

# The effectiveness of empowerment program training on self-knowledge and improved addicts' sense of self-worth

Seyed Mehdi Azimi

Master of Family Counseling Psychology,  
Islamic Azad University, Central Tehran Branch,  
Tehran, Iran,  
sedmehdiazimi@gmail.com

## Abstract

The aim of this research is to investigate the effectiveness of empowerment program training on the self-knowledge and self-worth of drug addicts. Method: The current research is a semi-experimental study, the statistical population of the research included a number of drug addicts who have recovered in the care centers of Karaj city. For the purpose of sampling, 30 people who have recovered from these centers were selected as a sample and using the random sampling method from the available population and were replaced in two experimental groups (15 people) and control (15 people) and a One week before the intervention, each of the participants answered self-knowledge and self-worth questionnaires as a pre-test. Then, an intervention based on empowerment program training for 10 sessions of 90 minutes was conducted for these people who were in the experimental group. The findings and results of this research showed that, after removing the effect of the pre-test, there was a significant difference between the average scores. There are two groups in the post-test. Therefore, the null hypothesis is rejected and the opposite hypothesis is confirmed. In this sense, the empowerment program has an effect on the self-knowledge and self-worth of recovered male addicts. As a result, it can be said that empowerment program training is effective on the self-knowledge and self-worth of male drug addicts.

**Keywords:** empowerment, sense of worth, self-knowledge, addicts

# اثر بخشی آموزش برنامه توانمندسازی بر خودشناسی و احساس ارزشمندی معتادان بهبود یافته

سید مهدی عظیمی

کارشناس ارشد روانشناسی مشاوره خانواده، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی، تهران، ایران،  
sedmehdiazimi@gmail.com.

## چکیده

هدف این پژوهش بررسی اثر بخشی آموزش برنامه توانمندسازی بر خودشناسی و احساس ارزشمندی معتادان بهبود یافته است. روش: پژوهش حاضر نیمه آزمایشی است، جامعه آماری پژوهش شامل تعدادی از معتادین بهبود یافته در مراکز نگهداری شهرستان کرج بودند. به منظور نمونه گیری، تعداد ۳۰ نفر از بهبود یافتگان این مراکز بصورت نمونه و با بهره گیری از روش نمونه برداری تصادفی، از بین جمعیت در دسترس انتخاب و در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و گواه (۱۵ نفر) جایگزین شده و یک هفته قبل از انجام مداخله، هرکدام از شرکت کنندگان یک بار پرسشنامه‌های خودشناسی و احساس ارزشمندی را به عنوان پیش آزمون پاسخ دادند. سپس مداخله ای براساس آموزش برنامه توانمند سازی به مدت ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه ای برای این افراد که در گروه آزمایش قرار داشتند به صورت گروهی انجام گرفت. یافته‌ها و نتایج این پژوهش نشان داد، بعد از خارج کردن تأثیر پیش آزمون، اختلاف معناداری بین میانگین نمرات دو گروه در پس آزمون وجود دارد. بنابراین فرضیه صفر رد و فرض مقابل تأیید می‌شود. به این معنا که برنامه توانمندسازی بر خودشناسی و احساس ارزشمندی معتادان مرد بهبود یافته تأثیرگذار است. در نتیجه می‌توان بیان کرد آموزش برنامه توانمند سازی بر خودشناسی و احساس ارزشمندی معتادان مرد بهبود یافته موثر است.

**کلیدواژه‌ها:** توانمندسازی، احساس ارزشمندی،

خودشناسی، معتادین

## مقدمه

سوء مصرف مواد و اعتیاد، امروزه به یکی از دغدغه‌های بزرگ جوامع بشری تبدیل شده است. این پدیده خانمان سوز آثار مخرب جسمانی، روانی، اجتماعی، خانوادگی، شغلی، مالی، اخلاقی و همچنین از بین رفتن سرمایه‌های انسانی جوان و مغزهای متفکر را به دنبال دارد (مشاوری، لطیفی، ۱۳۹۷؛ کامکار، فرخی، ۱۳۹۹). اعتیاد را می‌توان نوعی بیماری مغزی در نظر گرفت که موجب بد عملکردی و تغییرات ریخت شناسی در سیستم عصبی و ساز کارهای پاسخدهی به پاداش و لذت می‌شود. پژوهش‌های دو دهه اخیر نشان داده که اعتیاد نوعی بیماری به حساب می‌آید با کارکردهای مغزی در ارتباط است (معینی و همکاران، ۱۳۹۸). انجمن روانپزشکی آمریکا در پنجمین ویراست راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی، اختلال مصرف مواد را به عنوان مجموعه‌ای از نشانه‌های شناختی، رفتاری و فیزیولوژیکی تعریف می‌کند که نشان می‌دهند فرد با وجود مشکلات قابل ملاحظه مرتبط با مواد، مصرف مواد را ادامه می‌دهد (سادوک و رونیز، ۲۰۱۵). وابستگی به مواد مخدر یک مشکل گسترده بوده در تمامی حرفه‌ها، سطوح تحصیلی و طبقات اجتماعی - اقتصادی دیده می‌شود و صرفاً با فرد یا گروه خاصی مربوط نمی‌شود (حسینی و جبن آبادی، ۱۳۹۳). پس از وابستگی به مواد مخدر اولین راهکار موجود برای بازگشت فرد وابسته به مواد ترک ارادی مصرف مواد علیرغم احساس ولع برای مصرف می‌باشد که به علت عادت کردن بدن و مغز به دریافت مواد، گذر از این مرحله دشوار بوده و نیازمند توانایی جسمی (لطیف و سولی، ۲۰۱۹) و بخصوص روانشناختی (مورتون، اورلی و برین، ۲۰۱۶؛ حاسبی، هریس، آریس و پالابهو، ۲۰۲۰، هورل و همکاران، ۲۰۲۰) می‌باشد. مطالعات اخیر بیانگر این است که لازمه بهبودی، توجه به جنبه‌های گسترده‌ای از زندگی شامل رفاه، روابط و عوامل محیطی بالاخص توانمندی روانشناختی می‌باشد (بست، کلی، ۲۰۱۷؛ رابرتسون، ۲۰۱۹؛ هورل، ۲۰۲۰).

یکی از توانمندی‌های روانشناختی انسجام خودشناسی است، انسجام خودشناسی یک ویژگی شخصیتی است که باعث می‌شود فرد از منابع و توانایی‌هایش برای مواجهه با مجموعه‌ای از مسایل استفاده کرده و احساس ارزشمندی داشته باشد و انسجام خودشناسی منجر به شکل‌گیری باورهایی می‌شود که محرک‌های درونی و بیرونی مسیر زندگی را قابل پیش بینی و توضیح پذیر می‌سازد (لاید، ۲۰۱۸). براساس تحقیقات، یکی از عوامل موثر روانشناختی بر مصرف یا ترک مواد سازه انسجام خودشناسی است و می‌تواند نقشی خطر ساز و محافظت کننده در برابر مصرف مواد داشته باشند (ارقبایی، سلیمانان و محمدی پور، ۱۳۹۷؛ معینی و همکاران، ۱۳۹۸). افرادی که از سطوح بالای این سازه شخصیتی برخوردار هستند علایم روانشناختی مثبت تری را تجربه می‌کنند و احتمالاً سبک زندگی سالم تری دارند (کیکوچی و همکاران، ۲۰۱۴). در زمینه ارتباط انسجام خودشناسی با مصرف مواد پژوهش توس و همکاران (۲۰۲۰) به این نتیجه رسیدند که انسجام خودشناسی بیشتر منجر به مصرف مواد کمتر می‌شود و احتمال درگیر شدن افراد را در رفتارهای اعتیادی نظیر مصرف سیگار و الکل کاهش می‌دهد.

یکی دیگر از متغیرهای توانمندسازی خود ارزشمندی است، خود ارزشمندی یکی از نتایج ناشی از بررسی و تحلیل تعامل بین ذهن، خود و شخصیت است (ایرانی، لطیفی، سلطان زاده، ۱۳۹۹) خود ارزشمندی بر این تکیه دارد که مردم با توجه به تجارب فردی و اجتماعی خود در می‌یابند که موقعیت‌های زندگی چگونه وضعیت‌هایی برای موفقیت و شکست آنها

فراهم می‌کند. با توجه به تجارب موجود زندگی، هرچه مردم قدر، منزلت، ارزش و بهای خود را بهتر بدانند، به همان نسبت اعتماد به خویشتن آن‌ها افزوده می‌شود و در نهایت عزت نفس بیشتری خواهد داشت. قدردانی از خود و بهادادن به خویشتن از مصادیق مهم نظریه خود ارزشمندی است که موجب شکل‌گیری عزت نفس می‌شود، خودارزشمندی موجب ارتقای سطح سلامت عمومی، خودتنظیمی، منبع‌انگیزش، کاهش افسردگی، اصلاح رفتار اجتماعی و مواجهه درست و مناسب با حوادث و وقایع روزمره می‌شود که در سطوح مختلف زندگی فردی، خانوادگی، آموزشی و اجتماعی و اجتماعی اثرات خود را نمایان می‌کند (غفاری جم، خفه، مصطفایی، ۲۰۲۱).

با توجه اینکه توانمندسازی جنبه‌های مختلف روانشناختی افراد وابسته به مواد را بررسی می‌کند پس در نتیجه توانمندسازی اصلی‌ترین رکن برای ترک مواد و بازگشت به زندگی عادی در افراد وابسته می‌باشد (لیپتون، ۲۰۱۶). برنامه آموزش توانمندسازی یک فرایند است که باعث قدرت بخشیدن به افراد می‌شود تا حس اعتماد به نفس خویش را تقویت نموده و بر احساس ناتوانی و درماندگی خود چیره شوند این حالت منجر به بسیج انگیزه‌های درونی افراد می‌شود و در افراد شور و شوق فعالیت ایجاد و انگیزه‌های درونی آن‌ها را برای انجام دادن منسجم می‌نماید (لاید، ۲۰۱۸). در سال‌های اخیر توانمندسازی از دیدگاه‌های مختلف مورد توجه قرار گرفته است توانمندسازی به عنوان توانایی یا افزایش کارآمدی فردی در انجام وظایف مطرح می‌شود (برایندین، ۲۰۲۰). براساس روانشناسی مثبت‌نگر توانمندسازی افراد وابسته به مواد، مفاهیم زیادی از جمله انسجام خودشناسی، خوش‌بینی، خودکارآمدی، تاب‌آوری، امیدواری و ارزشمندی را بررسی می‌کند (چوپرا، دپاک، ۲۰۱۸). با توجه توضیحات فوق این مسله مطرح می‌شود که آیا برنامه توانمندسازی بر خودشناسی و احساس ارزشمندی معتادان بهبود یافته تاثیرگذار است؟

## روش

طرح پژوهش حاضر از نوع پژوهش‌های نیمه‌ازمایشی است که به منظور اثربخشی برنامه توانمندسازی بر خودشناسی و احساس ارزشمندی معتادان بهبود یافته انجام گرفت.

به علت برخی مسائل مثل کمبود وقت، کمبود منابع انسانی مورد نیاز و هم‌چنین کمبود بودجه برای بررسی تمام اعضای جامعه کل، از جامعه هدف، نمونه‌ای را که شامل جامعه در دسترس است انتخاب می‌کنیم و پژوهش بر روی آن‌ها انجام می‌گیرد. جامعه هدف پژوهش حاضر را تعدادی از معتادین بهبود یافته در مراکز نگهداری شهرستان کرج تشکیل می‌دادند که در بازه زمانی دی ماه ۱۴۰۰ تا اردیبهشت ۱۴۰۱ به مراکز نگهداری سطح استان البرز مراجعه کرده‌اند. پس از بررسی ملاک‌های ورود، از افراد شرکت‌کننده رضایت کتبی شرکت در پژوهش اخذ شد و توضیحاتی در باب فرایند پژوهش به آن‌ها داده شد. در طول مدت پاسخ‌دهی شرکت‌کنندگان، پژوهشگر حضور فعال داشت تا از بروز پاسخ‌های تصادفی جلوگیری نماید و در صورت لزوم به پرسش‌های آن‌ها پاسخ دهد. پس از جمع‌آوری اطلاعات و ثبت آن‌ها، داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار رایانه‌ای SPSS-22 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. در این پژوهش از پرسشنامه‌های زیر استفاده گردید.

پرسشنامه‌ی اطلاعات جمعیت شناختی: این پرسشنامه‌ی محقق ساخته برای کسب اطلاعاتی مثل سن، تحصیلات، اشتغال، تاهل و ... استفاده شد.

- مقیاس خودشناسی انسجامی (Integrative Self-Knowledge Scale) توسط قربانی، واتسن وهارگیس در سال ۲۰۰۸ ساخته شده است. این مقیاس دارای ۱۲ سول میباشد که بر اساس یک مقیاس لیکرت پنج درجه‌ای پاسخ داده می‌شود. طی چندین مطالعه روایی و پایایی این مقیاس به تایید رسیده است. نمره بالا در این مقیاس با ارزیابی ویژگی‌های رفتاری وابسته به خودشناسی در دگرسنجی‌ها در هر دو فرهنگ همراه بوده است. خودشناسی در پیش‌بینی سلامت روان در قیاس با پنج عامل بزرگ شخصیت دارای روایی افزایشی است و فراتر از آن، عامل‌های شخصیتی توان تبیین سلامت روان را دارند. آلفای کرونباخ این مقیاس در مطالعه حسین زاده، قربانی و نبوی (۱۳۹۰) ۰/۸۳ بوده است که نشانه همسانی درونی بالای مواد این مقیاس است.

- پرسشنامه خود ارزشمندی دوستی و حسینی‌نیا (۱۳۹۹): ازمون سنجش احساس خود ارزشمندی توسط دوستی و حسینی‌نیا در سال ۱۳۹۹ ساخته شد. نمره گذاری این ازمون به صورت یک طیف لیکرت ۵ درجه ای از گزینه‌های هرگز تا همیشه می‌باشد. نمره کلی این ازمون عددی بین ۲۶ تا ۱۳۰ است که احساس خود ارزشمندی شما را مورد سنجش قرار می‌دهد. این ابزار چهار خرده مقیاس شامل ۱- روابط بین فردی ۲- پذیرش خود ۳- احساس شایستگی ۴- معنای زندگی را نیز مورد سنجش قرار می‌دهد. در مطالعه دوستی و حسینی‌نیا (۱۳۹۹)، آلفای کرونباخ این ابزار برای نمره کل احساس خود-ارزشمندی ۰/۹۶ و برای خرده مقیاس‌های روابط بین فردی ۰/۸۹، پذیرش خود ۰/۹۱، احساس شایستگی ۰/۸۶، معنای زندگی ۰/۹۴ می‌باشد. میانگین نمره کل احساس خود ارزشمندی برای نمونه مورد مطالعه ۵۶/۶۰ بود. همچنین ضریب همبستگی باز آزمایی ۱۰ روزه این ابزار برای نمره کل احساس خود ارزشمندی ۰/۹۸ و برای خرده مقیاس‌ها به ترتیب ۰/۹۸، ۰/۹۸، ۰/۸۷، ۰/۹۷ بود.

## یافته‌ها

### یافته‌های جمعیت شناختی

در تبیین یافته‌های این پژوهش، ۲۰ نفر در گروه کنترل و ۲۰ نفر در گروه آزمایش گمارش شدند. جدول زیر چگونگی توزیع آزمودنی‌ها در دو گروه مورد نظر را نشان می‌دهد.

جدول 1 توزیع آزمودنی ها در دو گروه بر حسب سابقه بهبودی

کل	سابقه بهبودی			کنترل	گروه
	بیش از ۳ سال	۱ تا ۳ سال	کمتر از ۱ سال		
۱۵	۷	۳	۵		
۱۵	۵	۶	۴	آزمایش	
۳۰	۱۲	۹	۹		کل

جدول 2 نتایج آزمون لوین مبنی بر همگنی واریانسها

Sig.	df <sub>۲</sub>	df <sub>۱</sub>	F	
.۳۸۷	۲۸	۱	.۷۷۱	پس آزمون خودشناسی
.۶۳۸	۲۸	۱	.۲۲۶	پس آزمون احساس ارزشمندی

جدول 3 نتایج آزمون های چند متغیره

مجذور اتا	Sig.	خطای درجه آزادی	df	F	ارزش	اثر	
.۶۹۵	.۰۰۰	۲۵.۰۰۰	۲.۰۰۰	۲۸.۴۵۶ <sup>b</sup>	.۶۹۵	اثر پیلایی	زمان * گروه
.۶۹۵	.۰۰۰	۲۵.۰۰۰	۲.۰۰۰	۲۸.۴۵۶ <sup>b</sup>	.۳۰۵	لمبدا و یلکس	
.۶۹۵	.۰۰۰	۲۵.۰۰۰	۲.۰۰۰	۲۸.۴۵۶ <sup>b</sup>	۲.۲۷۷	اثر هاتلینگ	
.۶۹۵	.۰۰۰	۲۵.۰۰۰	۲.۰۰۰	۲۸.۴۵۶ <sup>b</sup>	۲.۲۷۷	بزرگترین ریشه ری	

جدول بالا نتایج چهار آزمون چند متغیره را نشان می دهد. این آزمون ها عبارتند از : اثر پیلایی، لمبدا و یلکس، اثر هاتلینگ و آزمون بزرگترین ریشه ری. از میان چهار آزمون چند متغیره، آزمون لاندای و یلکز از معروفیت بیشتری نسبت به چهار آزمون دیگر برخوردار است. اما آزمون اثر پیلایی در موقعیت های عملی دارای قدرت بیشتری نسبت به سایر آزمون هاست. با توجه به جدول بالا، سطح معنی داری آزمون، از 0.05 کمتر است بنابراین معنی دار است [P-Value ≤ 0/05] ، F=28/456. در به این معنی که براساس این آزمون، تفاوت پیش آزمون، پس آزمون اول و پس آزمون دوم، با یکدیگر معنی دار است. این نتیجه نشان دهنده تفاوت معنادار نتایج بین گروهها در زمانهای مختلف است. میزان تأثیر 0/695 درصد می باشد که مطلوب است.

جدول 4 نتایج تجزیه و تحلیل کوواریانس جهت مقایسه میانگین نمرات پس آزمون

منبع	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	Sig.	مجذورات	تا
پیش آزمون خودشناسی	۵۱.۱۳۷	۱	۵۱.۱۳۷	۱۷۸.۸۸۱	.۰۰۰	.۸۷۳	
پس آزمون خودشناسی							
پیش آزمون احساس ارزشمندی	۱۰۷.۹۶۴	۱	۱۰۷.۹۶۴	۱۲۳.۸۲۷	.۰۰۰	.۸۲۶	
پس آزمون احساس ارزشمندی							
گروه	پس آزمون خودشناسی	۱	۱.۵۹۹	۵.۵۹۳	.۰۲۶	.۱۷۷	
	پس آزمون احساس ارزشمندی	۱	۵۰.۴۷۱	۵۷.۸۸۶	.۰۰۰	.۶۹۰	

همانطور که در جدول مشاهده می‌شود تأثیر نمرات پیش آزمون بر نمرات پس آزمون برای خودشناسی معنی دار است [F=178/881 ، P-Value ≤0/05]. همچنین تأثیر نمرات پیش آزمون بر نمرات پس آزمون برای احساس ارزشمندی هم معنی دار است [F=123/827 ، P-Value ≤0/05]. حال می‌توان گفت: همبستگی متغیر همپراش و مستقل رعایت شده است. نتایج سطر گروه خروجی اصلی تحلیل کوواریانس است. مقدار F در سطح خطای کمتر از 0/05 برای خودشناسی معنادار گزارش شد [F=5/593 ، P-Value ≤0/05] همچنین مقدار F در سطح خطای کمتر از 0/05 برای احساس ارزشمندی معنادار گزارش شد [F=57/886 ، P-Value ≤0/05]. یعنی پس از خارج کردن تأثیر پیش آزمون، اختلاف معناداری بین میانگین نمرات دو گروه در پس آزمون وجود دارد. بنابراین فرضیه صفر رد و فرض مقابل تأیید می‌شود. به این معنا که برنامه توانمندسازی بر خودشناسی و احساس ارزشمندی معنادان بهبود یافته اثر گذار است.

جدول 5 نتایج تجزیه و تحلیل کوواریانس جهت مقایسه میانگین نمرات پس آزمون

منبع	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	Sig.	مجذورات	تا
پیش آزمون	۶۰.۴۹۲	۱	۶۰.۴۹۲	۱۸۴.۷۳۳	.۰۰۰	.۸۷۲	
گروه	۱۵.۰۹۳	۱	۱۵.۰۹۳	۴۶.۰۹۳	.۰۰۰	.۶۳۱	

همانطور که در جدول مشاهده می‌شود تأثیر نمرات پیش آزمون بر نمرات پس آزمون معنی دار است [P-Value ≤0/05] ، [F=184/733]. حال می‌توان گفت: همبستگی متغیر همپراش و مستقل رعایت شده است. مقدار F در گروه، در سطح خطای کمتر از 0/05 معنادار گزارش شد [F=46/093 ، P-Value ≤0/05]. یعنی پس از خارج کردن تأثیر پیش آزمون، اختلاف معناداری بین میانگین نمرات دو گروه در پس آزمون وجود دارد. بنابراین فرضیه صفر رد و فرض مقابل تأیید می‌شود. به این

معنا که برنامه توانمندسازی بر خودشناسی معنادان بهبود یافته تاثیر گذار است. مجذور اتا برابر با 0/631 گزارش شد که میزان این تاثیر گذاری را نشان می دهد.

جدول 6 نتایج تجزیه و تحلیل کوواریانس جهت مقایسه میانگین نمرات پس آزمون

منبع	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	Sig.	مجذور اتا
پیش آزمون	۱۶۳.۶۹۸	۱	۱۶۳.۶۹۸	۱۹۲.۴۳۰	.۰۰۰	.۸۷۷
گروه	۵۳.۹۰۹	۱	۵۳.۹۰۹	۶۳.۳۷۱	.۰۰۰	.۷۰۱

همانطور که در جدول مشاهده می شود تاثیر نمرات پیش آزمون بر نمرات پس آزمون معنی دار است [P-Value  $\leq 0/05$  ،  $F=192/430$ ]. حال می توان گفت: همبستگی متغیر همپراش و مستقل رعایت شده است. مقدار F در گروه، در سطح خطای کمتر از 0/05 معنادار گزارش شد [P-Value  $\leq 0/05$  ،  $F=63/371$ ]. یعنی پس از خارج کردن تاثیر پیش آزمون، اختلاف معناداری بین میانگین نمرات دو گروه در پس آزمون وجود دارد. بنابراین فرضیه صفر رد و فرض مقابل تأیید می شود. به این معنا که برنامه توانمند سازی بر احساس ارزشمندی معنادان بهبود یافته تاثیر گذار است. مجذور اتا برابر با 0/701 گزارش شد که میزان این تاثیر گذاری را نشان می دهد.

### بحث و نتیجه گیری

خودشناسی یک ویژگی شخصیتی است که باعث می شود فرد از منابع و توانایی هایش برای مواجهه با مجموعه ای از مسایل استفاده کرده و احساس ارزشمندی داشته باشد و انسجام خودشناسی منجر به شکل گیری باورهایی می شود که محرک های درونی و بیرونی مسیر زندگی را قابل پیش بینی و توضیح پذیر می سازد (لاید، ۲۰۱۸). براساس تحقیقات، یکی از عوامل موثر روانشناختی بر مصرف یا ترک مواد سازه انسجام خودشناسی است و می تواند نقشی خطر ساز و محافظت کننده در برابر مصرف مواد داشته باشند (ارقبایی، سلیمانان و محمدی پور، ۱۳۹۷؛ معینی و همکاران، ۱۳۹۸). در تبیین می توان بیان کرد، افرادی که از سطوح بالای این سازه شخصیتی برخوردار هستند علایم روانشناختی مثبت تری را تجربه می کنند و احتمالاً سبک زندگی سالم تری دارند (کیکوچی و همکاران، ۲۰۱۴). در زمینه ارتباط انسجام خودشناسی با مصرف مواد پژوهش توس و همکاران (۲۰۲۰) به این نتیجه رسیدند که انسجام خودشناسی بیشتر منجر به مصرف مواد کمتر می شود و احتمال درگیر شدن افراد را در رفتارهای اعتیادی نظیر مصرف سیگار و الکل کاهش می دهد. در سال های اخیر توانمندسازی از دیدگاه های مختلف مورد توجه قرار گرفته است توانمند سازی به عنوان توانایی یا افزایش کارآمدی فردی در انجام وظایف مطرح می شود (برایندین، ۲۰۲۰). براساس روانشناسی مثبت نگر توانمندسازی افراد وابسته به مواد، مفاهیم زیادی از جمله انسجام خودشناسی، خوش بینی، خودکارآمدی، تاب اوری، امید واری و ارزشمندی را بررسی می کند (چوپرا، دپاک، ۲۰۱۸).

توانمندسازی روانشناختی به فرایندی اشاره دارد که در آن افراد به لحاظ روانشناختی و رفتاری برای سازماندهی زندگی فردی خانوادگی و اجتماعی خود توانمند می‌شود به طوری که افراد به توانمندی در انتخاب، کنترل زندگی، توانایی تصمیم‌گیری و مهارت‌های زندگی دست می‌یابند که نتیجه آن بهبود خودکارآمدی، کارکردهای شناختی، احساس ارزشمندی و مقابله با اضطراب‌ها و فشارهای محیطی است (سوینی، 2012). از طرفی توانمندی روانشناختی و احساس ارزشمندی می‌تواند بر کیفیت درمان افراد معتاد موثر باشد به طوریکه جعفری، جعفری و حسینی (1396) در پژوهشی نشان دادند توانمندی روانشناختی در کاهش اضطراب و بهبود کارکردهای اجرایی زنان معتاد موثر است. همچنین ثوابی (1394) در پژوهشی نشان داد توانمندی روانشناختی و احساس ارزشمندی در برابر آسیب‌های روانی و اجتماعی می‌تواند بر کاهش گرایش افراد به مصرف مواد مخدر بیانجامد. در تبیین این یافته می‌توان اینگونه عنوان داشت که اثربخشی رویداد حاضر بر متغیرهای پژوهش می‌تواند سلسله وار به یکدیگر متصل باشد. به این صورت که توانمندی افراد ضمن تقویت احساس آرامش و احساس ارزشمندی توانست روابط بین فردی، پذیرش خود، احساس شایستگی و معنای زندگی که زیر مقیاس‌های توانمندی روانشناختی است را به همراه داشته است. در واقع افراد زمانی احساس توانمندی روانشناختی یا همان احساس ارزشمندی را تجربه مینمایند که روشهایی را جهت سازگاری با مشکل و ایجاد احساس آرامش فرا گرفته باشند و بتوانند آن را به کار برند (توریس بریو و همکاران، 2018)

## محدودیت‌های پژوهش

### در کنترل محقق

- محدود کردن جامعه به نمونه قابل بررسی، محدودیت در تعمیم نتایج به جوامع دیگر به دلیل استفاده از نمونه آماری محدود به معتادین؛ محدودیت به واسطه نوع ابزار گردآوری اطلاعات و روایی ابزار تحقیق به پرسشنامه که دسترسی به اطلاعات کامل و جامع را مشکل می‌سازد. این پرسشنامه‌ها به صورت نگرش‌سنجی بوده و در تفسیر نتایج حاصل به دلیل محدودیت‌های حاصل از روایی پرسشنامه‌ها، باید احتیاط کرد بنابراین در این پژوهش، به دلیل استفاده از پرسشنامه نگرش افراد بررسی شده است، نه واقعیت

### خارج از کنترل محقق

- محدودیت به واسطه نحوه پاسخگویی آزمودنی‌ها و ویژگیهای تشخیص متفاوت افراد و تاثیر این ویژگیها در تکمیل پرسشنامه، وفاداری و صداقت پاسخ‌دهندگان در انتخاب گزینه‌ها و به تعبیری نحوه پاسخگویی آنها، از جمله محدودیت‌هایی است که می‌تواند در نتیجه تحقیق اثرگذارد. این وضعیت ممکن است ناشی از نگرانی پاسخ‌دهندگان در مشخص شدن اظهارنظر آنها و افشای اسرار آنها باشد یا ناشی از برخی ویژگی‌های فرهنگی جوامع شرقی از جمله بزرگ‌نمایی‌ها و کوچک‌نمایی‌های بدون منطق و صرفاً به خاطر ارتباطات و احساسات باشد، خستگی، مشغله کاری و بی‌انگیزه بودن افراد در هنگام پاسخ دادن به سئوالات و تکمیل پرسشنامه، محدودیت به واسطه اثر متغیرهای مداخله‌گر: محقق امکان کنترل تمامی متغیرهای موثر دیگر را نداشته است و به همین جهت تحقیق با محدودیت حاصل از شرایط



اجرای تحقیق همراه است، محدودیت به واسطه مشکل کمبود زمان، بالا بودن هزینه، و کمبود امکانات تحقیقات وجود داشته است.

## پیشنهادها

پیشنهاد می‌شود برای تعمیم بهتر یافته‌های پژوهش، مطالعات مشابهی با اثر تعدیلی جنسیت انجام شود، در پژوهش‌های آتی سایر اعتیادها نظیر الکل مورد مطالعه قرار گیرد همچنین در پژوهش‌های آتی اثر مداخله ای درمانی در دو گروه بررسی شود.

## منابع

- ارقبایی، محمد؛ سلیمانیان، علی اکبر؛ محمدی پور، محمد (1397) نقش جو عاطفی خانواده، احساس انسجام و عواطف. در پیش بینی گرایش به مصرف مواد در دانشجویان. مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران، 24(3)، 310-323
1. جعفری، جعفری، صبا، حسینی، و سیدمجید. (1396). اثربخشی توانمندسازی روان‌شناختی در کاهش اضطراب و بهبود کارکردهای اجرایی زنان دارای همسر معتاد. فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، 8(32)، 89-109.
  2. حسین زاده، قربانی، نبوی (1390). مقایسه گرایش شخصیتی خود تخریب و خودشناسی انسجامی در بیماران مبتلا به ام اس و سالم، روانشناسی معاصر، 6(3): 35-44.
  3. غفاری جم، محمود فخره، هیمن، مصطفایی. (۲۰۲۱). تعیین اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر شفقت به خود و احساس ارزشمندی در فرزندان معتادان وابسته مواد مخدر خودمعرف مرکز ترک اعتیاد. نوید نو، ۲۴(۷۷)، ۸۴-۹۷.
  4. کامکار، شبنم، فرخی، نورعلی، سلیمی بجستانی، حسین، مردانی راد، مژگان (1399) تدوین و آزمون مدل علی گرایش به اعتیاد دانشجویان بر اساس متغیرهای تحمل پریشانی و تمایز یافتگی با میانجی گری ناگویی هیجانی. فصلنامه علمی اعتیاد پژوهی، 14(55): 29-46
  5. مشاوره، مریم و لطیفی، زهره (1397)، اثربخشی روایت درمانی بر اضطراب فراگیر و مهارت مقابله با استرس همسران
  6. معینی، پوپک؛ ملیحی الذاکرینی، سعید؛ اسدی، جوانشیر؛ خواجه‌نوخوشلی، افسانه (1398) اثربخشی آموزش و درمان فراشناختی بر احساس انسجام و کیفیت زندگی همسران مردان مبتلا به اعتیاد. فصلنامه اعتیاد پژوهی، 13(54): 181-204
  7. Chopra, Deepak., Tanzi, E. (2018) The healing self: A revolutionary plan for wholeness in mind, body, and spirit. Published January 02th 2018 by Harmony.
  8. Dousti, Peyman. Hosseininia, Narges. (2020). Constructing and Standardizing the Feeling of Self-Worth Questionnaire. The Journal of New Advances in Behavioral Sciences. 5 (48). P: 19-27.

9. Hasbi, A. Haris, D. Aries, T. Pulubuhu, M. R. (2020). Change in health behavior of adolescents drugs addicts in Makassar. *Enfermería Clínica*, 02(0), 020-025.
10. Horrella, T.P. Thompsona, A. H. Taylora, J. NealebK, A.Wannera, S. Creanora, Y. Weie, R. Kandiyalid, J. Sinclairc, M. Nasser, G. (2020). Qualitative systematic review of the acceptability, feasibility, barriers, facilitators and perceived utility of using physical activity in the reduction of and abstinence from alcohol and other drug use. *Journal of Mental Health and Physical Activity*, 50, 522055.
11. Bryndin, E., Bryndina, I. (2020). Self healing of healthy condition at cellular level. *Medical Case reports and Reviews . Journal of An Open Access, Peer Reviewed*, 20(0).
12. Latif, M. I. & Solli, A. (2019). Social challenges of teen in recovery from drugs addictions: A case study of Makassar, Indonesia. *Enfermería Clínica*, 02(0), 002-
13. Kikuchi, Y., Nakaya, M., Ikeda, M., Okuzumi, S., Takeda, M., Nishi, M. (2015). Sense of coherence and personality traits related to depressive state. *Psychiatry Journal*, 5, 5-6.
14. Lipton, B. (2016). *The Biology of Belief*; Publisher: Hay House Inc.; 7. Anniversary edition (October 55, 2016). Mountain of Love ·Elite Books, 2016.
15. Loyd, A. (2018). *The Memory Engineering*; Alexander Loyd Services, LLC. publisher. Hodder & Stoughton.
16. Morton, S., Oreilly, K., Obrein, K. (2016). Qualitative systematic review of the acceptability, feasibility, barriers, facilitators and perceived utility of using physical activity in the reduction of and abstinence from alcohol and other drug use. *Journal of Substance Use*, 05(5), pp. 505-506,
17. Torres-Berrio, A., Cuesta, S., Lopez-Guzman, S., & Nava-Mesa, M. O. (2018). Interaction between stress and addiction: Contributions from Latin-American neuroscience. *Frontiers in psychology*, 2639.
18. Tóth, Á., Soós, R., Szovák, E., M. Najbauer, N., Tényi, D., Csábí, G., Wilhelm, M. (2020). Energy Drink Consumption, Depression, and Salutogenic Sense of Coherence Among Adolescents and Young Adults. *International Journal of Environmental Reseach and Public Health*, 57(1), 5002.