

## Development of Psychological Capital Training Package and Evaluating Its Effectiveness on the Alexitimia of the Students Engaged in Divorce with Externalized Behavior Disorder

Mahshid Shaabani\*  
Shohreh Ghorbanshiroudi\*\*  
Javad Khalatbari\*\*\*

### Introduction

The family, as the most fundamental cultural and social institution, has the most stable effect on its members, so that people's attitudes, behaviors, beliefs and emotions are deeply influenced by the family context. The bricks of a family are based on the emotional ties and personal trust of each couple, which is not only comfort for the individual, but also for the whole family. The absence of each parent in the family environment due to divorce disturbs its balance, weakens the functions of the family, and reduces social supervision and control. As a result, addiction and delinquency, physical problems, psychological and social disturbances, and disorders of behavior increase in children. Children of divorce face intellectual, emotional, identity and social challenges in groups of friends due to receiving social stigma, which forms the basis for behavioral disorders in them. Therefore, The present study was conducted to develop a psychological capital training package and evaluate its Effectiveness on the alexitimia of the Students Engaged in Divorce with Externalized Behavior Disorder.

### Method

The research method of the present study was thematic analysis through comparative method in the qualitative part and quasi-experimental with pretest, posttest, control group design and two-month follow-up period in the quantitative part. The statistical population of the present study included the students engaged in divorce with externalized behavior disorder who were

---

\* Ph.D. Student in Counseling, Faculty of Humanities, North Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

\*\* Associate Professor, Department of Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Tonekabon Branch, Islamic Azad University, Tonekabon, Iran. *Corresponding Author*: [sh.ghrbanshiroudi@toniau.ac.ir](mailto:sh.ghrbanshiroudi@toniau.ac.ir)

\*\*\* Associate Professor, Department of Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Tonekabon Branch, Islamic Azad University, Tonekabon, Iran.

studying in the first high school in the academic year 2020–21 in the city of Isfahan. 40 students engaged in divorce with externalized behavior disorder were selected through the purposive sampling method and randomly accommodated into experimental and control groups (each group of 20 students). The experimental group received ten 75-minute sessions of psychological capital training over two and a half months. 3 people from the experimental group and three from the control group quit participating in the study. The applied questionnaires in this study included alexitimia questionnaire (AQ) and children and adolescents behavioral inventory (CABI). The data from the study were analyzed through a mixed ANOVA via SPSS 23 statistical software.

### Results

The results showed that the psychological empowerment package enjoys suitable content validity from the experts' viewpoint. Furthermore, this package has had an effect on the alexitimia ( $f = 17.02$ ,  $\eta^2 = 0.35$ ,  $p \leq 0.001$ ) of the students engaged in divorce with externalized behavior disorder. In addition, the results showed that the effect of the psychological empowerment package was stable on the alexitimia of the students engaged in divorce and the externalized behavior disorder of the patients with follow-up stages. After carefully examining the descriptive findings, it was found that the psychological empowerment package reduced the alexitimia of the students engaged in divorce with externalized behavior disorder in the pre-test and post-test stages.

### Conclusion

According to the findings of the present study, it can be concluded that psychological capital training can be used as an efficient method to decrease alexitimia in the students engaged in divorce with externalized behavior disorder through employing the fundamentals of resilience, optimism, hope and self-efficacy. In addition, it should be said that psychological capital is introduced as a structure beyond social and internal capital and includes your identity in the direction of "what you are" and "what you can be". This process can cause changes in people's emotional processing and reduce their alexitimia.

**Keywords:** Alexitimia, Divorce, Externalized Behavior Disorder, Psychological Capital

---

**Author Contributions:** Mahshid Shaabani, general framework planning, content editing and analyzing, submission and correction. Shohreh Ghorban Shiroudi, collaboration in general framework planning, selection of approaches; final review, comparison of approaches, conclusions Javad Khalatbari, data analysis All authors discussed the results, reviewed and approved the final version of the manuscript.

**Acknowledgments:** The authors thank all dear colleagues and professors who have helped us in this research.

**Conflicts of Interest:** The authors declare there is no conflict of interest in this article. This article extracted from the Ph.D. thesis, with the guidance of Shohreh Ghorban Shiroudi and with the consultation of Javad Khalatbari.

**Funding:** This article did not receive financial support.

---

## تدوین بسته آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی و ارزیابی اثربخشی آن بر ناگویی هیجانی دانش‌آموزان طلاق‌دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده

مهشید شعبانی\*

شهره قربان شیرودی\*\*

جواد خلعتبری\*\*

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف تدوین بسته آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی و ارزیابی اثربخشی آن بر ناگویی هیجانی دانش‌آموزان طلاق‌دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده انجام گرفت. 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 دو ماهه بود. جامعه آماری پژوهش شامل دانش‌آموزان طلاق‌دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده بود که در دوره اول متوسطه در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ در شهر اصفهان مشغول به تحصیل بودند. در این پژوهش تعداد ۳۴ 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 و نیم ماه در ۱۰ جلسه ۷۵ دقیقه‌ای دریافت نمودند. پرسشنامه‌های مورد استفاده در این پژوهش شامل پرسشنامه ناگویی هیجانی (AQ) و سیاهه رفتاری کودکان و نوجوانان (CABI) بود. داده‌ها به شیوه تحلیل واریانس آمیخته تجزیه و تحلیل شد. نتایج نشان داد که آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی از نظر متخصصان دارای روایی محتوایی کافی است. همچنین این بسته بر ناگویی هیجانی ( $F=17/02; \eta^2=0/35; P<0/001$ ) دانش‌آموزان طلاق‌دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده تأثیر معنادار دارد ( $p<0/001$ ). بر اساس یافته‌های پژوهش حاضر می‌توان چنین نتیجه گرفت که آموزش

\* دانشجوی دکتری مشاوره، دانشکده علوم انسانی، واحد تهران شمال، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

\*\* دانشیار گروه روان‌شناسی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، واحد تنکابن، دانشگاه آزاد اسلامی، تنکابن، ایران.  
 (نویسنده مسئول)  
[sh.ghrbanshiroudi@toniau.ac.ir](mailto:sh.ghrbanshiroudi@toniau.ac.ir)

\*\* دانشیار گروه روان‌شناسی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، واحد تنکابن، دانشگاه آزاد اسلامی، تنکابن، ایران.

سرمایه‌های روان‌شناختی با بهره‌گیری از مبانی تاب‌آوری، خوش‌بینی، امید و خودکارآمدی می‌تواند به عنوان یک روش کارآمد جهت کاهش ناگویی هیجانی دانش‌آموزان طلاق‌دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده مورد استفاده گیرد.

**کلید واژگان:** اختلال رفتار برونی‌سازی شده، سرمایه‌های روان‌شناختی، طلاق، ناگویی هیجانی

### مقدمه

عدم حضور هر یک از والدین در محیط خانواده به علت طلاق، تعادل آن را بر هم زده (Sangani & Dasht Bozorgi, 2018) و موجب تضعیف کارکردهای خانواده و کاهش نظارت و کنترل اجتماعی می‌شود (Gharedaghi & Mobinikesheh, 2020) و به تبع آن، اعتیاد و بزهکاری، مشکلات جسمانی، آشفتگی روانی و اجتماعی و اختلال‌های رفتاری در فرزندان افزایش می‌یابد (Stokkebekk, 2019). فرزندان طلاق به دلیل دریافت برچسب اجتماعی، در گروه‌های دوستان با چالش‌های فکری، عاطفی، هویتی و اجتماعی روبرو می‌شوند که زمینه را برای بروز اختلالات رفتاری در آنان شکل می‌دهد (Stapp & Wilcox, 2020). یکی از مشکلات رفتاری که برای فرزندان طلاق پیش می‌آید، اختلال رفتار برونی‌سازی شده<sup>۱</sup> است. اختلال رفتار برونی‌سازی شده مشکلات و الگوهای رفتاری سازش‌نا یافته‌ای را شامل می‌شود که در تعارض با دیگر افراد و محیط خود را نمایان می‌سازد. این اختلال الگوهای ناسازگار، رفتارهای قانون‌شکنانه 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 (Melegari et al., 2023). عوامل مختلفی در پیدایش، گسترش، تداوم و یا تشدید نشانه‌های برونی‌سازی شده نقش مؤثری ایفا می‌کنند (Ma et al., 2024). از مهم‌ترین عوامل می‌توان به عوامل زیست‌شناختی، شرایط نامساعد محیط خانوادگی، سبک‌های فرزندپروری ناکارآمد، منفی‌گرایی و نیز نارسایی در مهارت‌های اجتماعی اشاره کرد (Riise et al., 2021). فرزندان دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده دارای کارایی اجتماعی و مهارت‌های اجتماعی ضعیفند (Mancini et al., 2018) که این فرایند ممکن است این افراد را در ابرازگری

- 
- 1- externalizing behavior disorder
  - 2- attention deficit/hyperactivity disorder
  - 3- conduct disorder
  - 4- obedient defensive disorder

هیجانی، مدیریت و بیان هیجانات دچار مشکل سازد و آنها را در مسیر ابتلا به ناگویی هیجانی<sup>۱</sup> قرار دهد. ناگویی هیجانی به شناخت محدود از حالات هیجانی خود و دیگران اشاره دارد. افرادی که با این صفت توصیف می‌شوند بین جنبه‌های شناختی و تجربی هیجان با جنبه‌های بیانی، رفتاری و نوروفیزیولوژیک آن یکپارچگی اندکی ایجاد می‌کنند. این ویژگی با هیجان نامنظم و نهایتاً در بعضی موارد با بیماری روانی و فیزیکی ارتباط دارد. این سازه شامل دشواری در تشخیص احساسات، دشواری در بیان و توصیف احساسات و تفکر برون‌مدار است. این مشخصه‌ها که سازه ناگویی هیجانی را تشکیل می‌دهند بیانگر نقایصی در پردازش شناختی و تنظیم هیجانات است (Chalah & Ayache, 2017). به نظر می‌رسد در این حالت فرد نمی‌تواند احساسات خود را ابراز کند، چون از حالت خلقی و هیجانی خود آگاهی ندارد (Asli Azad et al., 2020). در نتیجه در فرد تنشی به وجود می‌آید که می‌تواند وی را در برابر آسیب‌های روان‌شناختی و هیجانی آسیب‌پذیر نماید (Davyod, 2017).

روش‌های درمانی مختلفی برای کودکان و نوجوانان طلاق به کار گرفته شده است. با توجه به تاب‌آوری پایین و خوش‌بینی کم فرزندان طلاق (Yousefi et al., 2017)، آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی<sup>۲</sup> می‌تواند به عنوان روشی مؤثر مطرح شود، چرا که مؤلفه‌های تشکیل دهنده این روش (تاب‌آوری، خوش‌بینی، خودکارآمدی و امیدواری) می‌تواند خلا هیجانی و روان‌شناختی فرزندان طلاق را مرتفع سازد. این در حالی است که نتایج پژوهش‌های (Sehhati et al., 2021)؛ Ghodrati Esfahani and Moradi؛ Reisiee et al. (2021)؛ Farajzadeh et al. (2020)؛ Poots and Cassidy (2020)؛ Darvishmotevali and Ali (2020)؛ Ye et al. (2020)؛ (2020)؛ Tsaour et al. (2019) نشان دهنده نقش سرمایه‌های روان‌شناختی در بهبود عملکرد شناختی، روان‌شناختی و هیجانی افراد دارد. سرمایه روان‌شناختی حالتی مثبت از روان‌شناختی فردی در زمینه رشد و تحول ارائه می‌کند که شامل چهار بعد مهم است: خودکارآمدی (احساس اطمینان به توانایی خود و تلاش مداوم جهت کسب موفقیت در تکالیف چالش‌انگیز)، امیدواری (پشتکار و استمرار در جهت رسیدن به اهداف و تغییر مسیر برای دستیابی به موفقیت در صورت نیاز)، خوش‌بینی (اسناد مثبت‌اندیشانه نسبت به موفقیت در حال و آینده) (Sehhati et al., 2021)، و تاب‌آوری (قدرت مواجهه با مشکلات و چالش‌های پیش‌رو). این مؤلفه‌ها در تعامل با

1- Alexitimia

2- Psychological Capital

یکدیگر، به زندگی فرد معنا و غنا بخشیده و تلاش فرد برای تغییر موقعیت‌های تنیدگی‌زا را تداوم داده، او را برای مواجهه سازگارانه با رویدادها آماده نموده و مقاومت و سرسختی وی در تحقق اهداف را تضمین می‌کند (Amani et al., 2022). سرمایه روان‌شناختی به جای تمرکز آسیب‌شناسانه بر رفتار و افکار انسان‌ها، نقاط قوت و جنبه‌های مثبت رفتار آنان را در بر گرفته و به ظرفیت‌ها و توانایی‌های انسان از دیدگاهی مثبت می‌نگرد. چنانکه شواهد پژوهشی نشان داده که سرمایه روان‌شناختی و مؤلفه‌های چهارگانه آن با طیف گسترده‌ای از متغیرهای رفتاری، سلامتی و شناختی، نظیر رضایت، تعهد، عملکرد سلامتی و بهزیستی و ادراک استرس در رابطه است (Darvishmotevali & Ali, 2020). علاوه بر این (Sadeghian et al., 2019) نشان داده‌اند که فرزندان طلاق از سرمایه‌های روان‌شناختی پایینی برخوردار بوده و با آموزش این مفهوم، می‌توان شرایط روانی پایدارتری را برای آنان رقم زد.

در باب ضرورت انجام پژوهش حاضر می‌توان گفت، فرزندان خانواده‌های مطلقه نسبت به فرزندان خانواده‌های عادی، دارای مشکلات عاطفی، رفتاری و تحصیلی بیشتری هستند و از سلامت روانی پایین‌تری برخوردارند. همچنین آنها موفقیت‌های تحصیلی کمتری کسب می‌کنند، ناسازگاری‌های روان‌شناختی بیشتری از خود بروز می‌دهند و عزت‌نفس پایین و مشکلات اجتماعی بیشتری دارند. همچنین تحقیقات نشان داده که میزان رشد عاطفی و اجتماعی فرزندان که در خانواده‌های طلاق بزرگ می‌شوند، به شکل معمول در مقایسه با سایر فرزندان که در خانواده‌های عادی رشد می‌کنند، کمتر است (Stokkebekk, 2019)؛ بر این اساس ضرورت بکارگیری مداخلات روان‌شناختی برای این فرزندان بسیار حیاتی است. علاوه بر این ضرورت دیگر انجام این پژوهش، این نکته است توجه به سلامت روان کودکان و نوجوانان در هر جامعه‌ای حائز اهمیت فراوان است. بنابراین با توجه به موضوعات مطرح شده و اهمیت سرمایه 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 خلا پژوهشی حاضر (عدم بسته آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی برای دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده) پژوهشگر در این ژوهش نسبت به تدوین بسته آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی نمود. چرا که مطابق نتایج پژوهش (Sadeghian et al., 2019)، فرزندان طلاق از سرمایه‌های روان‌شناختی پایینی برخوردار بوده و بر این اساس می‌توان با تدوین و آموزش

آن، شرایط روانی پایدارتری را برای آنان رقم زد. بنابراین در پژوهش حاضر ما در پی پاسخگویی به این پرسش هستیم که آیا بسته آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی از اعتبار محتوایی و اجرایی مناسب برخوردار بوده و آیا این بسته بر ناگویی هیجانی دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی مؤثر است؟

## روش

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 برونی‌سازی شده بود که در دوره اول متوسطه در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ در شهر اصفهان مشغول به تحصیل بودند. جهت انتخاب حجم نمونه از روش نمونه‌گیری هدفمند استفاده شد. بدین صورت که یکی از نواحی ششگانه آموزش و پرورش شهر اصفهان انتخاب و با مراجعه به ۲۰ آموزشگاه دخترانه و پسرانه متوسطه اول این ناحیه، دانش‌آموزان با والدین مطلقه مورد شناسایی قرار گرفت. تعداد ۲۳۶ دانش‌آموز در این مرحله مورد شناسایی قرار گرفتند. سپس به دانش‌آموزان دارای والدین مطلقه، سیاهه رفتاری کودکان و نوجوانان به شکل آنلاین به آنها ارائه شد تا بدین وسیله از وجود اختلال رفتاری برونی‌سازی شده در نزد این دانش‌آموزان اطمینان حاصل گردد (به صورت مجازی). سپس از بین این دانش‌آموزانی که با این پرسشنامه دارای اختلال رفتاری برونی‌سازی شده تشخیص داده شدند (کسب نمرات بالاتر از ۶۳: یعنی یک انحراف معیار بالاتر از میانگین)، تعداد ۴۰ نفر از آنها را به ترتیب نمره کسب شده 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). لازم به ذکر است که با این دانش‌آموزان مصاحبه بالینی آنلاین نیز صورت پذیرفت. سپس گروه آزمایش مداخله آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی را در طی دو و نیم ماه به صورت هفته‌ای یک جلسه ۷۵ دقیقه‌ای در گروه‌های سه نفره دریافت نمودند. این در حالی است که گروه گواه هیچگونه مداخله‌ای را در طول پژوهش دریافت نکرده و در انتظار دریافت مداخلات حاضر بود. در این بین 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 سیاهه رفتاری کودکان نوجوانان، داشتن سن ۱۵-۱۳ سال (حضور در در پایه تحصیلی هفتم، هشتم و نهم)، رضایت دانش‌آموز و والد جهت شرکت فرزند خود در پژوهش، نداشتن بیماری جسمی و روان‌شناختی حاد و مزمن دیگر (با توجه به پرونده سلامت و مشاوره‌ای آنان) و عدم دریافت مداخله روان‌شناختی همزمان بود. ملاک‌های خروج از پژوهش نیز شامل داشتن بیش از دو جلسه غیبت، عدم همکاری و انجام ندادن تکالیف مشخص شده در کلاس و عدم تمایل به ادامه حضور در فرایند انجام پژوهش بود. یافته‌های جمعیت‌شناختی نشان داد که دانش‌آموزان حاضر در پژوهش دارای سن ۱۳ تا ۱۵ سال بودند که میانگین سنی گروه آزمایش ۱۴/۴۵ و گروه گواه ۱۴/۵۰ سال بود. علاوه بر این، دانش‌آموزان در پایه‌های هفتم، هشتم و نهم مشغول به تحصیل بودند که بیشترین فراوانی در گروه آزمایش مربوط به پایه هشتم (تعداد ۸ دانش‌آموز معادل ۴۷/۰۵ درصد) و در گروه گواه مربوط به پایه هفتم (تعداد ۷ دانش‌آموز ۴۱/۱۷ درصد) بود. جهت رعایت اخلاق پژوهشی رضایت دانش‌آموزان و والدین آنان برای شرکت در برنامه مداخله کسب و از کلیه مراحل مداخله آگاه شدند.

### ابزار سنجش

**سیاهه رفتاری کودکان و نوجوانان (Children and Adolescents Behavioral Inventory):** سیاهه رفتاری کودکان توسط (Achenbach and Rescorla (2001, cited in Golpayegani et al., 2019) برای سنجش مشکلات هیجانی و رفتاری کودکان و نوجوانان تهیه شده است. این سیاهه از دو قسمت تشکیل شده است: بخش اول که شامل ۱۳ سوال است، به بررسی صلاحیت کلی کودک در سه مقیاس فعالیت‌ها، مقیاس اجتماعی و مدرسه می‌پردازد. بخش دوم نیز با ۱۱۳ سوال، مشکلات هیجانی و رفتاری کودکان و نوجوانان را ارزیابی می‌کند. پاسخدهی بر اساس طیف لیکرت انجام می‌شود: شامل سه گزینه نادرست است (نمره صفر)، گاهی درست است (نمره یک) و غالباً درست است (نمره دو). نمره مشکلات هیجانی و رفتاری از طریق 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. (Glosser (2011, cited in Golpayegani et al., 2019 در نتایج پژوهش خود پایایی به روش بازآزمایی و همسانی درونی 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 کرده است. همچنین در پژوهش Nakamura et al. (2009) ضریب آلفای کرونباخ سیاهه رفتاری کودکان ۰/۸۱ گزارش شده است. در پژوهش Golpayegani et al. (2019) 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. همچنین این پژوهشگران میزان روایی سازه این پرسشنامه را مطلوب و به میزان ۰/۸۶ گزارش نمودند. در پژوهش حاضر میزان پایایی سیاهه رفتاری کودکان، در بعد مشکلات برونی‌سازی شده ۰/۹۰ به دست آمد.

**پرسشنامه ناگویی هیجانی (Questionnaire Alexitimia):** پرسشنامه ناگویی هیجانی توسط Bagby et al. (1994) ساخته شده و یک پرسشنامه خودسنجی با ۲۰ سوال است. نحوه نمره‌گذاری به صورت مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت از نمره یک (کاملاً مخالف) تا نمره پنج (کاملاً موافق) است. دامنه نمرات پرسشنامه بین ۲۰ تا ۱۰۰ است. کسب نمرات بالاتر نشان دهنده ناگویی هیجانی بیشتر است. (Besharat (2006 نسخه فارسی مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو را تهیه و ضرایب آلفای کرونباخ را برای این پرسشنامه ۰/۸۵ گزارش کرد که نشانه همسانی درونی خوب پرسشنامه است. پایایی بازآزمایی پرسشنامه نیز در نمونه ۶۷ نفری در دو نوبت با فاصله چهار هفته برای پرسشنامه ناگویی هیجانی تایید شده است (Hatami et al., 2013). سؤالات ۴، ۵، ۱۰، ۱۸، ۱۹ نمره‌گذاری معکوس دارند. (Shahgholian et al. (2007 آلفای کرونباخ این مقیاس را در نمونه ایرانی ۰/۷۶ به دست آورده‌اند. (Shahgholian et al. (2007 پایایی این پرسشنامه را در نمونه ایرانی با استفاده از روش دو نیمه کردن و بازآزمایی ۰/۷۴ و ۰/۷۲ و روایی محتوایی پرسشنامه را ۰/۸۵ گزارش کرده‌اند. در پژوهش حاضر نیز میزان پایایی پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۵ محاسبه شد.

## روش اجرای پژوهش

پس از اخذ مجوزهای لازم و انجام فرایند نمونه‌گیری دانش‌آموزان انتخاب شده (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 در طی دو و نیم ماه به صورت هفته‌ای یک جلسه ۷۵ دقیقه‌ای دریافت نمودند. این در حالی است که دانش‌آموزان حاضر در گروه گواه هیچگونه مداخله‌ای را در طول پژوهش دریافت نکرد. لازم به ذکر است که مداخلات پژوهش حاضر به صورت گروه‌های سه نفره و با رعایت فاصله‌گذاری اجتماعی و پروتکل‌های بهداشتی ارائه شد. در این بین در گروه آزمایش ۳ دانش‌آموز و در گروه گواه نیز ۳ دانش‌آموز ریزش داشتند. بر این 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 برونی‌سازی شده، ویژگی‌های روانی، اجتماعی و هیجانی این گروه از فرزندان و همچنین مبانی نظری سرمایه‌های روان‌شناختی مورد مطالعه و جمع‌آوری اختصاصی قرار گرفت. بدین صورت که پژوهشگر در مرحله اول مقالات، پایان‌نامه‌ها و کتاب‌های چاپ شده مرتبط را مورد مطالعه و بررسی دقیق قرار داد. در این مرحله مقالات مربوط به (Pan et al.؛ Bitmiş and Ergenelib (2015)؛ Molaei Yasavoli and Abdi؛ Poots and Cassidy (2020)؛ Mahfuda et al. (2017)؛ (2017)؛ (2020)؛ Zahedbolbolan and Karimianpour (2015)؛ Moshtaghi and Moayedfar (2017)؛ Arami et al.؛ Sotodehasl et al. (2019)؛ Shirzad et al. (2018)؛ Ramezani et al. (2017)؛ (2018)؛ (2019)؛ Karimi et al. (2019)؛ Yaghobi et al. (2019) مورد مطالعه قرار گرفتند. در مرحله دوم مطالب جمع‌آوری شده در مرحله اول، مورد دسته‌بندی (کدبندی) محتوایی قرار گرفته و زیرگروه‌های مفهومی - محتوایی معطوف به نیازها و مسائل تشکیل شد. در مرحله سوم زیرگروه‌های مفهومی - محتوایی تشکیل شده در مرحله دوم به ۱۰ حوزه مهارتی (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) موردنیاز این دانش‌آموزان با بهره‌گیری از مبانی نظری و مؤلفه‌های تشکیل دهنده سرمایه‌های روان‌شناختی تبدیل شد و در نهایت بسته آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی برای دانش‌آموزان طلاق‌دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده بر پایه فنون آموزشی استخراج شده از منابع به صورت اولیه تدوین گردید. در مرحله چهارم بسته اولیه آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی به ۱۰ متخصص روان‌شناسی و درمانگر ارائه و از آنان خواسته شد تا با مطالعه و اظهارنظر راجع به 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 باز پاسخ به منظور ارائه پیشنهادات و نظرات اصلاحی هر یک از متخصصان در جهت ارتقاء محتوا، ساختار و فرایند بسته آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی برای دانش‌آموزان طلاق‌دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده در اختیار آنها قرار گیرد که این فرایند انجام شد. در مرحله پنجم نظرات تخصصی ۱۰ متخصص بررسی و نظرات اصلاحی آنها درباره بسته آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی برای دانش‌آموزان طلاق‌دارای 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 مجدداً به ۱۰ متخصص ارائه شد. در این مرحله در صورتی که کماکان متخصصان نظرات اصلاحی داشتند، به صورت موردی در بسته آموزشی اعمال شد. در این مرحله جهت سنجش روایی درونی بسته آموزشی تدوین شده (بسته آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی)، ضریب توافق ارزیاب‌ها درباره فرایند، ساختار و محتوای بسته آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی محاسبه و میزان ۰/۸۹ به دست آمد. علاوه بر این به منظور اعتبار بیرونی نیز بسته بر روی ۴ دانش‌آموز طلاق‌دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده، با طرح مقدماتی با قواعد پیش‌آزمون - پس‌آزمون انجام شد. نتایج حاکی از آن بود که بسته آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی توانسته موجب تغییر معنادار در میانگین نمرات ناگویی هیجانی دانش‌آموزان طلاق‌دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده شود. جهت تأثیر نیز به این صورت بود که بسته آموزشی بسته آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی توانسته منجر به کاهش میانگین نمرات ناگویی هیجانی دانش‌آموزان طلاق‌دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده شود. جهت رعایت اخلاق در پژوهش رضایت دانش‌آموزان برای شرکت در برنامه مداخله کسب و از کلیه مراحل مداخله آگاه شدند. هم‌چنین به افراد گروه گواه اطمینان داده شد که آنان نیز

در صورت تمایل پس از اتمام فرایند پژوهشی این مداخلات را دریافت خواهند نمود. همچنین به هر دو گروه اطمینان داده شد که اطلاعات آنها محرمانه باقی مانده و نیازی به درج نام نیست. جهت ایجاد انگیزه برای دانش‌آموزان برای شرکت در پژوهش حاضر، قبل از شروع مداخله، جوانب درمانی و آموزشی مداخلات برای شرکت‌کنندگان توضیح داده شد. این در حالی است که تمام فرایند اجرایی مداخله نیز به شکل رایگان برای آنها ارائه داده شد.

Table 1.  
Summary of psychological capital training sessions

شماره جلسه	شرح جلسه
جلسه اول	آشنایی و معارفه، بیان مقررات و قوانین گروه، بیان توضیحات مختصری در مورد اهداف جلسات آموزشی، توضیح در مورد عوارض طلاق بر فرزندان، توضیح در مورد سرمایه‌های روان‌شناختی و ویژگی‌های آن، توضیح در مورد مؤلفه‌های سرمایه روان‌شناختی، توضیح در مورد اثرات سرمایه روان‌شناختی بر سلامت روان، برگزاری پیش‌آزمون.
جلسه دوم	بررسی تکلیف منزل، توضیح در مورد مولفه امید، توضیح در مورد 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، ارائه تکلیف مرتبط.
جلسه سوم	بررسی تکلیف منزل، سرمایه روان‌شناختی (مؤلفه خوش‌بینی)، توضیح در مورد خوش‌بینی و ویژگی‌های افراد خوش‌بین، توضیح در مورد منبع کنترل، ویژگی‌های افراد با منبع کنترل درونی و بیرونی، توضیح در مورد سبک‌های تبیینی خوش‌بینانه و سبک تبیینی بدبینانه، ارائه تکلیف مرتبط.
جلسه چهارم	بررسی تکلیف منزل، سرمایه روان‌شناختی (مؤلفه خودکارآمدی)، توضیح در مورد خودکارآمدی، ویژگی‌های افراد خودکارآمد، توضیح در مورد ابعاد خودکارآمدی، توضیح در مورد منابع خودکارآمدی، ارائه تکلیف مرتبط.
جلسه پنجم	بررسی تکلیف منزل، سرمایه روان‌شناختی (مؤلفه تاب‌آوری): توضیح در مورد تاب‌آوری، ویژگی‌های افراد تاب‌آور. تاب‌آوری و حل مسئله، توضیح در مورد حل مسئله، ارائه تکلیف مرتبط.
جلسه ششم	بررسی تکلیف منزل، تاب‌آوری و مهارت‌های ارتباطی، توضیح در مورد مهارت‌های ارتباطی (مهارت‌های کلامی و مهارت‌های غیرکلامی (مهارت‌های صوتی و مهارت‌های غیر صوتی)، توضیح در مورد همدلی، اعتماد به نفس و قاطعیت، ارائه تکلیف مرتبط.
جلسه هفتم	بررسی تکلیف منزل، تاب‌آوری و خودگردانی، توضیح در مورد هدفمندی، انواع هدف، ویژگی‌های هدف خوب، ارائه تکلیف مرتبط.
جلسه هشتم	بررسی تکلیف منزل، تاب‌آوری و معنویت، استفاده از مقابله مذهبی در دشواری‌ها (نفی ناامیدی، استفاده از دعا و نیایش، سلامت روانی مرتبط با دعا کردن؛ قسمت دوم آموزش: چگونه قاطعانه رفتار کنیم؟ ارائه تکلیف مرتبط.
جلسه نهم	بررسی تکلیف منزل، رابطه سرمایه روان‌شناختی با خودآگاهی، توضیح در مورد انواع خود (خود فیزیکی، خود واقعی، خود معنوی، خود اجتماعی و خود آرمانی)، توضیح در مورد خودآگاهی هیجانی و روش‌های کنترل خشم، ارائه تکلیف مرتبط.
جلسه دهم	بررسی تکلیف منزل، توضیح در مورد اینکه چه کسی هستم و چه کسی خواهم شد، جمع‌بندی جلسات آموزشی، پاسخ‌گویی به پرسش‌های مخاطبین، برگزاری پس‌آزمون.

## یافته‌ها

در این پژوهش برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از دو سطح آمار توصیفی و استنباطی استفاده شده است. در سطح توصیفی از میانگین و انحراف استاندارد و در سطح آمار استنباطی از آزمون شاپیرو-ویلک جهت بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها، آزمون لوین برای بررسی برابری واریانس‌ها، آزمون موجلی جهت بررسی پیش‌فرض کرویت داده‌ها و همچنین از تحلیل واریانس آمیخته برای بررسی فرضیه پژوهش استفاده گردید. نتایج آماری با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS-۲۳ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یافته‌های توصیفی پژوهش در جدول ۲ ارائه شده است.

Table 2.

Mean and standard deviation of alexitimia in the In two groups of experimental and control

groups	Pre test		Post test		follow	
	mean	standard deviation	mean	standard deviation	mean	standard deviation
experimental Group	58.82	8.68	46.41	11.42	48.23	10.41
control Group	58.94	8.25	59.67	11.99	58.35	8.10

قبل از ارائه نتایج تحلیل آزمون واریانس آمیخته، پیش‌فرض‌های آزمون‌های پارامتریک مورد سنجش قرار گرفت. بر همین اساس نتایج آزمون شاپیرو ویلک بیانگر آن بود که پیش‌فرض نرمال بودن توزیع نمونه‌ای داده‌ها در متغیر ناگویی هیجانی در گروه‌های آزمایش و گواه در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری برقرار است ( $p > 0/05$ ). همچنین پیش‌فرض همگنی واریانس نیز توسط آزمون لوین مورد سنجش قرار گرفت که نتایج آن معنادار نبود که این یافته نشان می‌داد پیش‌فرض همگنی واریانس‌ها در متغیر ناگویی هیجانی رعایت شده است ( $p > 0/05$ ). از طرفی نتایج آزمون t نشان داد که تفاوت نمره‌های پیش‌آزمون گروه‌های آزمایش و گروه گواه در متغیر وابسته (ناگویی هیجانی) معنادار نبوده است ( $p > 0/05$ ). این در حالی بود که نتایج آزمون موجلی بیانگر نیز آن بود که پیش‌فرض کرویت داده‌ها در متغیر ناگویی هیجانی رعایت شده است ( $p > 0/05$ ).

نتایج آزمون تحلیل واریانس آمیخته نشان می‌دهد بر اساس ضرایب F محاسبه شده، عامل زمان یا مرحله ارزیابی تاثیر معناداری بر نمرات ناگویی هیجانی دانش‌آموزان طلاق با اختلال رفتار برونی‌سازی شده داشته و ۳۶ درصد از تفاوت در واریانس‌های نمرات ناگویی هیجانی دانش‌آموزان طلاق با اختلال رفتار برونی‌سازی شده را تبیین می‌کند. علاوه بر این، تاثیر عامل

Table 3.  
Mixed analysis of variance to investigate for alexitimia variable

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig	Partial Eta Squared	Observed Power
factor	734.88	1.47	497.71	15.46	0.001	0.36	1
group	1576.48	1	1576.48	12.37	0.001	0.33	1
Factor × group	809.31	1.47	548.12	17.02	0.001	0.39	1
error	1521.13	47.24	32.19				

عضویت گروهی (آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی) هم بر نمرات ناگویی هیجانی دانش‌آموزان طلاق با اختلال رفتار برونی‌سازی شده معنادار بوده و ۳۳ درصد از تفاوت در نمرات این متغیر را تبیین می‌کند. همچنین نتایج بیان‌گر آن است که اثر متقابل نوع درمان (آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی) و عامل زمان هم بر نمرات ناگویی هیجانی دانش‌آموزان طلاق با اختلال رفتار برونی‌سازی شده معنادار بوده و ۳۹ درصد از تفاوت در نمرات ناگویی هیجانی دانش‌آموزان طلاق با اختلال رفتار برونی‌سازی شده را تبیین می‌کند. توان آماری هم، حاکی از دقت آماری بالا و کفایت حجم نمونه جهت ارزیابی تاثیر تعامل گروه و زمان بر ناگویی هیجانی دانش‌آموزان طلاق با اختلال رفتار برونی‌سازی شده است. حال در ادامه در جدول ۴ مقایسه زوجی میانگین نمرات ناگویی هیجانی آزمودنی‌ها بر حسب مرحله ارزیابی با استفاده از آزمون تعقیبی بونفرنی ارائه شده است.

Table 4.  
Results of Bonferroni post hoc test for pairwise comparison of mean alexitimia in three stages

Base stage (mean)	Comparative stage (mean)	Mean differences	Standard deviation error	Sig
pretest	Post test	5.79	0.49	0.001
	follow	5.58	1	0.001
Post test	pretest	-5.79	0.49	0.001
	follow	-0.20	0.98	0.88

همانگونه نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد، بین میانگین نمرات مرحله پیش‌آزمون با پس‌آزمون و پیگیری در متغیر ناگویی هیجانی تفاوت معنادار وجود دارد. این بدان معناست که آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی توانسته به شکل معناداری نمرات پس‌آزمون و پیگیری ناگویی هیجانی را نسبت به مرحله پیش‌آزمون دچار تغییر نمایند. یافته دیگر این جدول نشان داد که

بین میانگین نمرات مرحله پس‌آزمون و پیگیری تفاوت معنادار وجود ندارد. این یافته را می‌توان این چنین تبیین نمود که نمرات ناگویی هیجانی دانش‌آموزان طلاق با اختلال رفتار برونی‌سازی شده که در مرحله پس‌آزمون دچار کاهش معنادار شده بود، توانسته این تغییر را در طول دوره پیگیری نیز حفظ نماید. در یک جمع‌بندی می‌توان بیان نمود آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی توانسته منجر به کاهش معنادار میانگین نمرات ناگویی هیجانی دانش‌آموزان طلاق با اختلال رفتار برونی‌سازی شده در مرحله پس‌آزمون شده 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 ناگویی هیجانی دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده انجام گرفت. نتایج نشان داد که بسته سرمایه‌های روان‌شناختی از نظر متخصصان دارای روایی محتوایی کافی می‌باشد. همچنین این بسته بر ناگویی هیجانی دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده تاثیر داشته و توانسته منجر به کاهش ناگویی هیجانی این دانش‌آموزان شود. 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 Farajzadeh et al. (2020) مبنی بر اثربخشی آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی بر اهمال‌کاری دانشجویان؛ با یافته Reisiee et al. (2021) مبنی بر اثربخشی آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی بر تحمل‌پریشانی و خودتنظیمی هیجانی مادران کودکان فلج مغزی؛ با گزارشات Ghodrati Esfahani and Moradi (2020) مبنی بر اثربخشی آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی بر امید در دانشجویان؛ و با نتایج پژوهش Ye et al. (2020) مبنی بر نقش سرمایه‌های روان‌شناختی در بروز رفتارهای ایمن همسو بود.

در تبیین یافته حاضر مبنی بر اثربخشی آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی بر ناگویی هیجانی دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده باید گفت که یکی از مبانی آموزشی سرمایه‌های روان‌شناختی، آموزش خودکارآمدی است. کسب خودکارآمدی بالا به استفاده از جلسات آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی، به ایجاد احساس آرامش در رویارویی با شرایط زندگی کمک می‌کند و برعکس افراد با خودکارآمدی پایین در موقعیت‌های دشوار دچار استرس،

اضطراب، افسردگی و ضعف در خودکارآمدی می‌شوند و این موجب تضعیف در تفکر آنان شده و به کاهش عملکرد آنان می‌انجامد (Tsaour et al., 2019). باورهای افراد درباره توانایی‌هایشان یا همان خودکارآمدی در این که آنها در موقعیت‌های تهدید کننده چه مقدار تنیدگی و افسردگی را تجربه کنند تأثیر بسزایی دارد. در واقع به واسطه تفکر ناکارآمد، افراد احساس استیصال و درماندگی کرده و سطح اضطراب و افسردگی در آنها افزایش می‌یابد. بر این اساس دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده، با کسب خودکارآمدی حاصل از آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی، می‌توانند نسبت به چگونگی پردازش روان‌شناختی و هیجانی خود احساس توانمندی نموده و از بروز پردازش هیجانی ناکارآمد جلوگیری کرده و در عوض ناگویی هیجانی کمتری را تجربه نمایند. در تبیینی دیگر مبنی بر اثربخشی آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی بر ناگویی هیجانی دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده، می‌توان گفت تاب‌آوری به عنوان یکی از مؤلفه‌های سرمایه‌های روان‌شناختی، از جمله سازه‌های منابع درون فردی است که با تأثیرگذاری مستقیم بر عملکرد افراد در موقعیت‌های استرس‌زا، می‌تواند تنیدگی‌ها و آثار نامطلوب آنها را تعدیل نموده و به عملکرد بهینه آنها در زمینه شناختی و هیجانی کمک نماید (Reisise et al., 2020). همچنین افرادی که تاب‌آوری بالایی دارند در شرایط استرس‌زا و موقعیت‌های ناگوار هیجانی، سلامت شناختی، روانی و هیجانی خود را حفظ کرده و پردازش‌های هیجانی کارآمدتری داشتند که این روند نیز با بهبود مدیریت و پردازش هیجانی، ناگویی هیجانی کمتری را تجربه نمایند. به طوری که در برخورد با مشکلات و فشارهای زندگی، با تسلط بر افکار، هیجانانگیز و رفتار خود، آمادگی هیجانی لازم برای مقابله با چالش‌های پیش رو را به دست می‌آورند؛ به عبارتی تاب‌آوری، باعث مقاوم شدن شخصیت، افزایش بینش و مهارت در اداره زندگی و برقراری ارتباط مؤثر با محیط اطراف و دیگران می‌گردد. این فرایند سبب می‌شود دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده، ظرفیت شناختی، روان‌شناختی و هیجانی خود را با بهره‌گیری از تاب‌آوری افزایش داده و ناگویی هیجانی پایین‌تری را تجربه نمایند. در تبیینی دیگر باید گفت که سرمایه‌های روان‌شناختی به عنوان سازه‌ای فراتر از سرمایه اجتماعی و درونی معرفی شده است و شامل هویت شما در راستای آنکه "آنچه شما هستید" و "آنچه شما می‌توانید باشید" می‌باشد. سرمایه‌های روان‌شناختی یک قابلیت سطح بالای مثبت با چهار بعد مهم خودکارآمدی، خوش‌بینی، تاب‌آوری و امیدواری است که به هنگام آموزش، تمام



این مولفه‌ها به افراد ارائه داده می‌شود. با دقت در مؤلفه‌های تشکیل دهنده سرمایه‌های روان‌شناختی، مشخص می‌شود که این مفاهیم ظرفیت روانی و هیجانی افراد را درگیر آموزش می‌کند که این روند نیز با بهبود مهارت شناختی و هیجانی دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده سبب می‌شود تا آنان ناگویی هیجانی کمتری را تجربه نمایند.

محدود بودن دامنه تحقیق به دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده شهر اصفهان و عدم مهار متغیرهای اثرگذار محیطی، خانوادگی و اجتماعی بر ناگویی هیجانی این دانش‌آموزان از محدودیت‌های پژوهش حاضر بود. پیشنهاد می‌شود برای افزایش قدرت تعمیم‌پذیری، در سطح پژوهشی، این پژوهش در سایر شهرها و مناطق و جوامع دارای فرهنگ‌های متفاوت، دانش‌آموزان دیگر مقاطع و اختلال‌های روان‌شناختی دیگر همانند دانش‌آموزان طلاق مبتلا به اختلال رفتار برونی‌سازی شده، دانش‌آموزان طلاق دارای رفتارهای پرخطر و مهار عوامل ذکر شده اجرا شود. با توجه به اثربخشی آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی بر ناگویی هیجانی دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده، در سطح کاربردی پیشنهاد می‌شود با تهیه برشور و کتابچه‌ای علمی، آموزش سرمایه‌های روان‌شناختی به مشاوران دوره متوسطه اول آموزش و پرورش ارائه داده شود تا با بکارگیری محتوای این مداخله، جهت کاهش ناگویی هیجانی دانش‌آموزان طلاق دارای اختلال رفتار برونی‌سازی شده گامی عملی بردارند.

---

**سهم مشارکت نویسندگان:** مهشید شعبانی، طراحی چارچوب کلی، تدوین محتوا و تحلیل مطالب، ارسال و اصلاحات مقاله؛ شهره قربان شیروودی، همکاری در طراحی چارچوب کلی، انتخاب رویکردها و بررسی نهایی؛ جواد خلعتبری، انتخاب روش پژوهش، انتخاب پرسشنامه‌ها و تجزیه و تحلیل داده‌های جمع‌آوری شده همه نویسندگان نسخه نهایی مقاله را مورد بررسی قرار داده و تأیید نموده‌اند.

**سپاسگزاری:** نویسندگان مراتب تشکر خود را از همه کسانی که با نقد و مشورت در تکمیل این پژوهش مؤثر بوده‌اند، اعلام می‌دارند.

**تضاد منافع:** نویسندگان اذعان می‌کنند که در این مقاله هیچ نوع تعارض منافی وجود ندارد. این مقاله مستخرج از رساله دکتری، با راهنمایی شهره قربان شیروودی و مشاورت جواد خلعتبری است.

**منابع مالی:** این مقاله از حمایت مالی برخوردار نبوده است.

---

## Reference

- Amani, Z., Kajbaf, M. B., & Maredpour, A. R. (2022). Training and development of indigenous compassion therapy package on mental health, psychological capital and lifestyle of working women in Isfahan. *Psychological Achievements*, 29(1), 117-138. <https://doi.org/10.22055/psy.2022.36584.2666> [Persian]
- Arami, Z., Sharifi, T., Ghazanfari, A., & Abedi, A. (2019). A Comparison of the Effectiveness of Fredrickson's Positive Thinking and Dweck's Mindset Programs on Psychological Capital of Gifted Ninth-Grade Girls with Test Anxiety in Isfahan. *Journal of Exceptional Children*, 19(3), 37-48. <https://doi.org/10.22108/ppls.2018.108975.1337> [Persian]
- Asli Azad, M., Manshaei, G., & Ghamarani, A. (2020). Effectiveness of Acceptance and Commitment Therapy on Cognitive Emotion Regulation and Intolerance of uncertainty of The Students with Obsessive-Compulsive Disorder. *Psychology of Exceptional Individuals*, 9(36), 33-53. <https://doi.org/10.22054/jpe.2019.44480.2027> [Persian]
- Bagby, R. M., Parker, J. D. A., & Taylor, G. J. (1994). The Twenty-Item Toronto Alexithymia scale-I: Item selection and cross-validation of the factor structure. *Journal of Psychosomatic Research*, 38, 23-32. [https://doi.org/10.1016/0022-3999\(94\)90005-1](https://doi.org/10.1016/0022-3999(94)90005-1)
- Bastaitis, 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, 98-108. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2018.02.005>
- Bitmiş, M. G., & Ergenelib, A. (2015). How psychological capital influences burnout: The mediating role of job insecurity. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 207, 363-368. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.10.106>
- Chalah, M. A., & Ayache, S. S. (2017). Alexithymia in multiple sclerosis: A systematic review of literature. *Neuropsychologia*, 104, 31-47. <https://doi.org/10.1016/j.neuropsychologia.2017.07.034>
- Crespin-Boucaud, J., & Hotte, Z. (2021). Parental divorces and children's educational outcomes in Senegal. *World Development*, 145, 1054-1060. <https://doi.org/10.1016/j.worlddev.2021.105483>
- 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, 102-109. <https://doi.org/10.1016/j.ijhm.2020.102462>
- Davyod, D. M. (2017). Alexithymia as a health risk and resilience factor. *Journal of Psychosomatic Research*, 101, 66-67. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2017.08.004>
- Farajzadeh, P., Ghazanfari, A., Chorami, M., & Sharifi, T. (2020). The Effectiveness of Training Psychological Capitals on Academic Procrastination of Female Teacher-Students with Low Academic

- Engagement. *Journal of Research in School and Virtual Learning*, 7(4), 31-42. <https://doi.org/10.30473/etl.2020.50537.3144> [Persian]
- Gharedaghi, E., & Mobinikesheh, F. (2020). Comparison of self concept clarity, role gender and emotional maturity in children with and without experience of divorce in parents. *Counseling Culture and Psychotherapy*, 11(42), 231-260. <https://doi.org/10.22054/qccpc.2020.49446.2302> [Persian]
- Ghodrati Esfahani, Z., & Moradi, A. (2020). Effectiveness of Psychological Capital Training and Behavioral Activation Therapy on the Hone of Isfahan Girl Students in Dormitory. *Women in Development and Politics*, 18(2), 293-312. <https://doi.org/10.22059/jwdep.2020.296246.1007783> [Persian]
- Golnavegani, F., Bavat, B., Maidian, V., & Aghaboorgi, S. (2019). Effectiveness of Acceptance and Commitment Therapy on the quality of attachment and altruism of the children with externalized behavioral problems. *Journal of Exceptional Children*, 18(4), 77-88. <http://joec.ir/article-1-834-fa.html> [Persian]
- Hatami, J., Khorshidi, M. M., Bahrami-Ehsan, H., Rahimi, S. A. S., & Hatami, A. J. (2013). The role of processing levels and mood matching in recognizing emotional words in people with Alexitimia. *Journal of Applied Psychology*, 7(1), 69-83. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.20084331.1392.7.2.3.4> [Persian]
- Karimi, S., Delavar, A., Ghaemi, F., Dortai, F. (2019). Effectiveness of Hone Therapy on Psychological Capital of Patients with Type II Diabetes Mellitus. *Journal of Diabetes Nursing*, 7(2), 809-819. <http://jdn.zbmu.ac.ir/article-1-362-fa.html> [Persian]
- Laletas, S., Khasin, M. (2021). Children of high conflict divorce: Exploring the experiences of primary school teachers. *Children and Youth Services Review*, 127, 106-109. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2021.106072>
- Ma, R., Chen, D., Alwis, J., & Xu, W. (2024). Mindful parenting, internalized and externalized problem behaviors among children: A latent cross-lagged model. *Children and Youth Services Review*, 161, 1076-1081. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2024.107667>
- 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, 33-39. <https://doi.org/10.1016/j.iedeen.2019.12.005>
- Mancini, V., Rigoli, D., Roberts, L., & Piek, J. (2019). Motor skills and internalizing problems throughout development: An integrative research review and update of the environmental stress hypothesis research. *Research in Developmental Disabilities*, 84, 96-111. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2018.07.003>
- Melegari, M. J., Ferri, F., Giallonardo, M., Donfrancesco, R., & Bruni, O. (2023). Changes in sleep duration and disturbances during Covid-19 lockdown and internalizing-externalizing behaviors in children with

- attention deficit hyperactivity disorders. *Sleep Medicine*, 101, 183-189. <https://doi.org/10.1016/j.sleep.2022.11.001>
- Molaei Yasavoli, H., & Abdi, M. (2015). The Comparison of Resiliency and Coping Strategies in Individuals with Drug Addiction and Normal. *Quarterly Journal of Social work*, 4(1), 24-29. <http://socialworkmag.ir/article-1-21-fa.html> [Persian]
- Montoya-Castilla, I., Postigo, S., Prado-Gasco, V., & Perez-Marin, M. (2018). Relationships between affective states and childhood internalizing disorders. *Archives of Psychiatric Nursing*, 32(4), 591-598. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2018.03.013>
- Moshtaghi, S., & Moayedfar, H. (2017). The role of psychological capital components (Hope, Optimism, Resiliency and Self-Efficacy) and Achievement goals Orientation in predicting Academic Procrastination in Students. *Quarterly Journal of Cognitive Strategies in Learning*, 5(8), 61-78. <https://doi.org/10.22084/j.psychogy.2017.9753.1299> [Persian]
- 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, 178-189. <https://doi.org/10.1007/s10862-008-9119-8>
- 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, 378-383. <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2017.09.009>
- Poots, A., & Cassidy, T. (2020). Academic expectation, self-compassion, psychological capital, social support and student wellbeing. *International Journal of Educational Research*, 99, 101-105. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2019.101506>
- Ramezani, S., Mohammadi, N., Alizadeh Chhar Borjh, T., & Rahmani, S. (2018). The Effectiveness of Resilient Education on the Coping Style and Optimism of Unprotected and Neglected children. *J Child Ment Health*, 4(4), 46-58. <http://childmentalhealth.ir/article-1-200-fa.html> [Persian]
- Reisiee, H., Sharifi, T., Ghazanfari, A., & Chorami, M. (2021). Comparison of the Effectiveness of Self-Compassion Therapy and Psychological Capital Training on Stress Tolerance and Emotional Self-Regulation. *Journal of Research in Behavioral Sciences*, 18(4), 481-492. <http://rbs.mui.ac.ir/article-1-891-fa.html> [Persian]
- 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, 1019-1023. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.101954>
- Sadeghian, A., Fakhri, M., & Hasanzadeh, R. (2019). Effectiveness of Acceptance and Commitment Training on Self-Worth and the Psychological Capital among Children of Divorce. *Community Health*, 6(3), 294-304. <https://doi.org/10.22037/ch.v6i3.24825> [Persian]

- Sangani, A., Dasht & Bozorgi, Z. (2018). The Effectiveness of Schema Therapy on General Health, Ruminating and Social Loneliness of Divorce Women. *Psychological Achievements*, 25(2), 201-216. <https://doi.org/10.22055/psy.2019.24944.2008> [Persian]
- Sehhati, M., Ashayeri, H., & Dolatabadi, S. H. (2021). Effectiveness of Psychological Capital Training on Health Promotion Behaviors and Psychological Flexibility in Autoimmune (Psoriasis) Patients. *Journal of Psychological Achievements*, 28(2), 19-28. <https://doi.org/10.22055/psy.2021.34776.2589> [Persian]
- Shahgholian, M., Moradi, A., & Kafae, M. (2007). Relationship of Alexithymia with Emotional Expression Styles and General Health among University Students. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, 13(3), 238-248. <http://ijpcp.iums.ac.ir/article-1-269-fa.html> [Persian]
- Shirzad, S., Kooshki, S., Ghanbari Panah, A., & Farzad, V. (2019). Modeling the Psychological Capital of Male Adolescents in NAJA Forces Families with Emotional Divorce Based on Personality Traits. *Journal of Police Medicine*, 8(1), 33-40. <http://jpmmed.ir/article-1-735-fa.html> [Persian]
- 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, 1054-1058. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2020.105443>
- Sotodehasl, N., Kahouei, M., Sensebli, A., Fodaji, F. (2018). Social and psychological capital and its relation with academic achievement among medical sciences students of Semnan university of medical sciences, Semnan, Iran. *Koomesh*, 20(2), 256-262. <http://koomeshjournal.semums.ac.ir/article-1-4294-fa.html> [Persian]
- Stapp, E. K., & Wilcox, H. C. (2020). Parental bipolar disorder, family environment, and offspring psychiatric disorders. *A systematic review*, 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>
- 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, 131-140. <https://doi.org/10.1016/j.ijhm.2019.03.016>
- Wilcox, H. C. (2020). Parental bipolar disorder, family environment, and offspring psychiatric disorders. *A systematic review*, 268, 69-81. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.03.005>
- Yaghobi, A., Naderipour, H., Yarmohammadi Vassel, M., & Mohagheghi, H. (2019). The explaining of Psychological Well-being based on Mindfulness. Need for Cognition and Psychological Capital in the students. *Educational*

*Psychology*, 15(52), 217-237. <https://doi.org/10.22054/jep.2019.35337.2381>  
[Persian]

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, 29-40. <https://doi.org/10.1016/j.jsr.2019.12.004>

Yousefi, N., Zomordi, S., & Benisi, P. (2017). The effectiveness of mindfulness-based cognitive training on the resilience of adolescents in divorced families with regard to culture in Iran, International Conference on the Culture of Psychopathology and Education. [Persian]

Zahedbolbolan, A., & Karimianpour, G. H. (2017). The mediator role of change self-efficacy in relationship between psychological capital and commitment to change. *Positive Psychology Research*, 3(2), 77-87. <https://doi.org/10.22108/ppls.2018.100333.0> [Persian]

