

آموزش مهارت‌های مدیریت خشم و رفتارهای پر خاشگرانه: یک مطالعه مروری

فاطمه شفیعی

کارشناسی ارشد حقوق جزا و جرم‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، خوراسگان، ایران

چکیده

رفتارهای پر خاشگرانه و خشونت‌آمیز در همه جوامع و در سطوح مختلف اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی قابل مشاهده است. نقش مهارت مدیریت خشم به‌عنوان عامل پیشگیرانه باعث شده که این تئوری مدنظر قرار گیرد که افراد پر خاشگر از بعد مهارت‌های مدیریت خشم با مشکلات جدی روبرو هستند. امروزه مداخلات مبتنی بر آموزش مهارت‌های مدیریت خشم برای کاهش رفتارهای پر خاشگرانه رو به افزایش است. روش پژوهش حاضر از نوع مروری و دربرگیرنده مقالات و مطالعات در خصوص آموزش مهارت‌های مدیریت خشم و بررسی اثربخشی آن‌ها در مواجهه با رفتارهای پر خاشگرانه است. در این مقاله مشخص شد که رفتارهای پر خاشگرانه در پرتو آموزش صحیح مهارت‌های مدیریت خشم قابل کنترل می‌باشد و آموزش افراد در جهت توانمندسازی آنان در ابعاد مختلف مهارت‌های مدیریت خشم می‌تواند گام بسیار مهم در پیشگیری و کاهش رفتارهای پر خاشگرانه باشد.

واژه‌های کلیدی: مهارت مدیریت خشم، پر خاشگری، خشم

مطالعات روانشناسی و علوم تربیتی

دوره ۴، شماره ۴، زمستان ۱۳۹۷، صفحات ۱۶۳-۱۴۷