



مقایسه اثربخشی آموزش رویکردهای فرزندپروری آدلری- درایکورس، رویکرد فرزندپروری مبتنی بر تئوری انتخاب و رویکرد فرزندپروری مبتنی بر پذیرش و تعهد (اکت) بر کیفیت دلبستگی کودکان زیر شش ساله و خوداثرمندی والدینی مادرانشان

سمیه رزاقی^۱، قمر کیانی^۲، افسانه صبحی^۳

۱. دانشجوی دکتری، گروه روانشناسی، واحد زنجان، دانشگاه آزاد اسلامی، زنجان s.razaghi@iaau.ac.ir

۲. (نویسنده مسئول) استادیار گروه روانشناسی، واحد زنجان، دانشگاه آزاد اسلامی، زنجان qa.kiani@iaau.ac.ir

۳. استادیار گروه روانشناسی، واحد زنجان، دانشگاه آزاد اسلامی، زنجان afsaneh.sobhi@iaau.ac.ir

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۳/۰۹ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۷/۳۰

چکیده

شش سال اول زندگی از مهمترین و تاثیرگذارترین دوره ها در مراحل رشد و شکل گیری شخصیت افراد است. یکی از مهمترین عوامل تاثیرگذار بر تربیت کودک تعامل مادر با کودک و سبک دلبستگی بوجو آمده در کودک است، عوامل زیاد دیگری بر این تعامل تاثیر می گذارد که یکی از این عوامل باور خوداثرمندی والدینی در مادران است. هدف این پژوهش، مقایسه اثربخشی آموزش رویکردهای فرزندپروری آدلری-درایکورس^۱، مبتنی بر تئوری انتخاب و مبتنی بر پذیرش و تعهد (اکت) بر کیفیت دلبستگی کودکان و خوداثرمندی والدینی مادران بود. مطالعه به روش نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری را تمامی مادرانی (۲۵۶۰ نفر) که فرزندان خود را در بهار ۱۴۰۳ جهت کنترل ماهانه به مراکز جامع سلامت شهر زنجان آورد بودند و از طریق نمونه گیری در دسترس ۸۰ نفر مادر داوطلب در سه گروه آزمایش و یک گروه کنترل مورد آموزش و مطالعه قرار گرفتند برنامه های آموزش فرزند پروری در هشت جلسه ی ۹۰ دقیقه ای، آموزش داده شد. برای تحلیل داده ها، از آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیره و آزمون تعقیبی بن فرنی در نرم افزار SPSS نسخه ی ۲۷ استفاده شد. یافته های پژوهش نشان می دهد مقدار F در تحلیل کوواریانس چند متغیره در گروه (متغیر مستقل رویکردهای فرزند پروری) بر دلبستگی ($F = 9.4; Sig = 0.000$) و خوداثرمندی ($F = 53.3; Sig = 0.000$)، در سطح خطای یک درصد معنادار می باشد ($Sig < 0.01$) بنابر این می توان نتیجه گرفت که میانگین متغیرهای دلبستگی و خوداثرمندی والدینی در سه گروه تحت مطالعه در مرحله پس آزمون (پس از تعدیل نمرات پیش آزمون) با یکدیگر تفاوت معناداری دارند. بنابراین در سطح خطای ۱ درصد می توان پذیرفت که آموزشی رویکردهای فرزندپروری آدلری-درایکورس و فرزندپروری مبتنی بر تئوری انتخاب بر کیفیت دلبستگی کودک و خوداثرمندی والدینی مادر کودکان تاثیر دارد و تفاوت معنا داری وجود دارد ($P < 0.01$). بنابراین می توان نتیجه گرفت که میانگین متغیرهای دلبستگی و

خوداثرمندی در سه گروه تحت مطالعه در مرحله پس آزمون با یکدیگر تفاوت معناداری دارند. یافته های این بر اهمیت نقش تعاملات مثبت والد-کودک و روش های موثر فرزندپروری در تغییر کیفیت دلبستگی کودکان و خوداثرمندی والدین تاکید دارد و نمی توان از تاثیر شگرف نقش تعاملات مثبت والد-کودک و روشهای موثر فرزندپروری را در تغییر کیفیت دلبستگی کودکان و نیز ایجاد خوداثرمندی در والدین الی الخصوص مادران چشم پوشی کرد.

کلیدواژه ها: پروتکل های فرزندپروری آدلری-رایکورس، پروتکل فرزندپروری مبتنی بر تئوری انتخاب، پروتکل فرزندپروری مبتنی بر پذیرش و تعهد (اكت)، کیفیت دلبستگی کودکان و خوداثرمندی والدینی مادران.

مقدمه

خانواده ها اولین منبع حمایت از کودکان برای بهداشت روان به حساب می آیند. اینکه فرد در جریان رشد، تعامل مناسبی با والدین و هم سالان داشته باشد و هیجانات مثبتی را تجربه کرده باشد در سلامت روان و در نتیجه در تعاملات اجتماعی، یادگیری و غیره شرایط مطلوبتری خواهد داشت در واقع، چالش در تعامل والد-فرزند رشد کودک را در معرض خطر قرار میدهد. بسیاری از جامعه شناسان و روانشناسان معتقدند که ریشه بسیاری از مشکلات رفتاری و انحرافات شخصیتی در کودکان را باید در الگوهای تربیتی والدین و ویژگیهای شخصیتی آنان جستجو کرد. درواقع، مشکلات خانوادگی اثرات مستقیمی برآمادگی، تمرکز و توجه کودک به فعالیتهای آموزشی دارد. وقتی والدین در وضعیت نامطمئن و اضطرابی قرارداشته باشند، این عدم اطمینان و اضطراب را به کودکان خود منتقل میکنند. چنین کودکانی از آمادگی ذهنی لازم برای یادگیری و درک مطلب بهره مند نیستند و طبعاً از نظر تحصیلی با مشکلاتی مواجه می گردند. درسالهای اخیر این ایده که نوع رابطه والدین با فرزندان نقش به سزایی دررشد بهنجار یا بروز اختلالات روانشناختی کودک دارد، گسترش یافته است. (جلالی و همکاران، ۱۳۹۹). از آنجائیکه فرزندپروری موثر برای بقا و رشد مطلوب نوزاد حیاتی است. طبیعت، مادران باردار و پدران را برای این نقش تازه آماده می سازد. در اواخر بارداری، مادران باردار تولید هورمون اوکسی توسن را آغاز می کنند که انقباض عادی رحم را تحریک می کند و باعث ترشح شیر می شود و موجب ایجاد خلق آرمیده می گردد که به پاسخ دهی به نوزاد کمک می کند، پدرها نیز در حدود زمان تولد بچه تغییرات هورمونی دارند که با این تغییرات در مادران هماهنگ هستند. این تغییرات که ناشی از تماس پدر، مادر و بچه هستند، واکنشهای هیجانی مثبت به بچه ها و مراقبت والدین را پیش بینی می کنند(برک^۱، ۲۰۱۴). خانواده و اعضای آن، نقشی اساسی در رشد و تکامل کودکان بخصوص در سال های ابتدایی ایفا می کند به گونه ای که بدون حمایت آنها، رشد جسمی، روانی و اجتماعی در فرزند-دان غی-ر قاب-ل تص-ور اس-ت (اصغری شربانی، ۱۳۹۸). دلبستگی، پیوند عاطفی عمیقی است که با افراد خاصی در زندگی خود داریم که باعث می شود وقتی با آنها تعامل می کنیم، لذت ببریم و در مواقع استرس، از نزدیکی آنها احساس آرامش کنیم. در نیمه دوم سال، نوباوگان دلبسته افراد آشنایی می شوند که به نیازهای آنها پاسخ داده اند. فروید اولین کسی بود که اظهار داشت پیوند عاطفی کودک به مادر، مبنای تمام روابط بعدی است. پژوهش جدید نشان می دهد که اگرچه کیفیت پیوند والد-کودک بسیار اهمیت دارد اما رشد بعدی صرفاً تحت تاثیر تجربیات دلبستگی اولیه قرار ندارد، بلکه تداوم کیفیت روابط والد-کودک نیز بر آن تاثیر دارد. دلبستگی مورد مجادله های نظری شدیدی نیز قرار داشته است. دیدگاه روانکاوی، تغذیه را بصورت موقعیت مهمی در نظر می گیرد که در آن، مراقبت کنندگان و بچه ها این پیوند عاطفی نزدیک را برقرار می کنند. رفتارگرایی نیز بر اهمیت تغذیه تاکید می کند، اما به دلایل متفاوتی بر طبق توجیه معروف رفتارگرا، نوباوگان یاد می گیرند نوازش، لبخند گرم و کلمات لطیف مادر را ترجیح دهند، زیرا وقتی مادر گر سنجی را از ضا می کند، این رویدادها با کاهش تنش همانند می شوند. نظریه کردار شناختی دلبستگی که پیوند عاطفی بچه به مراقبت کننده را بصورت پاسخ تکامل یافته ای می داند که به بقا کمک می کند، دیدگاهی است که مقبولیت زیادی دارد. بالبی (۱۹۷۳)، دوره کودکی اولیه (از سال اول تا پیش از ورود به دبستان)، از نظر حساسیت به تغییرات نظام مراقبت دوره بسیار حساسی محسوب می شود (برک، ۲۰۱۴).

بالبی معتقد بود دلبستگی کودک بدین ترتیب بوجود می آید. در آغاز، پاسخدهی اجتماعی کودکان تصادفی است. مثلاً آنها به هر چهره ای لبخند می رند و با رفتن هرکسی، گریه می کنند. بین ۳ تا ۶ ماهگی، کودکان پاسخدهی خود را به چند آشنا محدود می کنند و به ویژه فرد خاصی را آشکارا ترجیح می دهند و حضور غریبه ها آنها را نگران می کند. اندک زمانی بعد، تحریک بیشتری پیدا می کنند و با سینه خیز رفتن، در حفظ نزدیکی خود با نماد دلبستگی خویش، نقش فعالتری ایفا می کنند. مراقب هستند که این والد کجاست و هر علامتی دال بر جدا شدن ناگهانی والد، پاسخ دنباله روی را در آنها راه اندازی می کند. کل این

فرآیند، یعنی تمرکز بر نماد اصلی دلبستگی که پاسخ دنباله روی را راه اندازی می کند، مشابه نقش پذیری در سایر گونه هاست. کودکان آدمی نیز همانند بچه های بسیاری از گونه ها دیگر، از نماد دلبستگی خاصی نقش پذیرفته اند و وقتی این والد به راه افتد، بلافاصله او را دنبال می کنند. (کرین، ۲۰۰۵). روابط دلبستگی روی سلامت روان و بهزیستی فرد در سراسر زندگی اهمیت دارد. حمایت از والدین موجب افزایش سلامت و رشد کودکان میشود و سلامت روان و جسم مادر را بهبود میبخشد و دلبستگی والد-کودک را تقویت میکند (چیتل بورو لاولور و لینچ، ۲۰۱۰؛ به نقل از صادقی ۱۳۹۹).

از نظر بندورا (۱۹۹۷) خوداثرمندی قضاوت شخصی توانایی فرد برای مقابله با یک وضعیت خاص است. همچنین خوداثرمندی به عقاید فرد در مورد توانایی اش برای سازمان دادن و اداره کردن فعالیت گفته می شود. خوداثرمندی، باثر فرد در مورد توانایی مقابله خود در موقعیت های خاص است و الگوی های فکری، رفتاری و هیجانی را در سطوح مختلف تجربه انسانی تحت تاثیر قرار می دهد (بندورا، ۱۹۹۷) خوداثرمندی والدگری، به عقیده فرد درباره توانایی اش برای موفقیت در موقعیتها در نظر گرفته میشود در تعاملات و به ویژه هنگام والدگری اهمیت خاصی می یابد (ابسترپ، ۲۰۱۱). خوداثرمندی والدینی یک ساختار شناختی مهم در ارتباط با عملکرد والدین است که به ارزیابی والدین نسبت به توانایی خود در ایفای نقش والدگری گفته میشود. والدین به منظور احساس خوداثرمندی نیازمند دانش و اطلاعات در زمینه روشهای مؤثر مراقبت از کودک هستند. آنها بایستی به توانایی های خود اعتماد و مطمئن باشند عملکردشان تأثیر مثبتی بر رفتار کودک میگذارد (عظیمی فر، جزایری، فاتحی زاده، عابدی، ۱۳۹۶). برنامه آموزش والدین را به عنوان " برنامه ای سیستماتیک و مبتنی بر مفهوم، با هدف انتقال اطلاعات، آگاهی یا مهارت برای والدین در مورد جنبه های فرزندپروری و پیشگیری یا درمان مشکلات عاطفی و رفتاری کودک " تعریف می کند. رویکردهای بسیاری برای آموزش والدین وجود دارد. در برخی رویکردها مانند رویکرد آدلری-درایکورس، بر بهبود الگوهای ارتباطی تاکید شده است. این رویکردها اصولاً با استفاده از تکنیکهای رفتاری مانند تنبیه، پاداش و تقویت مخالف هستند (مانساگر و گریفت، ۲۰۱۹). در در شیوه فرزندپروری مبتنی بر پذیرش و تعهد بر آموزش والدین جهت پاسخ دهی به شیوه متفاوت به رفتارهای فرزندان تاکید می شود تا موجب تقویت بد رفتاری کودکان نشود، همچنین در این شیوه به والدین آموزش داده میشود تا فعالانه رفتارهای خوب فرزندان را شناسایی و تقویت نمایند و در مورد رفتارهای بد از چشم پوشی برنامه ریزی شده استفاده کنند (ابرین، ۲۰۱۱) و اصول اولیه فرزند پروری بر اساس تئوری انتخاب عبارت است از: عشق و محبت بسیار و عدم تنبیه، محور و مرکز هرگونه رابطه ی مطلوب است. برای فرزندان خود روشن کنید که در همه حال و صرفنظر از اینکه چه رفتاری دارند، آنها را دوست دارید در عین حال برایشان روشن کنید اگر به طور کامل خلاف مقررات عمل و نافرمانی کنند، عشق ورزیدن به آنها و دوست داشتنشان کار آسانی نخواهد بود (گلسر؛ ترجمه ی صاحبی، ۱۳۹۸). باتوجه به این موضوع که پژوهش های اندکی به مقایسه این سه رویکرد فرزندپروری به صورت همزمان و تاثیر آن بر مولفه های کیفیت دلبستگی کورکان و خوداثرمندی مادران پرداخته است از این رو انجام پژوهش های بیشتر در این خصوص و ارزیابی و مقایسه رویکردهای موجود از نظر میزان اثربخشی، به منظور معرفی و به کارگیری درمان موثرتر در حوزه مداخلات فرزندپروری از سوی درمانگران و ارزیابی نقش مولفه های ذکر شده و تاثیر آنها در محیط خانواده مخصوصاً نقش مادر، از اهمیت و جایگاه ویژه ای برخوردار است که ضرورت انجام این پژوهش را نمایان می سازد. براین اساس فرض براین است که آموزش رویکرد فرزندپروری آدلری-درایکورس، رویکرد فرزندپروری مبتنی بر تئوری انتخاب و رویکرد فرزندپروری مبتنی بر پذیرش و تعهد (اکت) بر کیفیت دلبستگی کودکان زیر شش سال و خوداثرمندی مادرانشان تاثیر دارد.

1. Crain
2. Chittleborough Lawlor & Lynch
3. Ebstrup
4. Adler-Dreikurs
5. Mansager & Griffith
6. O'brien

روش پژوهش

پژوهش حاضر با هدف مقایسه اثربخشی سه رویکرد آموزش فرزندپروری آدلری-درایکورس، فرزندپروری مبتنی بر تئوری انتخاب و فرزندپروری مبتنی بر پذیرش و تعهد بود که با استفاده از روش پژوهش نیمه آزمایشی از نوع پیش آزمون، پس آزمون با گروه کنترل انجام گرفت. درعین حال سایر متغیرهای احتمالی موثر از طریق کنترل نظام مند، انتخاب در دسترس تحت کنترل قرار گرفت.

در این پژوهش سه گروه آزمایش و یک گروه کنترل دوبار مورد اندازه گیری قرار گرفتند، یکبار قبل از شروع آموزش و بار دوم بعد از اتمام آموزش، پس از انجام پیش آزمون بروی هر سه گروه، یک گروه آزمایش تحت آموزش فرزندپروری با رویکرد آدلری-درایکورس، یک گروه آزمایش تحت آموزش فرزندپروری مبتنی بر تئوری انتخاب و گروه دیگر آزمایش تحت آموزش رویکرد فرزندپروری مبتنی بر پذیرش و تعهد قرار گرفت، در حالیکه به گروه کنترل هیچ آموزشی داده نشد. در پایان آموزشها از چهار گروه پس آزمون انجام گرفت. معیارهای ورود پژوهش، مادران دارای فرزند زیر شش سال، ابراز علاقه و رضایت برای شرکت در پژوهش، کسب حدنصاب پایین تر از نمره برش در نمره پرسشنامه های اجرا شده در پیش آزمون و حضور کامل در جلسات آموزشی؛ معیارهای خروج، داشتن بیش از دو جلسه غیبت و گذراندن دوره آموزشی فرزندپروری بود.

جامعه آماری، نمونه و روش نمونه گیری

جامعه آماری شامل تمام مادران (۲۵۶۰ نفر) کودکان زیر ۶ ساله ای بود که جهت کنترل های ماهانه در بهار ۱۴۰۳ به مراکز جامع سلامت شهر زنجان مراجعه می کنند. نمونه شامل ۸۰ نفر از مادرانی بود که با استفاده از روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند.

ابزار پژوهش

الف- پرسشنامه روابط میانی دلبستگی - دلبستگی کودکان در دوره ی میانی KCAQ

این پرسشنامه توسط هالپرن و کاپنبرگ (۲۰۰۶) طراحی شده است. تعداد سوالات آن ۲۰ و هدف آن سنجش دلبستگی کودکان در دوره ی میانی (قبل از دبستان و دبستان) از ابعاد مختلف (تکامل انطباقی مثبت، واکنش هیجانی، رفتارهای منفی، دوری گزیدن از حمایت چهره ی دلبستگی/فرد مراقب) می باشد. طیف نمره دهی براساس لیکرت ۵ از ۱ (هرگز) تا ۵ (همیشه) می باشد. چنانچه مجموع نمرات بدست آمده بین ۲۰ تا ۴۰ باشد دلبستگی کودکان کم، اگر نمره بین ۴۰ تا ۶۰ دلبستگی متوسط و اگر نمره بالاتر از ۶۰ باشد دلبستگی کودکان زیاد است

روایی و پایایی این پرسشنامه مورد بررسی قرار گرفته است. نتایج آزمون تحلیل عاملی نشان داد که آزمون KMO برابر با ۰/۷۳ و در سطح مطلوب بوده و آزمون کرویت بارتلت از نظر آماری معنی دار بود. همچنین پایایی آزمون - بازآزمون این پرسشنامه ۰/۷۹ گزارش شده است (سلیمانی و همکاران، ۱۳۹۳).

ب- مقیاس خوداثرمندی والدگری دومکا (PSAM)

پرسشنامه خود اثرمندی والدینی در سال ۱۹۹۶ توسط دومکا و همکاران برای ارزیابی سطوح کلی خود اثرمندی والدینی توسعه داده شده است. این آزمون کارایی و ناامیدی والدین را هنگام مواجهه با موقعیت های کودک، توانایی حل تعارضات والد کودک و تلاش و مقاومت شان را در والدگری ارزیابی می کند. آزمون دارای ۱۰ گویه و در مقیاس لیکرت هفت درجه ای است که نمره بالا در این آزمون خود اثرمندی بالا و نمره پایین خود اثرمندی پایین را نشان می دهد. پایایی و روایی این پرسشنامه استاندارد می باشد و در پژوهش های مختلفی به کار گرفته شده و روایی و پایایی آن مورد تأیید می باشد. طلایی و همکارانش (۲۰۱۲).

پژوهش رضایی و همکارانش (۱۳۹۶) پایایی ابزار به شیوه آلفای کرونباخ ۰/۷۳ گزارش شده است. در پژوهش جمالی نژاد (۱۳۹۱) روایی پرسشنامه توسط اساتید مطلوب گزارش شد و پایایی پرسشنامه از طریق آلفای کرونباخ بالای ۰/۸۰ محاسبه گردید.

ج- برنامه آموزش رویکردهای فرزندپروری

-جلسات آموزشی برنامه فرزندپروری آدلری-درایکورس: برنامه آموزشی والدین با رویکرد آدلری -درایکورس که در یک گروه آزمایش به مدت ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای اجرا خواهد شد که براساس کتاب کودکان خوشبخت، راهنمای تربیت کودک و بهبود رابطه- فرزند، درایکورس و سولتز (۲۰۱۸) استفاده شد. روایی محتوایی این برنامه مداخله ای توسط مرادی (۱۳۹۱) با عنوان بررسی اثربخشی آموزش مادران با رویکرد آدلر - درایکورس بر کاهش نشانه های اختلال نافرمانی مقابله ای به تأیید رسیده است.

جلسات	روش اجرا
جلسه اول	عنوان جلسه: آشنایی با اهداف، هدف: ایجاد رابطه حسنه با والدین و جلب اعتماد والدین و ایجاد انگیزه همکاری روش مشاوره گروه- سخنرانی آموزشی و در آخر معرفی کتابهای مرتبط با آموزشها. محتوا: آشنایی مادران، مشاور و آشنایی با قوانین جلسه، شرح اهداف آدلر- درایکورس و توضیح تفاوت روش های تربیتی قدیمی در مقابل روش های نوین- توضیح درباره اهمیت و ضرورت آموزش والدین و اهمیت برقراری ارتباط موثر در کاهش مشکلات بر نتایج کودکان.
جلسه دوم	عنوان جلسه: سبکهای فرزند پروری، هدف: انتخاب روش فرزند پروری مقتدرانه (دموکراتیک) و مزایای آن. روش: مشاوره گروهی و خواندن قسمتی از کتاب تربیت اثر بخش دکتر اوان دایر در مورد شیوه های فرزند پروری. محتوا: توضیح سبکهای فرزند پروری مقتدرانه (دموکراتیک) و آزاد منشانه در مقابل سبکهای فرزند پروری سخت گیرانه و فرزند پروری سهل گیرانه. نتایج هر کدام در بزرگسالی و آماده کردن والدین از عواقب و پیامدهای هر شیوه.
جلسه سوم	عنوان: منظومه خانوادگی روش: آموزشی- نظرخواهی و بحث و بررسی کردن- سخنرانی هدف: شناخت خلق و خوی و درک تک تک فرزندان بر اساس جایگاه هر کدام در منظومه خانوادگی محتوا: شناخت خلق و خوی فرزند- وراثت و محیط- نقش پسر و دختری- نیازهای هر کدام- سن و مراحل رشدی- موقعیت روانی کودک بستگی به دو عامل دارد. یکی موقعیت توالی تولد کودک و دیگری جایگاه فرزند در خانواده. جایگاه فرزند در خانواده بر نگاه و دیدگاه آنها به خودشان تاثیر می گذارد. این عامل بر فکر و اندیشه آنها تاثیر می گذارد. موقعیت کودک در منظومه خانواده بسیار حائز اهمیت است. به عنوان مثال به نظر می رسد که فرزند اول معمولاً محافظه کار و فرزند دوم طغیان گر باشد. تک فرزند ممکن است در مرکز توجه باشد و در مواردی ممکن است در کنار آمدن با سایر کودکان دچار مشکل شوند چون مقدار زیادی از وقتشان با والدین و بزرگسالان است ممکن است بسیار خلاق شوند و اغلب رفتار بزرگ سالانه داشته باشند. کوچکترین فرزند ممکن است ریاست طلب و بسیار زیرک شوند و یا از هر گونه تلاش دست بردارند.
جلسه چهارم	عنوان جلسه: دلایل بد رفتاری کودکان از نظر آدلر- درایکورس هدف: پی بردن به دلیل بد رفتاری کودک و اصلاح رفتار والدین محتوا: به دلیل علل و معلول بد رفتاری کودکان و شناخت باورهای مثبت و منفی احساسات تعلق چیست و رابطه آن با بد رفتاری کودک چه می باشد؟
جلسه پنجم	راههای مواجهه موثر با اهداف نادرست رفتار کودکان هدف: آشنایی والدین با اهداف نادرست و شیوه تغییر و اصلاح آنها روش: سخنرانی آموزشی کارگاهی آموزشی و بحث گفتگو محتوا: کودکان نیاز به تعلق خاطر دارند و این نیاز از طریق دلگرم کردن کودک توسط بزرگسالان صورت می گیرد.

انضباط به شیوه منطقی و پیامدهای طبیعی و منطقی هدف: بررسی روشهای انضباطی به شیوه کارگاهی محتوا: تنبیه چیست؟ ۱- تهدید کردن ۲- تحقیر کردن ۳- داد و فریاد زدن ۴- کتک زدن ۵- محروم کردن	
جلسه ششم دلگرمی دادن به خود و فرزندان هدف: پرورش عزت نفس کودکان از طریق دلگرمی، آگاه کردن والدین نسبت به تاثیر دلگرمی در رفتار کودکانشان و تاثیر خود دلگرمی توسط هر فرد بر روی رفتارشان. روش: سخنرانی آموزشی و کارگاهی آموزشی محتوا: مفهوم: دلگرمی، دلگرمی در برابر دلسردی، مقایسه دلگرمی با تحسین و تشویق، نقش دلگرمی در پرورش اعتماد به نفس و عزت نفس	
جلسه هفتم مهارتهای ارتباطی موثر هدف: آموزش مهارتهای ارتباطی موثر با فرزندان به مادران روش: سخنرانی آموزشی و کارگاه آموزشی محتوا: توضیح درباره ی تفاوت فضای دموکراتیک با استبدادی (توضیح دواصل زیر بنایی در روابط دموکراتیک که شامل برابری و احترام متقابل است).	
جلسه هشتم هدف: مروری بر مفاهیم و جمع بندی کلی محتوا: جمع بندی کلی جلسات آموزشی - مروری بر مفاهیم مطرح شده و جلسات آموزشی جلسات گذشته - اجرای پس آزمون در آخر جلسه.	

جلسات آموزشی برنامه فرزندپروری مبتنی بر تئوری انتخاب: برنامه آموزش فرزندپروری با تاکید بر نظریه انتخاب، که در یک گروه آزمایش ۱۰ جلسه نود دقیقه ای، هفته ای یک جلسه اجرا خواهد شد. که از نظریه انتخاب (گلسر، ۱۹۹۸؛ ترجمه صاحبی، ۱۳۹۲) و (گلسر، ۱۹۹۹؛ ترجمه صاحبی، ۱۳۹۶) و کتاب راهنمای تئوری انتخاب برای فرزندپروری (نانسی باک، ترجمه سحر محمدی، ۱۳۹۸) و همچنین اصول این نظریه در مورد فرزندپروری شناسایی و به عنوان اهداف کلی این برنامه در نظر گرفته خواهد شد. روایی محتوایی این برنامه مداخله ای توسط احمدآبادی و همکارانش (۱۳۹۸) مورد تأیید قرار گرفته است.

جلسات	روش اجرا
جلسه اول	آگاه ساختن والدین نسبت به روانشناسی کنترل و ایجاد حس نیاز به روانشناسی جدید (انتخاب) معارفه و آشنایی، بیان قواعد گروه، بیان اهداف و معرفی دوره آموزشی، بیان اثرات و نقش روانشناسی کنترل در روابط (با تمرکز بر روابط والد - فرزند)، تشریح مفهوم کنترل (تعریف، اهمیت و ضرورت و باورهای مرتبط با آن)، صمیمیت، روابط با دوستان صمیمی و گذری اجمالی بر فرزندپروری انتخاب.
جلسه دوم	تقویت حس نیاز به رویکردی جدید و آشنایی با فرزندپروری انتخاب مروری بر جلسات قبل و اشاره به نقش مغرب کنترل از نگاهی دیگر، تشریح دو واژه حق و مسئولیت، جایگاه هرکدام در رویکرد انتخاب و کنترل و اثرات به جامانده از هرکدام، بحث پیرامون فرزندپروری انتخاب (اهمیت فرزندپروری، چرستی فرزندپروری انتخاب، اصول و باورها و مهمترین وظیفه والدین در فرزندپروری انتخاب).
جلسه سوم	شناخت بیولوژی، نیاز، رفتار، احساس و نگرش فرزند به دوره رشد معرفی و بحث در زمینه تغییرات فیزیولوژیکی، شناختی و روانی در دوران رشدی، آموزش در مورد نیازهای پنجگانه و رفتار کلی با تأکید بر نیازهای کودک و تحلیل رفتار وی. ارائه تکالیف خانگی.
جلسه چهارم	شناخت نیاز، رفتار، احساس و نگرش خود به عنوان والد پیگیری تکالیف خانگی، پرداختن به ادامه مباحث در حوزه شناخت کودک، بحث پیرامون دنیای مطلوب و مقایسه تصاویر دنیای مطلوب کودک و فرزند با دنیای مطلوب مادران، پرداختن به قویترین نیازها در والدین (هم نسبت به خود و هم فرزند) و مقایسه آن با نیازهای کودک. انجام تمرین مرتبط با رفتار کلی و ارائه اطلاعات تکمیلی در این حوزه. آموزش تمرین خودارز شیایی والدین و انجام آن و ارائه یک چارت از تفاوتها و بحث و نتیجه گیری پیرامون آن، مروری بر تکالیف قبل و ارائه تکالیف جدید.
جلسه پنجم	آموزش راهکارهای فرزندپروری انتخاب پیگیری تکالیف خانگی، معرفی و بحث در حوزه روشهای کنترلی قدیم و اهمیت کنارگذاشتن آنها در بهبود روابط و موفقیت در تربیت فرزند، معرفی روشهای جایگزین از جمله تکنیک حفظ ارتباط و آموزش عناصر مرتبط با آن مثل گوشدادن فعال، انجام تمرین و ارائه تکالیف خانگی.
جلسه ششم	آموزش راهکارهای فرزندپروری انتخاب پیگیری تکالیف، آموزش تکنیک تشویق به خودارز شیایی و تکنیک گذاشتن حدود مرز و ارائه تکالیف.
جلسه هفتم	آموزش رفتارهای مغرب و جایگزین آنها، آموزش راهکارهای فرزندپروری انتخاب پیگیری تکالیف، آموزش تکنیک برنامه ریزی مشارکتی و تکنیک معلق نگهداشتن امتیازات ویژه،
جلسه هشتم	مروری بر مفاهیم، جمع بندی کلی جلسات آموزشی - مروری بر مفاهیم مطرح شده و جلسات آموزشی جلسات گذشته - اجرای پس آزمون در آخر جلسه.

جلسات آموزشی برنامه فرزندپروری مبتنی بر پذیرش و تعهد: که در یک گروه آزمایش ۸ جلسه نود دقیقه ای، هفته ای یک جلسه اجرا خواهد شد که محتوای جلسات درمانی براساس کتاب لذت فرزندپروری؛ راهنمای کاربردی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد برای فرزند پروری در سالهای اولیه کودکی، کوین و مورل (۲۰۰۹) تنظیم و اجرا خواهد شد که روایی محتوایی این برنامه مداخله ای در پژوهش آمینی ناغانی و همکاران (۱۳۹۹) به تأیید رسیده است.

جلسات	روش اجرا
جلسه اول	پس از برقراری ارتباط درمانی با مادر کودک، مطابق با نظریه های روان شناسی ر شد در مورد اهمیت دوران کودکی و همچنین نتیجه فرزندپروری در ست در آینده کودک، مطالبی ذکر و سپس مختصری راجع به رویکرد پذیرش و تعهد توضیح داده شد. انواع خانواده از دیدگاه رویکرد پذیرش و تعهد، نظیر خانواده های احساسی و منطقی و خانواده عاشق با ذکر مثال معرفی و بیان شد؛ سپس با کمک مثالهای خود مادران، برای رفتن به سمت والد عاشق در آنها انگیزه ایجاد شد
جلسه دوم	با ترسیم جدول مربوط به موقعیت، نظیر اتفاقی که اخیراً بین کودک و مادر افتاده است؛ در مورد تولیدهای ذهن شامل فکر، احساس، خاطره ها، علایم بدنی و امیال، و نیز رفتار مادران توضیح هایی ارائه و بیان شد در انتهای جلسه توجه به اتفاقات هفته پیش رو، فهرست برداری روزانه، تهیه سه گزارش از جدول مربوط به موقعیت، ذهن و تولیدهای آن به عنوان تکلیف خانگی تعیین شد.
جلسه سوم	انعطاف پذیری شناختی به مادران آموزش داده و بیان شد؛ انعطاف پذیری شناختی حاصل پذیرش است و نه اجتناب تجربه ای و نقش بسیار موثری در انتخاب رفتارهای مناسب دارد. جدول ذهن و رفتار با ارائه چند مثال ترسیم شد؛ تا مادران بتوانند رفتارهای ممکن دیگری را با انعطاف پذیری شناختی بررسی و انتخاب نمایند تکلیف خانگی این جلسه این بود که تا جلسه بعدی مادران برای اینکه نظاره گر ذهن خود باشند و آن را بشناسند؛ به اتفاق هایی که بین آنها و کودکشان میافتد هیچگونه واکنشی ندهند؛ و فقط رویدادها را تماشا و ثبت کنند.
جلسه چهارم	در مورد حریم روانشناختی و مرزبندی بین والدین و کودکان و شیوه های کنترلی نامناسبی که معمولاً مادران استفاده میکنند؛ نظیر دادزدن، تسلیم شدن، منصرف شدن و ناکارآمدی آنها توضیح داده شد تکلیف خانگی این جلسه تهیه فهرستی از رفتارهای نامناسب تربیتی توسط مادر بود.
جلسه پنجم	برای تشریح اینکه چگونه چرخه معیوب در صورت انتخاب رفتار نامناسب ایجاد میشود؛ توضیح هایی در مورد پیشآیند، رفتار، پیامد و زمینه رویدادها با ذکر مثال ارائه؛ تکلیف خانگی این جلسه تهیه گزارش از پیشآیند، رفتار، پیامد و زمینه رویدادها بود.
جلسه ششم	برای آموزش مادران در مورد توجه به اهمیت وضعیت روانشناختی خود و همدلی با خودشان و نحوه مهربانی با خود، از آنها خواسته شد؛ برای موفقیت در استفاده از شیوه در ست فرزندپروری، اول باید به نیازهای جسمی و روانی روزانه، هفتگی، ماهانه و سالانه خود، توجه کنند. برای همدلی با خود، مادر باید فهرستی از نیازهای روزانه یک زن را تهیه کند و آنها را انجام دهد. تهیه فهرست ارزشهای شخصی مادر و ارزشهای مربوط به فرزندپروری به عنوان تکلیف خانگی برای این جلسه تعیین شد.
جلسه هفتم	برای نشان دادن چگونگی پابرجا ماندن باورها و اصول ناکارآمد و غیرمنطقی و انتخاب رفتار مناسب آنها اهداف کوتاه مدت، میان مدت و بلند مدت در راستای ارزشها آموزش داده شد. اهداف کوتاه مدت، میان مدت و بلند مدت برای ارزشهایی که قبلاً مادر مشخص کرده بود؛ به عنوان تکلیف خانگی این جلسه تعیین شد.
جلسه هشتم	شیوه های ارتباطی والدین شامل شیوه منفعلانه، پرخاشگرانه و مدبرانه بررسی، و مراحل ارتباط مدبرانه آموزش داده و در این مورد بیان شد؛
جلسه نهم	مروری بر مفاهیم، جمع بندی کلی جلسات آموزشی - مروری بر مفاهیم مطرح شده و جلسات آموزشی جلسات گذشته - اجرای پس آزمون در آخر جلسه.

اجرای پژوهش

پس از انجام مکاتبات و هماهنگی های لازم با دانشگاه علوم پزشکی زنجان، معاونت تحقیقات، معاونت بهداشت استان و مرکز بهداشت شهرستان و در آخر با مرکز جامع سلامت شماره ۱۱ پونک و پس از یک هفته حضور در مرکز و در نهایت ارسال پیامک برای تمامی مادران کودکانی که اطلاعاتشان در سامانه مرکز جامع سلامت ثبت شده (۲۵۶۰ نفر)، جهت انجام پیش آزمون دعوت به عمل آمد. برای مراجعه کنندگان پیش آزمون اجرا شد و از بین این تعداد ۸۰ نفر از کسانی که حدنصاب پایین نمره را کسب نموده اند انتخاب گردید و بصورت تصادفی باتوجه به در ۴ گروه (یک گروه کنترل و دو گروه آزمایش) تفکیک گردید. در جمع آوری از دریافت اطلاعات شخصی و خصوصی در پرسشنامه ها اجتناب گردید.

با استفاده از آزمون کلموگروف-اسمیرنف، آزمون لوین و مدل رگرسیون خطی نرمال بودن داده ها، همگونی واریانس ها و همبستگی سنجیده شد. در این پژوهش برای تجزیه و تحلیل داده های جمع آوری شده و آزمون فرضیه ها از روش های آماری توصیفی و استنباطی با سطح معنی داری ۵ درصد و از نرم افزار SPSS27 استفاده شد. در روش های توصیفی، تلاش بر آن است تا با ارائه جداول و استفاده از ابزارهای آمار توصیفی نظیر شاخص های مرکزی و پراکندگی، به توصیف داده های پژوهش پرداخته شود تا این امر به شفافیت موضوع کمک کند. از روش های آماری استنباطی نیز جهت آزمون فرضیه ها استفاده شد. برای آزمون فرضیه های پژوهش از تحلیل کواریانس چند متغیره و آزمون های تعقیبی بن فرونی استفاده شد.

یافته ها

داده های حاصل از اجرای آزمون با استفاده از آمار استنباطی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت و با طرح مجدد سؤالهای مورد نظر با استناد به نتایج تجزیه و تحلیل سؤالها مورد بررسی قرار گرفتند.

به منظور بررسی نتایج این فرضیه از آزمون تحلیل کواریانس چند متغیره استفاده می شود. برای آزمون برابری کواریانس ها از آزمون M باکس استفاده شده که نتایج این آزمون در جدول زیر ثبت شده است.

جدول ۱- نتایج آزمون همگنی ماتریس کواریانس

ام باکس	مقدار F	درجه ۱	درجه ۲	Sig
۳۴/۱۲	۱/۰۳	۳۰	۱۵۸۸۰/۵	۰/۴۲

همانطوری که در جدول فوق ملاحظه می شود پیش فرض همگنی ماتریس کواریانس نیز برقرار بود

$$(F = 1.03; Sig = 0.42)$$

نتایج آزمون های چند متغیره برای گروه در جدول زیر ارائه شده است:

جدول ۲ نتایج آزمون های چند متغیره در گروه

اثر	مقدار	مقدار F	درجه فرضیه	درجه خطا	Sig	مجذوراتا
اثر پیلای	۱/۲۱۳	۷/۸۴	۱۶	۲۸۸	۰,۰۰۰	۰/۳۰۳
آزمون لاندای ویلکز	۰/۱۳۶	۱۲/۱۹	۱۶	۲۱۱	۰,۰۰۰	۰/۳۹۳
اثر هتلیتگ	۴/۰۳۲	۱۷	۱۶	۲۷۰	۰,۰۰۰	۰/۵۰۲
بزرگترین ریشه ری	۳/۴۳۸	۱۶/۸۸	۴	۷۲	۰,۰۰۰	۰/۷۷۵

همان طوری که در جدول فوق ملاحظه می شود:

نتایج آزمون‌های چند متغیره (آزمون لاندای ویلکز) نشان می‌دهد که بین چهار گروه حداقل در یکی از رویکردها تفاوت معنی‌دار وجود دارد ($F = 12.19$; $Sig = 0.000$)

به منظور بررسی بیشتر، نتایج تاثیرات بین گروهی در جدول زیر ثبت شده است. جدول ۳- نتیجه تحلیل کوواریانس چند متغیره برای متغیرهای تحقیق

منبع	متغیر وابسته	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	مقدار F	Sig	مجدوراتا
گروه	خود اثرمندی	۳۸۳۶/۳۹	۲	۱۹۱۸/۱۹	۷۱/۸۳	۰,۰۰۰	۰/۸۱
	دلبستگی	۱۶۹/۸۶	۲	۸۴/۹۳	۱۲/۶۰	۰,۰۰۰	۰/۴۳
خطا	خود اثرمندی	۹۰۷/۹۴	۳۴	۲۶/۷۰			
	دلبستگی	۲۲۹/۱۷	۳۴	۶/۷۴			
کل	خود اثرمندی	۱۰۰۲۳۸	۴۰				
	دلبستگی	۱۵۹۱۸۸	۴۰				

همان طوری که در جدول فوق ملاحظه می‌شود:

برای متغیرهای دلبستگی و خوداثرمندی

- مقدار F در تحلیل کوواریانس چند متغیره در گروه (متغیر مستقل رویکردهای فرزند پروری) بر پس آزمون متغیرهای خوداثرمندی ($F = 53.3$; $Sig = 0.000$)، دلبستگی ($F = 9.4$; $Sig = 0.000$) در سطح خطای یک درصد معنادار می‌باشد ($Sig < 0.01$) بنابر این می‌توان نتیجه گرفت که میانگین متغیرهای خوداثرمندی، دلبستگی در چهار گروه تحت مطالعه در مرحله پس آزمون (پس از تعدیل نمرات پیش آزمون) با یکدیگر تفاوت معناداری دارند. یعنی با حذف عامل همپراش پیش آزمون، بین چهار گروه در مرحله پس آزمون تفاوت معنادار بوده است بنابراین در سطح خطای ۱ درصد می‌توان پذیرفت که: اثربخشی آموزشی رویکردهای فرزندپروری آدلری- درایکورس، رویکرد فرزندپروری مبتنی بر تئوری انتخاب و رویکرد فرزندپروری مبتنی بر پذیرش و تعهد (اکت) بر رفتار اوایل کودکی، رشد اجتماعی، کیفیت دلبستگی کودکان و خوداثرمندی والدینی مادر؛ تفاوت معناداری وجود دارد.
- حال که پس از تعدیل نمرات و حذف عمل همپراش، بین میانگین متغیرهای تحقیق در مرحله پس آزمون تفاوت معنادار بوده باید با استفاده از آزمون‌های تعقیبی مانند بونفرونی میانگین گروه‌ها دو به دو با همدیگر مقایسه شوند تا مشخص شود بین کدام گروه‌ها تفاوت معنادار بوده است. نتایج استفاده از آزمون بونفرونی در جدول زیر ثبت شده است:

جدول ۵ نتایج آزمون بونفرونی برای متغیرهای تحقیق

متغیر وابسته	گروه	گروه	Sig	نتیجه آزمون
خوداثرمندی پس آزمون	کنترل	آدلری	۰,۰۰۰	تفاوت معنادار است
		اکت	۰,۰۰۰	تفاوت معنادار است
		انتخاب	۰,۰۰۰	تفاوت معنادار است
	آدلری	اکت	۰/۰۹	تفاوت معنادار نیست
		انتخاب	۰/۰۸	تفاوت معنادار نیست
	اکت	انتخاب	۰/۹۹	تفاوت معنادار نیست
دلبستگی پس آزمون	کنترل	آدلری	۰,۰۰۰	تفاوت معنادار است
		اکت	۰/۰۰۲	تفاوت معنادار است
		انتخاب	۰,۰۰۰	تفاوت معنادار است
	آدلری	اکت	۰/۹۹	تفاوت معنادار نیست
		انتخاب	۰/۹۹	تفاوت معنادار نیست
	اکت	انتخاب	۰/۹۹	تفاوت معنادار نیست

همان طوری که در جدول فوق ملاحظه می شود نتایج آزمون تقییبی بونفرونی نشان داد که در مرحله پس آزمون با حذف اثر پیش آزمون:

برای متغیر دلبستگی

- بین گروه کنترل با هر سه گروه تفاوت معنادار بوده بطوریکه در مرحله پس آزمون با حذف اثر پیش آزمون، میانگین گروه های آدلری (۶۳/۴۵)، اکت (۶۰/۹۵) و انتخاب (۶۵/۸۰) بطور معناداری از میانگین گروه کنترل (۶۰/۳۰) بیشتر بوده اند.

- بین گروه آدلری (۶۳/۴۵) با گروه اکت (۶۰/۹۵) و گروه انتخاب (۶۵/۸۰) تفاوت معنادار نبوده.

- بین گروه اکت (۶۰/۹۵) با گروه انتخاب (۶۵/۸۰) تفاوت معنادار نبوده است.

برای متغیر خوداثرمندی

- بین گروه کنترل با هر سه گروه تفاوت معنادار بوده بطوریکه در مرحله پس آزمون با حذف اثر پیش آزمون، میانگین گروه های آدلری (۵۳/۶۰)، اکت (۵۷/۲۰) و انتخاب (۵۸/۷۵) بطور معناداری از میانگین گروه کنترل (۳۸/۴۵) بیشتر بوده اند.

- بین گروه آدلری با گروه اکت تفاوت معنادار نبوده. بین گروه آدلری با گروه انتخاب تفاوت معنادار بوده بطوریکه در مرحله پس آزمون با حذف اثر پیش آزمون، میانگین گروه انتخاب (۵۸/۷۵) بطور معناداری از میانگین گروه آدلری (۵۳/۶۰) بیشتر بوده است.

- بین گروه اکت (۵۷/۲۰) با گروه انتخاب (۵۸/۷۵) تفاوت معنادار نبوده است.

یافته های حاصل از این پژوهش در بررسی تاثیر آموزش رویکردهای فرزندپروری آدلری-درایکورس و مبتنی بر پذیرش و تعهد بیانگر این موضوع است اثربخشی آموزشی رویکردهای فرزندپروری آدلری- درایکورس و رویکرد فرزندپروری مبتنی بر پذیرش و تعهد (اكت) بر کیفیت دلبستگی کودکان و خودآزمندگی والدینی مادر؛ تفاوت معنا داری وجود دارد. برای متغیر خودآزمندگی، بین گروه کنترل با هر دو گروه تفاوت معنادار بوده بطوریکه در مرحله پس آزمون با حذف اثر پیش آزمون، گروه های آدلری (۵۳/۶۰)، اکت (۵۷/۲۰) و انتخاب (۵۸/۷۵) بطور معناداری از میانگین گروه کنترل (۳۸/۴۵) بیشتر بوده اند و برای متغیر دلبستگی، بین گروه کنترل با هر دو گروه تفاوت معنادار بوده بطوریکه در مرحله پس آزمون با حذف اثر پیش آزمون، میانگین گروه های آدلری (۶۳/۴۵)، اکت (۶۰/۹۵) و انتخاب (۶۵/۸۰) بطور معناداری از میانگین گروه کنترل (۶۰/۳۰) بیشتر بوده اند.

بحث

این پژوهش با هدف بررسی تاثیر آموزش رویکرد فرزندپروری آدلری-درایکورس، رویکرد فرزندپروری مبتنی بر تئوری انتخاب و فرزندپروری مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کیفیت دلبستگی کودکان و خودآزمندگی در مادران انجام گرفت. نتایج حاصل از پژوهش نشان داد که آموزش رویکردهای فرزندپروری موجب بالا رفتن معنادار میانگین نمرات کسب شده در آزمونهای کیفیت دلبستگی کودکان و خودآزمندگی در مادران شده است. که به بیان دیگر آموزش رویکردهای فرزندپروری آدلری-درایکورس، مبتنی بر تئوری انتخاب و مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کیفیت دلبستگی کودکان و خودآزمندگی مادران، تاثیر دارد.

نتایج بدست آمده، با یافته های حاصل از پژوهش های کونک و یاسمین (۲۰۲۲) که در مطالعه ای با عنوان تأثیر سبک والدینی را بر یادگیری در دوران کودکی و همچنین نقش خودآزمندگی والدین به عنوان یک عامل میانجی بررسی کرد. و یافته های مطالعه حاضر نشان می دهد که سبک فرزندپروری مقتدرانه با نتایج یادگیری در بین دانش آموزان چینی ارتباط همسو دارد. همچنین با مطالعه ی بچمن^۱ و همکارانش (۲۰۲۱) که در پژوهشی با عنوان "کیفیت والدگری خوب در اوایل دوران کودکی" به این نتیجه رسیدند که کیفیت خوب والدگری در اوایل کودکی به طور قابل اعتمادی با سلامت روانی و جسمی مثبت در طول عمر مرتبط است و نیز با پژوهش گرینو و همکاران (۲۰۱۷) که با هدف بررسی تاثیر برنامه آموزش والدین بر کاهش رفتارهای برون سازی شده در کودکان ۴ تا ۱۲ ساله پرداختند و به این نتیجه رسیدند که شرکت در این برنامه سبب کاهش نمره کلی رفتارهای برون سازی و بهبود شیو های تربیتی والدین شرکت کننده در این پژوهش می شود

همچنین نتایج یافته های پژوهش با مطالعه های داخلی همانند مطالعه ی پوست چی (۱۴۰۱) که به بررسی اثربخشی برنامه آموزش تعامل مادر-کودک مبتنی بر سبک دلبستگی ایمن بر مولفه های دلبستگی دانش آموزان با اختلالات اضطرابی پرداخته بود و به این نتیجه رسیده بود که برنامه های آموزشی بر بهبود سبک دلبستگی منجر می شود. و نیز جلالی؛ حیدرئی؛ مکوندی (۱۴۰۰). در مطالعه ای به مقایسه ی اثر بخشی روش درمانی مبتنی بر شفقت و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر دشواری تنظیم هیجان در دانش آموزان دختران دارای اختلال نافرمانی مقابله ای پرداخته است. نتایج نشان داد که درمان مبتنی بر شفقت و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر متغیر دشواری تنظیم هیجان در دختران دارای اختلال نافرمانی مقابله ای تاثیر داشت و نتایج حاکی از برتری روش درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کنترل بهتر هیجان بود و همچنین با پژوهش صادقی (۱۳۹۹) با عنوان اثربخشی بازی درمانی دلبستگی محور بر خودآزمندگی والدینی مادران، تنظیم هیجانی و سازگاری اجتماعی در کودکان پیش دبستانی دارای اضطراب جدایی که به این نتیجه رسیدند که بازی درمانی دلبستگی محور، راهبردهای کارآمد و سودمند را برای ارتقاء حساسیت والدینی و درمان مشکلات رفتاری و اضطراب جدایی کودکان دارای مشکلات دلبستگی در اختیار مادران، والدین و

مراکز روان درمانی کودکان قرار میدهد و نیز با پژوهش ذکایی فر (۱۳۹۹) که در مطالعه ای با هدف بررسی نقش سبک های فرزند پروری والدین در پیش بینی رشد اجتماعی کودکان پیش دبستان ۵ و ۶ ساله که به این نتیجه رسیده بود که زمانی که والدین در روش های تربیتی خود در مورد فرزندشان ثابت قدم هستند، رفتارهای ابراز وجود و اعتماد را به آنها ارائه می دهند، به گفته های کودکان خود گوش می سپارند و گفتگو با آنها را ترویج می دهند؛ همچنین روش انضباطی آنان توأم با گرمی، منطق و انعطاف پذیری است و تا حدی به کودکان خود آزادی (سبک سهل گیرانه که در پژوهش های دیگر ارائه نگردیده است) می دهند، کودکان رشد اجتماعی بیشتری را نشان می دهند نیز همسو می باشد.

همچنین تردست، امان الهی، رجبی، اصلانی و شیرالی نیا، (۱۳۹۹). در پژوهشی به بررسی آموزش فرزندپروری مبتنی بر پذیرش و تعهد بر اضطراب کودکان و استرس فرزندپروری مادران پرداختند و به این نتیجه رسیدند که آموزش فرزندپروری مبتنی بر پذیرش و تعهد با افزایش پذیرش، ذهن آگاهی و حرکت در جهت ارزش های فرزندپروری والدین می تواند باعث کاهش استرس فرزندپروری آنها و اضطراب کودکان شود. در پژوهشی جلالی؛ پیرمردیان؛ شمسی پور (۱۳۹۹) با هدف مقایسه اثربخشی فرزندپروری مبتنی بر پذیرش و تعهد با فرزنددرمانی بر پرخاشگری و اضطراب کودکان پیش دبستانی شهرکرد و سازگاری مادران آنان انجام شد چنین نتیجه گیری شد که هردوروش مداخله و به خصوص روش فرزندپروری مبتنی بر پذیرش و تعهد برای مشکلات رفتاری - هیجانی کودکان و بهبود سازگاری مادران موثر هستند. و نیز امینی ناغانی، نجاریپوریان، و سماوی (۱۳۹۹). در مطالعه ای به مقایسه اثربخشی آموزش فرزندپروری مثبت با فرزندپروری مبتنی بر پذیرش و تعهد بر پرخاشگری مادران و نشانه های اختلال نافرمانی مقابله ای در کودکان پرداخت. با توجه به یافته های این پژوهش به این نتیجه رسیدند که فرزندپروری مثبت و فرزندپروری مبتنی بر پذیرش و تعهد می توانند در کاهش مشکلات مادران و کودکان مبتلا به اختلال نافرمانی مقابله ای موثر واقع شوند. و همچنین مطالعه ی رستمی (۱۳۹۸) که با هدف مقایسه اثربخشی آموزش تعامل والد-کودک و آموزش فرزندپروری به شیوه آدلری-درایکورس بر نشانگان بالینی کودکان انجام شد. مطالعه نشان داد که آموزش تعامل والد-کودک و آموزش فرزندپروری به شیوه آدلری-درایکورس باعث کاهش نشانگان بالینی کودکان شده است

و اما درتبیین یافته ها می توان گفت که رویکردهای بسیاری برای آموزش والدین وجود دارد. در برخی رویکردها مانند رویکرد آدلری-درایکورس^۱، بر بهبود الگوهای ارتباطی تأکید شده است. این رویکردها اصولاً با استفاده از تکنیکهای رفتاری مانند تنبیه، پاداش و تقویت مخالف هستند. (مانساگر و گریفیث^۲، ۲۰۱۹؛ منصور، ۱۴۰۱). و اما شیوه فرزند پروری مبتنی بر پذیرش و تعهد به تغییر دادن بافت فرزند پروری تأکید می کند و یکی از عوامل مرتبط با بافت فرزند پروری که بر توانایی والدین اثر می گذارد، نحوه ارتباط آنها با رویدادهای درونیشان مثل افکار، اعتقادات، احساسات، حالات بدنی و خاطرات است. یکی از ویژگیهای مشترک درمان های موج سوم این است که به مراجعان می آموزد تا رویدادهای درونی، افکار و احساسات خویش را بدون هیچ گونه قضاوتی بپذیرند. فرزند پروری پروری مبتنی بر پذیرش و تعهد به والدین کمک می کند تا هر لحظه از زندگی به طور انعطاف پذیر و با شیوه صحیح تربیتی پاسخگوی فرزندان باشند و اهداف و رفتار هایشان مطابق با ارزش هایشان باشد که حضور در لحظه حال و پیگیری ارزش ها منجر به بهبود فرزند پروری می گردد. (بورک، ۲۰۱۳).

همانطوریکه بالبی (۱۹۷۳) در تأکید بر اهمیت ارتباط مادر و کودک معتقد است آنچه که برای سلامت روانی کودک ضروری است، تجربه یک ارتباط گرم، صمیمی و مداوم با مادر یا جانشین دائم اوست. او معتقد است که بسیاری از اشکال روان آزردها و اختلالهای شخصیت حاصل محرومیت کودک از مراقبت مادرانه و یا عدم ثبات رابطه کودک با چهره دلبستگی است. مادر و نوزاد پس از تولد نوزاد اولین تمایلات ارزشمند خود را آغاز می کنند. در این تمایلات نقش مادر بسیار تعیین کننده ای دارد، زیرا هم منبع تغذیه است و هم امنیت و آرامش و هم منبع حفظ بقای کودک، آن هنگام که او را در آغوش می گیرد. ازجمله ابزارهای ایجاد احساس تعلق در نوزاد که ریشه اولین برخوردها و تجربیات اجتماعی کودک است، پیوند عاطفی والدین و نوزاد است. مادر آغازگر

این پیوند است و هر لحظه به گریه ها و نیازهای کودک به مراقبت و تغذیه پاسخ مثبت می دهد. پدر در کنر مادر و حامی اوست و آرامشی را که او برای مراقبت از نوزادشان نیاز دارد، تامین می کند. این عشق و علاقه از طریق نوزاد با والدین خود در هفته های ابتدایی بعد از تولد به سرعت شکل می گیرد تقویت می شود. آن هنگام که مادر نوزاد خود را برای شیردادن در آغوش می گیرد، امنیت او را تضمین می کند. کودکانی که در آغوش گرفته می شوند، کمتر گریه می کنند و هشیارتر و آگاهتر هستند. هنگام خواب نیز خوابیدن در کنار کودک حامل این پیام است که "کودکم، می توانی در آرامش کامل به راحتی بخوابی" (علیمرانی و غفوریان، ۱۳۹۸).

خود اثرمندی والدینی اشاره به باورها یا قضاوت های یک والد از توانمندیهایش جهت نظم دهی و اجرای یک سری از تکالیف مربوط به والدگری با کودک را دارد (مانتیگنی و لاکاریت، ۲۰۰۵، به نقل از نصوحی، ۱۳۹۴) باورهای خوداثرمندی والدینی با رفتارهای متفاوتی در والدین و کودکان همراه است. والدینی که از خوداثرمندی بالایی برخوردارند؛ حمایتگر، گرم و حساس توصیف می شوند (تتی و گلفند، ۱۹۹۱؛ به نقل از نصوحی) خوداثرمندی والدینی سازه مهمی در سازگاری والد کودک به شمار می آید و شناخت عوامل و متغیرهای موثر بر آن گام مهمی در بهبود روابط - مادر کودک و پیشگیری از مشکلات رفتاری و تحصیلی و به طور کلی افزایش سازگاری مادر و - کودک خواهد بود (سالو، کیویست، کورجا، بیرینگن، توپالو، کاهیل و کیویت کالیو، ۲۰۰۹؛ به نقل از نصوحی، ۱۳۹۴).

آموزش رویکردهای فرزند پروری بلاخص رویکرد فرزندپروری آدلری - درایکورس که با تاکید بر شناخت کودک از نظر چندمین کودک و نیز روش ادراک، تفکر و نیاز به مورد توجه بودن او و رویکرد فرزندپروری مبتنی بر پذیرش و تعهد که تاکید بر انعطاف پذیری شناختی، ذهن آگاهی و مه اجتناب تجربه ای و ایجاد سبک والدگری عاشق در برخورد با کودکان دارد بسیار می تواند در روش تربیتی و رابطه والد - کودک تاثیرگذار باشد. رابطه درست کودک با مادر، باعث می گردد که کودک در ارتباط با دیگران آنچه را که آموخته مورد استفاده قرار بدهد و اگر رابطه کودک با مادر سرد و محروم کننده باشد کودک با دیگران رابطه نامطلوب خواهد داشت. (کرین، ۲۰۲۲) برخی از پژوهشگران معتقدند که عوامل مهمی نظیر تعاملات والد و کودک نقش مهمی در سلامت روان و مسائل عاطفی کودکان ایفا می کند، بطوریکه سلامت روان والدین و نحوه تعامل آنان با کودک، در رشد روانشناختی و اکتساب مهارتهای پایه در کودکان بسیار حائز اهمیت است. (مایا، فریز و ولواندوفسکی، ۲۰۲۰؛ به نقل از بهرامی، ۱۴۰۰).

و همچنین تعاملات مثبت والد - کودک موجب بالاتر رفتن کیفیت دلبستگی کودکان میشود که تئوری دلبستگی تأکید می کند، رشد اجتماعی، شناختی و عاطفی مبتنی بر شکل دلبستگی کودک است. دلبستگی باعث ایجاد رفتارهای مثبتی می شود که به بهبود بقای کودک کمک می کند. هنگامی که کودک دارای والدینی است که با آنها ارتباط برقرار می کند، نمونه ای از نحوه رفتار در جامعه به او داده می شود. سپس آن کودک می تواند رفتار مثبت آن مراقب را بازتولید کند و به عضوی فعال در جامعه تبدیل شود. والد همچنین آنچه را که ایمن است نشان می دهد و به کودک می آموزد که چگونه از رفتارها و محیط های ناامن اجتناب کند (بالبی، ۱۹۷۳ به نقل از زوکتی، ۲۰۲۳). پس بنابراین نمی توان از تاثیر شگرف نقش تعاملات مثبت والد - کودک و روشهای موثر فرزندپروری را در تغییر کیفیت دلبستگی کودکان و ایجاد خوداثرمندی در والدین چشم پوشی کرد.

1. Montignt & Lacharite
2. Teti & Gelfand
3. Salo, Kivist, Korja, Bringen, Tupola, Kahila & Kivit-Kallio
4. maya
5. Zocchetti

ملاحظات اخلاقی و کد اخلاق

در این پژوهش ملاحظات اخلاقی رعایت شده و با کد اخلاق IR.IAU.Z.REC.1402.082 مورد تصویب قرار گرفته است.

تعارض منافع

در پژوهش حاضر هیچ گونه تعارض منافع توسط نویسندگان گزارش نشده است.

تشکر و قدردانی

بدین وسیله از تمام کسانی که در این پژوهش ما را یاری رساندن بسیار سپاسگزاریم.

منابع

- امینی ناغانی، شهریار؛ نجارپوریان، سمانه؛ سماوی، سیدعبدالوهاب. (۱۳۹۹). مقایسه اثربخشی آموزش فرزند پروری مثبت با فرزند پروری مبتنی بر پذیرش و تعهد بر پرخاشگری مادران و نشانه های اختلال نافرمانی مقابله ای در کودکان. مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی ایلام، ۲۸ (۱)، ۶۷-۷۷.
- باقری پلمی، آمنه؛ اسدزاده، حسن؛ مذبوحی، سعید (۱۳۹۹) پایان نامه با عنوان پیش بینی انگیزه انجام کار براساس عوامل فردی (خلق و خو و منش) عواما خانوادگی (روابط والد-کودک) و عوامل اجتماعی (مهارتهای ارتباطی)، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران.
- بهرامی، عاطفه؛ فاتحی زاده، مریم؛ عابدی، احمد؛ دیاریان، محمدمسعود (۱۴۰۰) تدوین الگوی تعامل موثر والد-کودک برای کودکان پیش از دبستان (۴ تا ۶ سال): یک مطالعه کیفی، ماهنامه علوم روان شناختی، دوره ۲۰، صفحه ۱۲۱۳-۱۲۳۳.
- بلیاد، محمدرضا؛ مجیدآوا، حفیظه؛ احدی، حسن (۱۳۹۸). مقایسه رشد اجتماعی و شناختی کودکان ۵ تا ۷ ساله براساس سبک های فرزندپروری، مجله علوم روان شناختی، دوره هجدهم، شماره ۸۴، صفحه ۲۲۷۹-۲۲۸۴.
- پوست چی، مهسا؛ شریفی درآمدی، پرویز؛ عسگری، محمد؛ کاظمی، فرنگیس (۱۴۰۱). اثربخشی برنامه آموزشی تعامل مادر-کودک مبتنی بر سبک دلبستگی ایمن بر مولفه های دلبستگی دانش آموزان با اختلال های اضطرابی، فصلنامه سلامت روان کودک، دوره نهم، شماره ۲، صفحه ۱۲۳-۱۳۹.
- چگینی، لیلا، ابراهیمی، محمداسماعیل، و صاحبی، علی. (۱۳۹۸). تاثیر آموزش تئوری انتخاب به مادران بر پرخاشگری فرزندان دانش آموز آنها در دوره ابتدایی، فصلنامه سلامت روان کودک، دوره ششم، شماره ۱، صفحه ۷۰-۸۲.
- جلالی، زهره؛ حیدرئی، علیرضا؛ مکوندی، بهنام؛ عسگری، پرویز. (۱۴۰۰). مقایسه اثر بخشی روش درمانی مبتنی برشفقت و درمان مبتنی برپذیرش و تعهد بر دشواری تنظیم هیجان در دانش آموزان دختران دارای اختلال نافرمانی مقابله ای، نشریه علمی زن و فرهنگ، شماره ۱۲ (۴۸)، صفحه ۵۵-۶۸.
- خانجانی، زینب (۱۳۹۴) تحول و آسیب شناسی دلبستگی از کودکی تا نوجوانی، انتشارات فروزش. تبریز. شابک ۹۷۸-۹۷۴-۵۴۷-۵۵۲
- خیام فر، فاطمه، مدنی، یاسر، حجازی، الهه، و پورطاهری، کاظم (۱۳۹۸)، اثربخشی برنامه آموزشی فرزندپروری مبتنی بر نظریه انتخاب بر کیفیت رابطه مادر-پسر، فصلنامه پژوهش های کاربردی روانشناسی، شماره ۱۰ (۳)، صفحه ۶۷-۸۳.
- ذکایی فر، آرزو؛ موسی زاده، توکل (۱۳۹۹) نقش والدین سبک های فرزندپروری در پیش بینی رشد اجتماعی کودکان پیش دبستانی ۵ و ۶. فصلنامه اجتماعی تحقیق روانشناسی، دوره ۱۰ (۳۷)، صفحه ۸۷-۱۰۰.
- ساعتچی. محمود، کامکاری. کامبیز، عسکریان. مهناز. (۱۳۹۰) آزمونهای روان شناختی. نشر ویرایش. شابک ۹۷۸۹۶۴۶۱۸۴۶۹۵.
- سلیمانی، حمیده؛ بشاش، لعلیا؛ لطیفیان، مرتضی (۱۳۹۳). خصوصیات روانسنجی پرسشنامه روابط میانی دلبستگی برای دوره ی سنی میانی کودکی. روشها و مدل های روان شناختی، دوره ۴ (۱۶)، صفحه ۴۱-۶۳.
- شعاری نژاد، علی اکبر (۱۳۹۱). فرهنگ توصیفی علوم رفتاری/شناختی، تهران؛ انتشارات امیرکبیر (چاپ اول)، ایران
- کریمی ایوانکی، مرجان؛ سیدموسوی، پریاسادات؛ طهماسیان، کارینه. (۱۳۹۸). اثربخشی درمان مبتنی بر رابطه والد کودک بر خودکارآمدی و رابطه مادر کودک. روانشناسی تحولی (روانشناسان ایرانی)، دوره ۱۵ (۶۰)، صفحه ۳۹۱-۴۰۱
- لطفی، ف؛ وزیری، ش؛ (۱۳۹۷). روان شناسی بالینی کودک، انتشارات ارسباران، تهران.
- محسنیان، الهامه، طبیبی، زهرا، و مشهدی، علی. (۱۳۹۳). شیوه های خواباندن و مشکلات خواب در کودکان ۱ الی ۲ ساله. روانشناسی تحولی (روانشناسان ایرانی)، ۱۰ (۳۹)، صفحه ۲۳۷-۲۴۸.

References

- Bachmann ,Christian J., Beecham, Jennifer ., O'Connor, Thomas G., Briskman, Jackie ., Scott ,Stephen ., (2021). Journal of child psychology and psychiatry, volume 63, issue1, page 78-87.
- Buck, Nancy (2019). A Choice Theory Psychology Guide to Parenting: The Art of Raising Great Children (The Choice Theory in Action Series).
- Berk. Laura E (2014). Development through the Lifespan.
- Bowlby, J. (1969). Attachment and loss: Attachment (vol. 1): New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). Attachment and loss: Vol. 2: Separation: Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis.
- Bowlby, J. (1980). Attachment and loss (Vol. 3): Basic books.
- Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: retrospect and prospect. American Journal of Orthopsychiatry, 52(4), 664.
- Burke, K., Muscara, F., McCarthy, M., Dimovski, A., Hearps, S., Anderson, V., & Walser, R. (2014). Adapting acceptance and commitment therapy for parents of children with life-threatening illness: Pilot study. Families, Systems, & Health, 32(1), 122.
- Coyne. Lisa W., Murrell .Amy R.,(2009). The Joy of Parenting: An Acceptance and Commitment Therapy Guide to Effective Parenting in the Early Years.
- Chuankail. Li. (2018). Parent-child relationship impact on children's mental development: Journal of Health Psychology. 7(10), 1-12.
- Crowell, Judith A ., Keluskar, Jennifer ., Gorecki, Amanda (2018). Parenting behavior and the development of children with autism spectrum disorder, Comprehensive Psychiatry Volume 90, April 2019, Pages 21-29.
- Glasser, William (2013). Choice theory. A new psychology of personal freedom.
- Lawler M. J., Shaver Ph. R., Goodman G. S., (2011). Toward relationship – based child welfare services. Journal of children and Youth services. 33, 473 – 480.
- Mansager, Erik & Griffith, Jane. (2019). Respecting Differences: Theoretical Variance between Adler and Dreikurs. The Journal of Individual Psychology. 75. 216-230, <https://in.booksc.eu/book/79187548/8cf6e5>.
- Masson, H.P.; Keegan, J.; Houston, A.K.; Kanjer, J.J. (2014). Child Development and Personality, translated by Mahshid Yasai, Tehran, Markaz Publishing House, Issue 25. (The publication date of the work in the original language is not available).
- O'Brien, K. M. (2011). Evaluating the effectiveness of a parent training protocol based acceptance and commitment therapy philosophy parenting [PhD Thesis]. on Denton, TX: University of North Texas.
- Rita; Nolen-Hoeksmas, Susan; Bam, Daryl; Smith, Edward; Atkinson, Richard. Hilgard's Field of Psychology, translated by Reza Zamani, Mehrdad Beik, Behrouz Bireshk, Mohammadnaghi Baraheni, Mehrnaz Shahraray (1401), Roshd Publications, ISBN: 9647537891..
- William Crane (2005), Developmental Theories: Concepts and Applications, translated by Dr. Gholamreza Khojnejad and Dr. Alireza Rajai, 1400, Roshd Publications, Tehran.
- Zocchetti, Giulianna, "PARENT-CHILD ATTACHMENT WHEN PARENTING A CHILD WITH A DISABILITY" (2023). Electronic Theses, Projects, and Dissertations. 1565.

Comparison of the effectiveness of teaching the Adlerian-Dreikurs parenting approaches, the parenting approach based on choice theory, and the parenting approach based on acceptance and commitment (ACT) on the quality of attachment of children under six years of age and their mothers' parental self-efficacy

Somayyeh Razzaghi¹, Qamar Kiani², Afsaneh Sobhi³

1. Department of Psychology, Faculty of Humanities and Arts, Islamic Azad University, Zanjan, Iran.

2. Assistant Professor of Health Psychology, Department of Psychology, Faculty of Humanities and Arts, Islamic Azad University, Zanjan, Iran.

3. Assistant Professor of Health Psychology, Department of Psychology, Faculty of Humanities and Arts, Islamic Azad University, Zanjan, Iran.

Abstract

The first six years of life are among the most important and influential periods in the stages of growth and personality formation of individuals. One of the most important factors affecting child rearing is the mother's interaction with the child and the attachment style developed in the child. Many other factors affect this interaction, one of which is the belief in parental self-efficacy in mothers. The purpose of this study: to compare the effectiveness of teaching the Adlerian-Dreikurs parenting approach, the parenting approach based on choice theory, and the parenting approach based on commitment and acceptance (ACT) on the quality of children's attachment and mothers' parental self-efficacy. The study was a semi-experimental method with a pre-test and post-test design with a control group. The statistical population was all mothers who brought their children to the comprehensive health centers of Zanjan for monthly check-ups. Through purposeful and accessible sampling, 80 volunteer mothers were studied and intervened in three experimental groups and a control group. Parenting education programs were taught in eight 90-minute sessions. For data analysis, multivariate analysis of covariance and post hoc test of Bonferroni were used in SPSS software version 27. Findings: The F value in multivariate analysis of covariance in the group (independent variable of parenting approaches) on the post-test of attachment variables ($F=9.4$; $Sig=0.000$) and self-efficacy ($F=53.3$; $Sig=0.000$) is significant at the one percent error level ($Sig<0.01$). Therefore, it can be concluded that the average of attachment and self-efficacy variables in the four groups under study in the post-test stage are significantly different from each other. The findings of this study emphasize the importance of the role of positive parent-child interactions and effective parenting methods in changing the quality of children's attachment and parental self-efficacy. As a result, the tremendous impact of positive parent-child interactions and effective parenting methods in changing the quality of children's attachment and creating self-efficacy in parents, especially mothers, cannot be ignored.

Keywords: Adlerian- dreikurs parenting protocols, parenting protocol based on choice theory, acceptance and commitment (ACT) parenting protocol, children's attachment quality, and mothers' parenting self-efficacy.