

اثربخشی فرزندپروری مبتنی بر رویکرد قلب پرورش یافته بر فراوالدگری، شایستگی والدین و تنظیم

هیجان مادران کودکان ۱۲-۷ ساله

شیرین پور عبدالهی^۱، منصوره بهرامی پور^{۲*}

(۱) کارشناس ارشد گروه روانشناسی، واحد اصفهان (خوراسگان)، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران

(۲) استادیار گروه روانشناسی، واحد اصفهان (خوراسگان)، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران

*نویسنده مسئول: bahramipourisfahani@khuif.ac.ir

تاریخ پذیرش مقاله ۱۴۰۱/۱۲/۱۹

تاریخ دریافت مقاله ۱۴۰۱/۰۸/۰۶

چکیده

هدف پژوهش حاضر اثربخشی آموزش فرزندپروری مبتنی بر رویکرد قلب پرورش یافته بر فراوالدگری، شایستگی والدین و تنظیم هیجان کودکان ۱۲-۷ ساله بود. روش پژوهش از نوع نیمه آزمایشی و طرح دو گروه (یک آزمایش و یک گروه کنترل) با پیش آزمون، پس آزمون و دوره پیگیری ۴۵ روزه بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه مادران دارای فرزندان ۱۲-۷ ساله شهر اصفهان در بهار ۱۴۰۱ را در برمی گیرد که به شیوه نمونه گیری در دسترس تعداد ۴۰ نفر از مادران دارای کودک ۱۲-۷ ساله مراجعه کننده به مراکز مشاوره فعال در حوزه کودک (راه برتر) انتخاب و به طور تصادفی در دو گروه آزمایش (۲۰ نفر) و کنترل (۲۰ نفر) گمارده شدند. مداخله آموزشی بر روی گروه آزمایش طی ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه ای اجرا شد و به گروه کنترل آموزشی ارائه نشد. ابزار مورد استفاده شامل پرسشنامه فراوالدگری هاواک و هولدن (۲۰۰۶)، پرسشنامه شایستگی والدین گییاد و واندرسمان (۱۹۷۸)، پرسشنامه تنظیم هیجان شیلدز و چکیتی (۱۹۹۷) و بسته آموزش فرزند پروری مبتنی بر رویکرد قلب پرورش یافته بود و داده ها با استفاده از روش تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر مورد تحلیل قرار گرفت. نتایج نشان داد که آموزش فرزندپروری مبتنی بر رویکرد قلب پرورش یافته بر فراوالدگری، شایستگی والدین و تنظیم هیجان کودکان ۱۲-۷ ساله مؤثر بوده است و اثرات آموزش در مرحله پیگیری نیز باقی مانده است ($p < 0/01$).

کلید واژگان: فرزندپروری مبتنی بر رویکرد قلب پرورش یافته، فراوالدگری، شایستگی والدین، تنظیم هیجان.

مقدمه

فرزندپروری^۱ است (اسمیت^۲، ۲۰۲۰). با به دنیا آمدن کودک بنیان خانواده نیازمند تغییرات اساسی خواهد شد و والدین خصوصاً مادران بایستی در راستای به کارگیری نحوه فرزندپروری مؤثر گام بردارند تا با تقویت خود اثربخشی، راهکارهای تربیتی کودک را به بهترین شکل عملی نمایند و در مسیر رشد و تکامل پایه پای کودکان قدم بردارند (جدیدی، غلامی، توران پستی دانش، ۱۳۹۸). فرزندپروری فعالیت پیچیده ای شامل روش ها و رفتارهای

در محیط خانواده اولین و بادوام ترین عاملی است که در رشد شخصیت افراد تأثیرگذار است. مراقبت و تربیت مؤثر فرزندان همواره چالش بسیار بزرگی برای والدین است. شیوه های تربیتی، کنترل و اداره کودکان توسط والدین بدون شک یکی از مهم ترین عوامل به وجود آمدن مشکلات رفتاری کودکان است، به عبارتی قبل از آنکه این والدین قادر باشند تا گرمی و صمیمیت مورد نیاز فرزندان شان را فراهم کنند باید در مورد مشکلات شخصیتی و عاطفی خود و راه حل بهبود آن راهنمایی شوند. یکی از مهم ترین مباحث در این حوزه

¹ Parenting

² Smith

رفتار والدین بر تنظیم هیجان کودکان نیز تأثیرگذار است (طهماسبی و خسروپور، ۱۳۹۸). هیجان می‌تواند نقش سازنده‌ای در حل مسئله و پردازش اطلاعات، فرآیند تصمیم‌گیری، نوآوری و خلاقیت و افزایش یادگیری داشته باشد. درعین حال نباید فراموش کرد که هیجان‌ها همیشه سودمند نیستند و در اکثر اوقات باید آنها را تنظیم و مدیریت کرد (طهماسبی و خسروپور، ۱۳۹۸). واژه تنظیم هیجان به اعمالی اطلاق می‌گردد که به‌منظور تغییر یا تعدیل یک حالت هیجانی به کار گرفته می‌شود. تنظیم هیجان یک فرایند محوری برای همه جنبه‌های عملکرد انسان است و در شیوه‌های مقابله افراد با تجارب استرس‌زا و تجارب شادی، نقش اساسی ایفا می‌کند (رزنبرگر و گراس^۸، ۲۰۰۷). برتیز و لورا^۹ (۲۰۲۲) به این نتیجه دست یافتند که سطح بالاتری از مهارت‌های تنظیم هیجان در کودکان با سازگاری بیشتر آنان همراه است و روش فرزندپروری که کودکان دریافت می‌کنند به‌طور مستقیم و غیرمستقیم بر مهارت‌های تنظیم هیجان آنان تأثیرگذار است.

با وجود سبک‌های فرزندپروری مختلف نقطه مشترک همگی آنها هدف تربیتی است. یکی از روش‌های فرزند پروری، فرزندپروری مبتنی بر رویکرد قلب پرورش یافته^{۱۰} است. این رویکرد در ابتدا توسط هاوارد و گلاسر^{۱۱} (۲۰۱۰) طراحی شد.

در فرزندپروری مبتنی بر قلب پرورش یافته به والدین آموزش داده می‌شود که احساسات و شناخت‌های خود را تغییر دهند تا بتوانند تعاملات خود را با فرزندانشان زنده کنند. سه اصل اساسی که بر آنها تأکید دارد عبارت‌اند از: ۱- اجتناب از انرژی دادن به رفتارهای منفی ۲- هدفمند بودن توجه و انرژی دادن به رفتارهای مثبت ۳- سازمان‌دهی و تعیین قوانین و عواقب رفتارها (هاوارد و گلاسر، ۲۰۱۰). نتایج پژوهش الیسون و همکاران^{۱۲}

ویژه است که به‌طور مجزا یا در تعامل با یکدیگر بر رشد کودک تأثیر می‌گذارد (ریسپولی^۱، ۲۰۱۳). از جمله متغیرهای مهم بر فرزند پروری فراوالدگری، شایستگی والدین، سازگاری اجتماعی و تنظیم هیجان است.

فراوالدگری اشاره به افکار خودآیند و خودکار والدین و همچنین شیوه تفکر والدین در مورد فرزندپروری خودشان اشاره دارد و شامل ۴ مؤلفه: ۱- پیشاپیش‌گری (توجه عمدی به مسئله‌ای در تربیت کودک که هنوز اتفاق نیفتاده است) ۲- ارزیابی (ارزیابی‌های والدین از کودک، خود و زمینه) ۳- انعکاس‌گری (ارزیابی مجدد رفتارهای خود، کودکان و رابطه گذشته والد-کودک در گذشته) ۴- حل مسئله (جنبه‌های چندگانه تفکر والدین شامل تعریف مسئله و طرح، اجرا و ارزیابی راه‌حل مسئله) است (هاواک و هولدن^۲، ۲۰۰۶).

یک عامل اساسی و تعیین‌کننده دیگر برای رفاه و آسایش کودکان و دریافت مراقبت دلسوزانه و شایسته از سمت والدین، شایستگی والدین است (بریان^۳، ۲۰۱۴). شایستگی والدین به میزان اعتمادبه‌نفس و خودکارآمدی والدین در مراقبت، مدیریت و پرورش فرزند (هاسال و روز^۴، ۲۰۰۵) و خودارزیابی‌هایی که والدین نسبت به شیوه‌هایی که در آن مسئولیت‌های والدینی را بر عهده می‌گیرند اشاره دارد که این خودارزیابی تا حد زیادی وابسته به بازخورد دیگران است (ساباتلی^۵، ۲۰۰۰). مطالعات نشان می‌دهد که خودکارآمدی والدین بر رفتارهای والدینی آنان تأثیر مستقیم دارد و متقابلاً رفتارها و شایستگی والدین می‌توانند به‌نوبه خود بر رشد جسمی، رشد اجتماعی، عاطفی و تحصیلی کودکان تأثیر بگذارد (مارشال^۶، ۲۰۱۰). پژوهش‌ها ثابت می‌کند که آموزش رفتاری به والدین تأثیر زیادی بر تنظیم هیجان کودکان دارد (رومرو^۷، ۲۰۲۲).

¹ Rispoli

² Hawk, Holden

³ Brian

⁴ Hassall & Rose

⁵ Sabatelli

⁶ Marshall

⁷ Romero

⁸ Rottenberg & Gross

⁹ Beatriz, Laura

¹⁰ Nurtured Heart Approach

¹¹ Haward, Gelaser

¹² Alison

اهمیت یادگیری روش های فرزند پروری برای والدین و محاسن ذکر شده این رویکرد و با توجه به خلأ پژوهشی در این زمینه، پژوهش حاضر درصدد پاسخ به این سؤال بود که آیا فرزند پروری مبتنی بر رویکرد قلب پرورش یافته بر فراوالدگری، شایستگی والدین و تنظیم هیجان کودکان ۱۲-۷ سال مؤثر است؟

روش شناسی

روش مورد استفاده در این پژوهش بر اساس هدف آن یک مطالعه نیمه آزمایشی از نوع پیش آزمون - پس آزمون و دوره پیگیری همراه با گروه کنترل بود. جامعه آماری را شامل مادران دارای فرزند ۱۲-۷ ساله شهر اصفهان در بازه زمانی بهار ۱۴۰۱ تشکیل دادند. برای نمونه گیری پس از درج فراخوان در مراکز مشاوره فعال در حوزه کودک و نوجوان شهر اصفهان (مرکز مشاوره راه برتر)، به صورت نمونه گیری در دسترس تعداد ۴۰ نفر از مادران دارای کودک ۱۲-۷ ساله مراجعه کننده به این مراکز که علاقه مند به دریافت آموزش های فرزند پروری بودند، انتخاب و به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل (هر گروه ۲۰ نفر) گمارده شدند. ملاک های ورود به پژوهش شامل والدین دارای کودک ۱۲-۷ سال و برخوردار از آگاهی و تمایل جهت شرکت در پژوهش و از ملاک های خروج به این پژوهش این بود که والد و کودک مورد نظر درگیر هیچ مداخله یا آموزش دیگری نباشند، در صورت بیش از یک جلسه غیبت در جلسات و یا وجود یک اختلال بارز در والد یا کودک فرد از پژوهش حذف می شود. در نهایت با توضیح هدف های پژوهش، موافقت کتبی برای شرکت در پژوهش گرفته شد و گمنامی برای تک تک پاسخ گویان به منظور جلوگیری از تبعات احتمالی منفی در پژوهش نیز رعایت گردید. این پژوهش دارای کد اخلاق به شناسه IR.IAU.KHUISF.REC.1401.045 از دانشگاه آزاد واحد اصفهان (خوراسگان) است. ابزارهای مورد بررسی به شرح ذیل می باشد:

(۲۰۱۶) حاکی از آن است که فرزند پروری مبتنی بر رویکرد قلب پرورش یافته با تغییرات شناختی که احتمالاً بر روابط والد-کودک اثر مثبت دارد، همراه است و با کاهش ناامیدی و افزایش اعتماد به نفس والد در هدایت و تقابل با کودک، به خودکارآمدی والد کمک کرده و در نتیجه موجب تغییر در رفاه و آسایش زندگی آنان می شود. همچنین مطالعات ویلسون^۱ (۲۰۱۲) نشان می دهد که آموزش فرزند پروری مبتنی بر رویکرد قلب پرورش یافته به والدین، می تواند درک و پذیرش کودکان را افزایش دهد و کاهش مشکلات رفتاری، ناسازگاری، استرس، اضطراب و افسردگی را در کودکان به همراه داشته باشد. جدیدی و همکاران (۱۳۹۸) در پژوهشی با عنوان آموزش گروهی فرزند پروری مثبت جهت تقویت خود اثربخشی مادران، دریافتند که مادران به عنوان نزدیکترین فرد به کودک، نیازمند دریافت آموزش و ارتقای دانش، آگاهی و مهارت در راستای نحوه فرزند پروری می باشند و باورهای خود اثربخشی والدین خصوصاً مادران از یک طرف و بهره گیری از سبک فرزند پروری مثبت و موثر از طرف دیگر منجر به استحکام عاطفی خانواده و بهبود روابط خانوادگی خواهد شد. بنابراین با استفاده از روش های مختلف سبک فرزند پروری رویکرد والدین و فرزندان به شدت تحت تاثیر قرار خواهد گرفت. پاغنده و همکاران (۱۳۹۸) نیز طی بررسی اثربخشی برنامه تعامل مادر با کودک بر تنیدگی فرزند پروری بررسی کودک ناشنوا و والدینشان، به این نتیجه دست یافتند که برنامه آموزش تعامل والد-کودک در تنیدگی فرزند پروری، در خرده مقیاس جنبه های منفی والدینی در مادران و پدران کاهش نشان می دهد که نشان دهنده تاثیر این برنامه است و آموزش والدین با کاهش فشار و تنش موجود و بهبود روابط والد-کودک این امکان را به والدین می دهد که نیازهای کودک خود را بهتر درک کنند و در راستای بهبود مشکلات خود و فرزندانشان نقشی موثر و فعال ایفا نمایند. با توجه به

^۱ Wilson

طی ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای هفته‌ای ۲ بار (شنبه و چهارشنبه) بر روی گروه آزمایش اجرا شد اما گروه کنترل مداخله‌ای دریافت نمودند.

پرسشنامه فراوالدگری: این ابزار توسط هاواک و هولدن (۲۰۰۶) برای اندازه‌گیری افکار حساب‌شده (شناخت تلاشمند) تدوین گردیده است و دارای ۲۴ سؤال و چهار مؤلفه (پیشاپیش‌گری، ارزیابی، انعکاس‌گری و حل مسئله) است. پاسخ‌ها در یک مقیاس لیکرتی پنج نقطه‌ای ارائه می‌شود. هاواک و هولدن (۲۰۰۶) روایی محتوایی پرسشنامه را تایید نمودند و آلفای کرونباخ زیر مقیاس‌ها را از ۰/۶۴ تا ۰/۷۷ گزارش کرده‌اند. گلشنی جورشری (۱۴۰۰) نیز روایی صوری پرسشنامه را تایید و پایایی پرسشنامه را ۰/۸۱ گزارش نمود. در این پژوهش ضریب پایایی ۰/۷۹ گزارش شد.

پرسشنامه شایستگی والدین: این مقیاس توسط گیباود و واندرسمان^۱ (۱۹۷۸) طراحی شده است. این پرسشنامه ۱۶ سؤالی که به سنجش دیدگاه والدین در مورد شایستگی‌های والدینی آنها می‌پردازد، دارای دو بعد رضایت از ایفای نقش والدی و احساس کارآمدی به‌عنوان پدر یا مادر است. پایایی نمره کل، عامل رضایت و عامل کارآمدی به شیوه همسانی درونی به ترتیب برابر ۰/۷۹، ۰/۷۵ و ۰/۷۶ گزارش شده است (جانسون و ماش^۲، ۱۹۸۹). در این پژوهش ضریب پایایی ۰/۸۳ گزارش شد.

چک‌لیست تنظیم هیجان: این آزمون توسط شیلدز و چکیتی^۳ (۱۹۹۷) طراحی شده است و توسط اسماعیلیان (۱۳۹۵) هنجاریابی شد. آزمون شامل ۲۴ ماده با مقیاس چهاردرجه‌ای (هرگز=۰ تا همیشه=۴) است و دارای دو مؤلفه تنظیم انطباقی و بی‌ثباتی/منفی‌گرایی است. شیلدز و چکیتی (۱۹۹۷) ضرایب آلفا برای همسانی درونی کل آزمون و زیر مقیاس‌های تنظیم هیجانی و بی‌ثباتی/منفی‌گرایی را به ترتیب ۰/۸۹، ۰/۸۳ و ۰/۹۶ به دست آورد.

همچنین شایان ذکر است آموزش فرزند پروری مبتنی بر رویکرد قلب پرورش یافته گلاسر و ایزلی^۴ (۲۰۱۶) در

¹ Gibaud & Wandersman

² Johnston & Mash

³ Shields & Cicchetti

⁴ Glasser, Easley

جدول ۱- جلسات آموزش فرزند پروری مبتنی بر رویکرد قلب پرورش یافته

جلسات	توضیحات
جلسه اول	اجرای پیش آزمون، معارفه و آشنایی، بیان قواعد گروه، بیان اهداف، معرفی دوره آموزشی و ۵ نیاز اساسی که محرکه رفتارند (امنیّت، عشق، قدرت، تفریح، آزادی)
جلسه دوم	اشاره به نقش مخرب کنترل از نگاهی دیگر، معرفی هفت عادت مخرب و هفت عادت مهرورزی، تهیه فهرستی از عادات مخرب که باید متوقف شود.
جلسه سوم	آموزش رفتار مسئولانه و محترمانه به کودکان، آموزش تکنیک پرسش های جادویی
جلسه چهارم	پرداختن به مبحث مقایسه دنیای مطلوب فرزندان با دنیای مطلوب مادران، آموزش تمرین خود ارزشیابی والدین و انجام آن.
جلسه پنجم	افزایش تدریجی آزادی های مجاز و آموزش به فرزند برای ایمن ماندن در این محدوده، دادن مسئولیت در منزل به فرزند و آموزش خودارزیابی به فرزندان
جلسه ششم	کمک به فرزندان برای تشخیص موقعیت های صدمه زننده نه محدود ساختن و تنبیه آنان، آموزش بزرگسال امن و قابل اعتماد بودن
جلسه هفتم	آموزش تکنیک (جواب نه یا بله) در موقعیت ها و چالش های گوناگون
جلسه هشتم	انتخاب یک مشاخره معمول بین مادر و فرزند و آموزش برنامه ریزی و گفتگو با فرزند برای حل مشکل
جلسه نهم	آموزش، معرفی و بحث در حوزه روش های کنترلی قدیم و اهمیت کنار گذاشتن آنها در بهبود روابط و موفقیت در تربیت فرزند، معرفی روش های جایگزین از جمله تکنیک حفظ ارتباط و آموزش عناصر مرتبط با آن
جلسه دهم	آموزش تکنیک برنامه ریزی مشارکتی و تکنیک معلق نگه داشتن امتیازات ویژه، جمع بندی مطالب، پاسخ به پرسش ها و اجرای پس آزمون

یافته ها

۹/۵ سال بود. یافته های توصیفی نمرات متغیرهای پژوهش به تفکیک گروه آزمایش و کنترل در جدول ۲ ارائه شده است.

داده های حاصل از پژوهش با استفاده از نرم افزار آماری SPSS23 به روش تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر مورد بررسی قرار گرفت. با توجه به اطلاعات جمعیت شناختی مشارکت کنندگان میانگین سن کودکان در گروه آزمایش ۹/۲۵ سال و میانگین سن کودکان در گروه کنترل

جدول ۲- شاخص های توصیفی نمرات متغیرهای پژوهش به تفکیک دو گروه و سه مرحله پژوهش

متغیر	گروه	پیش آزمون		پس آزمون	
		M	SD	M	SD
فراوالدگری	آزمایش	۶۱/۰۵	۵/۴۴	۸۰/۳	۷/۰۴
	کنترل	۶۲/۶	۵/۶	۶۳/۲۵	۵/۵۸
شایستگی والدین	آزمایش	۴۶/۵۰	۲/۵۶	۵۰/۶۵	۲/۶۰
	کنترل	۴۷/۱۵	۳/۷۰	۴۷/۱۰	۳/۶۹
سازگاری اجتماعی	آزمایش	۵۷/۸۰	۴/۳۱	۵۶/۶۰	۴/۳۵
	کنترل	۵۸/۲۵	۶/۸۹	۵۶/۴	۵/۸۳
تنظیم هیجان	آزمایش	۴۵/۳۵	۲/۳۶	۵۱/۲۰	۳/۹۵
	کنترل	۴۶/۹۵	۳/۳۴	۴۷/۲۰	۳/۰۰

نمرات، برابری واریانس ها و برابری ماتریس کوواریانس است که در صورت نامساوی و کمتر از ۰.۰۵ نفر بودن حجم گروه ها با رعایت پیش فرض ها و تأیید آنها می توان از این آزمون ها استفاده کرد.

نتایج آزمون شاپیرو ویلکز جهت بررسی نرمال بودن توزیع نمرات در گروه ها و آزمون لوین جهت بررسی

همان گونه که در جدول ۲ مشاهده می شود، میانگین نمرات متغیرهای پژوهش در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل تغییر بیشتر در مراحل پس آزمون و پیگیری نسبت به پیش آزمون دارد.

استفاده از آزمون های پارامتریک اندازه های تکراری مستلزم رعایت چند پیش فرض اولیه شامل نرمال بودن

برابر واریانس نمرات در دو گروه و آزمون ماچلی جه است.

بررسی یکنواختی کوواریانس ها در جدول ۳ ارائه شده

جدول ۳- نتایج پیش فرض های نرمال بودن، برابری واریانس ها و یکنواختی کوواریانس ها

متغیر	گروه	پیش آزمون		پس آزمون		آزمون شاپیرو ویلکز		آزمون ماچلی		آزمون لوین	
		آماره	معنی	آماره	معنی	آماره	معنی	آماره	معنی	پیش آزمون	پس آزمون
فراوالدگری	آزمایش	۰/۹۶۰	۰/۵۴۱	۰/۹۷۴	۰/۸۴۱	۰/۹۸۴	۰/۹۷۵	۰/۳۱	۰/۰۰۱	۰/۰۲	۰/۹۶
	کنترل	۰/۹۷۳	۰/۸۱۱	۰/۹۶۸	۰/۷۰۸	۰/۹۵۲	۰/۳۹۱	۰/۳۱	۰/۰۰۱	۰/۰۲	۰/۹۶
شایستگی والدین	آزمایش	۰/۹۵۱	۰/۳۷۶	۰/۹۶۴	۰/۶۲۸	۰/۹۴۹	۰/۳۵۰	۰/۹۷	۰/۵۸۹	۰/۰۶۶	۳/۵۷
	کنترل	۰/۹۵۱	۰/۳۸۶	۰/۹۵۹	۰/۵۲۱	۰/۹۶۱	۰/۵۷۳	۰/۹۷	۰/۵۸۹	۰/۰۶۶	۳/۵۷
سازگاری اجتماعی	آزمایش	۰/۹۳۳	۰/۱۷۵	۰/۹۵۸	۰/۴۹۶	۰/۹۴۰	۰/۲۳۹	۰/۴۸	۰/۰۰۱	۰/۲۵۶	۱/۳۳
	کنترل	۰/۹۷۸	۰/۸۵۶	۰/۹۵۲	۰/۳۹	۰/۹۸۱	۰/۹۲۲	۰/۴۸	۰/۰۰۱	۰/۲۵۶	۱/۳۳
تنظیم هیجان	آزمایش	۰/۹۰۶	۰/۰۷۲	۰/۹۵۴	۰/۴۲	۰/۹۲۷	۰/۱۳۳	۰/۹۷	۰/۶۷	۲/۸۱	۰/۱۰۲
	کنترل	۰/۹۳۳	۰/۱۷۸	۰/۹۱	۰/۰۸۲	۰/۹۱۶	۰/۰۸۴	۰/۹۷	۰/۶۷	۲/۸۱	۰/۱۰۲

پیگیری تأیید شده است (سطح معنی داری بیشتر از ۰/۰۵ است). پیش فرض یکنواختی کوواریانس ها با استفاده از آزمون ماچلی در متغیرهای شایستگی والدین و تنظیم هیجان تأیید شده است ($p < ۰/۰۵$)، اما در متغیرهای فراوالدگری و سازگاری اجتماعی رد شده است ($p > ۰/۰۵$). لذا در بررسی متغیرهای شایستگی و تنظیم هیجانی از آزمون با فرض کرویت و در متغیرهای فراوالدگری و سازگاری اجتماعی از آزمون گرینهوس گریز استفاده می شود. نتایج مقایسه بین آزمودنی و درون آزمودنی در متغیرهای پژوهش در جدول ۴ ارائه شده است.

هدف از بررسی پیش فرض نرمال بودن آن است که نرمال بودن توزیع نمرات همسان با جامعه را مورد بررسی قرار دهد. این پیش فرض حاکی از آن است که تفاوت مشاهده شده بین توزیع نمرات گروه نمونه و توزیع نرمال در جامعه برابر با صفر است. بدین منظور از آزمون شاپیرو ویلکز استفاده گردید. نتایج حاصل از اجرای این پیش فرض در مورد نمرات متغیرهای پژوهش در جدول ۳ نشان داد، فرض صفر مبنی بر نرمال بودن توزیع نمرات در متغیرهای پژوهش در هر سه مرحله پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری در هر دو گروه باقی است (همه سطوح معنی داری بزرگتر از ۰/۰۵ می باشد). پیش فرض لوین مبنی بر برابری واریانس ها در گروه ها در متغیرهای پژوهش در هر سه مرحله پیش آزمون، پس آزمون و

جدول ۴- نتایج تحلیل اثرات بین آزمودنی و درون آزمودنی در متغیرهای پژوهش

متغیر	اثر	منبع	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معنی داری	اندازه اثر	توان آماری
فراوالدگری	بین آزمودنی	گروه	۳۴۶۶/۸۷۵	۱	۳۴۶۶/۸۷	۳۶/۶۵	۰/۰۰۱	۰/۵۱۱	۱/۰۰۰
	خطا		۳۳۲۲/۱۱	۳۸	۸۷/۴۲				
درون آزمودنی	اثر زمان		۲۶۰۰/۸۶۷	۱/۱۸	۲۱۹۴/۷۵	۱۷۰/۰۱	۰/۰۰۱	۰/۸۱۷	۱/۰۰۰
	اثر زمان x گروه		۲۲۶۹/۸	۱/۱۸	۱۹۱۵/۴۰۹	۱۴۸/۳۷	۰/۰۰۱	۰/۷۹۶	۱/۰۰۰
شایستگی والدین	بین آزمودنی	گروه	۱۲۲/۰۰۸	۱	۱۲۲/۰۰۸	۴/۶۹۶	۰/۰۳۷	۰/۱۱۰	۰/۷۶۳
	خطا		۹۸۷/۲۵۰	۳۸	۲۵/۹۸۰				
درون آزمودنی	اثر زمان		۱۱۲/۰۶۷	۲	۵۶/۰۳۳	۱۴/۲۰۵	۰/۰۰۱	۰/۲۷۲	۰/۹۹۸
	اثر زمان x گروه		۱۰۷/۴۶۷	۲	۵۳/۷۳۳	۱۳/۶۲۲	۰/۰۰۱	۰/۲۶۴	۰/۹۹۸

				۳/۹۴	۷۶	۲۹۹/۸	خطا		
۰/۰۵۹	۰/۰۰۲	۰/۷۷	۰/۰۸۶	۸/۰۰۸	۱	۸/۰۰۸	گروه	بین آزمودنی	سازگاری
				۹۳/۱۷	۸	۳۵۴۰/۴۵	خطا		اجتماعی
۰/۹۶۹	۰/۲۴۷	۰/۰۰۱	۱۲/۴۶	۸۶/۳۶	۱/۳۲	۱۱۳/۷۲	اثر زمان	درون آزمودنی	
۰/۴۴۶	۰/۰۷۲	۰/۰۸۲	۲/۹۴	۲۰/۳۶	۱/۳۲	۲۶/۸۲	اثر زمان × گروه		
				۶/۹۳	۵۰/۰۳	۳۴۶/۸	خطا		
۰/۸۰۸	۰/۱۵۸	۰/۰۱۱	۷/۱۵۳	۱۸۵/۰۰۸	۱	۱۸۵/۰۰۸	گروه	بین آزمودنی	
				۲۵/۸۶۶	۳۸	۹۸۲/۹۱۷	خطا		تنظیم هیجان
۱/۰۰۰	۰/۳۹۵	۰/۰۰۱	۲۴/۸۴۲	۹۷/۰۵۸	۲	۱۹۴/۱۱۷	اثر زمان	درون آزمودنی	
۱/۰۰۰	۰/۴۶۳	۰/۰۰۱	۳۲/۷۱۳	۱۲۷/۸۰۸	۲	۲۵۵/۶۱۷	اثر زمان × گروه		
				۳/۹۰۷	۷۶	۲۹۶/۹۳۳	خطا		

۲۷/۲، ۲۴/۷ و ۳۹/۵ درصد و معنی دار است. هم چنین اثر تعاملی زمان و گروه نیز به جز در متغیر سازگاری اجتماعی در سایر متغیرها معنی دار به دست آمده است ($p < ۰/۰۰۱$) که نشان می دهد، تفاوت نمرات فراوالدگری، شایستگی والدین و تنظیم هیجانی در سه مرحله از پژوهش در دو گروه معنی دار است. براساس نتایج ه دست آمده می توان گفت، در متغیرهای فراوالدگری، شایستگی والدین و تنظیم هیجانی تفاوت بین میانگین نمرات گروه آزمایش و کنترل در سه مرحله پژوهش معنی دار است.

مقایسه میانگین نمرات متغیرهای پژوهش در سه مرحله با استفاده از آزمون تعقیبی بونفرونی در جدول ۵ ارائه شده است.

براساس یافته های به دست آمده در جدول ۴، در اثرات بین آزمودنی اثر اصلی گروه در سه متغیر فراوالدگری، شایستگی والدین و تنظیم هیجانی معنی دار به دست آمده است ($p < ۰/۰۰۵$). به عبارت دیگر، میانگین نمرات فراوالدگری، شایستگی والدین و تنظیم هیجانی در گروه آزمایش و کنترل تفاوت معنی داری دارد ($p < ۰/۰۰۵$). نتایج نشان داده است که ۵۱/۱٪ از تفاوت های فردی در فراوالدگی، ۱۱ درصد در شایستگی والدین و ۵/۸ درصد در تنظیم هیجانی به تفاوت بین دو گروه مربوط است. نتایج اثرات درون آزمودنی نیز نشان داده است که اثر اصلی زمان در هر چهار متغیر معنی دار به دست آمده است ($p < ۰/۰۰۱$)، به عبارت دیگر تفاوت بین نمرات فراوالدگری، شایستگی والدین، سازگاری اجتماعی و تنظیم هیجانی در سه مرحله پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری در کل نمونه پژوهش به ترتیب برابر با ۸۱/۷٪

جدول ۵- نتایج آزمون تعقیبی بونفرونی جهت مقایسه میانگین نمرات متغیرهای پژوهش در مراحل پژوهش

معنی داری	تفاوت میانگین	مراحل	مراحل	تفاوت معنی داری	میانگین	مراحل	مراحل
۰/۰۰۱	-۲/۰۵	پس آزمون	پیش آزمون	۰/۰۰۱	-۹/۹۵	پس آزمون	پیش آزمون
۰/۰۰۱	-۲/۰۵	پیگیری		۰/۰۰۱	-۹/۸	پیگیری	
۰/۹۹۸	۰/۰۰۱	پیگیری	پس آزمون	۰/۹۹۷	۰/۱۵	پیگیری	پس آزمون
۰/۰۰۱	۳/۰۵	پس آزمون	پیش آزمون	۰/۰۵۵	۱/۵۲	پس آزمون	پیش آزمون
۰/۰۰۱	-۲/۰۷	پیگیری		۰/۴۲۲	-۰/۸۲۵	پیگیری	
۰/۱۰۶	۰/۹۷۵	پیگیری	پس آزمون	۰/۰۰۱	-۲/۳۵	پیگیری	پس آزمون

شایستگی والدین و تنظیم هیجان در مرحله پیش آزمون با پس آزمون و هم چنین پیش آزمون با پیگیری معنی دار است ($p < ۰/۰۰۱$). اما تفاوت میانگین نمرات پس آزمون و

نتایج آزمون تعقیبی بونفرونی جهت مقایسه میانگین نمرات در سه مرحله پژوهش در جدول ۵ نشان داده است که تفاوت میانگین نمرات متغیرهای فراوالدگری،

مادامی که احساس بد میکنیم، یک یا چند نیاز اساسی ما برطرف نشده اند. به عقیده گلاسر، نیاز به محبت کردن و تعلق، نیاز نخستین و ارضاء کردن آن از همه دشوارتر است و والدین میتوانند به اولویت دادن برنامه خود به ارضای این نیازهای مهم پله ای ارتباطی میان خود و فرزندان خویش را ترمیم کرده و روابط آنها را بهبود بخشند. همچنین در فرزندپروری مبتنی بر قلب پرورش یافته به والدین آموزش داده شد که احساسات و شناخت های خود را تغییر دهند تا بتوانند تعاملات خود را با فرزندان زنده کنند و جلسات آموزشی قلب پرورش یافته شامل استعاره برای بیان اینکه والدین میتوانند ارزیابی های شناختی مثبت بیشتری را انتخاب نمایند و میتوانند دیدگاه های خود را در چارچوب بندی صحیح مجدداً اجرا نمایند و در مقابل فرزندان خود رفتار خشنی یا مثبتی نشان دهند می باشد (آلیسون و برنان، ۲۰۱۶).

در استعاره "Toys R Us" به کودکان آموزش داده شد که آنها را به عنوان جالب ترین اسباب بازی موجود ببینند و بنابراین سعی می کنند آنها را برای جلب توجه دستکاری کنند، همانطور که کودکان احتمالاً دکمه های یک اسباب بازی را فشار می دهند تا تمام زنگ ها و سوت ها به صدا درآیند. منظور از این استعاره این است که فرزندپروری «سستی» اغلب ناخواسته به رفتار نادرست با واکنش های پرانرژی والدین پاداش می دهد (مثلاً فریاد زدن یا سخنرانی)، در حالی که رفتار مطلوب اغلب مورد توجه قرار نمی گیرد یا واکنش های هیجان انگیز بسیار کمتری دریافت می کند. این استعاره بیشتر این ایده را شکل داد که کودکان در ابتدا به دنبال ارتباط عاطفی با والدین هستند، حتی اگر از طریق یک تعامل منفی رخ دهد، تا نیازهای عاطفی اساسی را برآورده کنند. یکی از سه اصل یا پایه اصلی رویکرد قلب پرورش یافته این است که والدین از انرژی منفی دادن خودداری می کنند، که شامل این ایده است که والدین ابراز خشم را به حداقل می رسانند و پیامدهای آن را با توجه و احساسات کم به

پیگیری معنی دار به دست نیامده است ($p > 0.05$). اما در متغیر سازگاری اجتماعی تفاوت بین میانگین نمرات پیش آزمون با پس آزمون و هم چنین پیش آزمون با پیگیری معنی دار نیست ($p > 0.05$) اما تفاوت میانگین نمرات پس آزمون و پیگیری معنی دار است ($p < 0.05$) که نشان می دهد سازگاری اجتماعی در مرحله پیگیری نسبت به پس آزمون افزایش دارد.

در یک نتیجه گیری کلی می توان گفت، فرزندپروری مبتنی بر رویکرد قلب پرورش یافته، متغیرهای فراوالدگری، شایستگی والدین و تنظیم هیجانی را در والدین افزایش داده و اثرات آموزش ها در مرحله پیگیری نیز باقی مانده است. اما نتایج نشان داده است که اثرات آموزش ها در مرحله پیگیری موجب افزایش سازگاری اجتماعی در فرزندان گردیده است.

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف اثربخشی فرزندپروری مبتنی بر رویکرد قلب پرورش یافته بر فراوالدگری، شایستگی والدین و تنظیم هیجان در بین مادران دارای کودکان ۱۲-۷ ساله اجرا و یافته ها نشان داد که بین میانگین نمرات فراوالدگری در مرحله پیش آزمون، پس آزمون و مرحله پیگیری به طور کلی تفاوت معنی داری وجود دارد که با یافته های پاغنده و همکاران (۱۳۹۸)، طالعی و همکاران (۱۳۹۰) و هکتر و برنان (۲۰۱۶) همسو است. در تبیین این یافته میتوان گفت، فرزندپروری مبتنی بر قلب پرورش یافته بر رابطه کنونی تأکید میکند. در این رابطه پرهیز از پرداختن به گذشته و افراط نکردن در طرح شکایتها و توجه کردن به کارهایی که کودک میتواند انجام دهد، نه تنها مدت تعارض را کاهش میدهد؛ بلکه به آنها نشان میدهد که میتوانند روابط خود را با حداقل تعارض اداره کنند (هکتر و برنان، ۲۰۱۶) همچنین والدین در این شیوه آموزشی، می آموزند که مشکلات کودکان عمدتاً ناشی از توانایی نداشتن ایشان در تحقق پنج نیاز اساسی است.

² Alison, Brennan

¹ Hektner, Brennan

ایمن، خودباوری مثبت را به جای خودباوری منفی در ارتباط با فرزندش زیرسازی میکند.

نتایج نشان داد که در هر چهار آزمون در اندازه‌های تکراری بین میانگین نمرات تنظیم هیجان در مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و مرحله پیگیری به‌طور کلی تفاوت معنی‌داری وجود دارد. نتایج حاضر با یافته‌های فاتحی و صالحی (۱۳۹۹)، طهماسبی و خسروپور (۱۳۹۸)، فولادوند (۱۳۹۸)، برتیز و همکاران (۲۰۲۰) و توماس و زیمر^۱ (۲۰۰۷) همسو است. آموزش مبتنی بر قلب پرورش یافته به والدین کمک میکند تا چرخه تعامل ناکارآمد را از بین ببرند و الگوهای تعاملی و حمایتی مثبت مقابلی را به وجود آورند. چنانکه پژوهشها نشان میدهند در بسیاری از مواقع، تغییر رفتار والدین وقت و هزینه کمتری دارد و حتی باید از آنها شروع شود؛ به ویژه اگر مشکلات هیجانی و ارتباطی بر خانواده سایه افکنده باشد. آموزش مهارتهای کنترل کودک به والدین بسیار مهم است؛ وقت بیشتری را با کودک سپری کنند و از قدرت و اختیار الزام برای اعمال روشهای تشویقی و تنبیهی برخوردار بوده و میتوانند اثربخشی شیوه‌های تغییر رفتار در منزل را افزایش دهند؛ بنابراین، دور از انتظار نیست که آموزش مبتنی بر قلب پرورش یافته سبب بهبود تنظیم هیجان شود. در تبیین نتایج این بخش میتوان گفت مادرانی که فاقد راهبردهای مثبت تنظیم هیجان هستند، موقعیتهای دشوار زندگی را فاجعه‌آمیز تفسیر کرده و نمیتوانند جنبه‌های مثبت آن را درک کنند، از اینرو و خود را در انتخاب رفتارهای مخربی چون زورگویی محکوم دیده و تصور میکنند، این تنها انتخاب آنهاست. از اینرو در این شرایط هیجانهای منفی زیادی را تجربه میکنند. بنابراین جلسه‌های آموزشی به گونه‌ای تنظیم شد تا بر شناخت ماهیت هیجان، علائم و پیامد انتخابهای متفاوت نیز بررسی شود. از اینرو مادران آموختند که در برخورد با هیجانهای خود میتوانند با تغییر در انتخاب‌های خود پیامدهای متفاوتی را تجربه کنند. به چالش کشیدن

ارمغان می‌آورند. بنابراین با دریافت این آموزش‌ها فراوالدگری در جهت جایگزین نمودن دیدگاه سنتی به فرزند پروری با درک متقابل کودک و توجه به نیازهای اساسی وی جایگزین گردید.

نتایج نشان داد آموزش قلب پرورش یافته بر شایستگی والدین تاثیر معنادار دارد. نتایج پژوهش حاضر با یافته‌های جدیدی و همکاران (۱۳۹۸) و رضایی و همکاران (۱۳۹۳) همسو است. بر اساس جلسات آموزشی چنین بیان نمود که، آموزش مبتنی بر قلب پرورش یافته منجر به ایجاد پیوندهای عاطفی و روانی قوی و ارتباط پایدار با افراد بخصوص در زندگی (فرزندان) فراهم می‌نماید. به گونه‌ای که از تعامل با آن‌ها احساس نشاط و به هنگام استرس در کنار آن‌ها احساس آرامش را کسب می‌نمایند. از اینرو والدین با کسب آگاهی و دانش در هر یک از جلسات درمانی به نیازهای کودکانشان حساس و در نهایت میزان پاسخگویی آنان نسبت به نیازهای فرزندان تحت تاثیر قرار می‌گیرد که همه این عوامل و جلسات آموزشی همراه با تکالیف بعد دوره موجب تاثیر مثبت بر شایستگی والدینی در راستای عملکرد بالاتر و بهتر برای برقراری ارتباط با کودکانشان می‌شود. در نگاهی دیگر در توجیه این یافته باید تصریح کرد که آموزش مبتنی بر قلب پرورش یافته همراه با شناخت سرمایه‌های روانشناختی خویش در جهت به کارگیری خودکارآمدی (چه پدران و چه مادران) جهانی قابل اعتماد، امن و پیش‌بینی پذیر را برای فرزندان به تصویر میکشد که در جلسات اول و دوم والد به خوبی با این موضوع آشنا می‌شود، در چنین محیط پاسخگو و حساسی است که والدین پیامد موردانتظار را در برابر رفتار فرزندشان فراهم میکنند لذا والد به این باور میرسد که میتواند بر محیط خویش در ارتباط با فرزند خودتأثیر بگذارد و آن را کنترل کند، اینجا است که شایستگی در والد بعد جلسات آموزشی شکل میگیرد و والد توانمندیهایش را باور میکند و به واقع تجربه‌های

¹ Thomas & Zimmer

باورهای مادران درخصوص کودکان و ارتباطاتشان با آنها نیز عامل دیگری بود که سبب شد تا ماهیت افکار افراد نسبت به هیجانهای مرتبط با فرزند پروری و توجه به کودک تغییر پیدا کند. زیرا با تاکید بر سه موضع اصلی آموزش مبتنی بر قلب پرورش یافته، اجتناب از انرژی دادن به رفتارهای منفی، هدفمند بودن توجه و انرژی دادن به رفتارهای مثبت و سازماندهی و تعیین قوانین و عواقب رفتارها والدین آموختن از انرژی دادن به رفتارهای منفی، خودداری کنند. یعنی هنگام بروز رفتارهای منفی و نامطلوب از کودک، والدین ابراز خشم و عصبانیت را به حداقل برسانند و پاسخ ها را با کمترین احساس و توجه ممکن آزاد کنند. همچنین والدین باید توجه انتخابی و هدفمند نسبت به رفتارهای کودک داشته باشند و به رفتارهای مطلوب و مثبت توجه کنند. دیگر اینکه مرزهای مشخصی برای رفتار مثبت و منفی تعیین کنند و برای هر کدام عواقب مشخص، فوری و مداوم ارائه دهند. پژوهش حاضر دارای محدودیتهایی همچون نتایج پژوهش فقط به مادران کودکان ۷-۱۲ ساله شهر اصفهان محدود شده است و علاوه بر این در پژوهش امکان نمونه گیری تصادفی فراهم نگردید می باشد. براین اساس چنین پیشنهاد گردید که با برگزاری دوره های گروهی و جمعی به والدین موجبات بهبود شایستگی والدینی، فراوالدگری و تنظیم هیجانی توسط مشاورین فراهم گردد. برنامه اختصاصی در راستای اثرات فرزند پروری ناسالم توسط متخصصین آموزش داده شود و آموزش مبتنی بر قلب پرورش یافته توسط متخصصین حوزه کودک در راستای بهبود تعاملات والد-کودک به کار گرفته شود.

منابع

اسماعیلیان، نسرین؛ دهقانی، محسن؛ فلاح، صادق. (۱۳۹۵). بررسی ویژگی های روانسنجی چک لیست تنظیم هیجانی کودکان و نوجوانان. دستاوردهای روانشناسی بالینی، شماره ۲، دوره ۱، ص ۱۵-۳۴.

غیاث آبادی فراهانی، الهام؛ جعفری هرندی، رضا. (۱۳۹۹). پیش بینی انعطاف پذیری شناختی بر اساس سازگاری اجتماعی و مسئولیت پذیری دانشجویان دختر. پژوهش های روانشناسی اجتماعی، شماره ۱۰، دوره ۴۰، ص، ۱۳۵-۱۵۰.

یاغنده، مرضیه؛ حسن زاده، سعید؛ و قاسم زاده، سوگند. (۱۳۹۸). اثربخشی برنامه تعامل مادر با کودک بر تنیدگی فرزندپروری و رابطه والدین با کودک دارای آسیب شنوایی. فصلنامه پژوهش در سلامت روان شناختی، شماره ۱۳، دوره ۱، ص ۹۹-۱۲۴.

جدیدی، سما؛ دانش، عصمت؛ غلامی توران پشتی، مرضیه. (۱۳۹۸). آموزش گروهی فرزند پروری مثبت جهت تقویت خوداثربخشی مادران. تعالی بالینی، شماره ۸، دوره ۲، ص ۲۸-۱۸.

رضایی، هما؛ یونسی، جلیل؛ فرهد، مژگان. (۱۳۹۳). تدوین برنامه تلفیقی مهارت های فرزند پروری اتیسم و تعیین اثربخشی آن در رضایت زناشویی، کاهش تعارض در شیوه فرزند پروری و احساس کفایت از نقش والدینی. کودکان استثنایی، ۴ (۱۴): ۵-۲۲.

گلشنی جورشری، معصومه. (۱۴۰۰). پیش بینی استرس والدگری بر اساس فرا والدگری، شفقت خود و سرزندگی ذهنی در مادران دارای کودک مبتلا به نارسایی شنوایی. رویش روان شناسی، ۱۰ (۱۱): ۱۳۰-۱۲۱

طهماسبی، عاطفه؛ خسروپور، فرشید (۱۳۹۸). اثربخشی درمان مبتنی بر رابطه والد-کودک (CPRT) روی مهارتهای اجتماعی و تنظیم شناختی هیجان کودکان زیر ۱۲ سال مبتلا به اختلال نقص توجه، بیش فعالی. رویش روان شناسی ۸ (۶)، ۱۲۲-۱۱۳

فاتحی پیکانی، فرزانه، و صالحی، اعظم (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش فرزندپروری مبتنی بر شفقت به والدین بر تنظیم شناختی هیجان و خودکارآمدی دانش آموزان دختر مبتلا به اضطراب اجتماعی. علمی زن و فرهنگ، ۱۲ (۴۵)، ۱۳-۲۸.

- Kurock, R., Gruchel, N., Bonanati, S. *et al.* (2022). Family Climate and Social Adaptation of Adolescents in Community Samples: A Systematic Review. *Adolescent Res Rev*. <https://doi.org/10.1007/s40894-022-00189-2>
- Marshall V, Long BC. (2010). Coping processes as revealed in the stories of mothers of children with autism Qual. Health Res. , 20(1), 105-16.
- Rottenberg, J; & Gross, J. J. (2007). When emotion goes wrong: realizing the promise of affective science clinical psychology science and practice, 10, 227-232.
- Romero, P. (2022). *Educating and Empowering Children of Parents with Mental Illness to be Successful in School and Life* (Doctoral dissertation, California State University, Northridge).
- Rispoli, K. M. McGoey, K. E. Koziol, N. A. & Schreiber, J. B. (2013). The relation of parenting, child temperament, and attachment security in early childhood to social competence at school entry. *Journal of School Psychology*, 51(5), 643-658.
- Sabatelli RM, Waldron RJ. (2000). Measurement issued in the assessment of the experiences of parenthood. *J Marriage Fam*. 57(4), 969-980
- Shields, A, & Cicchetti, D. (1997). Emotion regulation in a school-age children: the development of a new criterion Q-sort scale. *Developmental Psychology*, 33, 906-916.
- Smith, J. (2015). The Impulsive, Disorganized Child: Solutions For parenting Kids with Executive Functioning Difficulties. 66-67.
- Talei A, Tahmasian K, Vafai N. (2011). Effectiveness of positive parenting program training on mother's parental self- efficacy. *J FamRes* , 7(3):311323.
- Thomas. Rae, Zimmer-Gembeck. Melanie J, (2007). Behavioral outcomes of parent-child Interaction Therapy and triple P- Positive parenting; a review and meta-analysis. *J Abnormal Child Psychol*; 35(3), 475-95.
- Wilson, K. R, Havighurst, S. S, & Harley, A. E. (2012). Tuning in to Kids: An Effectiveness trial of a parenting program targeting emotion socialization of preschoolers *Journal of Family Psychology*, 26, 56-65. Doi: 10.1037/a0026480.
- فولادوند، مریم. (۱۳۹۸). تدوین الگوی فرزندپروری مبتنی بر آموزه های نظریه انتخاب و مقایسه اثربخشی آن با فرزند پروری کازدین بر تنظیم هیجان، رابطه والد- کودک و مشکلات رفتاری بیرونی شده در دانش آموزان مبتلا به اختلال نافرمانی مقابله ای. پایان نامه. دانشگاه آزاد اسلامی واحد اصفهان (خوراسگان) موسوی امیرآباد، زهره؛ نظری مقدم، پروانه (۱۳۹۸). اثربخشی آموزش مهارت های فرزند پروری مثبت بر کفایت اجتماعی و تنظیم هیجان دانش آموزان. *روانشناسی*، ۸، (۱۰)، ۳۹-۴۶.
- Anbari Kh, Mahdavian A, Nadri S. (2013). The predictors of mother- child relation models in people who referred to Shahid Madani Hospital of Khorramabad city in 2011-12. *Sci J Lorestan Univ Med Sci* , 15:13-22.
- Brian D. Johnson. (2014). Parenting Competency Model Article in Parenting. May 2014 DOI: 10.1080/15295192.2014.91431.
- Carnes-Holt, K. (2012). Child-parent relationship therapy for adoptive families. *The Family Journal*, 20(4), 419-426.
- Gibaud- Wallston & Wandersman (1978). Johnston & Mash, 1989. Parenting Sense of Competence Scale (PSOC).
- Glasser, H; & Easley, J (2016). *Transforming the difficult : The Nurtured Heart Approach* (5th ed). Tucson: Nurtured Heart Publications.
- Hassall R, Rose J, McDonald J. (2005). Parenting stress in mothers of children with an intellectual disability: The effects of parental cognitions in relation to child characteristics and family support. *J Intellect Disabil Res*, 49(6), 405-418. DOI: 10.1111/j.1365-2788.2005.00673.x.
- Hawk, C. K; & Holden, G. W. (2006). Metaparenting: An initial investigation into a new parental social cognition construct. *Parenting: Science and Practice*, 6, 321-342.
- Hektner, J. M; Brennan, A.L; & Brotherson, S.E. (2013). A review of the Nurtured Heart Approach to parenting: Evaluation of its theoretical and empirical foundations.
- Johnston, C, & Mash, E. J. (1989). A measure of parenting satisfaction and efficacy. *Journal of clinical child psychology*, 18(2), 167-175.



The Effectiveness of Nurtured Heart Approach (NHA) parenting on meta-Parenting parental competence and emotional regulation Mothers of children aged 7-12 years

Shirin pourabdolahi¹, Mansore Bahramipour^{2*}

- 1) M.A. Department of Psychology, Isfahan (Khorasgan) Branch, Islamic Azad University, Isfahan, Iran
 - 2) Assistant Prof, Department of Psychology, Isfahan (Khorasgan) Branch, Islamic Azad University, Isfahan, Iran
-

Abstract

The current research was aimed to the effectiveness of parenting education based on the nurtured heart approach on parenting, parenting competence, emotional regulation of 7-12-year-old children. The research method was semi-experimental and two-group design (one experimental and one control group) with a pre-test, post-test and a 45-day follow-up period. The statistical population includes all mothers with children aged 7-12 in the city of Isfahan in the spring of 2022, which is based on available sampling of 40 mothers with children aged 7-12 who refer to counseling centers active in the field of children. They randomly assigned to two experimental (20 people) and control (20 people) groups. The educational intervention was implemented on the experimental group for 50 days and during 10 sessions and was not provided to the educational control group. The tools used include Havac and Holden's parenting questionnaire (2006), Guibad and Wandersman parenting competence questionnaire (1978), Shields and Cekiti's emotional regulation questionnaire (1997) and the parenting training package based on the nurtured heart approach. and the data was analyzed using the method of analysis of variance with repeated measurements. The results showed that parenting education based on the nurtured heart approach was effective on parenting, parenting competence, and emotional regulation of 7-12-year-old children, and the effects of education remained in the follow-up phase ($p < 0.01$).

Key words: Parenting based on the nurtured heart approach, Meta-parenting, Parental competence, Emotion regulate.
