



Effectiveness of Self-Differentiation Training on Sensation Seeking and Impulsivity in Divorced Students with Tendency toward High Risk Behaviors

Mohaddeseh Darvishi¹ , Noushin Taghinejad^{2*} , Azita Amirfakhraei³ 

1. Department of Psychology, Bandar Abbas Branch, Islamic Azad University, Bandar Abbas, Iran. Email:

moh_darvishi@yahoo.com

2. Corresponding Author, Department of Psychology, Bandar Abbas Branch, Islamic Azad University, Bandar Abbas, Iran. Email:

nooshintaghinejad@iauba.ac.ir

3. Department of Psychology, Bandar Abbas Branch, Islamic Azad University, Bandar Abbas, Iran. Email:

afakhraei2002@iauba.ac.ir

ARTICLE INFO

Article type:

Research Article

Article History:

Received: 13 Oct 2022

Revised: 11 Nov 2022

Accepted: 23 Nov 2022

Published: 30 Dec 2024

Keywords:

Divorce, High Risk Behaviors, Impulsivity, Self-Differentiation, Sensation Seeking.

ABSTRACT

The purpose of the current study was to investigate the efficacy of self-differentiation training on the sensation-seeking and impulsivity of students from divorced families who are inclined to engage in hazardous behaviors. The research method was semi-experimental, utilizing a three-phase design (pre-test, post-test, follow-up) with a two-month follow-up period. The statistical population of the study included students from divorced families inclined towards risky behaviors who were studying in the first and second grades of high school during the 2021-2022 academic year in Bandar Abbas. In this study, 35 students from divorced families who were inclined toward hazardous behaviors (26 boys and 9 girls) were randomly assigned to the experimental and control groups (18 students in the experimental group and 17 students in the control group) through purposive sampling. Students in the experimental group participated in ten 75-minute sessions over the course of ten weeks to receive self-differentiation training. The study utilized the Risky Behavior Questionnaire (HRBQ), the Sensation-Seeking Questionnaire (SSQ), and the Impulsivity Questionnaire (BIS). The obtained data were analyzed using mixed analysis of variance with SPSS23 statistical software. The results indicated that self-differentiation training had a significant effect on sensation-seeking ($p < 0.0001$; $\eta^2 = 0.57$; $F = 43.55$) and impulsivity ($p < 0.0001$; $\eta^2 = 0.46$; $F = 28.71$) among students from divorced families who were inclined to engage in hazardous behaviors. From the research results, it can be inferred that self-differentiation training, which employs techniques such as the differentiation between rational and irrational beliefs, the provision of participants with specific communication skills, and the acceptance of responsibility, can be an effective approach to reducing sensation-seeking and impulsivity in students from divorced families who are inclined to engage in risky behaviors.

Cite this article: Darvishi, M., Taghinejad, N., & Amirfakhraei, A. (2024). Effectiveness of Self-Differentiation Training on Sensation Seeking and Impulsivity in Divorced Students with Tendency toward High Risk Behaviors. *Journal of Applied Psychological Research*, 15(4), 319-335. doi: 10.22059/japr.2024.349856.644405.





اثربخشی آموزش خودمتمایزسازی بر هیجان خواهی و تکانشگری دانش آموزان طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر

محدثه درویشی^۱، نوشین تقی نژاد^{۲*}، آریتا امیرفخرایی^۳

۱. دانشجوی دکتری روان شناسی عمومی، گروه روان شناسی، واحد بندرعباس، دانشگاه آزاد اسلامی، بندرعباس، ایران. رایانامه: moh_darvishi@yahoo.com

۲. نویسنده مسئول، استادیار، گروه روان شناسی، واحد بندرعباس، دانشگاه آزاد اسلامی، بندرعباس، ایران. رایانامه: nooshintaghinejad@iauba.ac.ir

۳. استادیار، گروه روان شناسی، واحد بندرعباس، دانشگاه آزاد اسلامی، بندرعباس، ایران. رایانامه: afakhraei2002@iauba.ac.ir

چکیده

اطلاعات مقاله

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش خودمتمایزسازی بر هیجان خواهی و تکانشگری دانش آموزان طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر انجام شد. روش پژوهش از نوع نیمه آزمایشی (با گروه آزمایش و گواه) با طرح سه مرحله ای (پیش آزمون، پس آزمون، پیگیری) و مرحله پیگیری دوماهه بود. جامعه آماری پژوهش شامل دانش آموزان طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر بود که در دوره اول و دوم متوسطه در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ در شهر بندرعباس مشغول به تحصیل بودند. در این پژوهش ۳۵ دانش آموز طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر (۲۶ پسر و ۹ دختر) به روش نمونه گیری هدفمند انتخاب و به شیوه تصادفی در گروه های آزمایش و گواه جای دهی شدند (۱۸ دانش آموز در گروه آزمایش و ۱۷ دانش آموز در گروه گواه). گروه آزمایش آموزش خودمتمایزسازی را طی ده هفته در ده جلسه ۷۵ دقیقه ای دریافت کردند. در این پژوهش از پرسشنامه گرایش به رفتارهای پرخطر (HRBQ)، پرسشنامه هیجان خواهی (SSQ) و پرسشنامه تکانشگری (BIS) استفاده شد. داده ها با تحلیل واریانس آمیخته با استفاده از نرم افزار آماری SPSS-23 تجزیه و تحلیل شدند. نتایج نشان داد آموزش خودمتمایزسازی بر هیجان خواهی ($F=43/55$; $\text{Eta}^2=0/57$; $P<0/001$) و تکانشگری ($F=28/71$; $\text{Eta}^2=0/46$; $P<0/001$) دانش آموزان طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر تأثیر معنادار دارد. براساس یافته های پژوهش می توان نتیجه گرفت آموزش خودمتمایزسازی با بهره گیری از فنونی مانند متمایز ساختن باورهای منطقی و غیرمنطقی، مجهز ساختن اعضا به مهارت های خاص ارتباطی و پذیرفتن مسئولیت می تواند به عنوان روشی کارآمد برای کاهش هیجان خواهی و تکانشگری دانش آموزان طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر مورد استفاده قرار گیرد.

نوع مقاله:

پژوهشی

تاریخ های مقاله:

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۷/۲۱

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۱/۰۸/۲۰

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۹/۰۲

تاریخ انتشار: ۱۴۰۳/۱۰/۱۰

کلیدواژه ها:

تکانشگری، خودمتمایزسازی، رفتارهای پرخطر، طلاق، هیجان خواهی.

استناد: درویشی، م.، تقی نژاد، ن. و امیرفخرایی، آ. (۱۴۰۳). اثربخشی آموزش خودمتمایزسازی بر هیجان خواهی و تکانشگری دانش آموزان طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر.

فصل نامه پژوهش های کاربردی روانشناختی، ۱۵(۴)، ۳۱۹-۳۳۵. doi: 10.22059/japr.2024.349856.644405

ناشر: انتشارات دانشگاه تهران

DOI: <https://doi.org/10.22059/japr.2024.349856.644405>

© نویسندگان.



۱. مقدمه

فرزندان طلاق از نظر اجتماعی با چالش‌های فکری، عاطفی، هویتی و اجتماعی مواجه هستند که مانع جذب مناسب آن‌ها در جامعه می‌شود و از نظر اقتصادی بیش از سایر افراد درگیر فقر و محرومیت اقتصادی هستند (استپ و همکاران^۱، ۲۰۲۰). همچنین با توجه به سن و مدت تنش پیش از طلاق و اثرات محرومیت از والد جدانشده و دیگر عوامل مرتبط با این محور، دارای ویژگی‌های روانی خاصی هستند (استوکبک^۲، ۲۰۱۹). یکی از مشکلات رفتاری که برای فرزندان طلاق به‌ویژه در دوران نوجوانی رخ می‌دهد، گرایش به رفتارهای پرخطر^۳ است (نجف‌پور و همکاران، ۱۳۹۵). مفهوم گسترده رفتارهای پرخطر، سلسله‌ای از رفتارها را دربرمی‌گیرد که نه تنها برای فرد درگیر در این رفتار و افراد مهم زندگی وی زیان‌های جدی به بار می‌آورد، بلکه موجب صدمه غیرعمدی به افراد بی‌گناه دیگر نیز می‌شود (وینتراوب و همکاران^۴، ۲۰۱۹). از رایج‌ترین رفتارهای پرخطر می‌توان مصرف زیاد مشروبات، سوءمصرف مواد، آمیزش جنسی نایمن، رانندگی بی‌پروا، ورزش‌های خطرناک، قماربازی و اعمال بی‌بندوبار و غیرقانونی اشاره کرد (چپاه و همکاران^۵، ۲۰۱۹). بررسی رفتارهای پرخطر از نظر نتایجی که برای زندگی، سلامتی و رشد روانی و اجتماعی نوجوانان به ارمغان می‌آورد، مانند بیماری‌های روانی مانند افسردگی، بیماری و حتی مرگ، ایدز و بیماری‌های مقاربتی، ترک تحصیل، فرار از مدرسه، شکست تحصیلی و شغلی و دخالت در جرم‌های مختلف مهم است (بانستولا و همکاران^۶، ۲۰۲۰). بسیاری از رفتارهای پرخطر مانند سیگار کشیدن، الکل، موادمخدر و روابط جنسی نایمن در دوران نوجوانی رخ می‌دهد (دالستروم و همکاران^۷، ۲۰۲۰). دلایل زیادی برای گرایش به رفتارهای پرخطر در نوجوانان بیان شده است. نوجوانان معمولاً خطر را در برخی موقعیت‌های پرخطر دست کم می‌گیرند و خود را از پیامدهای ناگوار مصون می‌دانند (وایانی و همکاران^۸، ۲۰۲۰). به‌طور خلاصه می‌توان به عوامل خانوادگی، روانی، شخصیتی و اجتماعی در بروز رفتارهای پرخطر در نوجوانان اشاره کرد (سوادکوهی و همکاران، ۱۳۹۹). بروز رفتارهای پرخطر در نوجوانان می‌تواند دلایل مختلفی داشته باشد. یکی از این دلایل هیجان خواهی^۹ است (هرمان و همکاران^{۱۰}، ۲۰۱۸).

هیجان خواهی یکی از مهم‌ترین عواملی است که بر تمایل افراد به انجام رفتارهای مخاطره‌آمیز ناشی از آسیب‌های روانی تأثیر می‌گذارد. هیجان خواهی به‌عنوان نیاز به تجربیات و هیجانات متنوع، جدید و پیچیده و همچنین تمایل به پذیرش خطرات فیزیکی و اجتماعی برای دستیابی به چنین تجربیاتی تعریف می‌شود (ژانگ و همکاران^{۱۱}، ۲۰۲۲). به گفته زاکرمن^{۱۲} (۲۰۰۷)، هیجان خواهی دارای چهار مؤلفه اصلی است و شامل خطرجویی با ماجراجویی^{۱۳} است و نشان می‌دهد برخی از افراد تمایل دارند از طریق فعالیت‌های خطرناک، اما از نظر اجتماعی قابل قبول، مانند چتربازی یا رانندگی سریع، هیجان به‌دست آورند. مؤلفه دوم تجربه‌جویی^{۱۴} است و گرایش برخی افراد برای به‌دست آوردن هیجان با شرکت در فعالیت‌هایی که معمولاً در زندگی اتفاق نمی‌افتد. آن‌ها ممکن است به دنبال دوستان غیرعادی باشند و موادمخدر مصرف کنند. سومین مؤلفه عدم بازداری^{۱۵} است و نشان می‌دهد کسانی که سبک زندگی متعارف را انتخاب و دنبال می‌کنند، گاهی با شرکت در برنامه‌های قمار افراطی با مشروب‌خواری، از این سبک زندگی فرار می‌کنند. آن‌ها مشروب می‌نوشند تا خود را از بازداری‌های اجتماعی رها کنند که بخشی

1. Stapp et al.
2. Stokkebekk
3. tendency to high-risk behaviors
4. Weintraub et al.
5. Cheah et al.
6. Banstola et al.
7. Dalstrom et al.
8. Wahyuni et al.
9. sensation seeking
10. Herman et al.
11. Zhang et al.
12. Zukerman
13. risk taking
14. experience seeking
15. disinhibition

از سبک زندگی متعارف آن‌ها است. آخرین مؤلفه هیجان‌خواهی حساسیت به یکنواختی^۱ نام دارد و نشان می‌دهد برخی افراد تحمل بسیار کمی نسبت به یکنواختی دارند و برای فرار از زندگی روزمره به دنبال هیجان هستند و تمایل دارند در فعالیت‌های هیجان‌انگیز شرکت کنند (بانسروفت و همکاران^۲، ۲۰۰۴). هیجان‌خواهی، تکانشگری^۳ را در نوجوانان افزایش می‌دهد (آرمسترانگ و همکاران^۴، ۲۰۲۰). در این میان، نتایج پژوهش فتحی و همکاران (۱۳۹۸) نشان داده است تکانشگری و هیجان‌خواهی با رفتارهای پرخطر رابطه دوسویه دارند.

تکانشگری به‌عنوان آمادگی قبلی برای واکنش سریع و برنامه‌ریزی‌نشده به محرک‌های داخلی یا خارجی بدون توجه به پیامدهای منفی آن واکنش‌ها برای خود یا دیگران توصیف می‌شود (پیواراناس و کانر^۵، ۲۰۱۵). تکانشگری انجام عمل، عدم تمرکز بر فعالیت در دست و عدم برنامه‌ریزی و تفکر، و همچنین نداشتن آمادگی قبلی و بخشی از یک الگوی رفتاری و نه یک اقدام واحد است (هفر و ویلوگی^۶، ۲۰۲۱). سه ویژگی اساسی تکانشگری شامل رفتار تکانشی، برنامه‌ریزی‌نشده و بی‌فکر و مستعد خطا است که می‌تواند نقطه عطف بسیاری از اختلال‌ها و آسیب‌های اجتماعی و روانی باشد (لوکوود و همکاران^۷، ۲۰۲۰). براساس نظر هینز و همکاران^۸ (۲۰۱۵)، چهار بعد شخصیتی در ارتباط با ابعاد متفاوت رفتارهای تکانشگرانه از این قرار است: فوریت (مشکل برای مقاومت در برابر تکانه‌های قوی و گرایش به عمل از روی بی‌ملاحظگی در هنگام تجارب هیجانی منفی یا مثبت)؛ نداشتن برنامه‌ریزی (گرایش به درگیر شدن در اعمال فوری به‌جای عمل همراه با تفکر دقیق و برنامه‌ریزی)؛ نداشتن پایداری (مشکل در نگه‌داشتن توجه به انجام تکلیف و شکست در تحمل خستگی)؛ هیجان‌طلبی (گرایش به جستجوی هیجان و ماجراجویی).

برای کودکان و نوجوانان طلاق از روش‌های درمانی و آموزشی مختلفی استفاده شده است. از جمله این روش‌ها می‌توان به آموزش خودتمایزسازی^۹ اشاره کرد که اثربخشی آن در بهبود مؤلفه‌های روانی فرزندان طلاق تأیید شده است (کارخانه و همکاران، ۱۳۹۴؛ رضایی‌نژاد و همکاران، ۱۳۹۷؛ ترخان، ۱۳۹۷؛ محمدی، ۱۳۹۷؛ حیدری و حبی، ۱۳۹۷؛ شکری و مهری‌نیا، ۱۳۹۹؛ بیاتی اشکفتکی و همکاران، ۱۴۰۰؛ بیاتی اشکفتکی و همکاران، ۱۴۰۱؛ لیو و همکاران^{۱۰}، ۲۰۱۶؛ دوبا و همکاران^{۱۱}، ۲۰۱۸؛ کیم و همکاران^{۱۲}، ۲۰۲۰). خودتمایزسازی براساس تحقیقات بوون^{۱۳} (۱۹۷۸) تعریف می‌شود. او معتقد است خودتمایزسازی نه تنها یک فرایند درمانی، بلکه یک تکنیک درمانی است (بیاتی اشکفتکی و همکاران، ۱۴۰۱). هدف آموزش خودتمایزسازی این است که افراد به‌طور مستقل احساسات و افکار خود را براساس شخصیت خود و نه دیگران کنترل کنند و به دنبال سرخ‌هایی بگردند که نشان می‌دهد چگونه اضطراب و فشارهای مختلف روی یک فرد ظاهر می‌شود و چگونه فرد می‌تواند به‌طور مؤثر با فشارهای روانی از همان ابتدا سازگار شود (دوبا و همکاران، ۲۰۱۸). خودتمایزسازی شامل هردو بعد درون‌روانی و بین‌فردی است. بعد درون‌روانی خودتمایزسازی، میزان توانایی فرد در تفکر واقع‌بینانه درمورد موضوعات سرشار از احساسات در خانواده است و سبب ایجاد الگوهای خودانعکاسی برای شناخت خود می‌شود. بعد بین‌فردی خودتمایزسازی به معنای توانایی به‌دست‌آوردن کنترل عاطفی و درعین‌حال ماندن در جو عاطفی شدید خانواده است (ییلدیز^{۱۴}، ۲۰۲۲). افراد تمایز یافته تعریف مشخصی از خود و عقایدشان دارند و می‌توانند مسیر زندگی خویش را انتخاب کنند و در موقعیت‌های به‌شدت عاطفی که در بسیاری از افراد سبب بروز رفتارهای غیرعادی و گرفتن تصمیمات نافرجام می‌شود، مهار خود را از دست ندهند. در اصل

1. border seeking
2. Bancroft et al.
3. impulsive
4. Armstrong et al.
5. Pivarunas & Conner
6. Heffer & Willoughby
7. Lockwood et al.
8. Heinz et al.
9. self-differentiation
10. Liu et al.
11. Doba et al.
12. Kim et al.
13. Bowen
14. Yildiz

خودمتمایزسازی نشان‌دهنده میزان بالندگی هیجانی است. به‌طور کلی افرادی که به توانایی‌ها، محدودیت‌ها، ضعف‌ها و قوت‌های خود بیشتر آگاهی دارند و می‌توانند خود را متمایز از سایرین ببینند، می‌توانند توفیق بیشتری در حل مشکلات خود بیابند (آقاجانی هاشجین و همکاران، ۱۳۹۳).

درخصوص ضرورت پژوهش حاضر می‌توان گفت مشکلات زناشویی والدین و بروز طلاق بر فرزندان و کیفیت روابط آن‌ها اثر می‌گذارد و بین ناسازگاری‌های زناشویی و مشکلات رفتاری فرزندان رابطه مثبت وجود دارد. در این میان یکی از قربانیان اصلی عواقب طلاق والدین، فرزندان هستند. اگرچه طلاق والدین همواره موجب مشکلات عاطفی و رفتاری در کودکان نمی‌شود، قطعاً پیامدهای منفی طلاق بیش از جنبه‌های مثبت آن است. براین اساس ضرورت مداخله در این گروه به‌طور جدی احساس می‌شود. زمانی که فرزندان طلاق به انجام رفتارهای پرخطر تمایل داشته باشند، این روند اهمیت دوجندان می‌یابد. آنچه مسلم است این است که نوجوانان بیش از سایر گروه‌های سنی مستعد رفتارهای پرخطر هستند. شیوع رفتارهای پرخطر در بین نوجوانان و جوانان در سال‌های اخیر در ایران به یک موضوع اجتماعی تبدیل شده و نگرانی‌های عمیقی را در سطوح مختلف مدیریتی، تحصیلی و عمومی جامعه ایجاد کرده است. علاوه‌براین مطالعات نشان می‌دهد فرزندان خانواده‌های مطلقه بیشتر از فرزندان خانواده‌های عادی، دارای مشکلات عاطفی، رفتاری و تحصیلی هستند و از سلامت روانی کمتری برخوردارند. همچنین آن‌ها موفقیت‌های تحصیلی کمتری کسب می‌کنند، ناسازگاری‌های روان‌شناختی بیشتری از خود بروز می‌دهند و عزت‌نفس ضعیف و مشکلات اجتماعی بیشتری دارند؛ بنابراین با توجه به تأثیر طلاق بر مؤلفه‌های روان‌شناختی، ارتباطی، اجتماعی، عاطفی و تحصیلی فرزندان، این پژوهش به دنبال آن است تا افق تازه‌ای را در درمان مؤلفه‌های روان‌شناختی نوجوانان دارای والدین مطلقه بگشاید. بدین صورت که با به‌کارگیری آموزش خودمتمایزسازی، مؤلفه‌های هیجان‌خواهی و تکانشگری دانش‌آموزان طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر را در این گروه تحت تأثیر قرار دهد که تاکنون در پژوهش‌های دیگر به آن پرداخته نشده است. چنین فرایندی لزوم توجه به این قشر از جامعه و استفاده از روش‌های آموزشی و درمانی مؤثر برای آن‌ها را برجسته می‌کند. اکنون با توجه به موضوعات و تحقیقات بیان شده درمورد اثربخشی آموزش خودمتمایزسازی و از سوی دیگر با توجه به خلأ پژوهشی موجود به‌دلیل نبود تحقیقات مشابه، مسئله اصلی این تحقیق بررسی اثربخشی آموزش خودمتمایزسازی بر هیجان‌خواهی و تکانشگری دانش‌آموزان طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر است. از این‌رو فرضیه‌های این تحقیق عبارت است از: ۱. آموزش خودمتمایزسازی بر هیجان‌خواهی دانش‌آموزان طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر مؤثر است؛ ۲. آموزش خودمتمایزسازی بر تکانشگری دانش‌آموزان طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر مؤثر است.

۲. روش

۱-۲. جامعه، نمونه و روش اجرا

روش تحقیق نیمه‌آزمایشی (با گروه آزمایش و گواه) با طرح سه‌مرحله‌ای (پیش‌آزمون، پس‌آزمون، پیگیری) است. جامعه آماری پژوهش شامل دانش‌آموزان پسر طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر است که در دوره اول و دوم متوسطه در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ در شهر بندرعباس مشغول به تحصیل بودند. انتخاب حجم نمونه به روش نمونه‌گیری هدفمند صورت گرفت. با مراجعه به ۱۵ مدرسه متوسطه اول و دوم پسرانه بندرعباس، دانش‌آموزان دارای والدین مطلقه شناسایی شدند. در این مرحله ۱۹۶ دانش‌آموز شناسایی شدند. سپس پرسشنامه رفتارهای پرخطر به دانش‌آموزان دارای والدین مطلقه ارائه شد تا دانش‌آموزان طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر شناسایی شوند. علاوه‌براین، مصاحبه بالینی نیز در این مرحله انجام شد. در این مرحله ۷۴ دانش‌آموز دارای رفتارهای پرخطر تشخیص داده شدند. سپس از بین این دانش‌آموزان که با استفاده از این پرسشنامه گرایش به رفتارهای پرخطر تشخیص داده شدند (نمره بالاتر از ۱۳۰)، ۴۰ نفر از آن‌ها با توجه به نمره کسب‌شده در پرسشنامه گرایش به رفتارهای پرخطر در گروه آزمایش و گواه به‌طور تصادفی انتخاب شدند (۲۰ دانش‌آموز در گروه آزمایش و ۲۰ دانش‌آموز در گروه گواه). سپس گروه‌های آزمایشی، مداخلات آموزشی مرتبط با آموزش خودمتمایزسازی را دریافت کردند. این در حالی بود که گروه گواه در طول پژوهش هیچ مداخله‌ای دریافت نکردند و منتظر دریافت مداخله بودند. پس از شروع مداخله، دو دانش‌آموز در گروه آزمایش و سه دانش‌آموز در گروه گواه از ادامه شرکت در پژوهش خودداری کردند و ۳۵ دانش‌آموز در پژوهش باقی ماندند (۱۸

دانش‌آموز در گروه آزمایش و ۱۷ دانش‌آموز در گروه گواه). ملاک‌های ورود به پژوهش شامل داشتن والدین مطلقه، کسب نمره ۱۳۰ و بالاتر در پرسشنامه گرایش به رفتارهای پرخطر، داشتن سن ۱۸-۱۳ (پایه تحصیلی هفتم، هشتم، نهم، دهم و یازدهم)، رضایت نوجوان و والد برای شرکت فرزند در پژوهش، نداشتن بیماری جسمی و روان‌شناختی حاد و مزمن دیگر (با توجه به پرونده سلامت و مشاوره‌ای دانش‌آموز) و عدم دریافت مداخله روان‌شناختی هم‌زمان بود. همچنین ملاک‌های خروج از پژوهش شامل غیبت بیش از دو جلسه، عدم همکاری و انجام‌ندادن تکالیف مشخص شده در کلاس، تمایل نداشتن به ادامه حضور در فرایند انجام پژوهش و عدم پاسخگویی به پرسشنامه‌های پژوهش در یکی از مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون یا پیگیری بود. داده‌های دموگرافیک نشان داد دانش‌آموزان حاضر در پژوهش دامنه سنی ۱۳ تا ۱۸ دارند. میانگین و انحراف استاندارد سن دانش‌آموزان در گروه آزمایش $15/14 \pm 2/47$ و در گروه گواه $14/72 \pm 1/55$ سال بود.

۲-۲-۲. ابزارهای سنجش

۲-۲-۲-۱. پرسشنامه هیجان‌خواهی^۱ (SSQ)

زاگرن، آیزنک و آیزنک^۲ (۱۹۷۸) با پرسشنامه هیجان‌خواهی، جستجوی تجربه، ریسک‌جویی یا ماجراجویی، حساسیت به یکنواختی و عدم بازداری را اندازه‌گیری می‌کنند. این پرسشنامه ۴۰ گویه دارد. امتیاز این پرسشنامه صفر و یک است. براین اساس دامنه نمرات پرسشنامه صفر تا ۴۰ است. نمرات بالاتر نشان‌دهنده هیجان‌خواهی بیشتر است. روایی سازه این پرسشنامه توسط زاگرن، آیزنک و آیزنک (۱۹۷۸) بررسی شد و $0/88$ و مطلوب گزارش شد. همچنین این محققان پایایی پرسشنامه را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ $0/89$ به دست آوردند. پایایی این پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ $0/85$ و روایی سازه آن $0/88$ گزارش شد (مهرابی، کجیاف و مجاهد، ۱۳۸۹). در پژوهش مهرابی، محمودی و مولوی (۱۳۹۵)، پایایی با استفاده از روش آلفای کرونباخ $0/88$ کسب شد. در پژوهش حاضر پایایی پرسشنامه با ضریب آلفای کرونباخ $0/86$ به دست آمد.

۲-۲-۲-۲. پرسشنامه تکانشگری^۳ (BIS)

مقیاس تکانشگری بارت (بارت و همکاران^۴، ۱۹۹۷) در این تحقیق استفاده شده است. این پرسشنامه شامل ۳۰ سؤال است و سؤالات به صورت چهارگزینه‌ای (از به ندرت: نمره ۱ تا همیشه: نمره ۴) تنظیم شده و کمترین و بالاترین نمره به ترتیب ۳۰ و ۱۲۰ است. کسب نمرات بالاتر نشان‌دهنده تکانشگری بیشتر در افراد است. براساس مطالعات انجام شده، پرسشنامه تکانشگری بارت (به نقل از اختیاری و همکاران، ۱۳۸۷) همبستگی بالایی با پرسشنامه تکانشگری آیزنگ^۵ نشان می‌دهد؛ به طوری که ساختار سؤالات هر دو آن‌ها نشان می‌دهد منشأ تصمیم‌گیری‌های عجولانه و عدم آینده‌نگری بوده است. پایایی این پرسشنامه روی گروهی از افراد معتاد و سالم آزمون شد و نشان داد تناسب سؤالات ثابت شده و خرده‌مقیاس‌های آن همبستگی قابل‌قبولی دارد (اختیاری و همکاران، ۱۳۸۷). در پژوهش جلالی دهکردی و آقابابایی (۱۳۹۱)، پایایی این پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ $0/73$ و روایی آن با استفاده از تکنیک تحلیل عاملی تأییدی، همان سه عامل با بار عاملی مناسب (بین $0/28$ تا $0/41$) بوده است. بارت و همکاران (۱۹۹۷) پایایی داخلی را برای نمره کل آن از $0/76$ تا $0/83$ گزارش کرده‌اند. بارت و همکاران (۱۹۹۷) پایایی درونی برای نمره کل آن را از $0/76$ تا $0/83$ گزارش کرده‌اند. برای نخستین بار در ایران نادری و حق‌شناس (۱۳۸۸) در پژوهش خود به جهت اعتباریابی پرسشنامه تکانشگری بارت، همبستگی آن را با مقیاس هیجان‌خواهی زاگرن در جامعه دانشجویی محاسبه کردند. ضریب همبستگی ($r=0/28; P<0/005$) و ضرایب پایایی آن به روش آلفای کرونباخ $0/72$ و به روش تنصیف $0/60$ به دست آمد. در پژوهش حاضر میزان پایایی این پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ $0/72$ به دست آمد.

1. Sensation Seeking Questionnaire (SSQ)
2. Zuckerman, Eysenck, & Eysenck
3. Barratt Impulsiveness Scale (BIS)
4. Barratt et al.
5. Eysenck Impulsivity Questionnaire

۲-۲-۳. پرسشنامه رفتارهای پرخطر^۱ (HRBQ)

پرسشنامه رفتارهای پرخطر توسط محمدخانی (۱۳۸۶) با اقتباس از پرسشنامه مرکز پیشگیری از رفتارهای پرخطر^۲ (مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری آمریکا^۳، ۲۰۰۹) طراحی و تهیه شد. این پرسشنامه دارای ۴۲ سؤال و هفت خرده‌مقیاس مصرف سیگار و قلیان، مصرف الکل، مصرف روان‌گردان، رفتار پرخاشگرانه، افکار و اقدام به خودکشی، فرار و ارتباط با جنس مخالف است. دامنه نمرات این پرسشنامه بین ۴۲ تا ۲۱۰ است که نمرات بالاتر نشان‌دهنده رفتارهای پرخطر نوجوانان است. نمره برش این پرسشنامه ۱۳۰ است (محمدخانی، ۱۳۸۶). به‌وسیله محمدخانی (۱۳۸۶) روایی محتوایی این پرسشنامه بررسی و ۰/۸۷ گزارش شده است. آزر می (۱۳۸۹) نیز پایایی نمره کل پرسشنامه را با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۳ و پایایی خرده‌مقیاس‌ها را به ترتیب ۰/۸۵، ۰/۷۹، ۰/۸۱، ۰/۸۳، ۰/۸۵، ۰/۷۷ و ۰/۷۵ به دست آوردند. ضریب همسانی درونی این پرسشنامه در پژوهش جهان شاه لو و همکاران (۱۳۹۵) براساس آلفای کرونباخ ۰/۸۷ کسب شد. پایایی پرسشنامه با ضریب آلفای کرونباخ، در پژوهش حاضر ۰/۸۳ محاسبه شد.

۲-۳. شیوه اجرای پژوهش

به‌منظور انجام پژوهش ابتدا هماهنگی‌های لازم با مسئولین آموزش و پرورش بندرعباس صورت گرفت. سپس با هماهنگی مسئولین مدارس متوسطه اول و دوم، پرسشنامه‌ها در اختیار دانش‌آموزان قرار گرفت و دانش‌آموزان طلاق دارای گرایش به رفتارهای پرخطر برای شرکت در پژوهش شناسایی شدند. سپس با رضایت کتبی این دانش‌آموزان و انتساب تصادفی آن‌ها در دو گروه آزمایش و گواه (۲۰ دانش‌آموز در گروه آزمایش و ۲۰ دانش‌آموز در گروه گواه)، پرسشنامه‌های پژوهش اجرا شد. درنهایت، مداخلات آموزشی خودمتمایز سازی (۱۰ جلسه ۷۵ دقیقه‌ای) روی گروه آزمایش یک بار در هفته به مدت ۱۰ هفته در گروه‌های پنج‌نفره انجام شد، اما گروه گواه مداخلات درمانی دریافت نکرد. بعد از یک دوره دوماهه، مرحله پیگیری نیز اجرا شد. به‌منظور ایجاد انگیزه برای شرکت در پژوهش، قبل از شروع مداخله، جوانب درمانی و آموزشی مداخلات برای شرکت‌کنندگان توضیح داده شد. این در حالی است که تمام فرایندهای مداخله نیز به شکل رایگان برای آن‌ها ارائه شد. شایان ذکر است مداخله پژوهش توسط پژوهشگر با رعایت کامل پروتکل‌های بهداشتی اجرا شد. پس از شروع مداخله، دو دانش‌آموز در گروه آزمایش و سه دانش‌آموز در گروه گواه از ادامه پژوهش انصراف دادند و ۳۵ دانش‌آموز در پژوهش باقی ماندند (۱۸ دانش‌آموز در گروه آزمایش و ۱۷ دانش‌آموز در گروه گواه). جلسات مداخله‌ای آموزش خودمتمایز سازی برگرفته از پروتکل آموزش خودمتمایز سازی بیاتی اشکفتکی و همکاران (۱۴۰۰) است. شایان ذکر است فرم رضایت آگاهانه برای شرکت در پژوهش به تمام شرکت‌کنندگان ارائه داده شد تا آنان با رضایت کامل و آگاهانه در پژوهش مشارکت کنند.

جدول ۱. مداخلات مربوط به آموزش خودمتمایز سازی

جلسه	هدف	موضوع	تکالیف
اول	معرفی اعضا	آشنایی با افراد، بیان قوانین و اهداف گروه و ایجاد حس تعهد به‌منظور ادامه جلسات	نوشتن خصوصیت‌های خود
دوم	آشنایی با مرزهای ارتباطی در زندگی شخصی	بحث در خصوص آداب‌ورسوم بیان‌نشده و نقش‌های ناآگاهانه موروثی در خانواده	از افراد خواسته می‌شود تا به روش تصویری، نسل‌نگار گذشته خانوادگی‌شان را تا سه نسل قبل ترسیم کنند.
سوم	شناسایی تعابیر و تفاسیر و جداسازی آن‌ها از واقعیت	متمایز ساختن باورهای منطقی و غیرمنطقی در رابطه با دیگران	از افراد خواسته می‌شود تا هرکدام سه واقعه یا تجربه خود را یادداشت و در ادامه احساس و فکر و رفتار خود را تعیین کنند.
چهارم	پرورش پایه‌های محکم برای برقراری صمیمیت	آشنایی اعضا با نیازهای روانی خود مانند نیاز به شهرت، نیاز به دوست داشته‌شدن، نیاز به مهربانی، نیاز به احترام، نیاز به خودشکوفایی و ...	چند واقعه که موجب شادی، ترس، خشم و ... شده را یادداشت کنند و مشخص کنند که علت آن‌ها چه بوده است.

1. High Risk Behaviors Questionnaire (HRBQ)
2. Youth Risk Behavior Surveillance System (YRBSS)
3. US Center For Disease Control and Prevention

جلسه	هدف	موضوع	تکالیف
پنجم	مجهز ساختن اعضا به مهارت‌های خاص ارتباطی	نظرات اعضا درمورد دیگران و میزان اعتماد بین فردی بین خود و دیگران	در طول هفته به روابط خود با دیگران توجه کنید، هرروز یک رویداد را یادداشت و تفسیر خود را از آن بیان کنید.
ششم	بررسی انتخاب‌ها و پذیرفتن مسئولیت	پذیرش مسئولیت هریک از اعضا برای پرورش یک رابطه	اشتباهاتی را که در طول هفته انجام داده‌اند و مسئولیت آن را می‌پذیرند، یادداشت کنند.
هفتم	آشنایی با مرزها و حیطه‌های کنترل فرد در زندگی شخصی	استفاده از تصویرسازی ذهنی برای شناسایی آنچه شخص در یک موقعیت خاص برنامه‌ریزی می‌کند و به دنبال پیروی از شرایط یا کنترل خود است	دو داستان فرضی از موقعیت آشفته‌ساز بیان کنند و پاسخ خود به آن موقعیت را بررسی کنند.
هشتم	یکپارچه ساختن ارزش‌ها و تجارب در ارتباطات	بررسی نقشی که فرد ناآگاهانه آن را ایفا می‌کند.	خاطرات خود را در دوران کودکی یادداشت و درباره نقش خود در آن‌ها قضاوت کنند.
نهم	خودشناسی عمیق‌تر هر یک از اعضا	بیان ویژگی‌های مثبت و منفی هریک از اعضا و پذیرفتن و دوست‌داشتن هریک از صفات	این سؤال را بررسی کنند: من الان کی هستم و باید چه باشم؟ در پایان بنویسند به این سؤال چه احساسی دارند.
دهم	گرفتن بازخورد از همدیگر	تبیین قوت‌ها و ضعف‌های شخصی که در روابط بین فردی و درون فردی مؤثر است. پرسیدن نظر هر فرد درمورد دوره و بیان افکار و احساسات خود درمورد این دوره، اجرای پس‌آزمون	

منبع: بیاتی اشکفتکی و همکاران، ۱۴۰۰

۲-۴. روش تجزیه و تحلیل اطلاعات

تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از آمار توصیفی و استنباطی صورت گرفت. در آمار توصیفی، از میانگین و انحراف معیار استفاده شد. در آمار استنباطی، برای بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها از آزمون شاپیرو-ویلک^۱ (حد بهینه بیشتر از ۰/۰۵)، برای بررسی برابری واریانس‌ها (بهینه) از آزمون لوین^۲، برای بررسی پیش فرض کرویت داده‌های پژوهش (حد بهینه بیشتر از ۰/۰۵) از آنالیز مولجی^۳ و برای ارزیابی فرضیه پژوهش از تحلیل واریانس آمیخته^۴ و آزمون تعقیبی بنفرونی^۵ استفاده شد. تجزیه و تحلیل نتایج آماری با نرم‌افزار آماری SPSS-23 انجام گرفت.

۳. یافته‌ها

۳-۱. توصیف جمعیت شناختی

در گروه آزمایش ۷۷/۷۸ درصد پسر و ۲۲/۲۲ درصد دختر و در گروه گواه ۷۰/۵۹ درصد پسر و ۲۹/۴۱ درصد دختر حضور داشتند. میانگین سنی در گروه آزمایش ۱۵/۱۰ و در گروه گواه ۱۴/۶۳ بود.

۳-۲. شاخص‌های توصیفی

میانگین و انحراف استاندارد هیجان‌خواهی و تکانشگری در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری به تفکیک دو گروه آزمایش و گواه، در جدول ۲ ارائه شده است.

مؤلفه‌ها	گروه‌ها	پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پیگیری
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	
هیجان‌خواهی	گروه آزمایش	۲۵	۳/۲۵	۲۰/۱۱	۳/۹۹	۳/۳۶
	گروه گواه	۲۴/۳۵	۳/۹۵	۲۵	۳/۸۲	۳/۶۴

1. Shapiro-Wilk test
2. Levene's Test
3. Mauchly's analysis
4. mixed analysis of variance
5. Bonferroni post hoc test

مؤلفه‌ها	گروه‌ها	پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پیگیری	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
تکانشگری	گروه آزمایش	۷۸/۱۱	۱۰/۲۲	۶۸/۰۵	۹/۸۴	۶۸/۹۴	۱۱/۲۰
	گروه گواه	۷۵/۵۲	۱۱/۸۱	۷۶/۵۸	۱۱/۹۷	۷۶/۵۳	۱۱/۹۲

۳-۳. بررسی پیش‌فرض‌های آزمون‌های پارامتریک

پیش‌فرض‌های آزمون‌های پارامتریک پیش از ارائه نتایج تحلیل واریانس آمیخته ارزیابی شد. نتایج آزمون شاپیرو-ویلک نشان داد پیش‌فرض نرمال بودن توزیع نمونه‌ای داده‌ها در متغیرهای هیجان‌خواهی ($F=0/14; P=20$) و تکانشگری ($F=0/12; P=20$) برقرار است. همچنین پیش‌فرض همگنی واریانس نیز به وسیله آزمون لوین مورد سنجش قرار گرفت که نتایج آن معنادار نبود. این یافته نشان داد پیش‌فرض همگنی واریانس‌ها در دو متغیر هیجان‌خواهی ($F=0/13; P=0/71$) و تکانشگری ($F=0/39; P=0/44$) رعایت شده است. از طرفی نتایج آزمون t مشخص کرد تفاوت نمره‌های پیش‌آزمون گروه‌های آزمایش و گروه گواه در متغیرهای وابسته (هیجان‌خواهی و تکانشگری) معنادار نبوده است ($p>0/05$); درحالی‌که نتایج آزمون موچلی بیانگر آن بود که پیش‌فرض کرویت داده‌ها در متغیرهای هیجان‌خواهی ($Mauchlys W=0/92; P=49$) و تکانشگری ($Mauchlys W=0/91; P=35$) رعایت شده است.

۳-۴. آزمون فرضیه‌ها

جدول ۳. تحلیل واریانس آمیخته برای بررسی تأثیرات درون و بین گروهی برای متغیرهای هیجان‌خواهی و تکانشگری

متغیرها	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	مقدار f	مقدار p	اندازه اثر	توان آزمون
هیجان‌خواهی	۹۲/۰۵	۲	۴۶/۰۳	۲۵/۷۶	۰/۰۰۱	۰/۴۴	۱
	۲۰۰/۳۲	۱	۲۰۰/۳۲	۱۷/۷۷	۰/۰۰۱	۰/۴۱	۱
	۱۵۵/۶۳	۲	۷۷/۸۲	۴۳/۵۵	۰/۰۰۱	۰/۵۷	۱
	۱۱۷/۹۲	۶۶	۱/۷۸				
تکانشگری	۴۳۲/۲۶	۲	۲۱۶/۱۳	۱۸/۶۹	۰/۰۰۱	۰/۳۶	۱
	۵۳۳/۹۶	۱	۵۳۳/۹۶	۱۴/۴۳	۰/۰۰۱	۰/۳۴	۰/۹۹
	۶۶۳/۸۴	۲	۳۳۱/۹۲	۲۸/۷۱	۰/۰۰۱	۰/۴۶	۱
	۷۶۳/۰۳	۶۶	۱۱/۵۶				

با توجه به جدول ۳، عامل عضویت گروهی یعنی آموزش خودمتما یز سازی بر نمرات هیجان‌خواهی و تکانشگری دانش‌آموزان طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر دارای اثرگذاری معنادار است ($p<0/001$). اندازه اثر نشان می‌دهد آموزش خودمتما یز سازی به ترتیب ۴۱ و ۳۴ درصد از تفاوت در نمرات هیجان‌خواهی و تکانشگری را تبیین می‌کند. همچنین نتایج بیانگر آن است که اثر متقابل نوع مداخله یعنی آموزش خودمتما یز سازی و عامل زمان هم بر نمرات هیجان‌خواهی و تکانشگری دانش‌آموزان طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر دارای اثرگذاری معنادار است ($p<0/001$); بنابراین نتیجه گرفته می‌شود آموزش خودمتما یز سازی در مراحل مختلف ارزیابی نیز بر هیجان‌خواهی و تکانشگری دانش‌آموزان طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر به میزان ۵۷ و ۴۶ درصد تأثیر معنادار داشته است. توان آماری کسب‌شده نیز حکایت از دقت آماری بالا و کفایت حجم نمونه در این پژوهش دارد. در جدول ۴ مقایسه زوجی میانگین نمرات هیجان‌خواهی و تکانشگری آزمودنی‌ها برحسب مرحله ارزیابی ارائه می‌شود.

جدول ۴. نتایج آزمون تعقیبی بنفرونی برای مقایسه زوجی میانگین نمره هیجان‌خواهی و تکانشگری در مراحل سه‌گانه

متغیر	مرحله مبنا (میانگین)	مرحله مورد مقایسه (میانگین)	تفاوت میانگین‌ها	خطای انحراف معیار	معناداری
هیجان‌خواهی	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	۲/۱۲	۰/۴۳	۰/۰۰۱
	پیش‌آزمون	پیگیری	۱/۸۲	۰/۳۱	۰/۰۰۱
	پس‌آزمون	پیش‌آزمون	-۲/۱۲	۰/۴۳	۰/۰۰۱
	پس‌آزمون	پیگیری	-۰/۳۰	۰/۱۶	۰/۲۲
تکانشگری	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	۴/۴۹	۱/۰۵	۰/۰۰۱
	پیش‌آزمون	پیگیری	۴/۰۸	۰/۹۰	۰/۰۰۱

متغیر	مرحله مبنا (میانگین)	مرحله مورد مقایسه (میانگین)	تفاوت میانگین‌ها	خطای انحراف معیار	معناداری
تکانشگری	پس‌آزمون	پیش‌آزمون	-۴/۴۹	۱/۰۵	۰/۰۰۱
		پیگیری	-۰/۴۱	۰/۲۵	۰/۳۱

همان‌گونه که جدول ۴ نشان می‌دهد، بین میانگین نمرات مرحله پیش‌آزمون با پس‌آزمون و پیگیری در متغیرهای هیجان‌خواهی و تکانشگری تفاوت معنادار وجود دارد. این یعنی آموزش خودمتمایزسازی توانسته به شکل معناداری نمرات پس‌آزمون و پیگیری هیجان‌خواهی و تکانشگری دانش‌آموزان طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر را نسبت به مرحله پیش‌آزمون تغییر دهد. یافته دیگر این جدول مشخص کرد بین میانگین نمرات مرحله پس‌آزمون و پیگیری تفاوت معنادار وجود ندارد. این یافته را می‌توان این‌گونه جمع‌بندی کرد که نمرات هیجان‌خواهی و تکانشگری دانش‌آموزان طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر که در مرحله پس‌آزمون دچار تغییر معنادار شده بود، توانسته این تغییر را در طول دوره پیگیری نیز حفظ کند.

۴. بحث و نتیجه‌گیری

این مطالعه اثربخشی آموزش خودمتمایزسازی بر هیجان‌خواهی و تکانشگری دانش‌آموزان طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر را آزمون کرد. نتایج پژوهش حاضر نشان داد آموزش خودمتمایزسازی بر هیجان‌خواهی و تکانشگری دانش‌آموزان طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر تأثیر معناداری دارد و توانسته هیجان‌خواهی و تکانشگری دانش‌آموزان طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر را کاهش دهد. اولین یافته مبنی بر تأثیر آموزش خودمتمایزسازی بر هیجان‌خواهی دانش‌آموزان طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر با نتایج پژوهش‌های قبلی مطابقت دارد. بیاتی اشکفتکی و همکاران (۱۴۰۱) نشان دادند آموزش خودمتمایزسازی بر کیفیت دلبستگی و ناگویی هیجانی نوجوانان طلاق با اختلال رفتار برون‌ساز شده مؤثر است. شکری و مهری‌نیا (۱۳۹۹) نیز گزارش کردند آموزش خودمتمایزسازی بر انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و احساس گرفتاری مادران کودکان مبتلا به اختلال کم‌توجهی و فزون‌کنشی اثر دارد. علاوه‌براین حیدری و حبیبی (۱۳۹۷) دریافتند آموزش خودمتمایزسازی بر پریشانی روان‌شناختی و سازگاری اجتماعی نوجوانان طلاق اثربخش است. همچنین لیو و همکاران (۲۰۱۶) به این نتیجه رسیدند که خودمتمایزسازی در پیش‌بینی سازگاری با شرایط چالش‌برانگیز در دانشجویان پرستاری نقش مؤثر و معنادار دارد. درنهایت دوبا و همکاران (۲۰۱۸) دریافتند خودمتمایزسازی نقش مؤثر در بروز رفتارهای آسیب‌زای نوجوانان دارد. در توضیح احتمالی یافته حاضر درمورد اثربخشی آموزش خودمتمایزسازی بر هیجان‌خواهی دانش‌آموزان طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر، باید گفت هدف از آموزش خودمتمایزسازی این است که افراد مستقلاً براساس شخصیت خود و نه دیگران احساسات و افکار خود را کنترل کنند و به دنبال سرنخ‌هایی نگردند که نشان می‌دهد چگونه اضطراب و فشارهای مختلف روی یک فرد ظاهر می‌شود و چگونه فرد می‌تواند به‌طور مؤثر از همان ابتدا با اضطراب سازگار شود (کیم و همکاران، ۲۰۲۰). براین‌اساس، خودمتمایزسازی مفهومی است که برای توصیف الگوهای تعامل خانواده، تنظیم فاصله بین اعضای خانواده و ایجاد تعادل مناسب بین فردیت و صمیمیت با توجه به سن به‌کار رفته است. براساس فرض اساسی نظریه خودمتمایزسازی که اضطراب و آسیب روان‌شناختی مهارنشده موجب اختلال در عملکرد خانواده می‌شود، ضرورت آموزش خودمتمایزسازی برای دانش‌آموزانی که در فضای خانوادگی متفاوت، آشفته و همراه با طلاق زندگی می‌کنند، بیش از آن چیزی است که از قبل احساس می‌شود. به‌علاوه باید خاطر نشان کرد براساس نظریه خودمتمایزسازی، کودکان و نوجوانان مانند بزرگسالان قادرند احساسات خود را از تفکر خود تفکیک کنند (دوبا و همکاران، ۲۰۱۸). براین‌اساس می‌توان گفت آموزش خودمتمایزسازی سبب می‌شود دانش‌آموزان طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر، خود را از آمیختگی با احساسات حاصل از جدایی والدین جدا کنند و بتوانند مدیریت بهتری بر فرایندهای هیجانی، روانی و شناختی خود داشته باشند. کسب و ادراک توانایی در این حوزه سبب می‌شود دانش‌آموزان، قدرت حل مسئله و کنترل رفتاری بیشتری از خود بروز دهند و در نتیجه هیجان‌خواهی و رفتارهای هیجان‌خواهانه کمتری را تجربه کنند.

یافته دوم مبنی بر تأثیر آموزش خودمتمایزسازی بر تکانشگری دانش‌آموزان طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر، با نتایج پژوهش‌های قبلی مطابقت دارد. کارخانه و همکاران (۱۳۹۴) نشان دادند آموزش مبتنی بر خودمتمایزسازی بوئن بر جرئت‌ورزی زنان متأهل اثربخش است. همچنین بیاتی اشکفتکی و همکاران (۱۴۰۰) دریافتند آموزش خودمتمایزسازی بر پرخاشگری و

اجتناب تجربه‌ای نوجوانان طلاق با اختلال رفتار برونی‌سازی شده مؤثر است. از طرفی محمدی (۱۳۹۷) در نتایج پژوهش خود گزارش کرد آموزش خودمتمایز سازی بر تنظیم هیجان، پردازش هیجانی و خودپنداره دانش‌آموزان با والدین طلاق گرفته تأثیر دارد. در نهایت یافته کیم و همکاران (۲۰۲۰) نشان داد خودمتمایز سازی در بروز سلامت روانی و هیجانی افراد نقشی مؤثر و معنادار دارد. در توضیح احتمالی یافته دوم پژوهش باید بیان کرد که افراد متمایز به‌راحتی تحت تأثیر دیگران و همچنین فرایندهای شناختی و روانی قرار نمی‌گیرند و علائم آسیب را نشان نمی‌دهند (کیم و همکاران، ۲۰۲۰). بر این اساس آموزش خودمتمایز سازی با ایجاد فرایند تمایز سبب می‌شود دانش‌آموزان طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر تحت تأثیر عوامل آسیب‌زای بیرونی مانند طلاق والدین قرار نگیرند و از سوی دیگر رفتار و افکار اجتنابی کمتری از خود نشان دهند. در نتیجه با بهبود مهارت‌های شناختی، عاطفی و رفتاری، تکانشگری آن‌ها کاهش می‌یابد. همچنین تحقیقات بسیاری نشان داده است که میزان جدایی از خود در خانواده‌های طلاق بسیار کمتر از سایر خانواده‌ها است (کارخانه و همکاران، ۱۳۹۴). این موضوع اهمیت و نقش آموزش خودمتمایز سازی را در بهبود مؤلفه‌های روان‌شناختی و عاطفی نشان می‌دهد که با استفاده از آموزش خودمتمایز سازی، تفکر، شناخت، رفتار و عواطف آن‌ها را از فرایند آسیب‌زای طلاق والدین جدا می‌کند. این روند موجب می‌شود دانش‌آموزان طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر، رفتارهای مضر خود را کاهش دهند و به این ترتیب از مواجهه با افکار مربوط به طلاق والدین خود هراسی نداشته باشند. اجتناب شناختی و عاطفی آن‌ها نیز کاهش می‌یابد و با بهبود فرایندهای شناختی و نشان دادن رفتار کارآمد، تکانشگری کمتری را نشان می‌دهند. علاوه بر این، می‌توان بیان کرد که هدف از خودمتمایز سازی، افزایش سازگاری فرد با تغییرات زندگی و متعاقباً بهبود فرایندهای عاطفی و افزایش سلامت روانی افراد است (حیدری و حبی، ۱۳۹۷). خودمتمایز سازی بیانگر آن است که افراد چقدر قادرند بین فرایند عقلی و احساسی خود، تفکیک قائل شوند. به عبارت دیگر درجه توانایی فرد برای اجتناب از تبعیت خودکار از احساسات، بیانگر میزان تفکیک خویشتن است. بر این اساس آموزش خودمتمایز سازی دقیقاً بر همین فرایند متمرکز است و تلاش می‌کند فرایند شناختی و هیجانی و پردازش حاصل از آن‌ها تحت تأثیر مطلق احساسات نباشد؛ بنابراین آموزش خودمتمایز سازی، میان احساسات و شناخت توازن ایجاد می‌کند. با برقراری این توازن در اثر آموزش خودمتمایز سازی، دانش‌آموزان طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر بهتر می‌توانند خود را از بستر احساسات جدا کنند و با برقراری توازن بین شناخت، احساسات و هیجانات، پردازش و مدیریت هیجانی مناسبی داشته باشند و از میزان تکانشگری آنان کاسته شود.

محدودیت‌های مطالعه حاضر، دامنه دانش‌آموزان طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر شهر بندرعباس، جنسیت مذکر و عدم کنترل متغیرهای محیطی، خانوادگی و اجتماعی مؤثر بر هیجان‌خواهی و تکانشگری این دانش‌آموزان و عدم استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی بود. پیشنهاد می‌شود برای افزایش قدرت تعمیم پژوهش، این پژوهش در شهرها و مناطق و جوامع با فرهنگ‌های مختلف، دانش‌آموزان مقاطع دیگر، سایر جنسیت‌ها و سایر اختلالات روانی مانند دانش‌آموزان با اختلال نافرمانی مقابله‌ای، رفتار درونی و بیرونی شده، کنترل عوامل مذکور و به روش نمونه‌گیری تصادفی اجرا شود. با توجه به اثر بخشی آموزش خودمتمایز سازی بر هیجان‌خواهی و تکانشگری دانش‌آموزان طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر، پیشنهاد می‌شود در سطح عملی، آموزش خودمتمایز سازی با تهیه بروشورها و جزوه‌های علمی برای مشاوران، دبیران متوسطه اول و دوم و کارشناسان مراکز مشاوره تحصیلی ارائه شود تا با استفاده از محتوای این مداخله بتوانند گام‌هایی عملی در جهت کاهش هیجان‌خواهی و تکانشگری دانش‌آموزان طلاق با گرایش به رفتارهای پرخطر بردارند.

۵. ملاحظات اخلاقی

این مقاله برگرفته از رساله دکتری نویسنده اول در رشته روان‌شناسی عمومی در دانشکده علوم انسانی دانشگاه آزاد واحد بندرعباس است. به منظور حفظ رعایت اصول اخلاقی در این پژوهش، جمع‌آوری اطلاعات پس از جلب رضایت شرکت‌کنندگان انجام گرفت. همچنین به شرکت‌کنندگان درباره رازداری در حفظ اطلاعات شخصی و ارائه نتایج بدون قید نام و مشخصات شناسنامه‌ای افراد، اطمینان داده شد.

۶. سیاست‌گذاری و حمایت مالی

از تمام دانش‌آموزان حاضر در پژوهش، والدین آنان و مسئولان مدارس متوسطه اول و دوم در پژوهش حاضر که همکاری کاملی در اجرای پژوهش داشتند، قدردانی می‌شود. این پژوهش در قالب رساله دکتری بدون حمایت مالی انجام گرفته است.

۷. تعارض منافع

در این پژوهش هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

منابع

- اختیاری، ح.، صفایی، ه.، اسماعیلی جاوید، غ.، عاطف وحید، م.ک.، عدالتی، ه.، و مکرری، آ. (۱۳۸۷). روایی و پایایی نسخه‌های فارسی پرسشنامه‌های آیزنک، بارت، دیکمن و زاگرمین در تعیین رفتارهای مخاطره‌جویانه و تکانشگری. *مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران*. ۱۴(۳)، ۳۳۶-۳۲۶. <http://ijpcp.iums.ac.ir/article-1-575-fa.html>
- آزرمی، پ. (۱۳۸۸). رابطه هوش هیجانی و باورهای فراشناختی با رفتارهای پرخطر در نوجوانان. *پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی*. دانشگاه خوارزمی تهران. https://rds.khu.ac.ir/rdsm_thesis.php?slc_lang=fa&sid=1&mod=thesis_profile&thesis_id=3700&rds_id
- آقاجانی هسجین، ط.، شوقی، ب.، و نعیمی، س. (۱۳۹۳). تحلیل روابط ساختاری بین آموزش خودمتمایزسازی با اضطراب امتحان و باورهای خودکارآمدی. *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*. ۱۵(۱)، ۴۳-۳۵. <https://sanad.iau.ir/journal/jsrp/Article/533903?jid=533903>
- بیاتی اشکفتکی، س.، احمدی، ر.، چرامی، م.، و غضنفری، ا. (۱۴۰۰). اثربخشی آموزش خودمتمایزسازی بر پرخاشگری و اجتناب تجربه‌ای نوجوانان طلاق با اختلال رفتار برونی‌سازی شده. *مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد*. ۶۴(۱)، ۲۵۹۸-۲۵۸۷. <https://doi.org/10.22038/mjms.2021.19505>
- بیاتی اشکفتکی، س.، احمدی، ر.، چرامی، م.، و غضنفری، ا. (۱۴۰۱). اثربخشی آموزش خودمتمایزسازی بر کیفیت دلبستگی و ناگویی هیجانی نوجوانان طلاق با اختلال رفتار برونی‌سازی شده. *فصلنامه روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی*. ۳(۴۷)، ۶۸-۵۳. <https://doi.org/10.30495/jpmm.2022.28465.3450>
- ترخان، م. (۱۳۹۷). پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی از طریق مکانیسم‌های دفاعی و خودمتمایزسازی شناختی در دانشجویان. *مجله شناخت اجتماعی*. ۷(۲)، ۱۸۵-۱۴۵. <https://doi.org/10.30473/sc.2018.9896.1401>
- 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. <https://sanad.iau.ir/Journal/jsrp/Article/890557>
- جهان‌شاه‌لو، م.، محمدخانی، ش.، امیری، ح.، فخار، آ.، و حسینی، س. (۱۳۹۵). عوامل خطر ساز و محافظت‌کننده فردی، خانوادگی و اجتماعی گرایش به مصرف مواد در دانشجویان. *سلامت اجتماعی*. ۳(۲)، ۱۳۷-۱۲۷. <https://doi.org/10.22037/ch.v3i2.11739>
- حیدری، ر.، و جیبی، م. ب. (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش خودمتمایزسازی بر پریشانی روان‌شناختی و سازگاری اجتماعی نوجوانان طلاق. *مجله پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی*. ۱۸(۳)، ۱۱۷-۱۰۳. https://www.socialpsychology.ir/article_87489.html
- رضایی‌نژاد، ن.، مرادی، ا.، حسینی، ر.، و سجادی، پ. (۱۳۹۷). پیش‌بینی ناگویی خلقی بر اساس سلامت خانواده اصلی، خودمتمایزسازی و تنظیم شناختی هیجان در دانش‌آموزان دختر. *علوم پزشکی زانکو*. ۱۹(۶)، ۴۲-۳۲. <http://zanko.muk.ac.ir/article-1-346-fa.html>
- سوادکوهی، ع.، شریفی، م.، و شکری، ا. (۱۳۹۹). تأثیر سازگاری عاطفی و اجتماعی بر رفتارهای پرخطر برخط (آنلاین) دانش‌آموزان متوسطه اول. *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*. ۲۱(۲)، ۷۴-۶۴. <https://doi.org/10.30486/jsrp.2020.1894981.2355>

- شکری، ل.، و مهری‌نیا، ف. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش خودمتمایزسازی بر انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و احساس گرفتاری مادران دارای کودکان مبتلا به اختلال کم‌توجهی و فزون‌کنشی. *فصلنامه علوم روان‌شناختی*. ۱۹(۹۲)، ۱۰۴۰-۱۰۳۱.
<http://psychologicalscience.ir/article-1-362-fa.html>
- فتحی، آ.، جعفرپور، ن.، نوری، ا.، شریفی رهنمو، س.، محمدی، ش. (۱۳۹۸). نقش هیجان‌خواهی و تکانشگری در رفتارهای پرخطر رانندگی رانندگان بین‌شهری. *فصلنامه عملی راهور*. ۱۳۹۸(۳۱)، ۱۱۶-۸۵.
http://talar.jrl.police.ir/article_93562.html
- کارخانه، پ.، جزایری، ر.، بهرامی، ف.، و فاتحی‌زاده، م. (۱۳۹۴). بررسی تأثیر آموزش مبتنی بر خودمتمایزسازی بوئن بر جرئت‌ورزی زنان متأهل اصفهان. *مجله شخصیت و تفاوت‌های فردی*. ۴(۷)، ۱۸۳-۱۶۷.
<https://www.sid.ir/paper/249740/fa>
- محمدخانی، ش. (۱۳۸۶). مدل ساختاری مصرف مواد در نوجوانان در معرض خطر: ارزیابی اثر مستقیم و غیرمستقیم عوامل فردی و اجتماعی. *فصلنامه پژوهش در سلامت روان‌شناختی*. ۱(۲)، ۱۷-۵.
<https://www.sid.ir/paper/133961/fa>
- محمدی، م. ر. (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش خودمتمایزسازی بر تنظیم هیجان، پردازش هیجانی و خودپنداره دانش‌آموزان با والدین طلاق‌گرفته. *پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی*. دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان.
- مهرابی، ح.، کجیاف، م.، و مجاهد، ع. (۱۳۸۹). پیش‌بینی رفتارهای پرخطر براساس هیجان‌خواهی و عوامل جمعیت‌شناسی در دانشجویان دانشگاه اصفهان. *فصلنامه مطالعات روان‌شناختی*. ۶(۲)، ۱۶۶-۱۴۱.
<https://doi.org/10.22051/psy.2010.1573>
- مهرابی، ح.، محمودی، ف.، و مولوی، ح. (۱۳۹۵). پیش‌بینی گرایش به رفتارهای پرخطر براساس باورهای دینی. هیجان‌خواهی، آلودگی محیط و رسانه‌ها در دانشجویان دختر. *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*. ۱۷(۲)، ۱۴-۴.
<https://sanad.iau.ir/journal/jsrp/Article/534009?jid=534009>
- 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.
<https://www.sid.ir/paper/175115/fa>
- نجف‌پور، ف.، پورحسینی، ف.، و جمالی، ن. (۱۳۹۵). بررسی شیوع رفتارهای پرخطر در نوجوانان طلاق (مطالعه مقطعی). *دومین کنفرانس بین‌المللی پژوهش‌های کاربردی در علوم تربیتی و مطالعات رفتاری و آسیب‌های اجتماعی ایران*، ۱۴ آبان ۱۳۹۵، تهران.
<https://civilica.com/doc/583323>

References

- Aghajani, T., Shoghi, B., & Naimi, S. (2014). Analysis of structural relationships of self-differentiation training with test anxiety and self-efficacy beliefs. *Knowledge & Research in Applied Psychology*, 15(1), 34-43. <https://sanad.iau.ir/en/Journal/jsrp/Article/533903?jid=533903> (In Persian)
- Armstrong, T. A., Boisvert, D., Wells, J., & Lewis, R. (2020). Extending Steinberg's adolescent model of risk taking to the explanation of crime and delinquency: Are impulsivity and sensation seeking enough? *Personality and Individual Differences*, 165, 110133. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110133>
- Azarmi, P. (2010). The relationship between emotional intelligence, metacognitive beliefs and risky behaviors in the adolescent. *Master's thesis in clinical psychology*, Kharazmi University, Tehran, Iran. (In Persian)
- Bancroft, J., Janssen, E., Carnes, L., & Goodrich, D. (2004). Sexual activity and risk taking in young heterosexual men: The relevance of sexual arousability, mood, and sensation seeking. *The Journal of Sex Research*, 41(2), 181-195. <https://doi.org/10.1080/00224490409552226>
- Banstola, R. S., Ogino, T., & Inoue, S. (2020). Self-esteem, perceived social support, social capital, and risk-behavior among urban high school adolescents in Nepal. *SSM-Population Health*, 11, 100570. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2020.100570>

- Barratt, E. S., Stanford, M. S., Kent, T. A., & Felthous, A. (1997). Neuropsychological and cognitive psychophysiological substrates of impulsive aggression. *Biological Psychiatry*, *41*(10), 1045-1061. [https://doi.org/10.1016/s0006-3223\(96\)00175-8](https://doi.org/10.1016/s0006-3223(96)00175-8)
- Bayati Eshkaftaki, S., Ahmadi, R., Chorami, M., & Ghazanfari, A. (2021). Effectiveness of training self-differentiation on the aggression and experiential avoidance in the adolescents engaged in divorce with externalized behavior. *Medical Journal of Mashhad University of Medical Sciences*, *64*(1), 2587-2598. <https://doi.org/10.22038/mjms.2021.19505> (In Persian)
- Bayati Eshkaftaki, S., Ahmadi, R., Chorami, M., & Ghazanfari, A. (2022). Effectiveness of training self-differentiation on the attachment quality and alexitimia in the adolescents engaged in divorce with externalized behavior. *Psychological Models and Methods*, *13*(47), 53-68. <https://doi.org/10.30495/jpmm.2022.28465.3450>
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. New York: Jason Aronson, Inc.
- Cheah, Y. K., Lim, H. K., & Kee, C. C. (2019). Personal and Family Factors Associated With High-risk Behaviours Among Adolescents in Malaysia. *Journal of Pediatric Nursing*, *48*, 92-97. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2019.07.012>
- Dalstrom, M., Parizek, K., & Doughty, A. (2020). Nurse practitioners and adolescents: Productive discussions about high-risk behaviors. *The Journal for Nurse Practitioners*, *16*(2), 143-145. <https://doi.org/10.1016/j.nurpra.2019.11.021>
- Doba, K., Berna, G., Constant, E., & Nandrino, J. (2018). Self-differentiation and eating disorders in early and middle adolescence: A cross-sectional path analysis. *Eating Behaviors*, *29*, 75-82. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2018.03.003>
- Ekhtiari, H., Safaei, H., Esmaeeli Javid, G., Atefvahid, M. K., Edalati, H., & Mokri, A. (2008). Reliability and validity of persian versions of eysenck, barratt, dickman and zuckerman questionnaires in assessing risky and impulsive behaviors. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, *14*(3), 326-336. <http://ijpcp.iums.ac.ir/article-1-575-en.html> (In Persian)
- Fathi, A. A., Jafarpoor, N., Noori, E., Sharifi Rahnemoo, S., & Mohammadi, S. (2020). The role of excitement seeking and impulsivity in high-risk driving behaviors among intercity drivers. *Traffic Law Enforcement Research Studies*, *1398*(31), 85-116. http://talar.jrl.police.ir/article_93562.html?lang=en (In Persian)
- Heffer, T., & Willoughby, T. (2021). A person-centered examination of emotion dysregulation, sensitivity to threat, and impulsivity among children and adolescents: An ERP study. *Developmental Cognitive Neuroscience*, *47*, 100900. <https://doi.org/10.1016/j.dcn.2020.100900>
- Heinz, A. J., Bui, L., Thomas, K. M., & Blonigen, D. M. (2015). Distinct facets of impulsivity exhibit differential associations with sub-stance use disorder treatment processes: a cross-sectional and prospective investigation among military veterans. *Journal of Substance Abuse Treatment*, *55*, 21-28. <https://doi.org/10.1016/j.jsat.2015.02.005>
- Herman, A., Critchley, H., & Duka, T. (2018). Risk-taking and impulsivity; the role of mood states and interception. *Frontiers in Psychology*, *9*, 1625. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01625>
- Heydari, R., & Hobbi, M. B. (2018). Effectiveness of teaching self-differentiation on psychological distress and social adaptation in the adolescents with divorced parents. *Social Psychology Research*, *8*(31), 103-117. https://www.socialpsychology.ir/article_87489.html?lang=en (In Persian)
- Jahanshahloo, M., Ammadkhani, S., Amiri, H., Fakhari, A., & Hosseini, S. (2016). Personal, familial, and social risk and protective factors of tendency towards substance use among students. *Community Health*, *3*(2), 127-137. <https://doi.org/10.22037/ch.v3i2.11739> (In Persian)

- Jalali Dehkordi, D., & Aghababaei, A. (2013). Comparing the effect of drug substance abuse prevention method on impulsiveness and coping strategies in male students. *Knowledge & Research in Applied Psychology*, 13(4), 5-17. <https://sanad.iau.ir/en/Journal/jsrp/Article/890557> (In Persian)
- Karkhane, P., Jazayeri, R. S., Bahrami, F., & Fatehizadeh, M. S. (2015). The study of the effectiveness of the bowen self-differentiation counseling on the assertiveness of married women in Isfahan. *Journal of Personality & Individual Differences*, 4(7), 167-183. <https://sid.ir/paper/249740/en> (In Persian)
- Kim, K. L., Galione, J., Schettini, E., DeYoung, L. L., Gilbert, A. C., Jenkins, G. A., ... & Dickstein, D. P. (2020). Do styles of emotion dysregulation differentiate adolescents engaging in non-suicidal self-injury from those attempting suicide? *Psychiatry Research*, 291, 113240. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113240>
- Liu, S. W., Luo, L., Wu, M., Wang, R., & Wu, Y. (2016). Correlation between self-differentiation and professional adaptability among undergraduate nursing students in China. *International Journal of Nursing Sciences*, 3(4), 394-397. <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2016.10.003>
- Lockwood, J., Townsend, E., Daley, D., & Sayal, K. (2020). Impulsivity as a predictor of self-harm onset and maintenance in young adolescents: A longitudinal prospective study. *Journal of Affective Disorders*, 274, 583-592. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.05.021>
- Mehrabi, H. A., Kajbaf, M. B., & Mojahed, A. A. (2010). Prediction of high risk behaviors on the basis of sensation seeking and demographic factors in Isfahan University students. *Journal of Psychological Studies*, 6(2), 141-166. <https://doi.org/10.22051/psy.2010.1573> (In Persian)
- Mehrabi, H. A., Mahmoodi, F., & Molavi, H. (2017). Predicting the tendency to high risk behaviors based on religious beliefs, emotion seeking, environmental pollution and media among female students. *Knowledge & Research in Applied Psychology*, 17(2), 4-14. <https://sanad.iau.ir/en/Journal/jsrp/Article/534009?jid=534009> (In Persian)
- Mohammadi, M. R. (2017). The effectiveness of self-differentiation training on emotion regulation, emotional processing and self-concept of students with divorced parents. *Master's thesis*, Islamic Azad University, Isfahan Branch. (In Persian)
- Mohammadkhani, Sh. (2007). Structural model of alcohol, tobacco and other drugs use among at risk adolescents: direct and indirect impact of social and personal factors. *Research in Psychological Health*, 1(2), 5-16. <https://sid.ir/paper/133961/en> (In Persian)
- Naderi, F., & Haghshenas, F. (2009). The relationship between impulsivity, loneliness and the mobile phone usage rate in male and female students of Ahvaz Islamic Azad University. *Journal of Social Psychology (New Findings in Psychology)*, 4(12), 111-121. <https://sid.ir/paper/175115/en> (In Persian)
- Najafpour, F., Pourhasni, F., & Jamali, N. (2015). Investigating the prevalence of high-risk behaviors in divorced teenagers (cross-sectional study). *The second international conference on applied research in educational sciences and behavioral studies and social injuries in Iran*, 14 November 2015, Tehran, Iran. <https://en.civilica.com/doc/583323/> (In Persian)
- Pivarunas, B., & Conner, B. T. (2015). Impulsivity and emotion dysregulation as predictors of food addiction. *Eating Behaviors*, 19, 9-14. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2015.06.007>
- Rezaeinezhad, N., Moradi, O., Hassani, R., & Sajadi, P. (2018). Predicting alexithymia based on parental health, self differentiation and emotional cognitive regulation among high school students. *Zanko Journal of Medical Sciences*, 19(61), 32-42. <http://zanko.muk.ac.ir/article-1-346-en.html> (In Persian)
- Savadkouhi, A., Sharifi, M., & Shokri, O. (2020). The effect of emotional and social adjustment on students' online high-risk behaviors. *Knowledge & Research in Applied Psychology*, 21(2), 64-74. <https://doi.org/10.30486/jsrp.2020.1894981.2355> (In Persian)

- Shokri, L., & Mehrinia, F. (2020). Effectiveness of self - differentiation training on psychological resilience and feeling entrapment in the mothers of the children with attention deficit and hyperactivity disorder (ADHD). *Journal of Psychological Science, 19*(92), 1031-1040. <http://psychologicalscience.ir/article-1-362-en.html> (In Persian)
- Stapp, E. K., Mendelson, T., Merikangas, K. R., & Wilcox, H. C. (2020). Parental bipolar disorder, family environment, and offspring psychiatric disorders: A systematic review. *Journal of Affective Disorders, 268*, 69–81. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.03.005>
- 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*, 108-119. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2019.04.021>
- Tarkhan, M. (2018). Predicting of Psychological Well-Being through Defence Mechanisms and Cognitive Self-Differentiation in Students. *Social Cognition, 7*(2), 145-185. <https://doi.org/10.30473/sc.2018.9896.1401> (In Persian)
- U.S. Center For Disease Control And Prevention. (2009). *Youth Risk Behavior Surveillance System (YRBSS)*. <https://www.cdc.gov/yrbs/questionnaires/index.html>
- Wahyuni, M., Abdullah, T., Zulkifli, A., & Mallongi, A. (2020). Determinants of adolescents high-risk sexual behavior in SMK 8 and MegaRezky Health Vocational School Makassar. *Enfermería Clínica, 30*(4), 273-277. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.10.082>
- Weintraub, M. J., Zinberg, J., Bearden, C. E., & Miklowitz, D. J. (2019). Applying a transdiagnostic cognitive-behavioral treatment to adolescents at high risk for serious mental illness: Rationale and preliminary findings. *Cognitive and Behavioral Practice, 27*(2), 202-214. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2019.07.007>
- Yildiz, B. (2022). Self-differentiation and self-concealment: serial mediation by self-compassion and intolerance of uncertainty. *Educational and Developmental Psychologist, 40*(2), 190–200. <https://doi.org/10.1080/20590776.2022.2111210>
- Zhang, X., Chu, X., Fan, C., Andrasik, F., Shi, H., & Hu, X. (2022). Sensation seeking and cyberbullying among Chinese adolescents: Examining the mediating roles of boredom experience and antisocial media exposure. *Computers in Human Behavior, 130*, 1071-1075. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107185>
- Zuckerman, M., Eysenck, S., & Eysenck, H. J. (1978). Sensation seeking in England and America: Cross-cultural, age, and sex comparisons. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 46*(1), 139-149. <https://doi.org/10.1037//0022-006x.46.1.139>
- Zukerman, M. (2007). *Sensation seeking and risky behavior Washington*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/11555-000>