر در تعاملات محیطی، اجتماعی و فردی گسترش می‌دهد (رئیس و همکاران، ۱۳۹۹)؛ بنابراین این مداخله می‌تواند به دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده یاری رساند تا در تعاملات محیطی و اجتماعی خود، تنش روانی کمتری داشته باشند و تکانشگری کمتری را نیز نشان دهند. علاوه‌براین می‌توان گفت آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی با بهره‌گیری از تاب‌آوری به دیدن جنبه‌های مثبت رویدادها و رخدادها زندگی تأکید دارد. این امر می‌تواند افکار و اندیشه‌های دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده را از قرارگرفتن در چرخه‌های ناکارآمد و ناسالم دور کند و برای حرکت در مسیرهای پیش‌رو انسجام ایجاد کند. این فرایند نیز می‌تواند با بهبود رفتارهای اجتماعی در این افراد، کاهش تکانشگری را در پی داشته باشد.

یافته دوم پژوهش حاضر نشانگر اثربخشی آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی بر انعطاف‌پذیری روان‌شناختی دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده با نتایج پژوهش صحتی، عشایری و دولت‌آبادی (۱۴۰۰) و با یافته پوتس و کسیدی (۲۰۲۰) همسو است. در تبیین یافته حاضر باید ابتدا به مؤلفه‌های تشکیل‌دهنده سرمایه‌های روان‌شناختی اشاره کرد و سپس تبیین براساس تأثیر مؤلفه‌های آموزش داده‌شده صورت گیرد. یکی از مؤلفه‌های سرمایه‌های روان‌شناختی، آموزش خوش‌بینی است که بنا بر نتایج پژوهش‌های پیشین، رابطه معناداری با انعطاف‌پذیری روانی دارد. بدین صورت که با افزایش خوش‌بینی وجود آن، انعطاف‌پذیری روانی افراد نیز افزایش می‌یابد. به‌طور کلی، افرادی که در اثر آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی، خوش‌بینی زیادی کسب می‌کنند، در زمینه مشکلات پیش‌آمده قادرند عمیق و منطقی بیندیشند و احساسات و افکار خود را به شکل مناسب بیان کنند. علاوه‌براین می‌توانند عواطف و افکار ناخوشایند خود را مهار کنند و به خود انگیزه دهند (سعیدی و همکاران، ۱۳۹۵)؛ بنابراین افرادی که خوش‌بینی بالا دارند، کمتر دچار خودمردگی هیجانی، شناختی و روان‌شناختی می‌شوند و پاسخ‌های سازشی بهتری را در اثر بهره‌گیری از تفکر عمیق در مواجهه با وقایع ناگوار زندگی از خود نشان می‌دهند. این فرایند سبب می‌شود آن‌ها پردازش شناختی و روان‌شناختی بهتری را تجربه کنند و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی بیشتری را به‌دست بیاورند. از طرفی سرمایه‌های روان‌شناختی برای فرد سلامت روان را در پی دارد (کیم و همکاران، ۲۰۱۹). کسب سلامت روان نیز می‌تواند به دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده کمک کند تا آن‌ها پردازش‌های شناختی و روان‌شناختی سودار، غیرمنعطف و آسیب‌زا را کنار بگذارند و پردازش‌های شناختی و هیجانی و در نتیجه انعطاف‌پذیری روان‌شناختی بیشتری را تجربه کنند.

در یک جمع‌بندی نهایی می‌توان گفت دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده به دلیل شرایط حاکم بر زندگی که به دلیل جدایی والدین و مشاجرات حاصل از آن به‌وجود آمده است، ممکن است به اختلال‌های رفتاری مانند اختلال رفتار برونی‌سازی شده مبتلا شوند و تکانشگری رفتاری از خود نشان دهند. براین‌اساس بسته آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی با پرداختن به مفاهیمی مانند امید، خوش‌بینی، خودکارآمدی، تاب‌آوری و معنویت می‌تواند عاملی محافظتی برای این دانش‌آموزان باشد و با کاهش تکانشگری و بهبود انعطاف‌پذیری روان‌شناختی این دانش‌آموزان آنان را در مسیر تحولی مناسب قرار دهد.

محدودبودن دامنه تحقیق به دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده شهر اصفهان و مهارنکردن متغیرهای اثرگذار محیطی، خانوادگی و اجتماعی از محدودیت‌های پژوهش حاضر بود. پیشنهاد می‌شود برای افزایش قدرت تعمیم‌پذیری، این پژوهش در سایر شهرها و مناطق و جوامع دارای فرهنگ‌های متفاوت، دانش‌آموزان دیگر مقاطع و اختلال‌های روان‌شناختی دیگر مانند دانش‌آموزان طلاق مبتلا به اختلال رفتار برونی‌سازی شده، دانش‌آموزان طلاق دارای رفتارهای پرخطر و با مهار عوامل ذکرشده اجرا شود. با توجه به اثربخشی آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی بر تکانشگری و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده، در سطح کاربردی پیشنهاد می‌شود با تهیه بروشور و کتابچه‌های علمی، سرمایه‌های روان‌شناختی به مشاوران دوره متوسطه اول آموزش و پرورش آموزش داده شود تا با به‌کارگیری محتوای این مداخله، برای کاهش تکانشگری و افزایش انعطاف‌پذیری روان‌شناختی این دانش‌آموزان گامی عملی بردارند.

## منابع

اختیاری، ح.، صفایی، ه.، اسماعیلی جاوید، غ.، عاطف وحید، م. ک.، عدالتی، ه.، مکرری، آ. (۱۳۸۷). روایی و پایایی نسخه‌های فارسی

- پرسشنامه‌های آیزنک، بارت، دیکمن و زاگرن در تعیین رفتارهای مخاطره‌جویانه و تکانشگری. *مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران*. ۱۴(۳)، ۳۳۶-۳۲۶.
- اسلامی، م.، حاج حسینی، م.، و اژه‌ای، ج. (۱۳۹۶). امید در نگرش دانش‌آموزان تک‌والد: فرزندان طلاق. *فصلنامه اندیشه‌های نوین تربیتی*. ۱۳(۲)، ۵۲-۲۵.
- آرامی، ز.، شریفی، ط.، غضنفری، ا.، و عابدی، ا. (۱۳۹۸). مقایسه اثربخشی برنامه مثبت‌اندیشی فردریکسون و برنامه تغییر ذهنیت دوئیک بر سرمایه روان‌شناختی دانش‌آموزان تیزهوش مبتلا به اضطراب امتحان پایه نهم شهر اصفهان. *فصلنامه کودکان استثنایی*. ۱۹(۳)، ۴۸-۳۷.
- برجلی، ا. (۱۳۹۷). الگوی تأثیر انگیزه تحصیلی با میانجیگری سرمایه روان‌شناختی بر موفقیت تحصیلی. *فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*. ۹(۳۳)، ۱۹-۱.
- جلالی دهکردی، د.، و آقابابایی، ع. (۱۳۹۱). مقایسه تأثیر روش‌های پیشگیری از سوءمصرف مواد بر تکانشگری و راهبردهای مقابله‌ای دانش‌آموزان پسر. *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*. ۱۳(۴)، ۱۷-۵.
- حسینی یزدی، س. ع.، مشهدی، ع.، کیمیایی، س. ع.، و عاصمی، ز. (۱۳۹۴). اثربخشی برنامه مداخله‌ای ویژه کودکان طلاق بر بهبود خودپنداره و تاب‌آوری کودکان. *فصلنامه روان‌شناسی کاربردی*. ۹(۱)، ۲۱-۷.
- درگاهی، ش.، شیخ‌الاسلامی، ع.، عظیمی، د.، و شوانی، ا. (۱۳۹۷). پیش‌بینی فشار مراقبت براساس حس انسجام و سرمایه روان‌شناختی در همسران جانبازان قطع عضو. *فصلنامه طب جانباز*. ۱۰(۴)، ۲۰۸-۲۰۳.
- رشیدی کوچی، ف.، نجفی، م.، و محمدی فر، م. ع. (۱۳۹۵). نقش سرمایه‌های روان‌شناختی مثبت و عملکرد خانواده در پیش‌بینی شادکامی در دانش‌آموزان دبیرستانی. *پژوهشنامه روان‌شناسی مثبت*. ۲(۳)، ۹۵-۷۹.
- رضائی، ش.، محمدی، ن.، عزیززاده چهار برج، ط.، و رحمانی، س. (۱۳۹۶). تأثیر آموزش تاب‌آوری بر سبک‌های مقابله‌ای و خوش‌بینی کودکان بی‌سرپرست و بدسرپرست. *فصلنامه سلامت روان کودک*. ۴(۴)، ۵۹-۴۶.
- رئیس‌ی، ح.، شریفی، ط.، غضنفری، ا.، و چرامی، م. (۱۳۹۹). مقایسه اثربخشی درمان خودشفقت‌ورزی و آموزش سرمایه روان‌شناختی بر تحمل پریشانی و خودتنظیمی هیجانی. *تحقیقات علوم رفتاری*. ۱۱(۴)، ۴۹۲-۴۸۱.
- زارع‌زاده خیبری، ش.، رفیعی‌نیا، پ.، و اصغری نکاح، س. م. (۱۳۹۲). اثربخشی هنردرمانی گروهی بیانگر بر خودکارآمدی تعاملی کودکان آسیب‌دیده از سرپرستی. *روان‌شناسی تحولی، روان‌شناسان ایرانی*. ۱۰(۴۰)، ۳۸۱-۳۷۱.
- زاهد بابلان، ع.، و کریمیان‌پور، غ. (۱۳۹۶). بررسی نقش واسطه خودکارآمدی تغییر در رابطه بین سرمایه روان‌شناختی و تعهد به تغییر. *پژوهشنامه روان‌شناسی مثبت*. ۳(۲)، ۸۷-۷۷.
- ستوده اصل، ن.، کاهویی، م.، سن سبلی، ع.، و فوداجی، ف. (۱۳۹۷). سرمایه‌های اجتماعی و روان‌شناختی و ارتباط آن با پیشرفت تحصیلی دانشجویان. *کومش*. ۲۰(۲)، ۲۶۲-۲۵۶.
- سعیدی، م.، گلزاری، م.، برجلی، ا.، و صادق‌پور، آ. (۱۳۹۵). اثربخشی آموزش خوش‌بینی بر میزان افسردگی و رضایت از زندگی زنان در آستانه طلاق. *اسلام و پژوهش‌های روان‌شناختی*. ۲(۴)، ۷۰-۵۵.
- سلیمانی، ن.، و میرزائی، خ. (۱۳۹۷). الگوی نقش مؤلفه‌های سرمایه روان‌شناختی در رضایت از زندگی و انگیزه پیشرفت تحصیلی دانشجویان دانشگاه‌های پیام نور غرب استان اصفهان. *فصلنامه رهبری و مدیریت آموزشی*. ۱۲(۱)، ۱۴۴-۱۲۵.
- شیرزاد، س.، کوشکی، ش.، قنبری‌پناه، ا.، و فرزاد، و. (۱۳۹۷). مدل‌یابی سرمایه روان‌شناختی نوجوانان پسر در خانواده‌های کارکنان نیروی نظامی با طلاق عاطفی بر پایه ویژگی‌های شخصیتی. *فصلنامه طب انتظامی*. ۱(۱)، ۴۰-۳۳.
- صحتی، م.، عشایری، ح.، و دولت‌آبادی، ش. (۱۴۰۰). اثربخشی آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی بر رفتارهای ارتقای سلامت و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در بیماران خودایمنی (پسوریازیس). *مجله دستاوردهای روان‌شناختی*. ۲۱(۲)، ۲۸-۱۹.
- فاضلی، م.، احتشام‌زاده، پ.، و هاشمی شیخ‌شانی، س. ا. (۱۳۹۳). اثربخشی درمان شناختی-رفتاری بر انعطاف‌پذیری شناختی افراد افسرده. *مجله اندیشه و رفتار*. ۹(۳۴)، ۳۶-۲۷.
- فرج‌زاده، پ.، غضنفری، ا.، چرامی، م.، و شریفی، ط. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی بر اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان دختر با اشتیاق تحصیلی پایین. *پژوهش در یادگیری آموزشی و آموزشگاهی*. ۷(۴)، ۴۲-۳۱.
- قدرتی اصفهانی، ز.، و مرادی، ا. (۱۳۹۹). مقایسه اثربخشی آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی و فعال‌سازی رفتاری بر امید در دانشجویان دختر خوابگاه‌های دانشگاه اصفهان. *زن در توسعه و سیاست (پژوهش زنان)*. ۱۸(۲)، ۳۱۲-۲۹۳.

- قره‌داغی، ع.، و مبینی کشه، ف. (۱۳۹۹). مقایسه خودپنداره، نقش جنسیتی و بلوغ عاطفی در فرزندان با و بدون تجربه طلاق والدین. *فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*. ۱۱(۴۲)، ۲۶۰-۲۳۱.
- کریمی، س.، دلاور، ع.، قائمی، ف.، و درتاج، ف. (۱۳۹۸). اثربخشی امیددرمانی بر سرمایه روان‌شناختی بیماران مبتلا به دیابت نوع دو. *فصلنامه علمی-پژوهشی پرستاری دیابت زایل*. ۷(۲)، ۸۱۹-۸۰۹.
- گلپایگانی، ف.، بیات، ب.، مجدیان، و.، و آقابرگی، س. (۱۳۹۷). اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کیفیت دل‌بستگی و نوع‌دوستی کودکان دارای مشکلات رفتاری برونی‌سازی‌شده. *فصلنامه کودکان استثنایی*. ۱۸(۴)، ۸۸-۷۷.
- مشتاقی، س.، و مؤیدفر، ه. (۱۳۹۶). نقش مؤلفه‌های سرمایه روان‌شناختی (امید، خوش‌بینی، تاب‌آوری و خودکارآمدی) و جهت‌گیری اهداف پیشرفت در پیش‌بینی اهمال‌کاری تحصیلی. *دوفصلنامه راهبردهای شناختی در یادگیری*. ۵(۸)، ۷۸-۶۱.
- مولایی یساولی، ه.، و عبدی، م. (۱۳۹۴). مقایسه تاب‌آوری و راهبردهای مقابله با فشار روانی در افراد وابسته به مواد و عادی. *فصلنامه مددکاری اجتماعی*. ۴(۱)، ۲۹-۲۴.
- نادری، ف.، و حق‌شناس، ف. (۱۳۸۸). رابطه تکانشگری و احساس تنهایی با میزان استفاده از تلفن همراه در دانشجویان. *یافته‌های نو در روان‌شناسی*. ۴(۱۲)، ۱۲۱-۱۱۱.
- یعقوبی، ا.، نادری‌پور، ح.، یارمحمدی واصل، م.، و محقق، ح. (۱۳۹۸). تبیین بهزیستی روان‌شناختی براساس ذهن‌آگاهی، نیاز به شناخت و سرمایه‌های روان‌شناختی در دانشجویان. *فصلنامه روان‌شناسی تربیتی*. ۱۵(۵۲)، ۲۳۷-۲۱۷.
- Almarzooqi, S., Chilcot, J., McCracken, L. M. (2017). The role of psychological flexibility in migraine headache impact and depression. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 6(2), 239-243. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2017.04.004>
- Avey, J. B., Luthans, F., Smith, R. M., & Palmer, N. F. (2010). Impact of positive psychological capital on employee well-being over time. *Journal of Occupational Health Psychology*, 15(1), 17-28.
- Avey, J. B., Reichard, R. J., Luthans, F., & Mhatre, K. H. (2011). Meta-analysis of the impact of positive psychological capital on employee attitudes, behaviors, and performance. *Source Development Quarterly*, 22(2), 213-217.
- Barratt, E., Stanford, M. S., Kent, T. A., & Felthous, A. (2004). Neuropsychological and cognitive psychophysiology substrates of impulsive aggression. *Biological Psychiatry*, 41(12), 1045-1061.
- Bastais, K., Pasteels, I., & Mortelmans, D. (2019). How do post-divorce paternal and maternal family trajectories relate to adolescents' subjective well-being? *Journal of Adolescence*, 64(14), 98-108.
- Bitmiş, M. G., & Ergenelib, A. (2015). How psychological capital influences burnout: The mediating role of job insecurity. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 207(23), 363-368.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Segerstrom, S. C. (2010). Optimism. *Clinical Psychology Review*, 30(3), 879-889.
- Crespin-Boucaud, J., & Hotte, Z. (2021). Parental divorces and children's educational outcomes in Senegal. *World Development*, 145(31), 1054-1060.
- Darvishmotevali, M., & Ali, F. (2020). Job insecurity, subjective well-being and job performance: The moderating role of psychological capital. *International Journal of Hospitality Management*, 87(9), 102-109.
- Defoe, I.N., Khurana, A., Betancourt, L. M., Hurt, H., & Romer, D. (2022). Cascades From Early Adolescent Impulsivity to Late Adolescent Antisocial Personality Disorder and Alcohol Use Disorder. *Journal of Adolescent Health*, 71(5), 579-586.
- Denckla, C. A., Consedine, N. S., Chung, W. J., Stein, M., Roche, M., & Blais, M. (2018). A double-edged sword? Sub-types of psychological flexibility are associated with distinct psychiatric disorders. *Journal of Research in Personality*, 77(14), 119-125.
- Dennis, J. P., & Vander Wal, J. S. (2010). The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. *Cognitive Therapy Research*, 34(7), 241-253.
- Guo, L., Decoster, S., Babalola, M. T., De Schutter, L., Garba, O. A., & Riisla, K. (2018). Authoritarian leadership and employee creativity: The moderating role of psychological capital and the mediating role of fear and defensive silence. *Journal of Business Research*, 92(12), 219-230.
- Hayes, S.C. (2016). Acceptance and Commitment Therapy, Relational Frame Theory, and the Third Wave of Behavioral and Cognitive Therapies-Republished Article. *Behavior Therapy*, 47(6), 869-

- 885.
- Heinz, A. J., Bui, L., Thomas, K. M., & Blonigen, D. M. (2015). Distinct facets of impulsivity exhibit differential associations with substance use disorder treatment processes: A cross-sectional and prospective investigation among military veterans. *Journal of Substance Abuse Treatment, 22*(8), 1-37.
- Kang, H. J., & Busser, J. A. (2018). Impact of service climate and psychological capital on employee engagement: The role of organizational hierarchy. *International Journal of Hospitality Management, 75*(10), 1-9.
- Kim, M., Kim, A. C. H., Newman, J. I., Ferris, G. R., & Perrewé, P. L. (2019). The antecedents and consequences of positive organizational behavior: The role of psychological capital for promoting employee well-being in sport organizations. *Sport Management Review, 22*(2), 108-125.
- Laletas, S., & Khasin, M. (2021). Children of high conflict divorce: Exploring the experiences of primary school teachers. *Children and Youth Services Review, 127*(21), 106-109.
- Landers, A. L., Bellamy, J. L., Danes, S. M., & Hawk, S. W. (2017). Internalizing and externalizing behavioral problems of American Indian children in the child welfare system. *Children and Youth Services Review, 81*(11), 413-421.
- Lehrer, H. M., Steinhardt, M. A., Dubois, S. K., & Laudenslager, M. L. (2020). Perceived stress, psychological resilience, hair cortisol concentration, and metabolic syndrome severity: A moderated mediation model. *Psychoneuroendocrinology, 113*(14), 1045-1049.
- Mahfuda, T., Triyono, M. B., Sudira, P., & Mulyani, Y. (2020). The influence of social capital and entrepreneurial attitude orientation on entrepreneurial intentions: the mediating role of psychological capital. *European Research on Management and Business Economics, 26*(7), 33-39.
- Mlouki, I., Bouanene, I., Sioud, I., Bchir, A., Al'Absi, M., & El Mhamdi, S. (2021). Impulsivity mediates the impact of early life adversity on high risk behaviors among Tunisian adolescents. *Preventive Medicine Reports, 23*(9), 1014-1018.
- Nakamura, B., Ebesutani, C., Bernstein, A., & Chorpita, B. (2009). A psychometric analysis of the Child Behavior Checklist DSM-oriented Scales. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 31*(4), 178-189.
- Pan, X., Mao, T., Zhang, J., Wang, J., & Su, P. (2017). Psychological capital mediates the association between nurses' practice environment and work engagement among Chinese male nurses. *International Journal of Nursing Sciences, 4*(1), 378-383.
- Pivarunas, B., & Conner, B. T. (2015). Impulsivity and emotion dysregulation as predictors of food addiction. *Eating Behaviors, 19*(3), 9-14.
- Poots, A., & Cassidy, T. (2020). Academic expectation, self-compassion, psychological capital, social support and student wellbeing. *International Journal of Educational Research, 99*(10), 101-105.
- Riise, E. N., Wergeland, J. H., Njardvik, U., & Öst, L. (2021). Cognitive behavior therapy for externalizing disorders in children and adolescents in routine clinical care: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review, 83*(9), 1019-1023.
- Sanchez, H., Clark, D. A., & Fields, S. A. (2019). The relationship between impulsivity and shame and guilt proneness on the prediction of internalizing and externalizing behaviors, *Heliyon, 5*(11), 27-36.
- Shareh, H., Farmani, A., Soltan, E. (2014). Investigating the reliability and validity of the cognitive flexibility inventory (CFI-I) among Iranian university students. *Practice in Clinical Psychology, 2*(1), 43-50.
- Sorek, Y. (2020). Grandparental and overall social support as resilience factors in coping with parental conflict among children of divorce. *Children and Youth Services Review, 118*(22), 1054-1058.
- Stokkebekk, J. (2019). "Keeping balance", "Keeping distance" and "Keeping on with life": Child positions in divorced families with prolonged conflicts. *Children and Youth Services Review, 102*(31), 108-119.
- Tsaur, S., Hsu, F., & Lin, H. (2019). Workplace fun and work engagement in tourism and hospitality: The role of psychological capital. *International Journal of Hospitality Management, 81*(7), 131-140.
- Waldeck, D., Tyndall, I., Riva, P., & Chmiel, N. (2017). How do we cope with ostracism? Psychological flexibility moderates the relationship between everyday ostracism experiences and



- psychological distress. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 6(4), 425-432.
- Ye, X., Ren, S., Li, X., & Wang, Z. (2020). The mediating role of psychological capital between perceived management commitment and safety behavior. *Journal of Safety Research*, 72(9), 29-40.
- You, J. W. (2016). The relationship among college students' psychological capital, learning empowerment, and engagement. *Learning and Individual Differences*, 49(12), 17-24.