

بررسی تفاوت اضطراب و پرخاشگری در افراد هنرمند و غیرهنرمند شهر تهران

Investigating the difference between anxiety and aggression in artists and non-artists in Tehran

Shaghayegh Varzdar

Master's degree in clinical psychology, Islamic Azad University, Ayatollah Amoly branch, Amol, Iran.

Email: Shaghivarzdar@gmail.com

Arsalan Khanmohammadi Otaghsara

Assistant Professor, Department of Psychology, Islamic Azad University, Ayatollah Amoly branch, Amol, Iran.

شقایق ورزدار*

کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد آیت ا... آملی، آمل، ایران.

ارسلان خان محمدی اطاقسرا

استادیار گروه روان شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد آیت ا... آملی، آمل، ایران.

Abstract

The present study investigated the difference between anxiety and aggression in artists and non-artists in Tehran. The purpose of this research is to investigate the difference between anxiety and aggression in artists and non-artists in Tehran. The method of the present research was a causal-comparative type of event. The statistical population of the present study included all the artists who are members of the Center of Writing, Directing and Acting in Tehran, as well as non-artists, including those working in one of the offices affiliated to the Ministry of Culture and Islamic Guidance in Tehran in the first six months of 1401. 60 artists and 60 non-artists with the age range of 30 to 45 years were selected by purposive sampling. Research tools include; Beck's anxiety (1990) and aggression were Bass and Perry (1992). Data analysis was done using univariate, multivariate and independent t analysis. The results of the present research show a significant difference in anxiety and aggression between artists and non-artists ($P < 0.05$). In terms of aggression and anxiety, artistic people were in a better situation than non-artistic people.

Keywords: Aggression, Anxiety, Artist, Non-Artist.

چکیده

پژوهش حاضر به بررسی تفاوت اضطراب و پرخاشگری در افراد هنرمند و غیرهنرمند در شهر تهران پرداخته است. هدف از انجام پژوهش حاضر بررسی تفاوت اضطراب و پرخاشگری در افراد هنرمند و غیرهنرمند شهر تهران می‌باشد. روش پژوهش حاضر رویدادی از نوع علی-مقایسه‌ای بود. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل تمامی هنرمندان عضو کانون نویسندگی، کارگردانی و بازیگری شهر تهران و همچنین افراد غیرهنرمند شامل افراد شاغل در یکی از ادارات وابسته به وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی در شهر تهران در شش ماهه اول سال ۱۴۰۱ بودند. تعداد ۶۰ نفر هنرمند و ۶۰ نفر غیرهنرمند با دامنه سنی ۳۰ تا ۴۵ سال بصورت نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند. ابزار پژوهش شامل؛ اضطراب بک (۱۹۹۰) و پرخاشگری باس و پری (۱۹۹۲) بودند. تحلیل داده‌ها با استفاده از تحلیل واریانس تک‌متغیره، چندمتغیره و t مستقل انجام شد. نتایج پژوهش حاضر بین افراد هنرمند و افراد غیرهنرمند اضطراب و پرخاشگری تفاوت معناداری وجود دارد ($P < 0.05$). از نظر پرخاشگری و اضطراب افراد هنرمند نسبت به افراد غیرهنرمند در وضعیت بهتر قرار داشتند.

واژه‌های کلیدی: پرخاشگری، اضطراب، هنرمند، غیر هنرمند.

مقدمه

ارتباط، همبستگی و پیوند هنر با روان‌شناسی و تمایل متخصصان و پژوهشگران روان‌شناسی به شناخت هر چه بیشتر ویژگی‌های روان‌شناختی، شخصیتی، منشی، عاطفی، هیجانی و اجتماعی هنرمندان تمایلی قدیمی و ریشه‌دار است. گذشته از این که هنر شامل خلاقیت و نوآوری است، طیف گسترده‌ای از مسائل و جنبه‌های روان‌شناختی اعم از شخصیتی، شناختی، خانوادگی و اجتماعی را در برمی‌گیرد و از بین‌گرایش‌ها و شاخه‌های مختلف روان‌شناسی به نظر می‌رسد روان‌شناسی گشتالت اولین شاخه‌ی روان‌شناسی بوده است که توجه و علاقه جدی به هنر داشته است (لینداور^۱، ۲۰۱۱) و در بحث پیرامون هنرمندان نخستین مطلب و مساله‌ای که مطرح می‌شود تعریف هنرمند است. لنا و لیندامن^۲ (۲۰۱۴) در طی یک پژوهش زمینه‌یابی وسیع در تعریف هنرمند می‌گویند:

«لفظ هنرمند برای شخصی به کار می‌رود که کار هنری را به صورتی انجام دهد که اشیاء و تفکرات هنری او هم توسط خود او و هم توسط دیگران دیده و پسندیده شود».

دید جامعه نسبت به هنرمندان، گروهی خاص با سبک فردی، منشی و شخصیتی خاص می‌باشد. پژوهش‌ها و تحقیقات علمی می‌تواند نشان دهد که آیا بر این رویکرد صحنه گذاشت و یا اینکه این رویکرد ناشی از برداشته‌های شخصی و یا تصمیم‌های نابجای شواهد موردی است. مطالعات و پژوهش‌های بیوگرافی شاعران و نویسندگان بزرگ در ۲۵۰ سال گذشته حاکی از آن است که حدود ۳۵۵ نفر از این هنرمندان به اختلالات روان‌شناختی شدید مبتلا بوده‌اند. ۴۲ درصد آنها از اختلالات خلقی، ۱۲/۵ درصد از وابستگی به مشروبات الکلی و ۳۵ درصد هم از اختلالات و مشکلات شخصیت رنج می‌بردند (راولینگ و لوکارینی^۳، ۲۰۰۸).

در مطالعات بیوگرافی کارلسون^۴ (۱۹۷۰) در بین نقاشان برجسته درصد بیشتری از روان‌پریشی (حدود ۳۵ درصد) نسبت به مردم عادی (حدود ۲ درصد) وجود داشته است از سوی دیگر در مطالعاتی که در چند سال اخیر انجام شده، مشخص شده است که میزان سلامت روانی، تاب‌آوری و بهزیستی روان‌شناختی در افراد هنرمند نسبت به افراد عادی بصورت معنادار بیشتر است و سطوح افسردگی، استرس، اضطراب و پریشانی روان‌شناختی در هنرمندان در مقایسه با هم‌تایان عادی‌شان بصورت معنادار پایین‌تر بود (وان رینس و هیریس^۵، ۲۰۲۰). با توجه به این نتایج ضد و نقیض در مورد هنرمندان و غیرهنرمندان، بررسی مولفه‌های روان‌شناختی در افراد هنرمند و غیرهنرمند مهم به نظر می‌رسد.

احتمالاً اضطراب یکی دیگر از مولفه‌های روان‌شناختی و هیجانی است که می‌تواند زندگی افراد مختلف از جمله هنرمندان و غیرهنرمندان (افراد عادی) را با مشکل مواجه سازد. اضطراب، هیجانی است که وضعیت ناخوشایندی از آشفتگی‌ها و پریشانی‌های داخلی و درونی را نشان می‌دهد که غالباً با رفتارهای عصبی مانند قدم‌زدن به جلو و عقب، شکایت‌های جسمانی، نگرانی و نشخوار فکری همراه است. اضطراب انتظارات تهدید در آینده است. در واقع اضطراب احساس ناراحتی و نگرانی است و به عنوان واکنش بیش از حد به وضعیت و شرایطی است که به طور ذهنی به عنوان یک تهدیدکننده دیده می‌شود (وانگ، برانان، لی، ژو، لانگ و برانان^۶، ۲۰۲۲). واگ، بیجرکیسیست و سیروستون^۷ (۲۰۲۱) در پژوهشی نشان دادند که میزان اضطراب و افسردگی در بین دانشجویانی که در رشته‌های هنر و موسیقی در حال تحصیل هستند به طور معناداری بیشتر از دانشجویان عادی (رشته‌های

¹ Lindauer

² Lena & Lindemann

³ Rawling & Iocarini

⁴ Karlsson

⁵ Van Rens & Heritage

⁶ Wang, Brennan, Li, Zhao, Lange & Brennan

⁷ Vaag, Bjerkeset & Sivertsen

غیرهنری) است، در مقابل جینکینس، فاریر و آجلا^۸ (۲۰۲۱) در پژوهشی نشان دادند فعالیت‌های هنری نقش موثری در سلامت روانی (اضطراب، افسردگی، اختلال در کارکرد اجتماعی و علایم جسمانی) و بهزیستی روانشناختی (روابط مثبت، معناداری، شکوفایی، احساسات مثبت و مشارکت) افراد هنرمند دارد به طوری که افراد هنرمند در مقایسه با افراد غیرهنرمند از نظر سلامت روانی و بهزیستی روانشناختی بصورت معنادار در وضعیت بهتری قرار داشتند.

پرخاشگری^۹، یکی از دیگر اختلالات روان‌شناختی و هیجانی است که در حال حاضر شیوع بالایی در گروه‌های مختلف مردم (محمدپور، ابراهیمی‌لبیل، اصغری و جباری، ۱۳۹۹) دارد. پرخاشگری یا رفتاری که منجر به آزار رساندن دیگران می‌شود معمولاً به عنوان تظاهرات خشم بیان می‌شود هر چند می‌تواند وسیله‌ای برای رسیدن به اهداف شخصی باشد (وینسترا، باشمن و کولی^{۱۰}، ۲۰۱۸). مطالعاتی که بر روی پرخاشگری صورت گرفته‌اند عوامل مختلفی از بافت اجتماعی تا زمینه‌های زیستی را مطرح می‌کنند مدل پرخاشگری عمومی رویکردی است که به صورت تئوریتیکال رفتارهای پرخاشگرانه را از دیرباز تفسیر می‌کرده است (آلن، اندرسون^{۱۱} و باشمن، ۲۰۱۸). بر اساس این تئوری و نظریه، شخص (ویژگی‌های شخصیتی، عقاید و باورها) و عوامل مربوط به موقعیت (تعاملات اجتماعی و فتنه‌انگیزی) می‌توانند بر رفتارهای پرخاشگرانه از طریق تأثیر بر وضعیت درونی اثر بگذارند (گارسیا-سانچو، سالگیور و فرناندز-بیروکال^{۱۲}، ۲۰۱۶).

پرخاشگری به مجموعه‌ای از اعمال پرخاشگرانه اطلاق می‌شود که هدف آن آزار رساندن به دیگران با دستکاری روابط بین فردی می‌باشد و با جنایت‌های اجتماعی و ناسازگاری‌های روان‌شناختی و هیجانی مرتبط است (ولگاریدو و کوکینوس^{۱۳}، ۲۰۲۰). رفتارهای پرخاشگرانه مانند پرخاشگری کلامی و پرخاشگری غیرکلامی یا بدنی (ضربه با پا و دست) جنبه‌ها و ابعاد مهمی از پرخاشگری هستند (شارما، کیشور، شارما و داگال^{۱۴}، ۲۰۱۷). پرخاشگری غیرکلامی یا بدنی به شیوه‌ای فعال از ابراز خشم مانند زخمی کردن، مشت‌زدن و ... اطلاق می‌شود (کارگو، رینوالت، بیگارت، نویس، ساتمارین و بولر^{۱۵}، ۲۰۱۹). نتایج پژوهش آبراهان، شیفرز و جاستیل^{۱۶} (۲۰۲۱) نشان دادند که فعالیت‌های پیچیده با پتانسیل بالای شناختی بعنوان یکی از ابعاد مهم در عدم بروز رفتارهای پرخاشگرانه در بین موسیقیدان‌ها بطور معنادار بیشتر از افراد غیرموسیقیدان (افراد عادی) است. نتایج پژوهش واگ، سوند^{۱۷} و بیجرکیسیت (۲۰۱۸) بیانگر این مطلب بود که میزان ویژگی شخصیتی و منشی روان‌رنجور خوبی بعنوان یکی از مولفه‌های زمینه‌ساز پرخاشگری، در بین هنرمندانی که در زمینه نوازندگی و موسیقی کار می‌کنند بطور معنادار بیشتر از افراد عادی است.

اگر چه ویژگی‌ها، صفات و نیم‌رخ روانشناختی و هیجانی هنرمندان در پژوهش‌هایی در داخل و خارج کشور مورد بررسی و تحلیل قرار گرفته است، اما با توجه به جستجوهای انجام شده توسط پژوهشگر اکثر پژوهش‌های داخل کشور به بررسی ویژگی‌ها، صفات و نیم‌رخ شخصیتی هنرمندان پرداخته‌اند و به سایر صفات، جنبه‌ها و ویژگی‌های روانشناختی و هیجانی هنرمندان داخل کشور پرداخته نشده است و در مورد بسیاری از صفات و ویژگی‌های روانشناختی و هیجانی هنرمندان یافته‌های علمی وجود نداشته و مغفول مانده است و از سوی دیگر با توجه به اینکه نتایج پژوهش‌های مختلف در مورد مقایسه ویژگی‌های روانشناختی و هیجانی در افراد هنرمند و غیرهنرمند ضد و نقیض بوده است، بنابراین پژوهش حاضر برای اولین بار قصد دارد که به صورت

⁸ Jenkins, Farrer & Aujla

⁹ aggression

¹⁰ Veenstra, Bushman & Koole

¹¹ Allen, Anderson

¹² García-Sancho, Salguero & Fernández-Berrocal

¹³ Voulgaridou & Kokkinos

¹⁴ Sharma, Kishore, Sharma & Duggal

¹⁵ Crago, Renoult, Biggart, Nobes, Satmarean & Bowler,

¹⁶ Abrahan, Shifres & Justel

¹⁷ Sound

همزمان دو ویژگی روانشناختی و هیجانی اضطراب و پرخاشگری را در هنرمندان مورد بررسی و تحلیل قرار دهد، بنابراین پژوهش حاضر در پی پاسخگویی به این پرسش است که آیا بین دو گروه از افراد هنرمند و غیرهنرمند (افراد عادی) از نظر اضطراب و پرخاشگری تفاوت معناداری وجود دارد؟

مبانی نظری

اضطراب

رایج‌ترین واکنش به یک عامل فشارزا، اضطراب است. منظور از اضطراب، هیجان ناخوشایندی است که معمولاً با این کلمات توصیف می‌کنیم: نگرانی، تشویش، تنش و ترس. احساساتی که هر از گاهی با شدت‌های مختلف دچارش می‌شوند. کسانی که با وقایعی ورای حد معمول رنج و درد آدمی (مثلاً با فجایع طبیعی، تجاوز یا آدم‌ربایی) روبرو می‌شوند، بعضی اوقات دچار مجموعه علائم شدید و مرتبط با اضطراب می‌شوند. اختلال فشار روانی آسیب‌زا، ممکن است بلافاصله پس از فاجعه به وجود آید یا اینکه هفته‌ها، ماه‌ها یا حتی سال‌ها بعد بر اثر یک فشار روانی جزئی ظاهر شود و مدت‌ها ادامه یابد (قنبری‌آذر، ۱۳۹۸). امروزه اضطراب و دلواپسی برای میلیون‌ها انسان به صورت مشکلی غیر قابل حل و خسته‌کننده درآمده است، ولی باید در نظر داشت که نگرانی‌ها همه مخرب نیستند و به کمک یک برنامه‌ریزی دقیق می‌توان آن‌ها را از بین برد. نگرانی مفرط یا به عبارت دیگر - دلشوره - یک بیماری روحی است که باعث می‌شود سلامتی جسمی به خطر بیفتد. نگرانی‌ها اغلب نتیجه تعبیر نادرست افراد از حقیقت است. ما می‌توانیم روح حقیقت‌گرایی و واقع‌بینی را به طرق مختلف در خودمان تقویت کنیم (کاشف‌زرع، ۱۴۰۱).

اضطراب در اثر احساس یک خطر دائمی و نامشخص بوجود می‌آید و فرد مضطرب طعمه اضطراب خود است و ذهن او صحنه‌هایی را تولید می‌کند که عینیت ندارد. اضطراب علاوه بر آثار سوپی که بر رفتار فرد می‌گذارد، بر روی عملکرد فرد نیز اثر منفی دارد (گنجی، ۱۳۹۲).

خشم و پرخاشگری

خشم به شیوه‌های گوناگونی تعریف شده است. خشم را به عنوان یک هیجان مفید تعریف می‌کند که اگر خارج از کنترل باشد و روابط میان فردی افراد را تحت تاثیر قرار دهد می‌تواند مخرب هم باشد. خشم از نظر مفهومی به عنوان احساس مخالفت یا عدم رضایت از یک شخص یا یک موقعیت است. خشم می‌تواند همراه با احساس رنجش، بی‌قراری، غضب، غیظ، هیجانات شدید، عصبانیت و خصومت باشد (تاوریس^{۱۸}، ۱۹۹۸؛ ترجمه تقی‌پور و درودی، ۱۳۹۲).

اسپیلبرگر^{۱۹} (۱۹۸۳؛ به نقل از رفاقت، ۱۳۹۰) خشم را اینگونه تعریف می‌کند: خشم به حالتی عاطفی یا هیجانی که از تهییج ملایم تا عصبانیت شدید گسترده است اطلاق می‌شود. در سال‌های بعد اسپیلبرگر این تعریف را گسترش داد تا تحریک و فعالیت دستگاه عصبی خودمختار را که با مفهوم خشم در ارتباط است، در برگیرد. اما این تعریف جدید اغلب با مفهوم پرخاشگری و خصومت همپوشی دارد.

خشم احساسی است در برگیرنده این باور که فرد تعمداً یا غیرعمد مورد بی‌احترامی واقع شده است و می‌خواهد آن احترام دوباره بر گردد. آنها معتقدند چیزی که بیشترین اهمیت را برای فرد دارد «خود» است. آنها ملاحظه کرده‌اند که این تعریف در برگیرنده ارزیابی شناختی و گرایش به عمل است که دو ویژگی اصلی خشم هستند (میرزاییگی، ۱۳۹۳).

¹⁸ Tavris

¹⁹ Spilberger

نشانه‌های پرخاشگری

نشانه‌های پرخاشگری را می‌توان به چند دسته تقسیم کرد:

۱- نشانه‌های برانگیختگی بدنی

۲- نشانه‌های شناختی

۳- نشانه‌های رفتاری

نشانه‌های بدنی پرخاشگری: پرخاشگری در خفیف ترین شکل خود به صورت برانگیختگی بدنی احساس می‌شود و در شدیدترین حالت به صورت خشم شدید تجربه می‌شود. بنابراین علائم برانگیختگی بدنی و مقابله به موقع با آن‌ها می‌تواند از بروز خشم جلوگیری کرد. نشانه‌های برانگیختگی بدنی شامل احساس داغ شدن و گرما، احساس انرژی زیاد، سرخ شدن پوست، احساس لرزش در دست‌ها، تنفس سریع و سطحی، احساس تنیدگی فشار در عضلات، افزایش ضربان قلب و نبض می‌باشد (رفاقت، ۱۳۹۰).

نشانه‌های شناختی پرخاشگری: در حالت پرخاشگری افکار تان رنگ دیگری به خود می‌گیرند. معمولاً در لحظه خشم افکار منفی و غیرمنطقی دارید و به دلیل تحریف‌های شناختی بخشی از اطلاعات را نادیده می‌گیرید. بخشی را پررنگ و بخشی دیگر از اطلاعات را تحریف می‌کنید بنابراین نمی‌توانید قضاوت درستی داشته باشید. عمده ترین تحریف‌های شناختی عبارتند از: تفکر همه یا هیچ، تعمیم بیش از اندازه، فیلتر ذهنی، بی‌توجهی به امر مثبت، نتیجه‌گیری شتابزده، ذهن خوانی، پیشگویی و ... (حاتمی، ۱۳۹۶).

نشانه‌های رفتاری پرخاشگری: نشانه‌های رفتاری پرخاشگری همان رفتارهای پرخاشگرانه هستند که تحت تاثیر عوامل یا برانگیزاننده‌هایی برانگیخته می‌شوند. یکی از روش‌های کنترل خشم و پرخاشگری شناسایی و مقابله با عواملی است که به پرخاشگری منجر می‌شوند و به کمک مهارت حل مسئله می‌توان برانگیزاننده‌ها یا عوامل ایجادکننده خشم را مانند مسایلی فرض و به حل آنها پرداخت. برانگیزاننده‌ها عواملی هستند که در برانگیختن خشم نقش دارند. این عوامل می‌توانند بیرونی باشند مانند رویارویی با یک تهدید، معطل شدن در اتاق انتظار پزشک و ... برخی دیگر از برانگیزاننده‌ها ممکن است درونی باشند نظیر خاطرات، اعتقادات و ارزش‌ها و طرز تلقی شما نسبت به چیزی خاص ... (میرزایی، ۱۳۹۳).

روش تحقیق

روش تحقیق پژوهش حاضر پس رویدادی از نوع علی-مقایسه‌ای است. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه هنرمندان مشغول به فعالیت در کانون‌های نویسندگی، بازیگری و کارگردانی شهر تهران در شش ماهه اول سال ۱۴۰۱ بودند و جامعه آماری افراد غیرهنرمند یا عادی که شامل افراد ساکن شهر تهران در شش ماهه اول سال ۱۴۰۱ شاغل در یکی از ادارات زیرمجموعه وزارت فرهنگ و ارشاد که هنرمند نبودند، بود. در تحقیقات پس رویدادی حجم نمونه حداقل ۳۰ نفر در هر گروه توصیه می‌شود (دلور، ۱۳۹۰). با توجه به اینکه روش نمونه‌گیری در دسترس و داوطلبانه از روش‌های نمونه‌گیری آماری است که عموماً در تحقیقات و پژوهش‌های کاربردی مورد استفاده قرار می‌گیرد (سرمد، بازرگان و حجازی، ۱۳۹۸) و تحقیق حاضر در زمره تحقیقات کاربردی است از روش نمونه‌گیری در دسترس و داوطلبانه استفاده شد. بر این اساس نمونه پژوهش حاضر شامل ۶۰ نفر افراد هنرمند و ۶۰ نفر افراد غیرهنرمند، که بصورت نمونه‌گیری هدفمند و داوطلبانه انتخاب شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش برای گروه هنرمند شامل؛ عضویت در کانون نویسندگی، بازیگری و کارگردانی شهر تهران به مدت دو سال و بیشتر، تحصیلات آکادمیک در زمینه رشته هنری موردنظر، سن ۳۰ تا ۴۵ سال، موافقت جهت شرکت در پژوهش، عدم ابتلاء به اختلالات روانپزشکی و روانشناختی، عدم مصرف داروهای روانگردان، مواد مخدر و مشروبات الکلی و ساکن بودن در شهر

تهران. ملاک‌های ورود به پژوهش برای گروه غیرهنرمند شامل؛ تحصیلات آکادمیک در زمینه رشته‌های غیرهنری، سن ۳۰ تا ۴۵ سال، موافقت جهت شرکت در پژوهش، عدم ابتلاء به اختلالات روانپزشکی و روانشناختی، عدم مصرف داروهای روانگردان، موادمخدر و مشروبات الکلی و ساکن بودن در شهر تهران. در پژوهش حاضر از سه ابزار جمع‌آوری داده‌ها و اطلاعات استفاده شد که شامل اضطراب و پرخاشگری می‌باشد:

مقیاس اضطراب بک: این مقیاس ۲۱ گویه‌ای اضطراب بک یا BAI یک مقیاس خودسنجی است که توسط بک و استیر (۱۹۹۰) و به منظور اندازه‌گیری شدت علائم و نشانه‌های اضطراب نوجوانان، جوانان و بزرگسالان طراحی شد. این مقیاس توسط کاویانی و موسوی (۱۳۸۷) به فارسی ترجمه شده است و در داخل ایران هنجاریابی شده است. این مقیاس در طیف لیکرت ۴ درجه‌ای از ۰ تا ۳ پاسخ‌دهی و نمره‌گذاری می‌شود و هر گویه بازتاب یکی از علائم و نشانه‌های اضطراب است که غالباً افرادی که مضطرب هستند یا کسانی که در وضعیت و موقعیت اضطراب‌برانگیز قرار می‌گیرند، تجربه می‌کنند (بک و استیر، ۱۹۹۰). دامنه نمرات اضطراب ۰ تا ۶۳ خواهد بود و در صورتی که نمره به دست آمده در دامنه صفر تا ۷ باشد، فرد مورد بررسی هیچ اضطرابی ندارد؛ اگر بین ۸-۱۵ باشد، اضطراب خفیف؛ اگر بین ۱۶-۲۵ باشد متوسط و اگر بین ۲۶-۶۳ باشد، نشان‌دهنده اضطراب شدید است. لوباج و گاتز^{۲۱} (۲۰۰۵) در پژوهش خود ضریب همسانی درونی این مقیاس را ۰/۹۲، پایایی آن را به فاصله یک هفته ۰/۷۵ و همبستگی سوالات را از ۰/۳ تا ۰/۷۶ به صورت متغیر گزارش دادند. کاویانی و موسوی (۱۳۸۷) نشان دادند که مقیاس اضطراب بک در جامعه ایرانی دارای روایی ($r=0.72; P<0.001$)، پایایی ($r=0.83; P<0.001$) و همسانی و ثبات درونی ($\text{Alpha}=0.92$) مناسبی است.

پرسشنامه پرخاشگری باس و پری: پرسشنامه پرخاشگری باس و پری در سال ۱۹۹۲ تهیه شده است که دارای ۲۹ گویه است. این پرسشنامه به صورت پنج گزینه‌ای لیکرت از ۱ (به شدت شبیه من است) تا ۵ (کاملاً شبیه من است) نمره‌گذاری می‌شود و دارای چهار خرده مقیاس پرخاشگری بدنی، پرخاشگری کلامی، خشم و خصومت است. این پرسشنامه دارای اعتبار و روایی مناسب و قابل قبولی است. اعتبار آزمون به روش بازآزمایی (با فاصله ۹ هفته) برای چهار خرده مقیاس ۰/۷۲ تا ۰/۸۰ گزارش شده است. همبستگی بین این چهار خرده مقیاس ۰/۳۸ تا ۰/۴۹ بوده است. اعتبار این آزمون به روش همسانی درونی (ضریب آلفای کرونباخ) برای خرده مقیاس‌های پرخاشگری بدنی، پرخاشگری کلامی، خشم و خصومت به ترتیب ۰/۸۲، ۰/۸۱، ۰/۸۳ و ۰/۸۰ بوده است (باس و پری، ۱۹۹۲). اعتبار نسخه فارسی این پرسشنامه به روش همسانی درونی ($r=0.70-0.83$) و بازآزمایی ($r=0.68-0.78$) گزارش شده است. شایان ذکر است که پرسشنامه پرخاشگری باس و پری (۱۹۹۲) از روایی سازه مناسبی در داخل کشور برخوردار است (سامانی، ۱۳۸۶).

بعد از انتخاب نمونه‌های پژوهش، قبل از اجرای پرسشنامه‌ها، پژوهشگر توضیحاتی در مورد موضوع و اهداف پژوهش به شرکت‌کنندگان ارائه کرد و اظهار داشت که جهت رعایت ملاحظات اخلاقی پژوهش لازم به نوشتن نام و نام خانوادگی نیست و اطلاعات شما بصورت گروهی مورد بررسی قرار می‌گیرد و نه به صورت فردی و همچنین چنانچه کسانی رضایت کامل در شرکت در پژوهش را ندارند می‌توانند در پژوهش شرکت نکنند. بعد از بیان این موارد، پرسشنامه‌ها بصورت گروهی در بین شرکت‌کنندگان توزیع شد و بعد از پاسخگویی پرسشنامه‌ها توسط پژوهشگر جمع‌آوری شد و مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. برای بررسی نرمال بودن متغیرهای پژوهش حاضر؛ اضطراب و پرخاشگری و مولفه‌های آن؛ پرخاشگری بدنی، پرخاشگری کلامی، خشم و خصومت را در بین دو گروه از افراد هنرمند و غیرهنرمند از دو شاخص رایج برای بررسی نرمال بودن و بهنجاری بودن، شامل کجی^{۲۲} و کشیدگی^{۲۳} استفاده شد که قدر مطلق ضریب کجی و کشیدگی برای متغیرهای پژوهش باید به ترتیب کمتر

²⁰ Steer

²¹ Loebach & Gatz

²² Skewness

²³ kurtosis

از ۳ و کمتر از ۱۰ باشد. در پژوهش حاضر بر اساس جدول ۱ کجی و کشیدگی متغیرهای پژوهش به ترتیب کمتر از ۳ و کمتر از ۱۰ بودند؛ بنابراین، توزیع تمامی متغیرهای پژوهش حاضر در بین دو گروه از افراد هنرمند و غیرهنرمند، نرمال و بهنجار بوده و می‌توان از آزمون‌های پارامتریک جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها استفاده کرد.

جدول ۱: نتایج آزمون نرمال بودن متغیرهای پژوهش در بین دو گروه از افراد هنرمند و غیرهنرمند با استفاده از آزمون کالموگروف-اسمیرنوف

غیرهنرمند		هنرمند		گروه‌ها
سطح معناداری	K-S	سطح معناداری	K-S	متغیرها
۰/۱۲۳	۰/۱۱۸	۰/۲۰۰	۰/۰۹۴	اضطراب
۰/۲۰۰	۰/۰۸۵	۰/۲۰۰	۰/۰۸۸	پرخاشگری بدنی
۰/۲۰۰	۰/۰۷۷	۰/۲۰۰	۰/۰۹۰	پرخاشگری کلامی
۰/۱۵۴	۰/۱۳۵	۰/۱۵۶	۰/۱۳۲	خشم
۰/۱۵۲	۰/۱۳۹	۰/۲۰۰	۰/۰۸۸	خصومت
۰/۲۰۰	۰/۰۶۸	۰/۲۰۰	۰/۰۹۱	نمره کلی پرخاشگری

علاوه بر اینکه برای بررسی نرمال بودن داده‌های مربوط به متغیرهای پژوهش در دو گروه از زنان عادی و چاق از کجی و کشیدگی استفاده شد برای صحت و سقم بیشتر از آزمون کالموگروف اسمیرنوف هم برای بررسی نرمال بودن داده‌های پژوهش استفاده شد. همانطور که در جدول ۱، مشاهده می‌شود در تمامی متغیرهای پژوهش حاضر در دو گروه از افراد هنرمند و غیرهنرمند مقادیر به دست آمده از آزمون کالموگروف اسمیرنوف معنادار نمی‌باشد ($P > 0/05$). بر این اساس تمامی داده‌های مربوط به متغیرهای پژوهش حاضر نرمال می‌باشند و می‌توان برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون‌های پارامتریک استفاده کرد.

فرضیه اول پژوهش

بین اضطراب در افراد هنرمند و غیرهنرمند تفاوت وجود دارد.
برای بررسی فرضیه دوم پژوهش حاضر از آزمون t برای دو گروه مستقل استفاده شد.

جدول ۲: نتایج آزمون t برای مقایسه اضطراب در دو گروه از افراد هنرمند و غیرهنرمند

متغیر	t	Df	سطح معناداری
اضطراب	۲/۹۷۲	۱۱۸	۰/۰۰۴

بر اساس نتایج به دست آمده از جدول ۲، نتایج حاصل از آزمون t بیانگر این مطلب بین دو گروه از افراد هنرمند و غیرهنرمند از نظر اضطراب تفاوت معناداری وجود دارد ($P < 0/004$; $t = 2/972$)؛ بر اساس میانگین نمرات دو گروه در متغیر اضطراب مشخص می‌شود که میانگین نمرات اضطراب در بین افراد هنرمند به طور معناداری کمتر از افراد غیرهنرمند است. بر اساس نتایج به دست آمده فرضیه دوم پژوهش مورد تایید قرار می‌گیرد و می‌توان گفت که بین اضطراب در افراد هنرمند و غیرهنرمند تفاوت معناداری وجود دارد.

فرضیه دوم

بین پرخاشگری در افراد هنرمند و غیرهنرمند تفاوت وجود دارد.

جهت بررسی فرضیه سوم پژوهش حاضر از آزمون تحلیل واریانس تک متغیره برای نمره کلی پرخاشگری و آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره برای زیرمولفه‌های پرخاشگری استفاده می‌شود.

جدول ۳: نتایج آزمون تحلیل واریانس تک متغیره جهت مقایسه نمره کلی پرخاشگری در دو گروه

متغیرها	مجموع مجزورات	Df	میانگین مجزورات	F	سطح معناداری
پرخاشگری	۱۱۳۱/۸۴۷	۱	۱۱۳۱/۸۴۷	۱۲/۵۳۱	۰/۰۰۱

بر اساس نتایج به دست آمده از جدول ۳، بین دو گروه از افراد هنرمند و غیرهنرمند در نمره کلی پرخاشگری ($P < 0/001$)؛ تفاوت معناداری وجود دارد؛ مقایسه میانگین دو گروه از افراد هنرمند و غیرهنرمند بیانگر این است که میانگین افراد هنرمند از نظر نمره کلی پرخاشگری بطور معناداری کمتر از افراد غیرهنرمند است. قبل از استفاده از آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره برای مقایسه مولفه‌های پرخاشگری جهت رعایت پیش‌فرض‌های آن، از آزمون لوین و باکس استفاده شد.

جدول ۴: نتایج آزمون لوین و باکس در مورد پیش‌فرض‌های تحلیل واریانس چندمتغیره

آزمون لوین				
متغیرها	F	Df1	Df2	سطح معناداری
پرخاشگری کلامی	۰/۰۸۷	۱	۱۱۸	۰/۷۶۹
پرخاشگری بدنی	۰/۴۵۷	۱	۱۱۸	۰/۵۰۱
خشم	۱/۲۰۹	۱	۱۱۸	۰/۲۷۴
خصوصیت	۰/۸۷۸	۱	۱۱۸	۰/۳۵۱
آزمون باکس				
Box's M	F	Df1	Df2	سطح معناداری
۱۴/۷۶۱	۱/۴۲۲	۱۰	۶۶۵۶۸/۹۲۴	۰/۱۶۳

بر اساس جدول ۴، نتایج حاصل از آزمون لوین نشان می‌دهد که شرط همسانی واریانس‌های بین‌گروهی برای متغیرهای پژوهش حاضر در زمینه مولفه‌های پرخاشگری؛ پرخاشگری کلامی، پرخاشگری بدنی، خشم و خصوصیت رعایت شده است؛ زیرا نتایج آن برای هیچ یک از متغیرهای مورد بررسی معنادار نبوده است ($P > 0/05$)، علاوه بر این، بر اساس جدول ۴ نتایج حاصل از آزمون باکس بیانگر این مطلب است که این آزمون برای هیچ یک از متغیرها معنی‌دار نبود، بنابراین شرط همگنی ماتریس‌های واریانس/کوواریانس رعایت شده بود ($P > 0/05$).

جدول ۵: نتایج آزمون‌های معناداری تحلیل واریانس چندمتغیره برای اثر اصلی متغیر گروه بر متغیر وابسته

متغیر	نوع آزمون	ارزش	F	سطح معناداری
گروه	اثر پیلایی	۰/۱۳۹	۴/۶۳۹	۰/۰۰۲
	لامبدای ویکلز	۰/۸۶۱	۴/۶۳۹	۰/۰۰۲
	اثر هتلینگ	۰/۱۶۱	۴/۶۳۹	۰/۰۰۲

۰/۰۰۲	۴/۶۳۹	۰/۱۶۱	بزرگترین ریشه ری
-------	-------	-------	------------------

جدول ۵ نشان می‌دهند، آزمون‌های چهارگانه تحلیل واریانس چندمتغیری مربوط به مولفه‌های پرخاشگری از لحاظ آماری معنادار می‌باشد ($P < ۰/۰۰۲$)، که این نتایج بیانگر آن هستند که می‌توان حداقل از تفاوت در یک متغیر در بین افراد هنرمند و غیرهنرمند سخن گفت.

جدول ۶: نتایج آزمون‌های اثر گروه بر متغیرهای وابسته

متغیرها	مجموع مجذورات	Df	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
پرخاشگری کلامی	۱۳۲/۸۰۹	۱	۱۳۲/۸۰۹	۷/۷۹۶	۰/۰۰۶
پرخاشگری بدنی	۱۳۲/۱۳۷	۱	۱۳۲/۱۳۷	۹/۱۳۲	۰/۰۰۳
خشم	۶۱/۸۶۴	۱	۶۱/۸۶۴	۳/۴۵۱	۰/۰۶۶
خصومت	۷/۶۰۸	۱	۷/۶۰۸	۰/۷۷۹	۰/۳۷۹

بر اساس نتایج به دست آمده از جدول ۶، بین دو گروه از افراد هنرمند و غیرهنرمند در مولفه‌های مربوط به پرخاشگری؛ پرخاشگری کلامی ($F=۷/۷۹۶$ ؛ $P < ۰/۰۰۶$) و پرخاشگری جسمانی ($F=۹/۱۳۲$ ؛ $P < ۰/۰۰۳$)، تفاوت معناداری وجود دارد؛ مقایسه میانگین دو گروه از افراد هنرمند و غیرهنرمند بیانگر این است که میانگین پرخاشگری کلامی و پرخاشگری جسمانی در افراد هنرمند به طور معنادار کمتر از افراد غیرهنرمند است، علاوه بر این از نظر خشم ($F=۳/۴۵۱$ ؛ $P > ۰/۰۵$) و خصومت ($F=۰/۷۷۹$ ؛ $P > ۰/۰۵$) تفاوت معناداری بین دو گروه از اراد هنرمند و غیرهنرمند مشاهده نشده است. بر اساس نتایج بدست آمده نیمی از فرضیه سوم پژوهش حاضر تایید شده و می‌توان گفت که بین افراد هنرمند و غیرهنرمند از نظر نمره کلی پرخاشگری و پرخاشگری کلامی و پرخاشگری جسمانی تفاوت معناداری وجود دارد.

نتیجه گیری

نتایج حاصل از فرضیه دوم پژوهش حاضر با نتایج پژوهش‌های پیشین همچون؛ کیخا و همکاران (۱۴۰۰) و وان رینس و هیریس (۲۰۲۰) همسو بوده است و در یک راستا قرار داشته‌اند. وان رینس و هیریس (۲۰۲۰) در پژوهشی که در بین هنرمندان سیرک انجام دادند، به این نتیجه دست یافتند که سلامت روانی (سطوح پایین اضطراب، سطوح پایین افسردگی، سطوح بالای تعاملات اجتماعی و کیفیت خواب)، بهزیستی روانشناختی و تاب‌آوری هنرمندان بطور معنادار بیشتر از افراد غیرهنرمند بوده است. در تبیین نتایج حاصل از فرضیه اول پژوهش حاضر می‌توان به نقش هنر و فعالیت‌های هنری بعنوان یک محرک نیرومند جهت ابراز و بیان هیجانات منفی و تنظیم هیجانی بصورت مثبت و سازگارانه اشاره کرد. هنر و فعالیت‌های مبتنی بر هنر به افراد هنرمند کمک می‌کند تا از راهبردهای مقابله‌ای و سبک‌های مقابله‌ای مناسب، مساله‌مدار، منطقی و با ثبات در جهت مقابله با موقعیت‌های مختلف اضطرابی استفاده نمایند. از سوی دیگر هنر و فعالیت‌های مبتنی بر هنر به علت بیان مستقیم رویاها، تخیلات و سایر تجارب فردی و شخصی بصورت تصاویر و همچنین بازداری و سانسور کمتر عواطف و هیجانات منفی همچون اضطراب و انتقال این عواطف و هیجانات منفی و ناسازگارانه به مسیری دیگر که قابل قبول فرد و جامعه است، اضطراب افراد را کاهش می‌دهد و همچنین هنر و فعالیت‌های مبتنی بر هنر با ایجاد اوقات لذت بخش برای افراد هنرمند، ایجاد خاطرات و علایق مثبت و سازگارانه، انتقال عواطف و هیجانات منفی مبتنی بر اضطراب در مسیری که فرد می‌تواند این عواطف و هیجانات منفی را به روشی خلاقانه که مورد پسند فرد است ارضا کنند که می‌تواند موجب کاهش رفتارهای مضطربانه در افراد هنرمند شود.

بر اساس نتایج به دست آمده از فرضیه دوم مشخص شد که بین نمره کلی پرخاشگری و مولفه‌های؛ پرخاشگری کلامی و پرخاشگری بدنی در بین دو گروه از افراد شرکت کننده در این پژوهش یعنی افراد هنرمند و غیرهنرمند تفاوت معناداری وجود دارد به طوری میزان پرخاشگری کلامی و پرخاشگری بدنی در افراد غیرهنرمند بیشتر از افراد هنرمند است، همچنین مشخص شد که بین دو گروه از افراد هنرمند و غیرهنرمند از لحاظ مولفه‌های پرخاشگری خشم و خصومت تفاوت معناداری وجود ندارد؛ بر طبق این یافته قسمتی از فرضیه سوم پژوهش حاضر مورد تایید و پذیرش قرار می‌گیرد و می‌توان این چنین عنوان کرد؛ بین نمره کلی پرخاشگری، پرخاشگری کلامی و پرخاشگری جسمانی در افراد هنرمند و غیرهنرمند تفاوت وجود دارد.

نتایج حاصل از فرضیه سوم پژوهش حاضر با نتایج پژوهش‌های پیشین همچون؛ کیخا و همکاران (۱۴۰۰) و بروجردی و همکاران (۱۳۹۹) همسو بوده است و در یک راستا قرار داشته‌اند. کیخا و همکاران (۱۴۰۰) در پژوهشی کیفی دریافتند که برنامه درسی هنر مبتنی بر هنرهای بومی محلی باعث پرورش روحیه زیباشناسی، تقویت خلاقیت، مهارت‌های ارتباطی، کلامی و غیر کلامی، حرکتی، توسعه قابلیت تفکر و رشد و پرورش قابلیت‌های وجودی، هیجانی، عاطفی و روانشناختی دانش‌آموزان می‌شود و برنامه درسی هنر مبتنی بر هنرهای بومی باعث کاهش علائم و نشانه‌های اضطراب و پرخاشگری در دانش‌آموزان می‌شود. بروجردی و همکاران (۱۳۹۹) در پژوهشی دریافتند که هنر و شاخه‌ها و رشته‌های مختلف آن همچون؛ موسیقی و نقاشی بر ارتقاء و بهبود خلاقیت افراد موثر بوده و هیجانات، احساسات و عواطف منفی و ناسازگارانه همچون پرخاشگری را کاهش می‌دهد.

در تبیین یافته‌های حاصل از فرضیه سوم پژوهش حاضر می‌توان چنین گفت که کار و فعالیت هنری افراد هنرمند، می‌تواند انعکاسی از موضوعات دردناک و پرخاشگرانه باشد، روند خلق هنر، پرخاشگری کلامی و پرخاشگری بدنی را به اشکال و صور بیرونی انتقال می‌دهد و این عامل، استرس و پرخاشگری افراد هنرمند را فرو می‌نشاند و به آنها این امکان را می‌دهد، تا در دنیای درونی خودشان تأمل و فکر کنند و عواطف و هیجانات خودشان را به شکل و صورتی که از لحاظ اجتماعی ناپه‌نجا محسوب نمی‌شود، بیان و ابراز کنند. از سوی دیگر بر اساس نتایج پژوهش وان رینس و هیریس (۲۰۲۰) هنر و فرایندها و فعالیت‌های هنری از طریق افزایش آستانه تحمل پریشانی و فشار روانی و از بین بردن عواطف و هیجانات منفی، تنظیم حالات درونی، ایجاد حالت آرامش و کمک به یکپارچگی روانی اجتماعی موجب کاهش رفتارهای پرخاشگرانه کلامی و جسمانی در افراد هنرمند می‌شود. هنر و رشته‌های وابسته به آن همچون نویسندگی، بازیگری و تئاتر باعث می‌شوند که افراد هنرمند نشانه‌ها و علائم اصلی و اساسی هیجانی، عاطفی، اجتماعی و بین‌فردی را شناسایی کرده و تشخیص دهند (به عنوان مثال؛ تشخیص و بازشناسی چهره و هیجانات مربوط به چهره) و مهارت‌های ارتباطی و تعاملات اجتماعی را گسترش دهند که این خود باعث کاهش عواطف و هیجانات منفی و ناسازگارانه همچون پرخاشگری در بین هنرمندان می‌شود. یکی از اهداف مهم و اساسی هنر و رشته‌های هنری کمک به رشد مهارت‌های هیجانی، عاطفی، اجتماعی و بیان و ابراز احساسات، هیجانات و عواطف به منظور کاهش خشم و پرخاشگری و بهبود و ارتقاء مولفه‌ها و ساختارهای روانشناختی مثبت همچون شادکامی و خوشبینی است. علاوه بر این فعالیت در حوزه‌های هنری همچون نویسندگی، موسیقی، بازیگری و نقاشی منابع مهم و تأثیرگذاری برای فعال نمودن سیستم پاداش مغز و افزایش ترشحات نورترانسیمتر یا انتقال‌دهنده دوپامین می‌باشد. دو مسیر دوپامینرژیک از ساقه مغز یکی در جسم مخطط و دیگری مسیر مزولیمبیک ارسال می‌شود. حین انجام فعالیت‌های هنری همچون نویسندگی، بازیگری و موسیقی ترشح دوپامین که یک عامل انگیزشی است در ناحیه مزولیمبیک مغز افزایش می‌یابد، ترشح نورترانسیمتر دوپامین مسیر جسم مخطط که در هماهنگی حرکتی، نقش دارد، حین انجام حرکات و اجرای مراحل مختلف کار هنری نیز افزایش می‌یابد. همچنین بر اساس نتایج پژوهش و مطالعه بانت^{۲۴} (۲۰۰۲) حین انجام کارهای هنری همچون کارگردانی، نویسندگی، نقاشی، بازیگری و موسیقی، اکسیژن موجود در مغز افزایش می‌یابد، مطالعات نشان می‌دهد که افزایش اکسیژن در مغز موجب

بررسی تفاوت اضطراب و پرخاشگری در افراد هنرمند و غیرهنرمند شهر تهران

کاهش پرخاشگری و افزایش ترشح نورترانسmitter سروتونین که در تنظیم هیجانات منفی همچون خشم و پرخاشگری نقش دارد، می‌شود (نونتی، ۲۵، ۲۰۱۳).

منابع

- [۱] بروجرودی، مینا، اسدزاده، حسن، حجازی، مسعود، و انتصارفومنی، غلامحسین. (۱۳۹۹). تأثیر آموزش موسیقی و نقاشی در افزایش خلاقیت و کاهش پرخاشگری کودکان پیش‌دبستانی شهر همدان. ابتکار و خلاقیت در علوم انسانی، ۱۰(۱)، ۱-۲۶.
- [۲] تاوریس کارول. (۱۹۹۸). روانشناسی خشم، مترجم احمد تقی پور و سعید درودی، ۱۳۹۲. تهران: نشر دایره
- [۳] حاتمی، صفا. (۱۳۹۶). اثربخشی بازی درمانی شناختی رفتاری بر اختلالات رفتاری و سازگاری فردی - اجتماعی کودکان پرخاشگر. پایان نامه کارشناسی ارشد، منتشر شده، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران غرب.
- [۴] دلاور، علی. (۱۳۹۰). روش تحقیق و در روانشناسی و علوم تربیتی. تهران: نشر ویرایش.
- [۵] رفاقت، ابراهیم. (۱۳۹۰). اثربخشی آموزش حل مساله بر پرخاشگری نوجوانان دارای پرخاشگری. پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی.
- [۶] سامانی، سیامک. (۱۳۸۶). بررسی پایایی و روایی پرسشنامه پرخاشگری باس و پری. فصلنامه روانشناسی و روانپزشکی ایران، ۱۳، ۳۵۹-۳۶۵.
- [۷] سرمد، زهره، بازرگان، عباس، و حجازی، الهه. (۱۳۹۸). روش‌های تحقیق در علوم رفتاری. تهران: انتشارات آگه.
- [۸] قنبری‌زارع، هومن. (۱۳۹۸). رابطه اضطراب وجودی با اضطراب، افسردگی، و استرس با میانجی‌گری ذهن‌آگاهی زمینه‌ای. پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه تبریز.
- [۹] کاشف‌زرع، مهتاب. (۱۴۰۱). مقایسه طرحواره های ناسازگار اولیه و کمال‌گرایی افراد با اضطراب و بی‌اضطراب. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی، موسسه آموزش عالی راهبرد شمال.
- [۱۰] کاویانی، حسین، و موسوی، اشرف‌سادات. (۱۳۸۷). ویژگی‌های روانسنجی پرسشنامه اضطراب بک در طبقات سنی و جنسی جمعیت ایرانی. مجله دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی تهران، ۶۶(۲)، ۱۳۶-۱۴۰.
- [۱۱] کیخا، مریم، کیان، مرجان، عباسی، عفت، علی‌عسگری، مجید. (۱۴۰۰). شناسایی ساختار و مختصات برنامه درسی هنرهای بومی دوره دوم ابتدایی منطقه سیستان. فصلنامه علمی پژوهشی علوم روانشناختی، ۲۰(۱۰۴)، ۱۲۷۸-۱۲۶۷.
- [۱۲] گنجی، مهدی. (۱۳۹۲). آسیب‌روانی بر اساس DSM-5. تهران: انتشارات ساوالان.
- [۱۳] محمدپور، احسان، ابراهیمی‌لیل، فاطمه، اصغری، سارا، و جباری، مهرا. (۱۳۹۹). بررسی میزان پرخاشگری و عوامل مرتبط با آن در دانشجویان دانشکده پرستاری و مامایی اردبیل در سال ۱۳۹۸. مجله سلامت و مراقبت، ۲۲، ۳۲۶-۳۱۸.
- [۱۴] میرزاییگی، حسین. (۱۳۹۳). رابطه خودشفقتی و ذهن‌آگاهی با پرخاشگری در زنان باردار. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد گرمسار.
- [15] Abrahan, V. D., Shifres, F., & Justel, N. (2021). Music improvisation enhances neutral verbal and visual memory in musicians and non-musicians alike. *The Arts in Psychotherapy, 75*, 101807.
- [16] Allen, J. J., Anderson, C. A., Bushman, B. J. (2018). The general aggression models. *Current opinion in psychology, 19*, 75-80.
- [17] Andrews, G., Singh, M., & Bond, M. (1993). The Defense Style Questionnaire. *The Journal of Nervous and Mental Disease, 181*(4), 246-256. doi:10.1097/00005053-199304000-00006
- [18] Beck, A. T., & Steer, R. A. (1990). *The Beck Anxiety Inventory Manual*. San Antonio, TX: Psychological Corporation.
- [19] Bunt, L., & Hoskyns, S. (Eds.). (2002). *The handbook of music therapy*. Hove, East Sussex: Brunner-Routledge.
- [20] Buss, A. H., & Perry, M. (1992). The aggression questionnaire. *J Personality Social Psychology, 63*(3), 452-459.
- [21] Crago, R. V., Renoult, L., Biggart, L., Nobes, G., Satmarean, T., & Bowler, J. O. (2019). Physical aggression and attentional bias to angry faces: an event related potential study. *Brain research, 1723*, 146387.

- [22] García-Sancho, E., Salguero, J., & Fernández-Berrocal, P. (2016). Angry rumination as a mediator of the relationship between ability emotional intelligence and various types of aggression. *Personality and Individual Differences*, 89, 143-147.
- [23] Jenkins, L. K., Farrer, R., & Aujla, I. J. (2021). Understanding the impact of an intergenerational arts and health project: a study into the psychological well-being of participants, carers and artists. *Public Health*, 194, 121-126. doi: 10.1016/j.puhe.2021.02.029. Epub 2021 Apr 18. PMID: 33882405.
- [24] Lena, C., & Lindeman, J. (2014). Who is an artist? New data for an old question. *Poetics*, 43, 70-85.
- [25] Lindauer, M. (2011). *art, artist and arts audiences: there implication the psychology of creativity*. Elsevier Inc
- [26] Loebach, W. J., & Gatz, M. (2005). The Beck anxiety inventory in older adults with generalized anxiety disorder. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 27(1), 17-24.
- [27] Noventy, A. (2013). Music as medicine. *American Psychological Association*, 44(10), 1-10
- [28] Rawlings, D., & Iocarini, A. (2008). Dimensional sociotype, autism, and unusual word associations in artists and scientists. Department of Psychology, The University of Melbourne, VIC 3010, Australia Available online 22 June 2007.
- [29] Sharma, D., Kishore, J., Sharma, N., & Duggal, M. (2017). Aggression in schools: Cyberbullying and gender issues. *Asian journal of psychiatry*, 29, 142-145.
- [30] Vaag, J., Bjerkeset, O., & Sivertsen, B. (2021) Anxiety and Depression Symptom Level and Psychotherapy Use Among Music and Art Students Compared to the General Student Population. *Front. Psychol*, 12, 607927. doi: 10.3389/fpsyg.2021.607927
- [31] Vaag, J., Sund, E. R., & Bjerkeset, O. (2018). Five-factor personality profiles among Norwegian musicians compared to the general workforce. *Musicae Sci*, 22, 434-445. doi: 10.1177/1029864917709519
- [32] Van Rens, F., & Heritage, B. (2020). Mental health of circus artists: Psychological resilience, circus factors, and demographics predict depression, anxiety, stress, and flourishing. *Psychology of Sport and Exercise*, 53, 101850.
- [33] Veenstra, L., Bushman, B. J., & Koole, S. L. (2018). The facts on the furious: a brief review of the psychology of trait anger. *Current Opinion in Psychology*, 19, 98-103.
- [34] Voulgaridou, I., & Kokkinos, C. M. (2020). The mediating role of friendship jealousy and anxiety in the association between parental attachment and adolescents' relational aggression: A short-term longitudinal cross-lagged analysis. *Child Abuse & Neglect*, 109, 104717.
- [35] Wang, L., Brennan, M., Li, S., Zhao, H., Lange, K. W., & Brennan, C. (2022). How does the tea Theatine buffer stress and anxiety? *Food Science and Human Wellness*, 11(3), 467-75.