

رابطه باورهای غیر منطقی و پرخاشگری در سازمان (مورد مطالعه: سازمان تبلیغات اسلامی خراسان شمالی)

مصطفی مقصودی*، بهرنگ اسماعیلی شاد**، فاطمه محمدابراهیم‌زاده سپاسگذار***

چکیده

هدف پژوهش، تبیین رابطه باورهای غیر منطقی و پرخاشگری می‌باشد. پژوهش از نظر هدف، کاربردی و روش تحقیق، توصیفی از نوع همبستگی می‌باشد. برای تعیین حجم نمونه، به جهت اینکه تعداد کارکنان ۴۴ نفر می‌باشند، نمونه‌گیری به روش تمام‌شماری انجام شد. ابزار گردآوری داده‌ها پرسشنامه است. برای باورهای غیر منطقی از پرسشنامه جونز (۱۹۶۸) دارای ۱۰۰ گویه و برای پرخاشگری از پرسشنامه باس و پری (۱۹۹۲) شامل ۲۹ گویه، استفاده گردید. تحلیل داده‌ها نشان داد که رگرسیون پیش‌بینی پرخاشگری کارکنان با توجه به مؤلفه‌های باورهای غیر منطقی (انتظار تأیید از دیگران، انتظار بیش از حد از خود، تمایل به سرزنش کردن، واکنش به ناکامی، بی‌مسئولیتی عاطفی، نگرانی زیاد توأم با اضطراب، اجتناب از مشکلات، وابستگی به دیگران، درماندگی نسبت به تغییر، کمال‌گرایی) معنی‌دار نیست. متغیر باورهای غیر منطقی در زمینه نگرانی زیاد توأم با اضطراب با ضریب بتای استاندارد ۰/۲۵۲ می‌تواند به‌طور مثبت و معنی‌داری پرخاشگری کارکنان را پیش‌بینی کند. بر اساس یافته‌های پژوهش بین ابعاد باورهای غیر منطقی البرت الیس و پرخاشگری رابطه مثبت و معنی‌داری مشاهده نشد و متغیر باورهای غیر منطقی در زمینه نگرانی زیاد توأم با اضطراب می‌تواند به‌طور مثبت و معناداری پرخاشگری کارکنان را پیش‌بینی کند. با توجه به یافته‌های آماری نتیجه‌گیری می‌شود که لزوماً باورهای غیر منطقی منجر به پرخاشگری نمی‌گردد.

کلیدواژه‌گان: باورهای غیر منطقی، اضطراب، پرخاشگری.

تاریخ دریافت: ۵ آبان ۱۳۹۹ تاریخ پذیرش: ۲۸ دی ۱۳۹۹

* دانش‌آموخته گروه علوم تربیتی، واحد بجنورد، دانشگاه آزاد اسلامی، بجنورد، ایران.

** استادیار گروه علوم تربیتی، واحد بجنورد، دانشگاه آزاد اسلامی، بجنورد، ایران. رایانامه نویسنده مسئول:

esmaeili@bojnourdiau.ac.ir

*** دانشجوی دکتری گروه مدیریت آموزشی، واحد بجنورد، دانشگاه آزاد اسلامی، بجنورد، ایران.

۱. مقدمه

باور به پذیرش یک اصل یا یک حقیقت، تمایل به واکنش خودآگاهانه در یک قاعده ثابت در یک موقعیت ویژه، اعتقاد، ایمان و عقیده راسخ می‌گویند (براهنی و همکاران، ۱۳۹۱). از یک دیدگاه باورها به دودسته تقسیم می‌شوند الف) باورهای منطقی ب) باورهای غیرمنطقی (امین‌پور و احمدزاده، ۱۳۹۰). باورهای غیرمنطقی در چهار گروه دسته‌بندی شده‌اند که عبارت‌اند از الزام، (این باور تفکر خاصی در ارزشیابی اولیه است که شامل بایدها و می‌بایدهاست. حالت منطقی این باور به‌جای باید و الزام به تمایل و علاقه مرتبط می‌شود)؛ فاجعه‌سازی، (در این باور فرد رویداد را ناگوارتر و غم‌انگیزتر از چیزی که هست شرح می‌دهد. این روش منطقی باور، دارای اعتدالی از حادثه دارد)؛ تحمل محدود برای ناکامی (فرد معتقد که قادر به تحمل خیلی چیزها در پیرامون خود و در افراد دیگر نیست) و باورهای مرتبط به ارزش خود در این باور فرد خود را اغلب بر اساس نگرش‌ها، رفتارها یا خصوصیت‌های خاص، ارزیابی کرده و این اصل‌ها، الگوها و معیارها استوار و انعطاف‌ناپذیرند (Markut, 2012).

آلبرت ایس^۱ کلمات غیرمنطقی که افراد درباره خودشان به کار می‌برند را شناسایی کرد و معتقد است که این اندیشه‌ها می‌توانند علت پیدایش پریشانی و بحران عاطفی در افراد باشند و به‌عنوان باورهای غیرمنطقی و حیران‌کننده در مورد روابط قلمداد شوند. آلبرت ایس نظریه A-B-C خود را درباره پریشانی و بحران عاطفی شرح داده است. مطابق این نظریه، یک پیشامد توسط فرد مشاهده می‌شود (A) و باورهای وی (B) به‌عنوان دلایل بازتاب‌ها و پیامدهای عاطفی یا هیجانی (C) شناخته می‌شود. طبق نظریه ایس پیشامدها و رخدادها موجب پریشانی در افراد نمی‌شود، بلکه چیزی که افراد از رخدادها برداشت می‌کنند باورهای غیرمنطقی افراد است که مسئله‌ساز می‌شود. بر این اساس، سازش نیافتگی‌ها و مشکلات هیجانی در واقع ناشی از نحوه تعبیر، تفسیر و

¹ Albert Ellis

پردازش اطلاعات حاصل از محرک‌ها و رویدادهایی هستند که افکار و باورهای ناکارآمد در زیربنای آن‌ها قرار دارند (Priyadharshini et al, 2020).

طرفداران دیدگاه شناختی معتقدند که پیشامدها، هیجانات، رخدادها و رفتارهای آدمی تحت تأثیر ادراک افراد از واقعیت قرار دارد؛ و موقعیت به‌تنهایی تعیین‌کننده احساس افراد نیست، بلکه بازتاب این هیجانات و رفتارها تفسیری است که ما از جهان پیرامون خود داریم. بر این اساس باورهای غیرمنطقی افکاری هستند که باعث می‌شود افراد احساسات و رفتارهای نامناسبی از خود بروز بدهند (Ellis, 1997).

یافته‌های هایش^۱ و همکاران (۲۰۰۳) نشان می‌دهد افرادی که باورهای غیرمنطقی دارند، اضطراب بالا و عملکرد اجتماعی ضعیفی دارند.

یکی از عوامل مهمی که در بروز اضطراب و پرخاشگری نقش دارد، باورهای غیرمنطقی است (Michaeli Manee, 2010). در نتیجه این یافته‌ها، باورهای غیرمنطقی خواست‌ها و اهدافی هستند که به‌صورت اولویت‌های مهم و واجب صورت می‌گیرند طوری که اگر تحقق پیدا نکند منجر به اضطراب و پرخاشگری می‌شود (David et al, 2009). نتایج پژوهش‌های الیس (۱۹۹۴)، بک و همکاران^۲ (۱۹۷۶)، بک و ویشار^۳ (۱۹۹۵) بیانگر آن است که مشکلات عاطفی و رفتاری از تحریف واقعیت بر اساس فرض‌ها و منطق معیوب ناشی می‌شوند. این نوع ارزیابی‌های تحریف‌شده به هیجان‌های خاصی منجر می‌شوند؛ بنابراین پاسخ‌های هیجانی فرد با ارزیابی تحریف‌شده خود هماهنگ است نه با واقعیت. الیس عوامل ناراحت‌کننده محیطی را رویدادهای فعال‌کننده A می‌نامد و اضافه می‌کند که این رویدادها به‌خودی‌خود تعیین‌کننده احساسات ما نیستند بلکه از سیستم باورهای ما که ممکن است منطقی و یا غیرمنطقی باشند گذشته و احساسات ما را رقم می‌زنند (سیاوشی و نوابی‌نژاد، ۱۳۸۳).

¹ Hayresh

² Rush & Emery

³ Beck & Weishaar

پژوهش‌ها نشان می‌دهد که عواملی چون ویژگی شخصیتی روان رنجوری (نجفی، ۱۳۹۴)؛ باور کمال‌گرایی (Flett et al, 1991) تفاوت‌های فرهنگی (Vandervoort & Paul, 1999)، نگرش مذهبی (گل شکوه، ۱۳۹۴)؛ بهزیستی معنوی و سبک زندگی (حبیبی و همکاران، ۱۳۹۴) نقش عمده‌ای در پیش‌بینی باورهای غیرمنطقی افراد دارد. با توجه به موارد گفته‌شده لازم است که اقداماتی انجام شود تا مشکلات ناشی از ارتباطات سودبخش و رفتارهای غیرمنطقی کاهش یابد (رشیدی و علوی، ۱۳۸۴).

اگر فرد تابع افکار و باورهای غیرمنطقی و غیرعقلانی قرار گیرد با عواقب غیرمنطقی مواجه خواهد شد که در این حالت فردی مضطرب و دارای شخصیت ناسالمی خواهد بود (شفیع‌آبادی و ناصری، ۱۳۷۶). از نظر الیس (۱۹۷۱) فرد ضمن قبول نکردن واقعیت و جذب شدن در فرایند افکار غیرمنطقی در برتری‌جویی مفرط خود مبتلا به عوارض نسبتاً شدیدی می‌شود که اغلب آن را اختلال عاطفی می‌نامند. تا زمانی که تفکر غیرمنطقی جریان دارد اختلالات عاطفی نیز به قوت خود باقی خواهد بود و فردی که خود را اسیر و گرفتار افکار غیرمنطقی خود می‌کند، احتمالاً خود را در حالت احساس خشم، مقاومت، خصومت، دفاع، گناه، اضطراب، سستی و رخوت مفرط، عدم کنترل و ناچاری قرار می‌دهد (امین‌پور و احمدزاده، ۱۳۸۸).

یکی از پیامدهای مخرب باورهای غیرمنطقی، پرخاشگری است که منجر به تخریب و سد تعامل می‌شود و می‌تواند به‌طور فزاینده و پیش‌رونده منجر به اثرات سوء دیگر شود (نیک‌سرشت، ۱۳۸۰). پرخاشگری یکی از گسترده‌ترین و مخرب‌ترین موضوعاتی از رخداد باورهای غیرمنطقی است که گریبان‌گیر جامعه مدرن شده است. پرخاشگری غالباً به‌عنوان رفتاری تعریف می‌شود که قصد دارد به شخص دیگری آسیب برساند که انگیزه دارد از این آسیب جلوگیری کند (Allen & Anderson, 2017). رفتار پرخاشگرانه متفاوت از تأثیر تهاجمی که شامل احساس خشم، خصومت و تحریک‌پذیری است. رفتار پرخاشگرانه را نیز می‌توان از شناخت تهاجمی تشخیص داد که عواملی مانند باورهای غیرمنطقی، طرح‌های ادراکی تهاجمی، انتظارات پرخاشگرانه و

متن‌های رفتاری پرخاشگرانه را شامل می‌شود (Anderson & Bushman, 2002). حتی الگوی ذخیره نتایج باورها غیرمنطقی نیز ممکن است در صورت معنای تغییر اطمینان، با مکاتبات کمتری بین صفت پرخاشگری و نتایج پرخاشگری وقتی سطح اطمینان "نامعتبر" زیاد باشد تا کم صورت گیرد؛ بنابراین، معنای اطمینان در یک زمینه خاص یا برای افراد خاص پیشنهاد می‌شود، تأثیری که یقین در شخصیت فرد بر رفتار بعدی دارد را تعدیل کنید (Briñol et al, 2015; Gascó et al, 2018).

شناسایی و کنترل این جنبه‌های رفتاری و احساسات قسمتی از مقابله با هیجانات است؛ و بخش بعدی مهارت شناخت و کنترل احساسات دیگران است که در این مهارت فرد متوجه عکس‌العمل هیجانی و احساسی دیگران می‌شود و آن را تحت کنترل قرار می‌دهد (برزآبادی فراهانی و آقای دوست، ۱۳۸۹). پرخاشگری رفتاری است که پیامد باورهای غیرمنطقی فرد است و هرچه میزان باورهای غیرمنطقی فرد بالا باشد، میزان پرخاشگری وی بیشتر خواهد بود (معمدین و عبادی، ۱۳۸۹). بدیهی است که وجود باورها و اعتقادات نادرست، نگرش بیمارگونه و حاکمیت جبر بر روان، بروز رفتاری بیمارگونه و پرخاشگرانه را در پی خواهد داشت.

با توجه به اینکه سابقه چنین تحقیقی در سطح استان خراسان شمالی و در مجموعه سازمان تبلیغات اسلامی کشور وجود ندارد، بررسی باورهای غیرمنطقی و ارتباط آن با پرخاشگری در سازمان تبلیغات اسلامی خراسان شمالی ضروری به نظر می‌رسد. بر این اساس پژوهش حاضر بر آن است به این سؤال پاسخ دهد که آیا بین باورهای غیرمنطقی و پرخاشگری در سازمان تبلیغات اسلامی رابطه‌ای وجود دارد؟

۲. مبانی نظری

الف) باورهای غیرمنطقی با واقعیت تناسبی ندارند و بر پایه گمان و احتمال هستند. فردی که دارای باور غیرمنطقی است، حکم‌های از قبل مطرح شده، وضعیت نامناسب و حالت‌های پریشانی از قبیل پرخاشگری، احساس‌های ناراحت‌کننده و مبهم، بی‌اعتنایی و افسردگی دارد. باور غیرمنطقی با واقعیت رابطه‌ای ندارد که این امر موجب تعارض و

مانع برخورد موفق آمیز فرد با الزام‌ها و پیش‌آمدهای زندگی می‌شود (ادیبراد و همکاران، ۱۳۸۴).

باورهای غیرمنطقی، خواست‌ها و اهدافی هستند که به صورت ترجیحاً ضروری و الزامی درمی‌آیند و تبدیل به اهداف اجباری و الزامی و قطعی می‌گردند به طوری که اگر برآورده نشوند به آشفتگی و اضطراب منجر می‌گردد (برنارد^۱، ۱۹۹۱؛ به نقل از صادق، ۱۳۸۳).

الیس باورهای غیرمنطقی را شامل ده مورد می‌داند که عبارت‌اند از:

- ۱ - انتظار تأیید از دیگران^۲
- ۲ - انتظار بیش از حد از خود^۳
- ۳ - سرزنش کردن خود و دیگران^۴
- ۴ - واکنش به ناکامی^۵
- ۵ - بی‌مسئولیتی هیجانی^۶ (کنترل هیجانی)
- ۶ - نگرانی زیاد توأم با اضطراب^۷ (توجه مضطربانه)
- ۷ - اجتناب از مشکل (مشکلات)^۸
- ۸ - وابستگی^۹
- ۹ - درماندگی در برابر تغییر^{۱۰}
- ۱۰ - کمال‌طلبی (کمال‌گرایی)^{۱۱} (Ellis et al, 1375).

¹ Bernard

² Pending approval from others

³ high self expectations

⁴ Blame themselves and others

⁵ frustration reactive

⁵ Emotional Irresponsibility

⁶ anxious over concern

⁷ problem avoidance

⁸ dependency

⁹ helplessness for change

¹⁰ perfectionism

ب) پرخاشگری: گرچه تعاریف متفاوتی از پرخاشگری ارائه شده است اما ویژگی کلی پرخاشگری که مورد قبول اکثریت باشد این است که:

۱. رفتار پرخاشگرانه باید از طرف فرد مورد پرخاشگری به صورت منفی ادراک شود.

۲. در رفتار پرخاشگرانه باید قصد و نیت، آزار رساندن باشد (اینانو و نظری، ۱۳۹۱).

پرخاشگری در شیوه‌های مختلفی در افراد بروز می‌دهد. خصومت که نشان‌دهنده جنبه شناختی پرخاشگری و خشم معرف جنبه هیجانی پرخاشگری است؛ و جنبه رفتاری پرخاشگری به شکل کلامی و جسمانی نمایان می‌شود (خزائی، ۱۳۹۰).

البته رابطه هر یک از مؤلفه‌های باورهای غیرمنطقی و نیز پرخاشگری با مؤلفه‌های دیگر در تحقیقات متعددی مورد بررسی قرار گرفته است، لیکن با توجه به اهمیت و ضرورت موضوع حاضر، تعداد مقالات علمی و تحقیقاتی از این دست در سطح کشور بسیار اندک است. فراهانی و همکاران (۱۳۹۲) در پژوهشی که تحت عنوان " اثربخشی گروه‌درمانی شناختی- رفتاری بر باورهای غیرمنطقی " انجام دادند به این نتیجه رسیدند که در گروه‌درمانی شناختی- رفتاری تغییر باورهای غیرمنطقی آموزش داده می‌شود و رفتارهای مطلوب نیز تقویت می‌شود. خودتنظیمی برای کنترل افکار و احساسات به افراد آموزش داده شده و برای تغییر عقاید کنترل بیش‌ازحد خود، آموزش برنامه‌ریزی روزانه کوتاه‌مدت و قابل دسترسی ارائه می‌شود. تغییر باورهای غیرمنطقی و تبدیل آن‌ها به باورهای منطقی منجر به پیامدهای عاطفی و رفتاری منطقی در فرد شده و به حفظ سلامت روان فرد کمک می‌کند. به این ترتیب در گروه‌درمانی شناختی رفتاری درک فرد از خود، حس کفایت و مهارت‌های مسئله گشایی، کسب استقلال، مهارت‌های مقابله با موقعیت‌های خطرآفرین و فشار روانی و بسیاری از مهارت‌ها برای بهبود وضعیت روانی مطلوب آموزش داده می‌شود. کریمی کهکی و کاظمیان مقدم (۱۳۸۹) در پژوهشی درباره " رابطه باورهای غیرمنطقی الیس و پرخاشگری در بین دانش آموزان پایه سوم

راهنمایی" به این نتیجه رسیدند که بین باورهای غیرمنطقی و پرخاشگری دانش آموزان دختر پایه سوم مقطع راهنمایی شهر بهبهان رابطه مثبت معناداری وجود دارد. این یافته بدین معناست که هر چه میزان باورهای غیرمنطقی دانش آموزان دختر بالاتر باشد، میزان پرخاشگری آنها نیز بیشتر است.

رشیدی و همکاران (۱۳۸۹) در پژوهشی تحت عنوان "نقش باورهای غیرمنطقی بر سلامت روان دانش آموزان دختر دوره متوسطه شهر تهران" انجام دادند که نتایج حاصل از پژوهش نشان داد که پنجاه درصد از دانش آموزان دوره متوسط دارای باور منطقی و ده درصد در حد متوسط، یعنی بین باور منطقی و غیرمنطقی در نوسان هستند و ۳۹ درصد از دانش آموزان دارای باور غیرمنطقی هستند. در واقع بین مؤلفه‌های سلامت روان دانش آموزان تفاوت معنی داری وجود دارد. بالاترین رتبه مربوط به افسردگی و پایین‌ترین رتبه مربوط به نشانه‌های بدنی است. از روی نمرات باورهای غیرمنطقی می‌توان اختلال در سلامت روان دانش آموزان را پیش‌بینی کرد.

معتدین و عبادی (۱۳۸۶) در پژوهشی با عنوان "نقش باورهای غیرمنطقی و پرخاشگری بر عملکرد تحصیلی دانش آموزان پسر دوره متوسطه شهر تبریز" به این نتیجه رسیدند که بین باورهای غیرمنطقی و پرخاشگری، رابطه مثبت معناداری وجود دارد و با عملکرد تحصیلی رابطه منفی معنادار دارد. همچنین بین پرخاشگری و عملکرد تحصیلی دانش آموزان رابطه منفی معنادار وجود دارد و متغیرهای پیش‌بینی کننده در این مطالعه یعنی باورهای غیرمنطقی و پرخاشگری به ترتیب هر یک نقش معناداری در پیش‌بینی عملکرد تحصیلی دانش آموزان پسر دارند.

هارت^۱ و همکاران (۲۰۰۲) به منظور بررسی "تأثیر آموزش مدل حادثه فعال‌کننده - باورها - پیامد بر باورهای غیرمنطقی تیپ شخصیتی a، استرس زندگی و میزان خشم آزمودنی‌ها را با استفاده از ابزارهای مناسب" پرداختند که نتایج نشان داد آموزش‌های تأثیر تعدیل باورهای غیرمنطقی بر خشم را بیشتر از تأثیر آن بر استرس زندگی نشان

¹ Hart

دادند. همچنین تأثیر تعاملی آموزش مدل حادثه فعال‌کننده، باورها، پیامدها بر خشم نسبت به تأثیر آن بر استرس زندگی قابل‌ملاحظه بود و در نهایت بین باورهای غیرمنطقی و پرخاشگری رابطه معناداری را نتیجه نمودند. وودز^۱ (۱۹۹۳) در پژوهشی به "بررسی نیم‌رخ باورهای غیرمنطقی برای خشم و اضطراب" پرداختند و نتیجه گرفتند که چهار باور غیرمنطقی (تقاضا برای تأیید دیگران، انتظارات بالا از خود، سرزنش کردن، اضطراب زیاد، واکنش ناکامی) نقش عمده‌ای در هر نوع آشفتگی عاطفی دارد. لیچ تنبرگ و جانسون^۲ (۱۹۹۲) به بررسی "ارتباط بین سن و جنس و درجه پذیرش هر یک از باورهای غیرمنطقی ده‌گانه الیس و شدت و نوع بیماری‌های جسمی" پرداختند. نتایج نشان داد که بین باورهای غیرمنطقی، سن، جنس از یک طرف و متغیر بیماری‌های جسمی از طرف دیگر رابطه وجود دارد.

۳. روش پژوهش

از آنجایی که نتایج این تحقیق برای سازمان تبلیغات اسلامی خراسان شمالی قابل‌استفاده می‌باشد، تحقیق از نوع کاربردی است. روش تحقیق توصیفی از نوع همبستگی است که به شیوه پیمایشی انجام گرفته است.

جامعه آماری پژوهش حاضر را کلیه کارکنان سازمان تبلیغات اسلامی استان خراسان شمالی در سال ۱۳۹۴ می‌باشد که شامل ۴۴ نفر می‌باشد. به جهت اینکه تعداد کارکنان محدود می‌باشد، نمونه‌گیری به روش تمام شماری انجام شد.

ابزار گردآوری اطلاعات پرسشنامه می‌باشد: برای متغیر باورهای غیرمنطقی از پرسشنامه جونز^۳ (۱۹۶۸) شامل ۱۰۰ گویه در ده بعد و برای متغیر پرخاشگری از پرسشنامه باس و پری^۴ (۱۹۹۲) که شامل ۲۹ گویه می‌باشد، استفاده شد. پرسشنامه‌ها

¹ Woods

² Leach Tanberg & Johnson

³ Jones

⁴ Buss & Perry

از نظر متخصصان، دارای روایی صوری و محتوایی است. پایایی پرسشنامه باورهای غیرمنطقی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ $0/84$ برآورد گردید و پایایی پرسشنامه پرخاشگری $0/80$ داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS22 تحلیل گردید.

۴. یافته‌ها

نمونه آماری شامل ۳۸ مرد و ۳ زن می‌باشد. یافته‌های توصیفی باورهای غیرمنطقی در جدول زیر ارائه شده است.

جدول (۱) میانگین و انحراف معیار باورهای غیرمنطقی کارکنان سازمان تبلیغات اسلامی خراسان شمالی

متغیر	تعداد	کمترین	بیشترین	میانگین	انحراف معیار
انتظار تأیید از دیگران	۴۱	۰/۲۵	۰/۴۲	۳۳/۱۷	۳/۷۶
انتظار بیش از حد از خود	۴۱	۰/۲۳	۰/۴۰	۳۲/۲۶	۳/۸۱
تمایل به سرزنش کردن	۴۱	۰/۲۶	۰/۵۰	۳۶/۵۳	۴/۰۴
واکنش به ناکامی	۴۱	۰/۲۸	۰/۴۰	۳۴/۲۶	۳/۳۶
بی‌مسئولیتی عاطفی	۴۱	۰/۱۴	۰/۴۷	۳۵/۷۵	۶/۲۷
نگرانی زیاد توأم با اضطراب	۴۱	۰/۱۹	۰/۳۶	۲۹/۱۲	۳/۸۰
اجتناب از مشکلات	۴۱	۰/۲۶	۰/۳۹	۳۱/۷۰	۳/۰۲
وابستگی به دیگران	۴۱	۰/۲۶	۰/۵۰	۳۶/۳۶	۴/۴۳
درماندگی نسبت به تغییر	۴۱	۰/۲۳	۰/۵۰	۳۱/۲۶	۴/۷۳
کمال‌گرایی	۴۱	۰/۲۱	۰/۳۷	۲۹/۱۴	۳/۷۳
باورهای غیرمنطقی	۴۱	۰/۲۸۹	۰/۳۹۹	۳۲۹/۶۰	۲۴/۱۵

یافته‌های توصیفی پرخاشگری در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲) میانگین و انحراف معیار پرخاشگری کارکنان سازمان تبلیغات اسلامی خراسان شمالی

متغیر	تعداد	کمترین	بیشترین	میانگین	انحراف معیار
پرخاشگری بدنی	۴۱	۰/۱۱	۰/۳۶	۲۰/۹۷	۶/۵۸
پرخاشگری کلامی	۴۱	۰/۶	۰/۲۰	۱۳/۸۵	۳/۲۶
خشم	۴۱	۰/۱۱	۰/۲۹	۲۰/۶۳	۴/۷۸
خصومت	۴۱	۰/۱۱	۰/۳۲	۲۰/۷۳	۴/۷۹
پرخاشگری	۴۱	۰/۴۰	۰/۱۰۰	۷۶/۴۳	۱۵/۲۳

با توجه به جدول ۲، کمترین نمره پرخاشگری بدنی ۱۱ و بیشترین نمره ۳۶ با میانگین ۲۰/۹۷ و انحراف معیار ۶/۵۸ بوده است. کمترین نمره پرخاشگری کلامی ۶ و بیشترین نمره ۲۰ با میانگین ۱۳/۸۵ و انحراف معیار ۳/۲۶ بوده است. کمترین نمره خشم ۱۱ و بیشترین نمره ۲۹ با میانگین ۲۰/۶۳ و انحراف معیار ۴/۷۸ بوده است. کمترین نمره خصومت ۱۱ و بیشترین نمره ۳۲ با میانگین ۲۰/۷۳ و انحراف معیار ۴/۷۹ بوده است. کمترین نمره پرخاشگری ۴۰ و بیشترین نمره ۱۰۰ با میانگین ۷۶/۴۳ و انحراف معیار ۱۵/۲۳ بوده است.

قبل از تعیین نوع آزمون مورداستفاده در آزمون‌های رابطه‌ای لازم است از نرمال بودن متغیرها مطمئن شویم. در صورتی که متغیرها نرمال باشند، استفاده از آزمون‌های پارامتری توصیه می‌شود. مقدار آماره Z در آزمون باورهای غیرمنطقی برابر با ۱,۴۲۴ و در پرخاشگری ۰,۵۷۳ است و مقدار Sig در آزمون باورهای غیرمنطقی برابر ۰,۳۵ و در پرخاشگری ۰,۸۹۸ می‌باشد. چون مقادیر Sig در هر دو آزمون بیشتر از ۵ درصد است، فرض H_0 پذیرفته می‌شود بدین جهت توزیع داده‌های مورداستفاده نرمال می‌باشد.

جدول ۳) آزمون کولموگروف- اسمیرنوف یک نمونه‌ای برای نمرات متغیرهای باورهای غیرمنطقی و پرخاشگری

	تعداد داده‌ها	باورهای غیرمنطقی	پر خاشگری
		۴۱	۴۱
پارامترهای توزیع نرمال	میانگین	۷۶,۴۳	۳۳۹,۶۰
مقدار بیشترین انحراف	قدر مطلق	۱۵,۲۳	۲۴,۱۵
	مثبت	۰,۱۹۱	۰,۹۰
	منفی	-۰,۲۲۲	-۰,۰۸۰
	مقدار آماره Z	۱,۴۲۴	۰,۵۷۳
	Sig	۰,۳۵	۰,۸۹۸

فرضیه اصلی: بین باورهای غیرمنطقی آلبرت و پرخاشگری کارکنان رابطه وجود دارد.

جدول ۴) رابطه باورهای غیرمنطقی و پرخاشگری کارکنان

سطح معناداری	ضریب همبستگی	فرضیه اصلی	
		پر خاشگری	باورهای غیرمنطقی
۰/۵۳۱	۰/۱۰۱		

همچنان که مشاهده می‌شود نتایج آزمون همبستگی پیرسون نشان می‌دهد که ضریب همبستگی بین باورهای غیرمنطقی آلبرت الیس و پرخاشگری کارکنان برابر با ۰/۱۰۱ می‌باشد و چون مقدار سطح معناداری بیشتر از ۰/۰۵ است بنابراین بین باورهای غیرمنطقی آلبرت الیس و پرخاشگری کارکنان رابطه معناداری وجود ندارد.

جدول ۵) رابطه انواع باورهای غیرمنطقی با پرخاشگری کارکنان

سطح معناداری	ضریب همبستگی	فرضیه فرعی اول	
		پر خاشگری	انتظار تأیید از دیگران
۰/۸۶۹	۰/۰۲۷		
سطح معناداری	ضریب همبستگی	فرضیه فرعی دوم	
		پر خاشگری	انتظار بیش از حد از خود
۰/۴۰۴	۰/۱۳۴		
سطح	ضریب همبستگی	فرضیه فرعی سوم	

معناداری			
۰/۰۹۳	۰/۲۶۶	پرخاشگری	تمایل به سرزنش کردن
سطح معناداری	ضریب همبستگی	فرضیه فرعی چهارم	
۰/۹۳۹	۰/۰۱۲	پرخاشگری	واکنش به ناکامی
سطح معناداری	ضریب همبستگی	فرضیه فرعی پنجم	
۰/۰۹۹	۰/۲۶۱	پرخاشگری	بی مسئولیتی عاطفی
سطح معناداری	ضریب همبستگی	فرضیه فرعی ششم	
۰/۱۱۵	۰/۲۵۰	پرخاشگری	نگرانی زیاد توأم با اضطراب
سطح معناداری	ضریب همبستگی	فرضیه فرعی هفتم	
۰/۶۵۶	۰/۰۷۲	پرخاشگری	اجتناب از مشکلات
سطح معناداری	ضریب همبستگی	فرضیه فرعی هشتم	
۰/۱۰۲	۰/۲۵۹	پرخاشگری	وابستگی به دیگران
سطح معناداری	ضریب همبستگی	فرضیه فرعی نهم	
۰/۶۳۵	۰/۰۷۶	پرخاشگری	درماندگی نسبت به تغییر
سطح معناداری	ضریب همبستگی	فرضیه فرعی دهم	
۰/۹۵۵	-۰/۰۰۹	پرخاشگری	کمال گرایی

همبستگی بین انتظار تأیید از دیگران و پرخاشگری کارکنان برابر با ۰/۰۲۷ می‌باشد و چون مقدار سطح معناداری بیشتر از ۰/۰۵ است بنابراین بین انتظار تأیید از دیگران و پرخاشگری کارکنان رابطه معناداری وجود ندارد.

همبستگی بین انتظار بیش از حد از خود و پرخاشگری کارکنان برابر با ۰/۱۳۴ می‌باشد و چون مقدار سطح معناداری بیشتر از ۰/۰۵ است بنابراین بین انتظار بیش از حد از خود و پرخاشگری کارکنان رابطه معناداری وجود ندارد.

همبستگی بین تمایل به سرزنش کردن و پرخاشگری کارکنان برابر با ۰/۲۶۶ می‌باشد و چون مقدار سطح معناداری بیشتر از ۰/۰۵ است بنابراین بین تمایل به سرزنش کردن و پرخاشگری کارکنان رابطه معناداری وجود ندارد.

همبستگی بین واکنش به ناکامی و پرخاشگری کارکنان برابر با ۰/۰۱۲ می‌باشد و

چون مقدار سطح معناداری بیشتر از ۰/۰۵ است بنابراین بین واکنش به ناکامی و پرخاشگری کارکنان رابطه معناداری وجود ندارد.

همبستگی بین بی‌مسئولیتی عاطفی و پرخاشگری کارکنان برابر با ۰/۲۶۱ می‌باشد و چون مقدار سطح معناداری بیشتر از ۰/۰۵ است بنابراین بین بی‌مسئولیتی عاطفی و پرخاشگری کارکنان رابطه معناداری وجود ندارد.

همبستگی بین نگرانی زیاد توأم با اضطراب و پرخاشگری کارکنان برابر با ۰/۲۵۰ می‌باشد و چون مقدار سطح معناداری بیشتر از ۰/۰۵ است بنابراین بین نگرانی زیاد توأم با اضطراب و پرخاشگری کارکنان رابطه معناداری وجود ندارد.

همبستگی بین اجتناب از مشکلات و پرخاشگری کارکنان برابر با ۰/۰۷۲ می‌باشد و چون مقدار سطح معناداری بیشتر از ۰/۰۵ است بنابراین بین اجتناب از مشکلات و پرخاشگری کارکنان رابطه معناداری وجود ندارد.

همبستگی بین وابستگی به دیگران و پرخاشگری کارکنان برابر با ۰/۲۵۹ می‌باشد و چون مقدار سطح معناداری بیشتر از ۰/۰۵ است بنابراین بین وابستگی به دیگران و پرخاشگری کارکنان رابطه معناداری وجود ندارد.

همبستگی بین درماندگی نسبت به تغییر و پرخاشگری کارکنان برابر با ۰/۰۷۶ می‌باشد و چون مقدار سطح معناداری بیشتر از ۰/۰۵ است بنابراین بین درماندگی نسبت به تغییر و پرخاشگری کارکنان رابطه معناداری وجود ندارد.

همبستگی بین کمال‌گرایی و پرخاشگری کارکنان برابر با ۰/۰۰۹- (رابطه منفی) می‌باشد و چون مقدار سطح معناداری بیشتر از ۰/۰۵ است بنابراین بین کمال‌گرایی و پرخاشگری کارکنان رابطه معناداری وجود ندارد.

با توجه به اینکه ابعاد باورهای غیرمنطقی با پرخاشگری کارکنان رابطه ندارد، با استفاده از رگرسیون خطی مدل گام‌به‌گام تلاش شد، آشکار شود کدام یک از ابعاد باورهای غیرمنطقی آلبرت ایس قادر است پرخاشگری کارکنان را به صورت معناداری پیش‌بینی کند.

جدول ۶) پیش‌بینی تغییرات پرخاشگری کارکنان از روی ابعاد باورهای غیرمنطقی

متغیر ملاک	متغیرهای پیش‌بین	آماره F	P-value	R	R ²	β	Beta	آماره t
باورهای غیرمنطقی آلبرت الیس	انتظار تأیید از دیگران	/۸۷۵ ۰	۰/۱۱۵	/۴۷۵ ۰	/۲۲۶ ۰	۰/۴۱۹	۰/۱۰۴	۰/۴۶۳
	انتظار بیش از حد از خود					۰/۴۹۲	۰/۱۲۳	۰/۵۱۴
	تمایل به سرزنش کردن					۰/۳۳۰ -	-۰/۰۸۸	-۰/۳۳۳
	واکنش به ناکامی					۰/۷۰۳	۰/۱۵۵	۰/۷۸۶
	بی‌مسئولی تی عاطفی					۰/۵۶۷ -	-۰/۲۳۳	-۱/۰۷۸
	نگرانی زیاد توأم با اضطراب	۰/۱۲۱	۰/۱۱۴	۰/۲۵۳	۱/۲۴۷			
	اجتناب از مشکلات	۰/۷۰۲ -	۰/۰۳۸ -	۰/۱۷۳ -	۰/۱۲۳ -	۰/۱۲۱	-۰/۰۲۴	۰/۱۲۳
	وابستگی به دیگران					۰/۷۰۲ -	-۰/۲۰۴	-۰/۷۷۲
	درماندگی نسبت به تغییر					۰/۰۳۸ -	-۰/۰۱۲	-۰/۷۷۶
	کمال‌گرایی					۰/۷۰۷ -	۰/۱۷۳ -	۰/۷۷۶ -

t: ضریب همبستگی چندگانه، R²: ضریب تعیین، β: بتای غیراستاندارد، Beta: بتای

استاندارد، p-value: مقدار احتمال

همان‌طور که در جدول ۶ نشان می‌دهد رگرسیون پیش‌بینی پرخاشگری کارکنان تبلیغات اسلامی با توجه به مؤلفه‌های باورهای غیرمنطقی آلبرت ایس معنی‌دار نیست ($F=0/875$ و $p<0/110$). متغیر باورهای غیرمنطقی درزمینه نگرانی زیاد توأم با اضطراب با ضریب بتای استاندارد $0/252$ می‌تواند به‌طور مثبت و معناداری پرخاشگری کارکنان را پیش‌بینی کند. مقدار R^2 نشان می‌دهد $0/226$ از واریانس پرخاشگری کارکنان توسط متغیرهای یادشده تبیین می‌شود.

۵. بحث و نتیجه‌گیری

بر اساس یافته‌های پژوهش بین ابعاد باورهای غیرمنطقی آلبرت ایس و پرخاشگری رابطه مثبت و معنی‌داری مشاهده نشد. یافته‌های این پژوهش، پژوهش‌های قبلی را درزمینه باورهای غیرمنطقی و پرخاشگری تأیید نمی‌کند که توسط دیگر پژوهشگران در داخلی و خارج از کشور انجام شده است. در پژوهش حاضر بین باورهای غیرمنطقی و پرخاشگری رابطه معناداری وجود نداشت که با پژوهش‌های کریمی کهگی و کاظمیان مقدم (۱۳۸۹) که به این نتیجه رسیدند که بین باورهای غیرمنطقی و پرخاشگری دانش‌آموزان دختر پایه سوم مقطع راهنمایی شهر بهبهان رابطه مثبت معناداری وجود دارد. این یافته بدین معناست که هر چه میزان باورهای غیرمنطقی دانش‌آموزان دختر بالاتر باشد، میزان پرخاشگری آن‌ها نیز بیشتر است و همچنین پژوهشی که توسط معتمدین و عبادی (۱۳۸۶) با عنوان «نقش باورهای غیرمنطقی و پرخاشگری بر عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان پسر دوره متوسطه شهر تبریز» به این نتیجه رسیدند که بین باورهای غیرمنطقی و پرخاشگری، رابطه مثبت معناداری وجود دارد؛ بنابراین نتایج پژوهش‌های فوق با نتایج حاصل از فرضیه اصلی پژوهش حاضر همخوانی ندارد. مجیدی و آزموده (۱۳۹۶) با بررسی اثربخشی آموزش گروهی مدل ABC ایس بر کمال‌گرایی دانشجویان نشان دادند که اجرای جلسات آموزش گروهی بر مبنای مدل ABC آلبرت ایس منجر به کاهش معنادار کمال‌گرایی در دانشجویان شده است. ترنر و

بارکر (۲۰۱۵) در تحقیقی با عنوان بررسی اثربخشی رفتاردرمانی عقلانی و هیجانی ایس بر کمال‌گرایی افراد شاغل، نشان می‌دهند که بین باورهای غیرمنطقی و کمال‌گرایی رابطه وجود دارد و این رویکرد می‌تواند در خصوص باورهای غیرمنطقی مانند کمال‌گرایی تأثیر بگذارد و میزان آن را کاهش دهد.

در پژوهش حاضر بین انتظار تأیید از دیگران و پرخاشگری رابطه مثبت و معنی‌داری مشاهده نشد که با نتایج تحقیق مک لنان (۱۹۹۶) در پژوهشی که ارتباط بین باورهای غیرمنطقی با عزت نفس و افسردگی را مورد بررسی قرار داد، همخوانی دارد. با توجه به تجزیه و تحلیل آماری داده‌ها در این پژوهش، مشخص گردید، شش باور غیرمنطقی با افسردگی و عزت نفس پایین مرتبط می‌باشند، همخوانی ندارد. مؤلفه انتظار بیش از حد از خود در حد مطلوبی بوده ولی با توجه به نتایج به دست آمده، رابطه معناداری با پرخاشگری ندارد؛ بنابراین نتایج فرضیه فرعی تحقیق هم‌راستا با پژوهش فیاض و کیانی (۱۳۸۸) در پژوهشی تحت عنوان بررسی آسیب شناسانه باورهای غیرمنطقی دانشجویان دانشگاه شیراز به این نتیجه رسیدند که جنسیت بر میزان باورهای غیرمنطقی تفاوت معناداری وجود ندارد و از بین مؤلفه‌های باورهای غیرمنطقی جونز، مؤلفه‌های کمال‌گرایی، نگرانی توأم با اضطراب، انتظار بیش از حد از خود بیشترین رتبه را به خود اختصاص داده است، نمی‌باشد. همچنین با توجه به اینکه بین بی‌مسئولیتی عاطفی و پرخاشگری رابطه معناداری مشاهده نشد لذا با پژوهش‌های زیارتی (۱۳۷۹) و وودز (۱۹۹۳) در پژوهشی به بررسی نیم‌رخ باورهای غیرمنطقی برای خشم و اضطراب پرداختند و نتیجه گرفتند که چهار باور غیرمنطقی (تقاضا برای تأیید دیگران، انتظارات بالا از خود، سرزنش کردن، اضطراب زیاد، واکنش ناکامی) نقش عمده‌ای در هر نوع آشفتگی عاطفی دارد. همخوانی ندارد.

آلبرت آیس سه باور رایج از باورهای غیرمنطقی را تحت عنوان باید اندیشی مورد توجه قرار می‌دهد که توقع از خود، توقع از دیگران و توقع از دنیا وزندگی نام گرفته‌اند و عبارت‌اند از:

۱. من باید به‌درستی کارکنم تا تأیید دیگران را به دست آورم در غیر این صورت بی‌فایده هستم.

۲. رفتار دیگران با من باید پسندیده، رؤف و منطقی باشد در غیر این صورت شایسته نیستند و سزاوار مجازات هستند.

۳. زندگی باید راحت، بدون مشقت و عادلانه باشد در غیر این صورت ناپسند و بی‌رحمانه است.

در این صورت ما فقط زمانی می‌توانیم خوشنود باشیم و رفتارهایی چون پرخاشگری نداشته باشیم که باورهای غیرمنطقی که زیرساخت مشکلات عصبی و روانی است را با باورهای منطقی‌تر جایگزین کنیم (کوری، ۲۰۱۳).

الیس معتقد است که انسان ذاتاً تمایلات بیولوژیکی استثنایی و نیرومندی برای تفکر و عمل به شیوه خاص دارد که این شیوه ممکن است در جهت منطقی و یا غیرمنطقی باشد. او جهت تفکر و عمل فرد را تابع محیط خانواده و فرهنگی می‌داند که فرد در آن رشد می‌کند. او انسان را از نظر بیولوژیکی، عمدتاً موجودی می‌داند که در جهت تخریب نفس و ارتکاب امور بد گام برمی‌دارد و آمادگی ذاتی شدیدی برای تفکر غیرمنطقی و غیرعقلانی دارد. با توجه به اینکه سازمان تبلیغات اسلامی به‌عنوان نهادی فرهنگی-تبلیغی و یکی از متولیان امر تبلیغ و ترویج دین اسلام و احیای ارزش‌های اسلامی که در زمینه فعالیت‌های متعدد فرهنگی و قرآنی نقش حساسی را در جامعه ایفا می‌کند، خود می‌بایست دارای کارکنانی متعلق به اخلاق حسنه و دارای باورها و اعتقادات ارزشی و منطقی و دینی باشند، از طرفی نیروی انسانی در سازمان‌ها از اهمیت زیادی برخوردار است، به بررسی رابطه بین باورهای غیرمنطقی و پرخاشگری پرداخته شد.

مدیران سازمان‌ها می‌توانند از طریق انسجام، هماهنگی، اعتماد، پیوند اعضای درون‌سازمانی و تعامل برون‌سازمانی و درنهایت ایجاد و گسترش شبکه‌ها، در جهت برآوردن نیازها در جامعه، باورهای غیرمنطقی را کنترل کرده و از پرخاشگری جلوگیری کنند که این امر مسئولیت اجتماعی و پاسخگویی را به همراه دارد و این روابط مسئولانه

بدون چشم‌داشت، موجب تقویت کنش متقابل بین افراد می‌شود و در ورا این کنش‌ها کارایی و اثربخشی سازمانی حاصل خواهد شد.

با این حال، به‌عنوان یکی از محدودیت‌های این پژوهش باید گفت که این نتیجه از یک سازمان در خراسان شمالی به‌دست آمده است. به نظر می‌رسد که کارکنان این سازمان از جامعه در مقایسه با دیگر سازمان‌ها، در برون‌ریزی رفتارها و باورهای غیرعقلانی خود مجرب‌تر اقدام می‌کنند. بر این اساس، نمی‌توان نتایج آن را به همه‌ی گروه‌های کارکنان سازمان‌ها مختلف، تعمیم داد.

محدودیت دیگر در پژوهش ما این است که ما داده‌های خود را در یک‌زمان واحد جمع‌آوری کردیم. ماهیت مقطعی داده‌ها به ما اجازه نمی‌دهد که در مورد جهت‌علیت به‌طور کامل نتیجه بگیریم. بر این اساس، تحقیقات آینده به‌طور طولی و یا باید به‌صورت طراحی‌های آزمایشی انجام شود تا روابط باورهای غیرمنطقی در میان متغیرهایی که در مطالعه خود آوردیم بیشتر آشکار شود.

بر اساس یافته‌های پژوهش پیشنهادهای زیر ارائه می‌گردد:

- بهتر است افراد میزان وابستگی خود به نظرات دیگران را کاهش دهند و بدانند که گرچه تأیید دیگران باعث رضایت و خشنودی انسان می‌شود ولی امری ضروری نیست.
- هنگام شکست و ناکامی در زندگی از قضاوت درباره خود اجتناب کنید. اگر هم در موردی لازم دیدید درباره رفتار خود قضاوت کنید و نسبت به اصلاح آن بپردازید.
- پیشنهاد می‌شود که افراد به‌جای حزن و اندوه، آن موقعیت را پذیرفته و راه‌حل‌های مختلف و با مشورت گرفتن از دیگران بتوانیم مسیر صحیح برای دستیابی به آن را پیدا کنیم.
- پیشنهاد می‌شود که اگر افراد بپذیرند که اختلالات و عواطف نتیجه احساسات و ارزشیابی‌ها و تلقین فرد به خودش است در این صورت کنترل و تغییر آن‌ها امری ساده و امکان‌پذیر خواهد شد.

- پیشنهاد می‌شود به‌جای طفره رفتن و فرار از مشکلات سعی کنید کارهای ضروری حتی ناخوشایندتان را انجام داده و بلافاصله بعد از آن کاری را شروع کنید که باب

طبعتان باشد.

- پیشنهاد می‌شود فرد درعین حال که گذشته را مهم می‌شمارد می‌توان با بررسی رفتار گذشته و مورد سؤال قرارداد عقاید و باورهای ناراحت‌کننده گذشته‌اش به تغییر رفتار کنونی خویش پردازد.

- افراد سعی کنند راه‌حل‌های متعددی را به هنگام مواجه شدن با مشکلات بیابند و از بین آن‌ها بهترین و عملی‌ترین راه را انتخاب کنند.

پیشنهاد می‌شود با توجه به اهمیت باورها در بین کارکنان سازمان تبلیغات که سازمانی نهادی و فرهنگی-تبلیغی است، سمینارهای دوره‌ای و کارگاه‌های آموزشی در این حیطه با انجام بررسی‌های دیگر با صرف امکانات و زمان بیشتر، تحقیقاتی با دامنه وسیع‌تر انجام شود و این در نتیجه باعث افزایش اثربخشی روابط انسانی می‌شود. همچنین با توجه به نقش باورهای غیرمنطقی و مؤلفه‌های آن، تحقیق مشابه در جامعه آماری شهرهای دیگر نیز انجام شود.

سیستم‌های آموزشی، ضمن شناخت و صورت‌بندی عوامل باورهای منطقی و غیرمنطقی و عناصر آن، با نهادهای متولی، همگرا شده و مقصدی مشترک را تعریف و تعیین کنند.

از نظر رابطه پیامدهای پرخاشگری کارکنان با توجه به مؤلفه‌های باورهای غیرمنطقی، گروه‌های مدیریتی باید رفتار کارکنان را تحت نظارت قرار بدهند و از رفتارهای غیرعقلانی جلوگیری شود تا در سازمان ترویج پیدا نکند، محیط مناسب را در سازمان‌های مربوطه ایجاد کنند و به طرز صحیح با کارکنان ارتباط برقرار کنند تا رشد و پیشرفت روان‌شناختی و سرمایه‌های انسانی در سازمان ارتقا بخشد. این رویکرد به نوبه خود باعث بهبود رفتارهای کمال‌گرایانه، ناکامی و وابستگی به دیگران و ... می‌شود. باورهای غیرمنطقی، عملکرد نامناسب و رفتارهای غیرمنطقی را جایگزین باورهای منطقی سازمانی کنیم. با این کار استرس، اضطراب و پرخاشگری در بین کارکنان به حداقل می‌رسد.

منابع

۱. اتکینسون، ریتال؛ ریچارد، اتکینسون و ارنستر، هیلگارد (۱۹۸۳). زمینه روانشناسی. ترجمه محمدتقی براهنی (۱۳۹۱). تهران، انتشارات رشد، جلد ۱ و ۲.
۲. ادیب‌راد، نسترن؛ مهدوی، اسماعیل؛ ادیب‌راد، مجتبی و دهشیری، غلامرضا (۱۳۸۴). مقایسه باورها ارتباطی زنان مراجعه کننده به مراکز قضایی و زنان مایل به ادامه زندگی مشترک شهر تهران. فصلنامه خانواده‌پژوهی، دوره ۱، شماره ۲، ۱۳۸-۱۳۱.
۳. امین پور، حسن؛ احمدزاده، یاسین (۱۳۹۰). بررسی و مقایسه وضعیت باورهای غیرمنطقی در افراد معتاد و عادی. فصلنامه علمی پژوهشی اعتیادپژوهی، سال ۳، شماره ۱۲، ۱۰۷-۱۰۲.
۴. اینانلو، مجید؛ نظری، رجب (۱۳۹۱). پرخاشگری. مجله روان شناسی سلامت روان، قابل دسترسی از: <http://www.estkhalele.blogfa.com/post/143>.
۵. برزآبادی فراهانی، علی و آقای دوست، علی (۱۳۸۹). مهارت های زندگی. مرکز انتشارات آموزش و تحقیقات صنعتی ایران.
۶. فیاض، ایراندخت و کیانی، ژاله (۱۳۸۸). بررسی آسیب شناسانه باورهای غیرمنطقی دانشجویان. راهبرد فرهنگ، شماره ۱۴، ۱۱۷-۹۹.
۷. کوری، جرال (۲۰۱۳). نظریه و کاربرد مشاوره و روان‌درمانی. ترجمه یحیی سیدمحمدی (۱۳۹۲). چاپ ۱۰، تهران، انتشارات ارسباران.
۸. حبیبی، یوسف؛ آینه‌وند، علی و حسینی، سیدحسین (۱۳۹۴). پیش‌بینی باورهای غیرمنطقی با توجه به بهزیستی معنوی و سبک زندگی. دومین کنفرانس بین‌المللی علوم رفتاری و مطالعات اجتماعی، استانبول، مؤسسه مدیران ایده پرداز پایتخت ویرا.
۹. خزائی، حبیب‌اله و اسدی، ماندانا و محمدی، هیوا (۱۳۹۰). مقایسه اثربخشی دو روش رفتار درمانی " تقویت و پاداش " و روش شناخت‌درمانی الیس بر میزان پرخاشگری کودکان بی‌سرپرست، دوماهنامه بهبود، دوره ۱۵، شماره ۶، ۴۰۸-۴۱۴.

۱۰. رشیدی، اشرف و علوی، حمیدرضا (۱۳۹۴). بررسی میزان رفتار منطقی و اثربخشی ارتباطات و رابطه آنها در بین اعضای هیأت علمی دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه شهید بهنر کرمان. مجله علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه سیستان و بلوچستان، دوره ۲، شماره ۳، ۱۲-۶.
۱۱. زیارتی، اسماعیل (۱۳۷۹). بررسی رابطه بین سلامت روان و باورهای غیرمنطقی دانشجویان دانشگاه کاشان. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه تربیت معلم.
۱۲. شفیع‌آبادی، عبدالله و ناصری، غلامرضا (۱۳۷۴). نظریه های مشاوره و روان درمانی. تهران، چاپ ۴، انتشارات مرکز نشر دانشگاه.
۱۳. کریمی کهکی، غلامحسین و کاظمیان مقدم، کبری (۱۳۸۹). بررسی رابطه باورهای غیرمنطقی الیس و پرخاشگری دانش آموزان دختر پایه سوم مقطع راهنمایی شهر بهبهان. *روان شناسی/ ایران*، شماره ۳، ۱۲۷-۱۰۷.
۱۴. گل شکوه، فاطمه (۱۳۹۴). رابطه بین نگرش مذهبی و باورهای غیرمنطقی با تحمل ابهام در جانبازان شهر دزفول. اولین کنگره بین المللی روانشناسی و علوم تربیتی با رویکرد اسلامی، اردبیل، کانون فرهنگی مناجات اردبیل.
۱۵. معتمدین، مختار و عبادی، غلامحسین (۱۳۸۶). نقش باورهای غیرمنطقی و پرخاشگری بر عملکرد تحصیلی دانش آموزان پسر دوره متوسط شهر تبریز. *دانش و پژوهش در علوم تربیتی*، شماره ۱۴، ۲۲-۱.
۱۶. معتمدین، مختار و عبادی، غلامحسین (۱۳۸۴). بررسی ساختار عاملی آزمون باورهای غیرمنطقی جونز در شهر اهواز. *دانش و پژوهش در روان شناسی*، دوره ۷، شماره ۲۳.
۱۷. نجفی، احمد (۱۳۹۴). بررسی رابطه بین عوامل شخصیتی، باورهای غیرمنطقی و دزدگی شخصیتی. کنفرانس ملی آینده پژوهی، علوم انسانی و توسعه، شیراز، مرکز توسعه آموزش های نوین ایران.
۱۸. نوابی نژاد، شکوه (۱۳۷۲). رفتارهای بهنجار و نابهنجار کودکان و راه های پیشگیری و درمان. تهران، انتشارات انجمن اولیاء و مربیان.

۱۹. ایس، آلبرت و مکالرن، کاترین (۲۰۰۵). رفتار درمانی عقلانی هیجانی. ترجمه مهرداد فیروزبخت (۱۳۹۲)، چاپ ۱، تهران، انتشارات روانشناسی و هنر.

۲۰. ایس، آلبرت و رابرت، هارپر (۱۹۷۵). زندگی عاقلانه. ترجمه مهرداد فیروزبخت (۱۳۷۷)، تهران، انتشارات رشد.

21. Allen, J.J. & Anderson, C. (2017). Aggression and violence: Definitions and distinctions. In P. Sturmey (Ed.). *The Wiley Handbook of Violence and Aggression*, UK: *John Wiley & Sons*. pp. 4-16

22. Anderson, C.A. & Bushman, B.J. (2002). Human aggression. *Annual Review of Psychology*, 53, pp.27-51.

23. Beck, A.T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorder*. New York.

24. Briñol, P. Petty, R.E & DeMarree, K. (2015). Being threatened and being a threat can increase reliance on thoughts: A self-validation approach. In P. J.

25. Carroll, R. M. Arkin, & A. Wichman (Eds.), *Handbook on personal security*, New York: *Psychology Press*.

26. David D, Lynn S, Ellis A. (2009). *Rational and Irrational Beliefs: Research, Theory, and Clinical Practice*. USA: Oxford University Press.

27. Ellis, A. (1999). Rational- Emotive Behavior Therapy and Cognitive Behavior Therapy for Elderly People. *Journal of Rational Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*.

28. Ellis, A. & Dryden, W. (1999). *The practice of rational-emotive therapy*. New York: *Springer*. 17(1), pp.5-18.

29. Flett, G. L. Hewitt, P. L. Blankstein, K. R. & Koledin, S. (1991). Dimensions of perfectionism and irrational thinking. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 9(3), pp.185-201.

30. Gascó, M. Briñol, P. Santos, D. Petty, R. E. & Horcajo, J. (2018). Where did this thought come from? A self-validation analysis of the perceived origin of thoughts. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 44, pp.1615-1628.
31. Hart, K. E., Turner, S. H., Hittner, J. B., Cardozo, S. R., & Paras, K. C. (1991). Life stress and anger: Moderating effects of Type A irrational beliefs. *Personality and Individual Differences*, 12(6), pp.557-560.
32. Hogg, M. A. & Reid, S. (2006). Social identity, self-categorization, and the communication of group norms. *Communication Theory*, 16, pp. 7-30. doi: 10.1111/j.1468-2885.2006.00003.x
33. Michaeli Manee F. (2010). The role of the styles of coping with stress in the relationship between irrational beliefs and social adjustment among the Urmia University students. *J Res Psychol Health*, 3(4): pp. 45-54.
34. Priyadarshini, S. Gopalan, RT. (2020). Marital Adjustment, Love, Personal Intimacy, Personality, Dyadic Coping and Spirituality on Marital Stability. *Asian Journal of Advanced Research and Reports*, pp. 1-16.
35. Vandervoort, D. & Paul P.D. (1999). Madrid, Samara. Ethno Culture, Anxiety, and Irrational Beliefs. *Current Psychology, fall 99, 18 tissue*, 30(1), pp.277- 278.

