

The Effectiveness of a Group-Based Dynamic Psychoeducational Program in Strengthening the Ego and Reducing Conflicts Among Pre-service Teachers

Jamshid Jarareh¹ , and Omid Seifouri^{2*} 

1. Associate Professor. Department of Education and Psychology. Shahid Rajaei Teacher Training University. Tehran, Iran. E-mail: ja.jarareh@sru.ac.ir
2. Corresponding author, MSc, Department of School Counseling, Faculty of Humanities, Shahid Rajaei Teacher Training University, Tehran, Iran E-mail: omidseifouri@yahoo.com

ABSTRACT

Article type:
Research Article

Received: 2025/02/06
Reviewed: 2025/04/22
Accepted: 2025/04/25
Published Online:
2025/05/04
Pages: 241-254

Keywords:
Interpersonal Conflict
Empowering ego
Dynamic psycho-
education Groups
student teachers
Tactical defenses.

Background and Objectives: The present study aimed to investigate the effectiveness of dynamic group psychoeducation in empowering ego and reducing externalized conflicts among student teachers. **Methods:** The research employed a quasi-experimental design with pre-test, post-test, and a control group. The statistical population consisted of all male and female student teachers studying at Shahid Rajaei Teacher Training University during the 2023-2024 academic year. A sample of 30 participants was selected through convenience sampling and a public call, and after an initial clinical interview, they were randomly assigned to either an experimental or control group (15 participants each). Measurement tools included the Perceived Ego Empowerment Scale (PIES; Markstrom et al., 1993) and the Conflict Resolution Questionnaire (CRQ; Fisher & Weeks, 1994). The experimental group received the Tactical Defense Management psychoeducational package over eight sessions, while the control group followed their regular program. After the intervention and post-test, the control group also participated in a group therapy session. Data were analyzed using multivariate analysis of covariance (MANCOVA). **Findings:** The results indicated that dynamic group psychoeducation interventions were effective in increasing ego empowerment ($p < 0.05$). Additionally, these interventions significantly reduced interpersonal conflicts ($p < 0.05$). **Conclusion:** The use of a dynamic group psychoeducational program is effective in enhancing ego capabilities and reducing externalized conflicts among student teachers. Employing this method can be beneficial in helping students gain better self-awareness.

Cite this Article: Jarareh, J., & Seifouri, O. (2025). The Effectiveness of a Group-Based Dynamic Psychoeducational Program in Strengthening the Ego and Reducing Conflicts Among Pre-service Teachers. *The Journal of Theory and Practice in Teachers Education*, 11(19), 241-254. <https://doi.org/10.48310/itt.2025.19747.1131>



© the authors
Publisher: Farhangian University



کارآمدی برنامه روان آموزشی گروهی پویشی در تقویت ایگو و کاهش تعارضات دانشجومعلم

جمشید جراره^۱، و امید سیفوری^{۲*}

۱. دانشیار گروه علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی، تهران، ایران. رایانامه: ja.jarareh@sru.ac.ir

۲. نویسنده مسئول، کارشناسی ارشد مشاوره مدرسه، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی، تهران، ایران. رایانامه: omidseifouri@yahoo.com

چکیده

پیشینه و اهداف: هدف پژوهش حاضر کارآمدی روان آموزشی گروهی پویشی در توانمندسازی ایگو و کاهش تعارضات برون‌سازی شده در دانشجومعلم بود. **روش‌ها:** طرح پژوهش از نوع نیمه‌آزمایشی با پیش‌آزمون - پس‌آزمون و گروه گواه بود. جامعه آماری در این پژوهش را کلیه دانشجومعلم دختر و پسر مشغول به تحصیل در دانشکده‌های دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ تشکیل می‌دهند. نمونه مورد مطالعه در پژوهش حاضر ۳۰ نفر بودند که به روش نمونه‌گیری در دسترس و از طریق فراخوان انتخاب و پس از مصاحبه بالینی اولیه به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل (هر گروه ۱۵ نفر) گمارده شدند. ابزار اندازه‌گیری شامل پرسش‌نامه مقیاس توانمندی ایگو (PIES، مارکستروم و همکاران، ۱۹۹۳) و مقیاس حل تعارض (CRQ، فیشر و ویکر، ۱۹۹۴) بود. گروه آزمایش به مدت ۸ جلسه بسته روان آموزشی گروهی پویشی در قالب مدیریت دفاع‌های تاکتیکی را دریافت کردند، گروه کنترل برنامه عادی خود را داشتند و پس از اجرای آزمایش‌ها و پس‌آزمون، در یک درمان گروهی شرکت داده شدند. داده‌های پژوهش با استفاده از روش تحلیل کوواریانس چندمتغیری مورد تحلیل قرار گرفت. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد که مداخلات روان آموزشی گروهی پویشی بر افزایش توانمندسازی ایگو مؤثر بوده است ($p < 0/05$)؛ همچنین مداخلات روان آموزشی گروهی پویشی بر کاهش تعارضات بین‌فردی نیز مؤثر بوده است ($p < 0/05$). **نتیجه‌گیری:** بنابراین استفاده از برنامه روان آموزشی گروهی پویشی برای افزایش توانمندی ایگو و تعارض‌های برون‌روانی دانشجومعلم مؤثر است و استفاده از این روش می‌تواند برای شناخت بهتر دانشجومعلم از خود سودمند باشد.

نوع مقاله: پژوهشی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۱۱/۱۸

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۰۲/۰۳

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۲/۰۶

تاریخ انتشار آنلاین: ۱۴۰۴/۰۲/۱۵

شماره صفحات: ۲۵۴-۲۴۱

واژه‌های کلیدی:

تعارضات بین‌فردی

توانمندسازی ایگو

روان آموزشی گروهی پویشی

دانشجومعلم

دفاع‌های تاکتیکی

استناد به این مقاله: جراره، جمشید، و سیفوری، امید. (۱۴۰۴). کارآمدی برنامه روان آموزشی گروهی پویشی در تقویت ایگو و

کاهش تعارضات دانشجومعلم. *نظریه و عمل در تربیت معلمان*، ۱۱(۱۹)، ۲۵۴-۲۴۱.

<https://doi.org/10.48310/itt.2025.19747.1131>



© نویسندگان

ناشر: دانشگاه فرهنگیان



مقدمه

امروزه در آموزش و پرورش، معلمان و دانشجو معلمان مهم‌ترین نقش را عهده‌دار هستند و نقطه شروع تحول آموزش به حساب می‌آیند. بدون تردید تمام کشورهای جهان به معلمان و دانشجو معلمان اثربخش نیاز مبرم دارند تا این فرصت را داشته باشند که کودکان و نوجوانان خود را پرورش داده و در جهت پیشرفت آن کشور قدم بردارند (محمداپور، حیدری و جمشیدی، ۱۳۹۸). دانشجو معلمان به دلیل پذیرش مسئولیت خطیر معلمی موقعیت منحصر به فرد و خاصی دارند؛ آن‌ها پس از فارغ التحصیلی از دانشگاه، وظیفه توسعه دانش معلمی، تربیت دانش‌آموزان و رشد آن‌ها در ابعاد مختلف عبادی، سیاسی، اقتصادی، اجتماعی و ... عهده‌دار خواهند شد (خسروی و جهانگیری، ۱۳۹۹).

هدف تعلیم و تربیت در جوامع کنونی صرفاً انتقال دانش از نسل قدیم به نسل جدید و فقط تقویت قوای ذهنی فراگیران نمی‌باشد؛ بلکه توسعه و پرورش در تمامی جوانب مدنظر است (رضایی و سلیمانی، ۱۴۰۱). پیشرفت تعلیم و تربیت در هر کشوری به پیشرفت کیفیت معلمان و دانشجو معلمان آن کشور بستگی دارد. عامل بهبودی روان یکی از عوامل مهم پیشرفت دانشجو معلمان به شمار می‌آید و ارتباط به هم پیوسته‌ای با عملکرد فردی و شغلی آن‌ها دارد (نبوی، ۱۳۹۹). یکی از عوامل تأثیرگذار برای دانشجو معلمان که بر بهبودی روان آن‌ها نقش مستقیمی دارد، توانمندی ایگو است (جراره و سیفوری، ۱۴۰۱). شجاعی و دهقانی (۱۴۰۲)، جراره و سیفوری (۱۴۰۱)، نریمانی و پرنیان خوی (۱۴۰۰)، شفق دوست و شهادت ده سرخ (۱۳۹۸)، بشرپور و عینی (۱۳۹۶)، بشارت، شفیعی و رحیمی‌نژاد (۱۳۹۶) و کرمی حاجی خواجه لو (۱۳۹۵) در پژوهش‌های خود به رابطه بین توانمندی ایگو و بهبودی روان پرداخته‌اند و عنوان کرده‌اند که ایگو نقش بسیار مهمی را در عملکرد روان‌شناختی ذهن عهده‌دار می‌باشد. توانمندی ایگو به عنوان یک ویژگی شخصیتی، ریشه در نظریه‌های فروید (۱۹۲۳) و اریکسون (۱۹۶۵) دارد. اریکسون در نظریه روانی اجتماعی خود از تحول انسان، مفهوم توانمندی ایگو را مطرح کرده است (اسلامی، حشمتی و اسماعیل‌پور، ۱۳۹۸). قدرت ایگو^۱ نمایانگر پتانسیل انسان در سازگاری با استرس بدون تجربه اضطراب فلج‌کننده می‌باشد؛ از طرفی به معنای پتانسیل انسان برای فهم واقع‌بینانه شرایط مشکل و جواب‌دادن به آن‌ها به صورت مفید است. قدرت ایگو ما را هدایت می‌کند تا به یک برابری عاطفی دست پیدا کنیم و همچنین با استرس‌ها و تنش‌های درونی و بیرونی به سازگاری برسیم (بشرپور و عینی، ۱۳۹۶).

تعارضات در روابط فردی از دیگر عوامل تأثیرگذار بر کیفیت تدریس دانشجو معلمان به شمار می‌آید؛ تعارضات بین فردی به اختلاف عقاید بین افراد اشاره دارد که علت اصلی آن تفاوت بین افراد است (نقی‌پور، قلمکاریان و فهمی، ۱۴۰۳). تعارضات در روابط فردی نقش دوسویه‌ای داشته، نه تنها اجتناب‌ناپذیر نبوده؛ بلکه به فهم ریشه و اهمیت روابط نیز کمک می‌کنند؛ تعارضات در صورت طولانی شدن و برخورد ناسازگارانه می‌توانند باعث بروز اختلافات و خشونت‌ها نیز گردند (شکاری، حسین ثابت و برجعلی، ۱۳۹۶). مرور شواهد تجربی و نظری نشان می‌دهد که در بافت مطالعاتی پربرسازی مهارت‌های رابطه بین فردی با هدف کاهش رفتارهای ناسازگارانه در دانشجو معلمان بر نقش تعیین‌کننده راهبردهای همیارانه حل موقعیت‌های متعارض بین فردی تأکید شده است (سوسا و کروز، ۲۰۱۸).

یکی از مداخله‌های مناسب در جهت تقویت توانمندی ایگو، به کارگیری مداخلات روان آموزشی گروهی می‌باشد که بر مبنای مفاهیم مدیریت دفاع‌های تاکتیکی به عنوان یکی از روش‌های روان درمانی پوششی فشرده و کوتاه مدت اجرا شده است؛ مبنای اساس گروه‌های روان آموزشی، آموزش است؛ اما آموزش صرف نیست و مشاوره یا روان درمانی تخصصی هم نیست؛ بلکه مهارت‌هایی بر مبنای مفاهیم نظری و درمانی رویکرد موجود در مداخلات روان آموزشی به دانشجو معلمان آموخته می‌شود تا بتوانند مهارت‌ها و قابلیت‌های توانمندی ایگو را در خود ارتقا دهند. اصطلاح گروه روان آموزشی به طیف وسیعی از گروه‌هایی گفته می‌شود که دارای جزء آموزشی قابل توجهی علاوه بر مؤلفه روان‌شناختی هستند؛ گروه‌های روان آموزشی به این سبب طراحی شده‌اند تا به افراد کمک کنند مهارت‌های ویژه خود را رشد دهند، موضوعات مشخصی را درک کنند و یا از مراحل دشوار زندگی به سلامت بگذرند (سیفوری، جراره و حمیدی، ۱۴۰۲). در گروه‌های روان

1. ego – strength

آموزشی، یادگیری و کسب دانش جدید از طریق شیوه‌های گوناگون و از جمله شناختی اتفاق می‌افتد. این فرایند یادگیری با سخنرانی رهبر گروه، بحث و گفتگو میان اعضا و مشارکت فعال یا مشاهده سایر اعضا در فعالیت‌ها، تسهیل می‌شود. رهبر گروه نقش‌محوری در انتقال و ارائه محتوا و برقراری فضایی برای یادگیری اعضا بر عهده دارد. هدف اصلی این گروه‌ها انتقال دانش و اطلاعات به‌روز در مورد یک اختلال سلامت روان یا موضوع روان‌شناختی خاص است. هدف گروه‌های درمانی نیز تکمیل درمان فردی با فراهم کردن فضایی برای تمرین مهارت‌های آموخته‌شده در جلسات درمانی و دریافت حمایت همسالان است (نینا دلیو براون، ۲۰۲۲). تأکید بر کاربردهای بالقوه گروه‌های روان آموزشی و اثربخشی آن‌ها در بسیاری از شرایط، مسائل و نگرانی‌ها در سنین مختلف و در طول عمر در تحقیقات متعددی نشان داده شده است (مک فرسون و همکاران، ۲۰۱۶)، (کریشنا و همکاران، ۲۰۱۳)، (بروزوس و همکاران، ۲۰۲۴)، (سیفوری و همکاران، ۱۴۰۲)، (جراره و خواهانی، ۱۳۹۶).

روان‌درمانی‌های پویایی کوتاه‌مدت فشرده (STDP^۱) از طریق فعالیت‌های ملان، سیفنیوس، دوانلو، پولاک، هورنر و دی جانگ تکامل یافت (به نقل از دريسن، ۲۰۰۹). برتری مداخله روان‌درمانی پویایی کوتاه‌مدت فشرده بر سایر مداخلات روان‌درمانی، تجربه هیجان‌های عمیق حین جلسه درمان، سطوح بالای فعالیت درمانگر، تشویق مراجع به همکاری و توجه فعال به محدودیت زمانی و همین‌طور داشتن تمرکز درمانی و معیارهای انتخاب ویژه (جانسون، تون و عباس، ۲۰۱۴) و تلاش پیوسته درمانگر برای تجربه عمیق عاطفی/هیجانی به‌عنوان عنصری شفافبخش است (لیپر و مالتپی، ۲۰۰۴).

مطالعات گسترده در دو دهه گذشته، نشان داده است که افشا، چه گفتاری و چه نوشتاری سلامت جسمانی و روانی را بهبود می‌بخشد (پنیکر و چانگ، ۲۰۰۷)، موضع فعال درمانگر و به‌کارگیری صبح فنون در این موضع سبب می‌شود تا مراجع در کوتاه‌ترین زمان عمق احساسات و افکار خود را شناسایی و لمس کند و سلامت روانی بیشتری به دست آورد (مامی و همکاران، ۱۳۹۹). مراجع در این رویکرد با رفع تعارضات ناهشیار خویش، شیوه‌های رضایت‌بخش‌تری برای رفع مشکلات می‌یابد (فردریکسون، ۲۰۱۵). شواهد تجربی نیز نه تنها از اثربخش بودن این رویکرد درمانی در حل تعارضات بین فردی حمایت می‌کند، بلکه حتی نشان می‌دهد که افراد بعد از اتمام درمان نیز به پیشرفت و بهبودی ادامه می‌دهند (شدلر، ۲۰۱۰). در این درمان، تمرکز بر مشکلات رفتاری و احساسات منطبق با آن‌ها و چالش با دفاع‌هایی است که از لمس احساسات واقعی جلوگیری می‌کند. درواقع، چالش و خنثی‌سازی دفاع‌ها تنها مسیر رسیدن به احساسات واقعی می‌باشد (رضایی، مجتبابی و شمالي، ۱۴۰۲).

دفاع‌های تاکتیکی^۲ و روش‌های ویژه مداخلاتی برای خنثی‌سازی آن‌ها از وجه مشخصه‌های روان‌درمانی پویایی کوتاه‌مدت است؛ دفاع‌های تاکتیکی فرایند شکل‌گیری درک عمیق و کاهش افکار غیرمنطقی مراجعان نسبت به دیگران را بر هم می‌زند و میزان رضایت آن‌ها را از زندگی افزایش می‌دهد (لایلینجرن و همکاران، ۲۰۱۷). در این رویکرد، به مراجع کمک می‌شود تا مشکلاتش را این‌گونه حل کند که چگونه با هیجانات یا تعارض‌ها روبه‌رو می‌شوند؛ این تعارضات و هیجان‌ها محصول فقدان‌ها و آسیب‌های اولیه در زندگی هستند. وقتی که این هیجانات توسط یک اتفاق استرس‌زای کنونی فعال می‌گردند، اضطراب و دفاع‌ها بسیج می‌شوند؛ نتیجه پایانی، ترکیب اضطراب، افسردگی، اجتناب، الگوهای خودشکست‌دهنده و مشکلات بین فردی می‌باشد (تون و همکاران، ۲۰۲۱).

باتوجه به پیشینه موجود و ارتباط توانمندی ایگو در دوران زندگی دبیران و روابط آن‌ها با آسیب‌های روان و همچنین تعارضات بین فردی، پژوهش حاضر بر آن شده است تا به بررسی اثربخشی و کارآمدی مدیریت دفاع‌های تاکتیکی در روان‌درمانی پویایی فشرده کوتاه‌مدت در فرایند مکانیسم‌های گروه‌های روان آموزشی بر توانمندسازی ایگو و تعارضات بین فردی در دبیران بپردازد.

روش

هدف پژوهش حاضر کارآمدی برنامه روان آموزشی گروهی پویایی در توانمندسازی ایگو و کاهش تعارضات برون سازی شده در دانشجومعلمان بود. طرح پژوهش از نوع نیمه آزمایشی با پیش آزمون - پس آزمون و گروه گواه بود. جامعه آماری در این پژوهش را کلیه دانشجومعلمان دختر و پسر مشغول به تحصیل در دانشکده های دانشگاه شهید رجایی در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ تشکیل می دهند. در پژوهش حاضر برای نمونه گیری از روش تصادفی در دسترس و به صورت فراخوان پژوهشگر استفاده شد. در نهایت تعداد ۴۶ نفر از افراد دارای این مشکلات که برای همکاری با پژوهشگر رضایت داشتند مورد مطالعه صاحب تشخیص اولیه قرار گرفتند و در پایان تعداد ۳۰ نفر که دارای ملاک های ورود بودند، به عنوان نمونه پژوهش انتخاب و به صورت تصادفی در گروه های آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) گمارش شدند.

به منظور اجرای این پژوهش، ملاک های ورود آزمودنی ها عبارتند از: نداشتن بیماری حاد دیگری که بر فرایند دانشجویی آن ها تأثیر داشته باشد، عدم مصرف داروهای تأثیرگذار بر اعصاب و روان، دانشجوی دوره کارشناسی دبیری بودن و دریافت نمره ای که در اجرای آزمون تعارضات بین فردی نشانگر وجود مشکلات بیشتر باشد. شرکت کنندگان پرسش نامه های توانمندی ایگو مارکستروم و همکاران (۱۹۹۷) و حل تعارض ویکز (Weeks) و فیشر (Fisher) و اوری (CRQ) را قبل و بعد از مداخلات آزمایشی تکمیل نمودند. گروه آزمایش به مدت ۸ جلسه بسته روان آموزشی مدیریت دفاع های تاکتیکی را دریافت کردند، گروه کنترل برنامه عادی خود را داشتند و پس از اجرای آزمایش ها و پس آزمون، در یک درمان گروهی شرکت داده شدند. در پژوهش حاضر میزان تأثیر مدیریت دفاع های تاکتیکی در روان پویایی کوتاه مدت در غالب گروه های روان آموزشی بر متغیرهای وابسته توانمندی ایگو و تعارضات برون فردی دانشجومعلمان آزمایش شده است. داده های حاصل با رعایت اصول حرفه ای وارد نرم افزار SPSS26 شده و پس از تحلیل توصیفی شاخص های آماری و پیش فرض های آماری لازم، نسبت به تحلیل روش های آماری تحلیل کوواریانس برای تأیید یا رد فرضیه های پژوهش اقدام شد.

طرح روان آموزشی گروهی مدیریت دفاع های تاکتیکی مبتنی بر رویکرد روان پویایی کوتاه مدت توسط پژوهشگران از منابع علمی و تخصصی معتبر و موجود (قربانی، ۱۳۸۲؛ پاتریشیا کاکلین دلاسلوا، ۲۰۲۲؛ پاتریشیا هیوز، دانیل رایردن، ۲۰۰۶؛ دبورا کابانیس و همکاران، ۲۰۱۱؛ کاشانکی و اصلانی، ۱۳۹۷؛ تمدنی و همکاران، ۱۴۰۰) و تجارب و مقالات تخصصی پژوهشگران تهیه گردید. محتوای جلسات هشت گانه عبارتند از: جلسه اول: آشنایی اعضا با یکدیگر و آشنایی با رویکرد روان تحلیلی. جلسه دوم: آشنایی با نیروهای پویایی مرضی. جلسه سوم: آشنایی با تأثیر گذشته، حال و آینده بر وضعیت روحی و روانی. جلسه چهارم: شناسایی مشکلات اعضا در طیف های گوناگون. جلسه پنجم: شناسایی انواع دفاع ها و شیوه های برخورد با آن ها. جلسه ششم: شناسایی دفاع های تاکتیکی شامل؛ واژه های سربسته و در لفافه سخن گفتن، واژه های نامأنوس و تخصصی زبان بیگانه، گفتار غیرمستقیم و افکار مرضی، نشخوار ذهنی و عقلانی، دلیل تراشی، عقلانی سازی و شیوه برخورد با آن ها. جلسه هفتم: شناسایی دفاع های تاکتیکی شامل؛ کلی گویی و تعمیم دادن، منحرف سازی، فراموش کردن و تظاهر به فراموشی، انکار، تکذیب کردن، بیرونی سازی و شیوه برخورد با آن ها. جلسه هشتم: شناسایی دفاع های تاکتیکی شامل؛ ابهام و پاسخ های مبهم، طفره رفتن از لمس کردن احساس واقعی، بدنی سازی و ظهور علائم جسمانی، سرکشی و نافرمانی، گریه و زاری دفاعی، صحبت کردن به جای لمس کردن احساسات و شیوه برخورد با آن ها.

یافته‌ها

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

گروه	متغیر وابسته	تعداد	زمان آزمون	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف معیار
آزمایش	توانمندی ایگو	۱۴	پیش‌آزمون	۱۴۳	۲۰۶	۱۷۹/۷۱	۱۹/۳۱
			پس‌آزمون	۱۶۵	۲۱۷	۱۹۷/۵۷	۱۳/۲۶
کنترل	توانمندی ایگو	۱۴	پیش‌آزمون	۱۴۲	۲۰۸	۱۸۰/۲۸	۱۹/۸۴
			پس‌آزمون	۱۴۱	۲۰۶	۱۸۱	۱۹/۸۱
آزمایش	حل تعارض	۱۴	پیش‌آزمون	۱۱۷	۱۴۲	۱۲۹/۲۱	۷/۱۹
			پس‌آزمون	۱۲۴	۱۵۳	۱۴۱/۰۷	۶/۶۴
کنترل	حل تعارض	۱۴	پیش‌آزمون	۱۱۸	۱۴۱	۱۲۹/۶۴	۷/۰۹
			پس‌آزمون	۱۱۷	۱۴۲	۱۳۰	۷/۰۸

جدول ۱ شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد. همان‌طور که از سیمای جدول پیداست، میانگین و انحراف معیار متغیرهای وابسته توانمندی ایگو و تعارضات بین‌فردی شامل پیش‌آزمون و پس‌آزمون گزارش گردیده‌اند. در این جدول تغییراتی در میانگین متغیرها در گروه مداخله در مرحله پس‌آزمون اتفاق افتاده است. همچنین مشاهده می‌شود که در گروه آزمایش در پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون میانگین نمرات توانمندی ایگو و حل تعارضات بین‌فردی افزایش یافته است؛ درحالی‌که میانگین نمرات در گروه کنترل در پیش‌آزمون و پس‌آزمون تفاوت چشمگیری نداشته است.

مناسب‌ترین آزمون، جهت بررسی تأثیر کارآزمایی بالینی پروتکل مدیریت دفاع‌های تاکتیکی مبتنی بر روان آموزشی گروهی پویایی در توانمندسازی ایگو و کاهش تعارضات برون‌سازی شده در دانشجومعلم تحلیل کوواریانس است که لازمه اجرای آن، برقراری پیش‌فرض‌های آن است. قبل از اجرای آزمون تحلیل کوواریانس، از آزمون کلموگروف - اسمیرنوف جهت بررسی نرمال‌بودن توزیع نمرات گروه‌ها و از آزمون لوین جهت بررسی همگنی واریانس‌های متغیرهای پژوهش در جامعه و از آزمون ام. باکس جهت بررسی همگنی ماتریس‌های واریانس - کوواریانس استفاده شد که نتایج این آزمون‌ها معنی‌دار نبود. ($P > 0/05$)؛ بنابراین داده‌ها پیش‌فرض‌های استفاده از تحلیل کوواریانس چندمتغیری را زیر سؤال نبرده‌اند؛ لذا باتوجه به رعایت مفروضه‌ها، می‌توان از آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیری استفاده کرد.

جدول ۲. نتایج آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیره در متغیر وابسته توانمندی ایگو

منابع	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	اندازه اثر/Eta
اثر پیش‌آزمون	۵۹۸/۴۶۴	۱	۵۹۸/۴۶۴	۱۶/۱۱۶	۰/۰۰۱	۰/۳۹۲
عضویت گروهی	۲۰۳۰/۰۴۷	۱	۲۰۳۰/۰۴۷	۵۴/۶۶۸	۰/۰۰۱	۰/۶۸۶
خطا	۹۲۸/۳۶۰	۲۵	۳۷/۱۳۴			
کل	۱۰۱۲۵۲۶	۲۸				

همان‌طور که از سیمای جدول ۲ پیداست، نتایج نشان می‌دهد که نسبت F تحلیل کوواریانس چندمتغیره مدیریت دفاع‌های تاکتیکی مبتنی بر روان آموزشی گروهی پویایی در متغیر وابسته توانمندی ایگو ($F=54/668, P< 0/01$)، معنادار به‌دست‌آمده است. بدین معنی که روش آزمایشی بر متغیر وابسته تأثیر داشته است. همچنین شاخص اندازه اثر (۰/۶۸۶) مقدار تأثیر روش آزمایشی را بر متغیر وابسته نشان می‌دهد.

جدول ۳. نتایج آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیره در متغیر وابسته حل تعارض

متغیرهای وابسته	مجموع مجزورات	df	میانگین مجزورات	F	سطح معناداری	اندازه اثر Eta
اثر پیش‌آزمون	۹۸/۷۶۲	۱	۹۸/۷۶۲	۵/۷۲۷	۰/۰۲۵	۰/۱۸۶
عضویت گروهی	۹۰۹/۳۲۹	۱	۹۰۹/۳۲۹	۵۲/۷۲۹	۰/۰۰۱	۰/۶۷۸
خطا	۴۳۱/۱۳۰	۲۵	۱۷/۲۴۵			
کل	۵۱۶۴۴۱	۲۸				

همان‌طور که از سیمای جدول ۳ پیداست، نتایج نشان می‌دهد که نسبت F تحلیل کوواریانس چندمتغیره مدیریت دفاع‌های تاکتیکی مبتنی بر روان آموزشی گروهی پویایی در متغیر وابسته حل تعارض ($F=52/729, P< 0/01$)، معنادار به‌دست‌آمده است. بدین معنی که روش آزمایشی بر متغیر وابسته تأثیر داشته است. همچنین شاخص اندازه اثر ($0/678$)، مقدار تأثیر روش آزمایشی را بر متغیر وابسته نشان می‌دهد.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف کارآمدی برنامه روان آموزشی گروهی پویایی در توانمندسازی ایگو و کاهش تعارضات برون‌سازی شده در دانشجومعلمان دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی تهران انجام شده است. نسبت F تحلیل کوواریانس چندمتغیره آموزش روانی مهارت‌های مدیریت دفاع‌های تاکتیکی در متغیر وابسته توانمندی ایگو ($F=52/729, P< 0/01$)، نشان می‌دهد که روش‌های آزمایشی بر متغیر وابسته یعنی توانمندی ایگو تأثیر داشته است. نسبت F تحلیل کوواریانس چندمتغیره آموزش روانی مهارت‌های مدیریت دفاع‌های تاکتیکی در متغیر وابسته حل تعارض ($F=52/729, P< 0/01$) نیز نشان می‌دهد که روش‌های آزمایشی بر متغیر وابسته تأثیر داشته است.

نتایج این پژوهش با نتایج پژوهش‌های (میرجعفری و همکاران، ۱۴۰۳؛ مرتضوی و همکاران، ۱۴۰۳؛ جعفری و جوهری فرد، ۱۴۰۲؛ رفیعی و همکاران، ۱۴۰۱؛ سرافراز و مرادی، ۱۴۰۱؛ جهان گشت آقکند و همکاران، ۱۴۰۰؛ نبی زاده و همکاران، ۱۳۹۸؛ شکاری و همکاران، ۱۳۹۶؛ جمیل و همکاران، ۱۳۹۴؛ مبسم و همکاران، ۱۳۹۱ و جراره و طالع پسند، ۱۳۹۰) هم‌خوان و هماهنگ بوده است.

یافته‌های این پژوهش حاکی از آن است که مدیریت دفاع‌های تاکتیکی می‌تواند به‌عنوان یک ابزار مؤثر در افزایش توانمندسازی ایگو و کاهش تعارضات بین‌فردی مورد استفاده قرار گیرد. این نتایج با تحقیقات پیشین گزارش شده که به تأثیر مثبت روان‌درمانی پویایی فشرده و کوتاه‌مدت بر بهبود مشکلات روان‌شناختی اشاره دارند، همخوانی دارد. در درمان برای تجربه احساسات به ظرفیت‌سازی ایگو می‌پردازیم تا از طریق دفاع کردن به منظور تجربه نکردن هیجانات منفی از مکانیسم‌های دفاعی استفاده نکنند. در واقع با ظرفیت‌سازی من برای مراجع، کمک به بهبود او می‌کنیم و این کار را از طریق نزدیک کردن مراجع به احساساتش بدون اینکه از مکانیزم دفاعی استفاده کنند انجام می‌دهیم. درواقع ایجاد احساس تسلط بر احساسات به‌وسیله چالش با دفاع‌ها در فرایند درمان است که حال بیمار را بهبود می‌بخشد و به‌تبع آن باعث بهبود کیفیت زندگی او نیز می‌شود. در این پژوهش، استفاده از تکنیک‌های مدیریت دفاع‌های تاکتیکی توانسته است به افزایش توانمندی ایگو کمک کند.

این نتایج نشان‌دهنده این است که آموزش مهارت‌های مدیریت دفاع‌های تاکتیکی می‌تواند موجب افزایش آگاهی فرد از الگوهای دفاعی ناکارآمد خود شود و به او کمک کند تا با مشکلات و استرس‌های زندگی به شیوه‌های سازنده‌تری مواجه شود. علاوه بر این، تعارضات والد فرزند که معمولاً منجر به مشکلات روان‌شناختی و بین‌فردی می‌شوند، با استفاده از این تکنیک‌ها بهبود یافته‌اند. این نشان می‌دهد که مدیریت دفاع‌های تاکتیکی می‌تواند به افزایش توانایی افراد در مدیریت تعارضات و بهبود روابط بین‌فردی کمک کند.

دفاع‌های تاکتیکی باعث پنهان ماندن تعارض بین‌فردی و یا بیان آن به شیوه غیرمستقیم و بیان تعارض به شیوه‌ای

که باعث می‌شود تعارض غیرقابل حل و رفع شدن به نظر آید. مراجعان در جلسات آموزشی با استفاده از دفاع‌های تاکتیکی مسائل را در زمین و هوا رها می‌نماید (ابهام‌گویی)، مراجع ممکن است برای دوری از احساساتش، موضوع گفتگوی خود را تغییر دهد. این تداعی آزاد به احساسات نیست. بلکه در عوض تداعی کردن به‌دوراز احساسات می‌باشد (پراکنده‌گویی)، مشکل را طوری بیان نماید که لاینحل به نظر رسد (طفره‌رفتن)، از ژست‌ها، تن صدا و لغاتی استفاده کند تا فاصله بین فردی خود را از درمانگر حفظ کند (کناره‌گیری)، مراجع ممکن است خود را به‌وسیله واژه‌های کلی برای درمانگر توصیف نماید (کلی‌گویی)، به جای ایجاد یک توضیح روشن در مورد یک موضوع اضطراب‌زا، شرایطی که یک موضوع می‌تواند داشته باشد را بیان می‌نماید (گفتار غیرمستقیم یا فرضی)، چیزی را می‌گوید و سپس آن را باز پس می‌گیرد (بازپس‌گیری). جملاتش را در یک‌حالتی از سردرگمی به پایان می‌رساند تا بدین‌طریق از تجربه احساساتش دوری نماید (نشخوار ذهنی)، در این پژوهش در تمام این دفاع‌ها اصول مداخله یکسان بود: به بیمار کمک می‌شد تا دفاع‌ها و هزینه دفاع‌ها را ببیند و بتواند بر دفاع‌هایش غلبه کند و با مشکلات و احساسات خود روبرو شود.

آموزش مفاهیم روان پویایی و شناسایی و مدیریت دفاع‌های تاکتیکی و روش‌های مناسب برخورد با این دفاع‌ها در قالب گروه‌های روان آموزشی در افراد باعث می‌شود که آنها بتوانند از تجارب ذهنی و از الگوهای رفتاری خویش آگاه گردند. سپس مهارت‌هایی را یاد بگیرند که به فرد کمک می‌کند از آنچه سهم خودش در ایجاد مشکلات می‌باشد آگاه شده و مسئولیت آن را بپذیرد. به فرد کمک می‌کند از انتظارات هشیار و ناهشیارش و انگیزه‌های خود در تداوم الگوهای آسیب‌زننده رفتار آگاهی بیشتری داشته باشد. همچنین به فرد کمک می‌کند کنترل بیشتر و اختیار بیشتری در زندگی خودش داشته باشد و عزت نفس خود را افزایش دهد (هیوز و رابردن، ۲۰۰۶). مهم‌تر از آن توانایی تولید داستان و تجارب متفاوت است که می‌تواند باعث برانگیختن حس امید و یا اصلاح شود. در فرایند روان پویایی، اثربخشی قدرت ذهن بر جسم افزایش می‌یابد. این فرایند می‌تواند ظرفیت مثبت‌نگری را تسریع بخشیده و اعتمادبه‌نفس را در افراد افسرده به‌آرامی القا نماید تا فرد بتواند بر منابع شخصی و هیجانی و رفتاری اساسی تکیه کند. روان پویایی و مدیریت دفاع‌های تاکتیکی یک ابزار قدرتمند برای گسترش آگاهی‌ها و تجارب مثبت است. یکی از کارکردهای درمان این است که به مراجع نشان دهد کدام الگوی رفتاری در زندگی‌اش تکرار می‌شوند و چگونه خودش در بروز مشکلاتش تأثیر دارد. چنانچه مراجع بتواند درک بهتری از پیشینه مشکلات و انگیزه‌های هشیار و ناهشیارش در تداوم راه‌حل‌های ناسازگار به دست آورد، او اختیار بیشتری در ارتباط با روش‌های جایگزین رفتار، تفکر و احساس خواهد داشت. افزایش قدرت است که توانمندسازی فرد در مقابل تنش‌ها را افزایش داده و بازیابی اعتمادبه‌نفس در توانایی برای مقابله مؤثر با مشکلات کمک می‌کند. تقویت این توانمندی‌ها باعث تقویت ایگو فرد و حل تعارضات به شیوه بهتر و مسالمت‌آمیزی خواهد شد.

تعامل مناسب در گروه‌های دانشجویی زمینه را برای ایجاد یک فضای روانی مناسب جهت ابراز احساسات و نشان دادن خود واقعی در گروه‌ها فراهم نموده بود. انعکاس‌ها و اندیشه‌های مهمی هستند که افراد در زندگی خود با آنها مواجه هستند، در این گروه‌ها سعی می‌شد با دادن آگاهی بیشتر به افراد، آنها با انواع سطح و نوع اندیشه و انعکاس نسبت به خود مواجه داده شوند. به‌راحتی گفتگو کنند، تخلیه احساسات شوند، نقش بازی کنند و مهارت‌های روان پویایی را به کار بگیرند، دفاع‌ها را بشناسند و در موقعیت‌های گوناگون، واکنش‌های مناسب نشان دهند و نمونه‌هایی از تنوع خوداندیشی‌ها و خود انعکاسی‌ها در جلسات موردبررسی و تحلیل قرار می‌گرفتند و بعضی از آنها عملاً در جلسات با دادن بازخوردهای مکرر به آگاهی فرد رسانده می‌شدند و مورد تقویت قرار می‌گرفتند.

محدودیت‌های مربوط به جامعه آماری پژوهش (دانشجومعلم‌ان) و نوع پژوهش نیمه‌آزمایشی و نداشتن آزمون پیگیری، توزیع پرسش‌نامه‌ها در بین دانشجومعلم‌ان در پیش‌آزمون و پس‌آزمون، آگاهی آن‌ها از سؤالات و حتی خودگزارشی بودن ابزار و ویژگی‌های شخصیتی پژوهشگر، محدودیت‌هایی را در زمینه تعمیم‌یافته‌ها، تفسیرها و اسناد علت شناختی متغیرهای موردبررسی مطرح می‌کنند که باید در نظر گرفته شوند. به‌علاوه مشکلات احتمالی مربوط به فرایند اجرای تحقیق در این پژوهش را نباید از نظر دور داشت. باتوجه به نتایج به‌دست‌آمده، توصیه می‌شود که برنامه‌های

آموزشی و درمانی بیشتری در زمینه مدیریت دفاع‌های تاکتیکی برای دانشجویان و افراد دیگر در محیط‌های آموزشی طراحی و اجرا شود.

همچنین، انجام پژوهش‌های بیشتری برای بررسی تأثیرات بلندمدت این نوع مداخلات و شناسایی مکانیسم‌های دقیق تأثیرگذاری آن‌ها می‌تواند به غنای علمی این حوزه کمک کند. برنامه‌های آموزشی و کارگاه‌های تربیتی می‌توانند به دانشجویان معلمان کمک کنند تا ویژگی‌های توانمندی ایگو، تعارضات بین فردی و دفاع‌های تاکتیکی را شناسایی و مدیریت کنند و به این ترتیب، بهبود کیفیت زندگی، وضعیت روانی و آموزش و یادگیری مؤثر را در پی داشته باشند.

مشارکت نویسندگان

میزان مشارکت نویسندگان: نویسنده اول ۶۰ درصد و نویسنده دوم و مسئول ۴۰ درصد.

تشکر و قدردانی

بر خود الزام می‌دانیم از تمام دانشجویان شرکت‌کننده، استادان و ریاست دانشکده علوم انسانی دانشگاه شهید رجایی که در اجرای این تحقیق همکاری نمودند صمیمانه تقدیر و تشکر کنیم.

تعارض منافع

هیچ‌گونه تعارض منافع توسط نویسندگان بیان نشده است.

منابع

- اسلامی، نرگس؛ حشمتی، رسول؛ و اسماعیل پور، خلیل. (۱۳۹۸). اثربخشی روایت درمانی گروهی بر توانمندی ایگو بر زنان سرپرست خانوار. *مطالعات پلیس زنان*. ۱۴(۳۲)، ۵-۱۷. <https://www.noormags.ir/view/fa/articlepage/1682644>
- اعتباریان، اکبر؛ و پورولی، زینب. (۱۳۸۷). تعیین رابطه میان خود کنترلی و استراتژی‌های حل تعارض در بین کارکنان اداری دانشگاه آزاد خوراسگان (اصفهان). *رهیافتی نو در مدیریت آموزشی*، ۱(۲)، ۱۱۳-۱۳۳. <https://www.id.ir/paper/168880/fa>
- بشارت، محمدعلی؛ شفیعی، رزا و رحیمی‌نژاد، عباس. (۱۳۹۶). رابطه بین کنش وری ادراک‌شده خانواده و سبک‌های هویت: نقش واسطه‌ای استحکام من. *فصلنامه خانواده‌پژوهی*. ۱(۴۹): ۷-۲۴. https://jfr.sbu.ac.ir/article_97543.html
- بشر پور، سجاد و عینی، ساناز. (۱۳۹۶). پیش‌بینی اختلالات شخصیت بر پایه مدل پنج عاملی جایگزین زاکرمن - کلمن و قدرت ایگو. *مجله دانشگاه علوم پزشکی شهرکرد*، ۱۹(۵): ۸۴-۹۳. <https://civilica.com/doc/1223860>
- پاتریشیا کاولین دل‌اسلوا. (۱۴۰۱). *روان‌درمانی پویشی کوتاه‌مدت فشرده*. تهران: وانی.
- پاتریشیا هیوز، دانیل رابردن. (۱۳۹۱). *روان‌درمانی پویشی به زبان ساده*. تهران: ارجمند.
- جراره، جمشید؛ سیفوری، امید و امیری، مدینه. (۱۴۰۱). پیش‌بینی اختلالات شخصیت بر اساس ترومای پیچیده با میانجی‌گری توانمندی ایگو. *مطالعات روان‌شناسی بالینی*. ۱۲(۴۶): ۱-۲۳. <https://doi.org/10.22054/jcps.2022.63659.2644>
- جراره، جمشید و طالع پسند، سیاوش. (۱۳۹۰). تأثیر مدیریت دفاع‌های تاکتیکی در روان‌درمانی پویشی فشرده کوتاه‌مدت بر رضایت مندی زوج‌ها. *روان‌شناسی بالینی*. ۲۳(پیاپی ۱۰)، ۱۳-۲۱. <https://doi.org/10.22075/JCP.2017.2050>
- جعفری، سهیل و جوهری فرد، رضا. (۱۴۰۲). اثربخشی روان‌درمانی پویشی فشرده و کوتاه‌مدت بر ناگویی خلقی، سبک‌های دفاعی و نیرومندی من در بیماران مبتلا به سندروم روده تحریک‌پذیر: یک مطالعه نیمه تجربی. *مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان*. ۲۲(۳): ۲۴۳-۲۵۸. <http://dx.doi.org/10.52547/jrums.22.3.4>
- جمیل، لیلی؛ عاطف وحید، محمدکاظم؛ دهقانی، محمود و حبیبی، مجتبی. (۱۳۹۴). سلامت روان از دیدگاه روان پویشی: رابطه توانمندی ایگو، سبک‌های دفاعی و روابط ابژه با سلامت. *مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران (اندیشه و رفتار)*، ۲۲(۲)، ۱۴۴-۱۵۴. <http://ijpcp.iuims.ac.ir/article-1-2457-fa.html>
- جهان گشت آقکند، یعقوب؛ عباسی، قدرت اله و حسن‌زاده، رمضان. (۱۴۰۰). بررسی اثربخشی درمان روان پویشی فشرده کوتاه‌مدت بر مشکلات بین فردی زنان مبتلا به اضطراب اجتماعی. *مطالعات ناتوانی*، ۱۱(۱) (پیاپی ۱۹). <http://jdisabilstud.org/article-1-2140-fa.html>

- خسروی، رحمت اله و جهانگیری، مهدی. (۱۳۹۹). تأثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی بر خودکارآمدی دانشجو معلمان دانشگاه فرهنگیان. *دوفصلنامه مطالعات و برنامه درسی آموزش عالی*، ۱۰ (۱۹): ۸۷-۶۵.
- رضایی، ارغوان و سلیمانی، عادل. (۱۴۰۱). واکاوی روایت‌ها و تجارب زیسته دوران تحصیلی یک دانشجو معلم به‌عنوان عامل تأثیرگذار بر اخلاق حرفه‌ای معلمان. *اخلاق حرفه‌ای در آموزش*، ۱ (۲)، ۳۵-۱. https://ethics.fu.ac.ir/article_2450.html
- رضایی، شهرام؛ مجتبابی، مینا و شمالی اسکویی، آرزو. (۱۴۰۲). مقایسه اثربخشی روان‌درمانی پویشی کوتاه‌مدت فشرده و طرح‌واره درمانی بر افسردگی و اضطراب مادران دارای فرزند مبتلا به اتیسم. *فصلنامه روان‌شناسی کاربردی*. ۱۷ (۴): ۱۶۸-۱۴۳. <https://doi.org/10.48308/apsy.2022.226991.1312>
- رفیعی، مهیار؛ صالحی، علی؛ یوسفی، طناز؛ صمدی، شهرام و جعفری، سهیل. (۱۴۰۱). اثربخشی درمان هیجان‌مدار و روان‌پویشی فشرده و کوتاه‌مدت بر سازمان شخصیت و قدرت ایگو در افراد مبتلا به سردرد تنشی. *مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد*، ۶۵ (۶). https://mjms.mums.ac.ir/article_23688.html
- سرافراز، محمدرضا و مرادی، شهاب. (۱۴۰۱). تأثیر روان‌درمانی پویشی کوتاه‌مدت فشرده (ISTDP) بر سبک‌های دلبستگی در زنان دچار تعارضات زناشویی. *فصلنامه ایده‌های نوین روان‌شناسی*. ۱۴ (۱۸): ۲۰-۱. <http://jnip.ir/article-1-802-fa.html>
- سیفوری، امید و جراره، جمشید. (۱۴۰۲). پیش‌بینی اختلال‌های شخصیت بر اساس ترومای پیچیده و روابط موضوعی با میانجی‌گری توان‌مندی ایگو در دانشجو معلمان. *مجله روان‌شناسی*. ۱ (۲۷): ۵۹-۶۹. <http://iranapsy.ir/fa/Article/33960>
- سیفوری، امید؛ جراره، جمشید؛ حمیدی، فریده. (۱۴۰۲). مقایسه اثربخشی مداخلات روان آموزشی حضوری و مجازی مبتنی بر نظریه پذیرش و تعهد بر مسئولیت‌پذیری نوجوانان در دوران پساکرونا. *فناوری آموزش*. ۱۷ (۲): ۳۵۷-۳۷۰. <https://doi.org/10.22061/tej.2023.9312.2829>
- شجاعی، مهگل و دهقانی، اکرم. (۱۴۰۲). بررسی ذهنی‌سازی بر اساس سبک‌های دلبستگی، توانمندی ایگو، روابط موضوعی و الگوی تجلی اضطراب در دانشجویان. *تحقیقات علوم رفتاری*. ۲۱ (۱): ۱۷۶-۱۸۹. <http://rbs.mui.ac.ir/article-1-1419-fa.html>
- شفق دوست، مریم و شهابت ده سرخ، فاطمه. (۱۳۹۸). نقش میانجی روابط موضوعی و کارکردهای ایگو در رابطه بین عملکرد خانواده و سلامت روان دانشجویان. *پژوهش در سلامت روان‌شناختی*. ۱۳ (۳): ۴۶-۳۱. <http://rph.khu.ac.ir/article-1-3475-fa.html>
- شکاری، حسین؛ حسین ثابت، فریده و برجعلی، احمد. (۱۳۹۶). اثر بخشی مدیریت دفاع‌های تاکتیکی بر اساس روان‌درمانی پویشی فشرده کوتاه‌مدت (ISTDP) بر تعارضات بین‌فردی. *پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و مشاوره*. ۷ (۲): ۳۷-۲۳. <https://doi.org/10.22067/ijap.v7i2.53415>
- علی نقی‌پور، صدیقه؛ قلمکاریان، سید محمد و فهامی، ریحانه. (۱۴۰۳). بررسی اثربخشی درمان شناختی رفتاری بر مهارت‌های مثبت‌اندیشی و تعارضات بین‌فردی در فرزندان طلاق. *مطالعات روان‌شناختی*. ۲۰ (۱)، ۱۱۷-۱۰۳. <https://doi.org/10.22051/psy.2024.45131.2860>
- قربانی، رسول و پورمحمدی، محمدرضا. (۱۳۸۲). ابعاد و راهبردهای پارادایم متراکم سازی فضاهای شهری. *مدرس علوم انسانی*، ۷ (۲۷ (پیاپی ۲۹)، ۸۵-۱۰۸. <https://www.sid.ir/paper/417266/fa>
- کاشانکی، حامد و اصلانی، سعید. (۱۳۹۷). مروری بر روان‌درمانی پویشی فشرده و کوتاه‌مدت: مبانی تا عمل. *رویش روان‌شناسی*. ۷ (۸): ۲۶۰-۲۲۵. <http://frooyesh.ir/article-1-243-fa.html>
- کریمی حاجی خواجه لو، شبنم. (۱۳۹۵). بررسی نقش استحکام من در پیش‌بینی سلامت روان و عزت نفس. (پایان نامه کارشناسی ارشد)، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه تهران، تهران. <https://noordoc.ir/thesis/100886>
- مامی، شهرام؛ صفرنیا، افشین؛ تردست، لیلی و عباسی، بیتا. (۱۳۹۹). اثربخشی روان‌درمانی پویشی کوتاه‌مدت فشرده (ISTDP) بر کاهش نارسایی هیجانی زنان متقاضی طلاق. *مطالعات روان‌شناختی*. ۱۶ (۴): ۱۴۲-۱۲۷. <https://doi.org/10.22051/psy.2018.21331.1690>
- مبسم، سولماز؛ دلاور، علی؛ کریمی، ابوالفضل؛ ثنایی، باقر و شفیع‌آبادی، عبدالله. (۱۳۹۱). بررسی اثربخشی روان‌درمانی پویشی کوتاه‌مدت فشرده بر کاهش تعارضات زناشویی در زنان. *مطالعات روان‌شناسی بالینی*. ۳ (۹)، ۸۱-۱۰۲. https://jcps.atu.ac.ir/article_2048.html
- محمدپور، ابراهیم؛ حیدری، الناز و جمشیدی، سمانه. (۱۳۹۸). بررسی روند علاقه‌مندی دانشجو معلمان دانشگاه فرهنگیان استان کردستان به حرفه معلمی. *فصلنامه توسعه حرفه‌ای معلم*، ۴ (۳): ۱۴-۱. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.24765600.1398.4.3.1.4>

- مرتضوی، آرام؛ ابراهیمی مقدم، حسین و شریفی، نسترن. (۱۴۰۳). بررسی اثر بخشی و مقایسه رواندرمانی پویشی کوتاه مدت تسریع شده و رفتار درمانی شناختی بر بهبود کارکردهای ایگو در بیماران مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر. *روان شناسی بالینی*. (۲)۱۶. <https://doi.org/10.22075/jcp.2024.32385.2785>
- میرجعفری، زینب سادات؛ حقیقت بیان، نازنین؛ مسعودی بیدگلی، فاطمه؛ نعمتی نیا، زهرا؛ دانشخواه، سنور و سمعیان، پویا. (۱۴۰۳). مقایسه درمان شناختی - رفتاری و درمان پویشی بر عملکرد ایگو، بهزیستی روان شناختی در بیماران مبتلا به اختلال وسواس فکری عملی. *مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد*. (۱)۶۷. <https://doi.org/10.22038/mjms.2024.25087>
- نبوی، سیدصادق. (۱۳۹۹). پیش بینی سلامت روان دانشجوی معلمان بر اساس متغیرهای خودکارآمدی و حمایت اجتماعی. *فصلنامه پژوهش در تربیت معلم*. (۲) ۳: ۱۳۵-۱۵۳. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.26457725.1399.3.2.6.3>
- نبی زاده، امیر؛ فرهادی، مهران؛ رشید، خسرو و کردنوقایی، رسول. (۱۳۹۸). اثربخشی خنثی سازی دفاع های تاکتیکی در روان درمانی پویشی فشرده و کوتاه مدت بر سبک های دفاعی، اضطراب و ترس از صمیمیت در نمونه غیربالینی. *پژوهش در سلامت روان شناختی*. (۱) ۱۳: ۲۴-۳۹. <http://rph.khu.ac.ir/article-1-3442-fa.html>
- نیرمانی، محمد و پرنیان خوی، مریم. (۱۴۰۰). نقش توانمندی ایگو و سبک های فرزندپروری در پیش بینی آسیب پذیری نسبت به اعتیاد با نقش واسطه ای سرکوبگری عاطفی در نوجوانان پسر. *فصلنامه علمی اعتیادپژوهی*. ۱۵: (۶۱) ۱۴۵-۱۶۶. <http://etiadjohi.ir/article-1-2475-fa.html>
- علی نقی پور، صدیقه؛ قلمکاریان، سیدمحمد و فهامی، ریحانه. (۱۴۰۳). بررسی اثربخشی درمان شناختی رفتاری بر مهارت های مثبت اندیشی و تعارضات بین فردی در فرزندان طلاق. *مطالعات روان شناختی*. (۱)۲۰: ۱۱۷-۱۰۳. https://psychstudies.alzahra.ac.ir/article_7743.html
- نینا دبلیو براون. (۱۴۰۱). رهبری گروه. تهران: دانژه.
- هیوز، پاتریشیا و رایردن، دنیل. (۲۰۰۶). *روان درمانی پویشی به زبان ساده*. ترجمه محمدی، عطاءالله. (۱۳۹۱). تهران: ارجمند.

References

- Alighipour, S., Ghalamkarian, S. M., & Fahhami, R. (2024). Investigating the effectiveness of cognitive-behavioral therapy on positive thinking skills and interpersonal conflicts in children of divorce. *Psychological Studies*, 20(1), 103–117. <https://doi.org/10.22051/psy.2024.45131.2860> [In Persian]
- Alighipour, S., Ghalamkarian, S. M., & Fahhami, R. (2024). Investigating the effectiveness of cognitive-behavioral therapy on positive thinking skills and interpersonal conflicts in children of divorce. *Psychological Studies*, 20(1), 103–117. https://psychstudies.alzahra.ac.ir/article_7743.html [In Persian]
- Basharpoor, S., & Eini, S. (2017). Prediction of personality disorders based on the Zuckerman-Kuhlman Alternative Five-Factor Model and ego strength. *Journal of Shahrekord University of Medical Sciences*, 19(5), 84–93. <https://civilica.com/doc/1223860/> [In Persian]
- Besharat, M. A., Shafiei, R., & Rahiminejad, A. (2017). The relationship between perceived family functioning and identity styles: The mediating role of ego strength. *Journal of Family Research*, 1(49), 7–24. https://jfr.sbu.ac.ir/article_97543.html [In Persian]
- Brouzos, A., Papadopoulou, A., Baourda, V.C. (2024). Effectiveness of a web-based group intervention for internet addiction in university students. *Psychiatry Research*, 336, 115883. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2024.115883>
- Brown, R., Deering, A. (2024). Maximizing the effectiveness of psychoeducational groups: Engaging participants for active learning. *Journal of Counselor Practice*, 15(1): 1-30. <http://doi.org/10.22229/aws6739303>
- Driessen, E. (2009). The efficacy of short-term psychodynamic psychotherapy for depression: meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology Review*, 30(1): 25-36. <http://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.08.010>
- Eslami, N., Heshmati, R., & Esmailpour, K. (2019). The effectiveness of group narrative therapy on ego strength in female-headed households. *Women's Police Studies*, 14(32), 5–17. <https://www.noormags.ir/view/fa/articlepage/1682644> [In Persian]
- Etebarian, A., & Pourvali, Z. (2008). Determining the relationship between self-control and conflict resolution strategies among administrative staff of Khorasgan (Isfahan) Azad University. *New Approach in Educational Management*, 1(2), 113–133. <https://www.sid.ir/paper/168880/fa> [In Persian]

- Flores, M. A. (2023). Teaching and learning in teacher education: agency, reflection and identity. *European Journal of Teacher Education*, 46(4), 557–560. <https://doi.org/10.1080/02619768.2023.2266256>
- Fombouchet, Y., Pineau, S., Perche, C., Lucenet, J., & Lannegrand, L. (2023). The development of emotion regulation in adolescence: What do we know and where to go next?. *Social Development*, 32(4), 1227-1242. <https://doi.org/10.1111/sode.12684>
- Frederickson, J. (2015). Co -creation of change : effective techniques of psychodynamic psychology , First Edition . *Seven Leaves Press*.
- Ghorbani, R., & Pourmohammadi, M. R. (2003). Dimensions and strategies of the urban space compaction paradigm. *Human Sciences Moderator*, 7(2), 85–108. <https://www.sid.ir/paper/417266/fa> [In Persian]
- Hidalgo, M., Lantz, D. (2023). Mechanisms of change in dynamic group psychoeducational interventions. *Springer Research in Group Therapy*. 53,315-323. <https://doi.org/10.1007/s10879-023-09590-x>
- Hughes, P., & Riordan, D. (2012). *A Simple Guide to Dynamic Psychotherapy* (A. Mohammadi, Trans.). Tehran: Arjmand. (Original work published 2006). [In Persian]
- Jafari, S., & Jowhari Fard, R. (2023). The effectiveness of intensive short-term dynamic psychotherapy on alexithymia, defense styles, and ego strength in patients with irritable bowel syndrome: A quasi-experimental study. *Journal of Rafsanjan University of Medical Sciences*, 22(3), 243–258. <http://dx.doi.org/10.52547/jrums.22.3.4> [In Persian]
- Jahangasht Aqkand, Y., Abbasi, G., & Hassanzadeh, R. (2021). Investigating the effectiveness of intensive short-term dynamic psychotherapy on interpersonal problems of women with social anxiety. *Disability Studies*, 11(1). <http://jdisabilstud.org/article-1-2140-fa.html> [In Persian]
- Jamil, L., Atef Vahid, M. K., Dehghani, M., & Habibi, M. (2015). Mental health from a psychodynamic perspective: The relationship of ego strength, defense styles, and object relations with health. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, 21(2), 144–154. <http://ijpcp.iums.ac.ir/article-1-2457-fa.html> [In Persian]
- Jarrahi, J., & Talebpasand, S. (2011). The effect of managing tactical defenses in intensive short-term dynamic psychotherapy on couples' satisfaction. *Clinical Psychology*, 3(2), 13–21. <https://doi.org/10.22075/JCP.2017.2050> [In Persian]
- Jarrahi, J., Seifouri, O., & Amiri, M. (2022). Predicting personality disorders based on complex trauma with the mediation of ego strength. *Clinical Psychology Studies*, 12(46), 1–23. <https://doi.org/10.22054/jcps.2022.63659.2644> [In Persian]
- Johansson, R., Town, J. M. and Abbas, A. (2014). Davanloo's intensive short-term dynamic psychotherapy in a tertiary psychotherapy service: overall effectiveness and association between unlocking the unconscious and outcome. *Peer Journal*, 2(1): 1-20. <https://doi.org/10.7717/peerj.548>
- Karimi Haji Khajehlou, S. (2016). *Investigating the role of ego strength in predicting mental health and self-esteem* [Master's thesis, University of Tehran]. <https://noordoc.ir/thesis/100886> [In Persian]
- Kashanki, H., & Aslani, S. (2018). A review of intensive short-term dynamic psychotherapy: From foundations to practice. *Frooyesh-e-Ravanshenasi*, 7(8), 225–260. <http://frooyesh.ir/article-1-243-fa.html> [In Persian]
- Khosravi, R., & Jahangiri, M. (2020). The effect of social skills training on the self-efficacy of student-teachers at Farhangian University. *Biannual Journal of Curriculum Studies in Higher Education*, 10(19), 65–87. [In Persian]
- Krishnan, B. C., Dutta, S., & Jha, S. (2013). Effectiveness of exaggerated advertised reference prices: the role of decision time pressure. *Journal of retailing*, 89(1), 105-113. <https://doi.org/10.1016/j.jretai.2012.11.001>
- Leiper, R. and Maltby, M. (2004). *The psychodynamic approach to therapeutic change*. SAGE Publications Inc.
- Lilliengren, P., Johansson, R., Town, J. M., Kisely S. and Abbas, A. (2017). Intensive short-term dynamic psychotherapy for generalized anxiety disorder: a pilot effectiveness and process-outcome study. *Clinical Psychology & Psychotherapy Journal*, 24(6): 1313-1321. <https://doi.org/10.1002/cpp.2101>
- Mami, S., Safarnia, A., Tardast, L., & Abbasi, B. (2020). The effectiveness of intensive short-term dynamic psychotherapy (ISTDP) on reducing alexithymia in women seeking

- divorce. *Psychological Studies*, 16(4), 127–142. <https://doi.org/10.22051/psy.2018.21331.1690> [In Persian]
- Markstrom, C.A., Sabino, V.M., Turner, B.J., Berman, R.C. (1997). The psychosocial inventory of ego strengths: Development and validation of a new Eriksonian measure. *Journal of Youth and Adolescence*. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1023/A:1022348709532>
- McPherson, K. E., McAloney-Kocaman, K., McGlinchey, E., Faeth, P., & Armour, C. (2021). Longitudinal analysis of the UK COVID-19 Psychological Wellbeing Study: Trajectories of anxiety, depression and COVID-19-related stress symptomology. *Psychiatry Research*, 304, 114138. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2021.114138>
- Mirjafari, Z. S., Haghighat Bayan, N., Masoudi Bidgoli, F., Nematinia, Z., Daneshkhah, S., & Samian, P. (2024). Comparing cognitive-behavioral therapy and dynamic therapy on ego functioning and psychological well-being in patients with obsessive-compulsive disorder. *Journal of Mashhad University of Medical Sciences*, 67(1). <https://doi.org/10.22038/mjms.2024.25087> [In Persian]
- Mobasem, S., Delavar, A., Karami, A., Sanaei, B., & Shafiabadi, A. (2012). Investigating the effectiveness of intensive short-term dynamic psychotherapy on reducing marital conflicts in women. *Clinical Psychology Studies*, 3(9), 81–102. https://jcps.atu.ac.ir/article_2048.html [In Persian]
- Mohammadpour, E., Heidari, E., & Jamshidi, S. (2019). Investigating the trend of interest in the teaching profession among student-teachers at Kurdistan Farhangian University. *Teacher Professional Development Quarterly*, 4(3), 1–14. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.24765600.1398.4.3.1.4> [In Persian]
- Mortezaei, A., Ebrahimi Moghadam, H., & Sharifi, N. (2024). Investigating and comparing the effectiveness of accelerated experiential dynamic psychotherapy and cognitive behavioral therapy on improving ego functions in patients with generalized anxiety disorder. *Clinical Psychology*, 16(2). <https://doi.org/10.22075/jcp.2024.32385.2785> [In Persian]
- Nabavi, S. S. (2020). Predicting the mental health of student-teachers based on self-efficacy and social support variables. *Research in Teacher Education*, 3(2), 135–153. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.26457725.1399.3.2.6.3> [In Persian]
- Nabizadeh, A., Farhadi, M., Rashid, K., & Kordanoghabi, R. (2019). The effectiveness of neutralizing tactical defenses in intensive short-term dynamic psychotherapy on defense styles, anxiety, and fear of intimacy in a non-clinical sample. *Research in Psychological Health*, 13(1), 24–39. <http://rph.khu.ac.ir/article-1-3442-fa.html> [In Persian]
- Narimani, M., & Parnian Khoy, M. (2021). The role of ego strength and parenting styles in predicting vulnerability to addiction with the mediating role of emotional suppression in adolescent boys. *Quarterly Journal of Addiction Studies*, 15(61), 145–166. <http://etiadpajohi.ir/article-1-2475-fa.html> [In Persian]
- Nina W. Brown. (2022). *Group Leadership*. Tehran: Danjeh. [In Persian]
- Patricia Coughlin Della Selva. (2022). *Intensive Short-Term Dynamic Psychotherapy*. Tehran: Vania. [In Persian]
- Patricia Hughes & Daniel Riordan. (2012). *A Simple Guide to Dynamic Psychotherapy* (A. Mohammadi, Trans.). Tehran: Arjmand. (Original work published 2006). [In Persian]
- Pennebaker, J. W., & Chung, C. K. (2007). Expressive writing, emotional upheavals, and health. In H. S. Friedman & R. C. Silver (Eds.). *Foundations of Health Psychology*, (pp. 263–284). Oxford University Press. <https://psycnet.apa.org/record/2006-12208-011>
- Peters, B. (2023). Fostering ego development through group coaching in a postgraduate program. *International Coaching Psychology Review*, 18(2), 23–39. <http://doi.org/10.53841/bpsicpr.2023.18.2.23>
- Rafiei, M., Salehi, A., Yousefi, T., Samadi, S., & Jafari, S. (2022). The effectiveness of emotion-focused therapy and intensive short-term dynamic psychotherapy on personality organization and ego strength in individuals with tension headache. *Journal of Mashhad University of Medical Sciences*, 65(6). https://mjms.mums.ac.ir/article_23688.html [In Persian]
- Rezaei, A., & Soleimani, A. (2022). Analyzing the narratives and lived experiences of the academic period of a student-teacher as an influencing factor on teachers' professional ethics. *Professional Ethics in Education*, 1(2), 1–35. https://ethics.fu.ac.ir/article_2450.html [In Persian]
- Rezaei, S., Mojtabaei, M., & Shomali Oskouei, A. (2023). Comparing the effectiveness of intensive short-term dynamic psychotherapy and schema therapy on depression and anxiety

- of mothers with autistic children. *Journal of Applied Psychology*, 17(4), 143–168. <https://doi.org/10.48308/apsy.2022.226991.1312> [In Persian]
- Saraffarz, M. R., & Moradi, S. (2022). The effect of intensive short-term dynamic psychotherapy (ISTDP) on attachment styles in women with marital conflicts. *Journal of New Ideas in Psychology*, 14(18), 1–20. <http://jnip.ir/article-1-802-fa.html> [In Persian]
- Sawyer, A. T., Tao, H., Bailey, A. K. (2023). The impact of a psychoeducational group program on the mental well-being of unit-based nurse leaders: A randomized controlled trial. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(11), 6035. <https://doi.org/10.3390/ijerph20116035>
- Seifouri, O., & Jarrahi, J. (2023). Predicting personality disorders based on complex trauma and object relations with the mediation of ego strength in student-teachers. *Journal of Psychology*, 1(27), 59–69. <http://iranapsy.ir/fa/Article/33960> [In Persian]
- Seifouri, O., Jarrahi, J., & Hamidi, F. (2023). Comparing the effectiveness of in-person and virtual psychoeducational interventions based on acceptance and commitment theory on adolescents' responsibility in the post-Corona era. *Educational Technology*, 17(2), 357–370. <https://doi.org/10.22061/tej.2023.9312.2829> [In Persian]
- Shafqdot, M., & Shahamat Deh Sarakh, F. (2019). The mediating role of object relations and ego functions in the relationship between family functioning and mental health of students. *Research in Psychological Health*, 13(3), 31–46. <http://rph.khu.ac.ir/article-1-3475-fa.html> [In Persian]
- Shekari, H., Hosseinsabet, F., & Borjali, A. (2017). The effectiveness of tactical defense management based on intensive short-term dynamic psychotherapy (ISTDP) on interpersonal conflicts. *Clinical Psychology and Counseling Research*, 7(2), 23–37. <https://doi.org/10.22067/ijap.v7i2.53415> [In Persian]
- Shojaee, M., & Dehghani, A. (2023). Investigating mentalization based on attachment styles, ego strength, object relations, and anxiety manifestation pattern in students. *Research in Behavioral Sciences*, 21(1), 176–189. <http://rbs.mui.ac.ir/article-1-1419-fa.html> [In Persian]
- Sousa, M., & Cruz, O. (2018). How do children deal with socio-moral conflicts? Self-conscious emotions and conflict resolution in the narratives of institutionalized and noninstitutionalized children. *Revue europeenne de psychologie appliquee*, 68, 107–115. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.erap.2018.04.005>
- Town, J. M., Falkenström, F., Abbass, A., & Stride, C. (2021). The anger-depression mechanism in dynamic therapy: Experiencing previously avoided anger positively predicts reduction in depression via working alliance and insight. *Journal of counseling psychology*. <https://doi.org/10.1037/cou0000581>