

اثربخشی بسته آموزشی والدگری امید محور بر تنیدگی والدینی مادران کودکان پیش دبستانی شهر اصفهان^۱

مهدی مظاهری تهرانی^۲

محمد مسعود دیاریان^۳

فاطمه جوادزاده شهشهانی^۴

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۱۱/۲۵ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۲/۱۳

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی بسته آموزشی والدگری امید محور بر تنیدگی والدینی مادران کودکان پیش دبستانی شهر اصفهان انجام شد. این پژوهش از نوع نیم آزمایشی به همراه پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری دوماهه با گروه کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش شامل مادران کودکان پیش دبستانی شهر اصفهان در سال ۱۳۹۸ بود. نمونه آماری پژوهش شامل ۳۰ نفر از مادران بوده که به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایشی و گروه کنترل قرار گرفتند. ابزار مورد استفاده شامل بسته آموزشی والدگری امید محور (محقق ساخته) و فرم کوتاه پرسشنامه تنیدگی والدینی آبیدين (۱۹۸۳) بود. شرکت کنندگان هر دو گروه فرم کوتاه پرسشنامه تنیدگی والدینی آبیدين (۱۹۸۳) را در سه مرحله تکمیل کردند. بسته آموزشی والدگری امید محور طی ده جلسه ۹۰ دقیقه ای برای آزمودنی های گروه آزمایش ارائه گردید. داده ها با روش تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر در نرم افزار SPSS تحلیل شدند. نتایج حاصل حاکی از تأثیر بسته آموزشی والدگری امید محور بر کاهش تنیدگی والدینی ($P < 0.05$) در مرحله پس آزمون و پایداری این تأثیر در مرحله پیگیری بود. نتایج پژوهش شواهدی را پیشنهاد می کند که آموزش بسته والدگری امید محور موجب کاهش تنیدگی والدینی مادران کودکان پیش دبستانی می گردد. این پژوهش می تواند برای روان درمانگران، مشاوران حوزه کودک و نیز انتخاب نوع مداخله برای آموزش به والدین مفید باشد.

واژگان کلیدی: امید، والدگری، امید محور، تنیدگی والدینی، مادران، پیش دبستانی

۱ این مقاله مستخرج از رساله دکتری دانشجو در رشته مشاوره می باشد.
۲ دانشجوی دکتری مشاوره، گروه مشاوره، واحد خمینی شهر، دانشگاه آزاد اسلامی، خمینی شهر، اصفهان، ایران

۳ استادیار گروه مشاوره، واحد خمینی شهر، دانشگاه آزاد اسلامی، خمینی شهر، اصفهان، ایران (نویسنده مسؤول)
dayariyan@iaukhsh.ac.ir

۴ استادیار گروه مشاوره، واحد خمینی شهر، دانشگاه آزاد اسلامی، خمینی شهر، اصفهان، ایران

مقدمه

پایه و اساس رشد بر مبنای روابط کودک در دوران خردسالی شکل می‌گیرد. یکی از مهم‌ترین این روابط، ارتباط بین والد و کودک است که در رشد شناختی، هیجانی، اجتماعی و سلامت کودک مؤثر می‌باشد (فروش، اسگوپ سولیوان و ابانیون^۱، ۲۰۲۱). تعامل^۲ والد-کودک ترکیبی از رفتارها، احساسات و انتظاراتی است که بین والدین و کودکان وجود دارد (بابوره، تروملو، کاندلوریا، پاسیلو و سرنینگلیا^۳، ۲۰۱۶).

والدگری^۴ مجموعه دانش و مهارت‌های تربیت کودکان به روشی سازنده است، راهی برای آنکه توانایی‌ها و مهارت‌های آنان را رشد دهیم. بنابراین هدف اصلی از تربیت کودکان بار آوردن افرادی مستقل، توانمند، مسئول و با اعتمادبه‌نفس است که از رشد اخلاقی و اجتماعی مناسب برخوردار باشند (شهریور و عربگل، ۱۳۹۳). نظریه‌پردازان در زمینه رشد کودک به نقش اصلی پدر و مادر در پرورش امید کودک تأکید دارند و در عین حال والدین به‌عنوان مدل نقش برای امید، با هدایت و تسهیل دستیابی به هدف و شکل‌دهی به نمایه‌های درونی خود از دنیا، به‌عنوان منبعی قابل وابستگی، با ثبات، قابل اعتماد و امن و آسایش هستند (دلنواز، ۱۳۹۶).

از آنجایی که کودکان در زندگی با چالش‌های زیادی روبرو می‌شوند، بنابراین یادگیری اینکه چگونه اهداف مورد نظرشان را تعیین کنند امری ضروری است. مهارت اساسی دیگر این است که اهدافی را که برای آنان رضایت، رشد و بالندگی ایجاد می‌کند شناسایی نمایند (بهاری، ۱۳۹۷). هدفدار بودن رفتارها، جهت‌دار بودن رفتارها به سمت آینده، و نیز استفاده از تفکر راهیاب برای رسیدن از یک نقطه به نقطه‌ای دیگر، به‌عنوان سه ویژگی اصلی در رفتارهای مرتبط با امید^۵ در کودکان محسوب می‌گردد. گسترش و اجرای مداخلات امید محور در کودکان باعث بهبود کیفیت زندگی آنان می‌شود. (گریگز، باکر و چیدو^۶، ۲۰۱۹).

امید به معنای انتظار بهترین‌ها را برای آینده داشتن و برای آن تلاش کردن است (جمشیدیان قلعه شاهی، ۱۳۹۸). مفهوم امید دارای نوعی جهت‌گیری به سمت آینده می‌باشد و با ویژگی‌های شخصیتی

1 Frosch, Schoppe-sollivan & O Banion

2 Interaction

3 Babore, Trumello, Candelori, Paciello & Cerniglia

4 Parenting

5 Hope

6 Griggs, Baker & Chiodo

مانند برون‌گرایی، گشودگی و تطابق‌پذیری رابطه مثبت دارد (میشرا و داتا ۱، ۲۰۱۹). امید دارای ارتباط مستقیم با اهداف و قصدمندی فرد در طول زندگی می‌باشد (روئینی و فاوا، ۲۰۱۳). فرد امیدوار به‌طور ویژه به شایستگی شخصی خود برای اطمینان از آینده‌ای روشن و موفق اعتقاد دارد (آلارکون، بولینگ و خازون ۲، ۲۰۱۳). میزان امید در افراد با کیفیت زندگی افراد ارتباط مثبت دارد (نصیری زیبا، ۲۰۱۹).

از سویی دیگر، مفهوم امید مطابق با نظریه امید اسنایدر ۳ شامل سه مؤلفه مرتبط با هم است: مفهوم‌سازی روشن از اهداف، تفکر مسیره‌ها که عبارتست از ظرفیت ایجاد راهبردهای مشخصی برای دستیابی به آن هدف‌ها و تفکر عامل که دربرگیرنده اراده برای استفاده از این راهبردها می‌باشد (براتی سده و صادقی، ۱۳۹۷). نقش امید بیشتر از یک نیروی تسلی‌بخش است. امید نقش مقتدرانه و شگفت‌انگیزی در زندگی ایفا می‌کند و در حیطه‌های گوناگون حائز اهمیت است (گراوند، ۱۳۹۷). اسنایدر بر منبع درونی امید در فرد تأکید نموده و شخص را به‌عنوان منبع اصلی رسیدن به هدف در نظر می‌گیرد (برناردو ۴، ۲۰۱۴). تفکر عاملی، تفکر راهیابی و میزان امید علاوه بر منابع داخلی فرد به منابع خارجی او نیز بستگی دارد (مارکز و ایگلسیاس ۵، ۲۰۱۹). تفکرات مربوط به هدف‌گزینی، قدرت راهیابی پایوری در رسیدن به اهداف، در دوران کودکی و نوجوانی فراگرفته شده و این نوع تفکر به‌طور مداوم بر روی هیجانات فرد تأثیر می‌گذارد به‌گونه‌ای که افراد دارای امید بالا دارای هیجانات مثبت می‌باشند. مطابق نظر ادوارد، رند، لویز و اسنایدر ۶ (۲۰۰۷) ..

با عنایت به پژوهش بریمانی، محمودی و مسعود زاده (۱۳۹۲)، شیوه والدگری بر میزان کاهش تنیدگی والدینی ۷ مادران تأثیر دارد. البته در زمینه مفهوم تنیدگی تعاریف گوناگونی ارائه گردیده است. هر یک از این تعاریف یا بر روی ابعاد داخلی یا خارجی تنش و تحریک تمرکز نموده‌اند یا اینکه پاسخ فیزیولوژیکی را مدنظر قرار داده‌اند (گلد استاین ۸ و مک ایون ۹، ۲۰۰۲). افزایش فعالیت در شبکه‌های استرس مغزی، وضعیت عمومی احساس تنش یا گوش‌به‌زنگی را در ارگانسیم ایجاد می‌نماید (پکورارو، گینسبرگ، وارن، گومز، فلور و دالمان ۱۰، ۲۰۰۶). تنیدگی می‌تواند در بعضی از شرایط باعث سرکوب و تضعیف عملکرد

1 Mishra & Datta

2 Alarcon, Bowling & Khazon

3 Snyder

4 Bernardo

5 Marquez & Iglesias

6 Edwards, Rand, Lopez & Snyder

7 Parental Stress

8 Goldstain

9 Mc Eween

10 Pecoraro, Ginsberg, Warne, Gomez, La Fleure & Dallman

ایمنی شده، آثار زیان باری بر روی سلامتی انسان باقی گذاشته و در برخی موارد سیستم ایمنی بدن را تقویت نماید (هیسن، گلد، هویتینگا و رئول، ۱، ۲۰۰۷).

تنیدگی والدینی مشخص کننده وجود تنیدگی در نظام والد-فرزند می باشد که ناشی از عملکرد و کارکرد تعاملی آنها است (لیونتی، ۲، پاستور ۳ و بارون ۴، ۲۰۱۵). مشکلات و تعارضات والدگری ناکارآمد که در ارتباط با تنیدگی والدینی در بستر خانواده به وجود می آید، احتمال بروز مشکلات روان شناختی کودک را در آینده افزایش خواهد داد (وینسپر، ولکه و لریا، ۵، ۲۰۱۵).

بر اساس پژوهش های انجام شده توسط منوچهری، گلزاری و کرد میرزای نیکوزاده (۱۳۹۴) و گراوند (۱۳۹۷) امید درمانی در کاهش تنیدگی والدینی مادران مؤثر هستند. پاغنده، حسن زاده و قاسم زاده (۱۳۹۸) در یک پژوهش نتیجه گرفتند که برنامه تعامل والد-کودک بر تنیدگی والدینی مؤثر بوده، باعث کاهش آن گردیده است.

تنیدگی والدینی از عوامل پیش بینی کننده معنی دار در روابط والد-کودک می باشد. (سلطالی، ۶، ۲۰۲۰). تنیدگی والدینی تأثیر منفی در رفتارهای والدینی پدران و مادران دارد (هو، هان و گائو، ۷، ۲۰۱۹). به طور کلی امید و تنیدگی والدینی از پارامترهای تعیین کننده کیفیت زندگی هستند (نوردیهیم، روستون، سولوگا، سامستون، کوان کاروا و همکاران، ۸، ۲۰۱۷). مطابق تحقیق چنگ، چنگ، مارتوس، زتلر، استکا، ۹ (۲۰۱۸)، راهیابی امید محور می تواند میزان اضطراب و تنیدگی فرد را کاهش دهد. امید به عنوان یک میانجی بر روی تنیدگی والدینی مادران تأثیر داشته (لی، هوانگ و پارک، ۱۰، ۲۰۱۶).

با توجه به اهمیت والدگری، برنامه های آموزشی زیادی در این زمینه برای والدین طراحی و اجرا شده است. بر حسب دیدگاه نظری هر یک از این برنامه ها، آموزش تکنیک ها، مهارت ها و روش هایی مدنظر قرار گرفته که هر یک از نظر فلسفه، روش و اثربخشی با یکدیگر متفاوت می باشند. هر یک از این برنامه ها، تمرکز خود را به بخشی از جنبه های والدگری معطوف نموده اند و لیکن پژوهشی خاصی در خصوص والدگری با تمرکز بر مفهوم امید به عنوان روشی برای افزایش انگیزه و اراده، ارتقای سطح قدرت راهیابی، شناسایی بهتر اهداف زندگی و نیز تشخیص موانع تاکنون طراحی و تدوین نگردیده است.

1 Hessen, Gold, Huitinga & Reul

2 Lionetti

3 Pastore

4 Barone

5 Winsper, Wolke & Lereya

6 Saltali

7 Hu, Han & Gao

8 Nordheim, Rustoen, Solevag, Samstuen, Cvancarova & et al

9 Chang, Chang, Martos, Sallay, Zettler, Steca, & et al

10 Lee, Howang & Park

امید به عنوان یک منبع، قادر است عملکرد والدگری در والدین را بهبود بخشد (فیچمن و دیویدسون - آراد^۱، ۲۰۱۵). آموزش‌های والدگری امید محور، بر این مبنا استوار است که جدا از منبع امید شخصی و درونی، منابع بیرونی نیز برای افزایش امید نیز وجود دارند. منابع بیرونی به افکار امیدوارانه مرتبط با دنبال نمودن هدف از طریق تعامل متقابل خانواده و دوستان اشاره می‌نماید. در همین راستا مضامین والدگری امید محور از طریق تحلیل محتوای کیفی منابع علمی در زمینه امید و والدگری و نیز استفاده از مصاحبه گروه کانونی مادران کودکان پیش دبستانی شهر اصفهان استخراج و سپس بر مبنای مضامین شناسایی شده، بسته آموزشی والدگری امید محور طراحی گردید. روایی این بسته به تأیید متخصصان حوزه مربوطه رسید.

سال‌های پیش از دبستان یکی از مهم‌ترین دوره‌های رشد است، چون بسیاری از قابلیت‌های کودک در همین دوران پی‌ریزی می‌شود. رابطه با همسالان، خودمختاری و پیچیده‌تر شدن روزافزون مهارت‌های شناختی، بازی‌های اجتماعی و حرکتی کودک، زمینه‌ساز تعاملات جدید کودک و محیط می‌شود. افزایش ظرفیت کودک برای تعامل با محیط، نگرانی‌ها و مشکلات و تنش‌های والدین را زیاد می‌کند (فیروزبخت، ۱۳۹۶). با عنایت به این موضوع، در این پژوهش طراحی و تدوین بسته آموزشی والدگری امید محور برای مادران کودکان پیش دبستانی مدنظر واقع شده، تأثیر آن بر روی تنیدگی والدینی مادران کودکان پیش دبستانی مورد بررسی قرار گرفته است. میزان تنیدگی والدینی به عنوان یک فاکتور مهم و تأثیرگذار در فرایند والدگری، بر توانمندی والدین جهت استفاده از راهکارهای کارآمد والدگری و مدیریت نگرانی‌ها و مشکلات ناشی از آن داشته، نقش مؤثر و به سزایی در زمینه دستیابی به اهداف و مقابله با موانع موجود در راهیابی مادران ایفا می‌نماید.

ابزار و روش پژوهش

پژوهش حاضر از نظر روش تحقیق از نوع نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه گواه و مرحله پیگیری ۲ ماهه بوده، از نظر هدف، تحقیقی کاربردی می‌باشد. متغیر مستقل بسته آموزشی والدگری امید محور و متغیر وابسته تنیدگی والدینی مادران کودکان پیش دبستانی شهر اصفهان می‌باشد. جامعه آماری این پژوهش را مادران کودکان پیش دبستانی شهر اصفهان در سال ۱۳۹۸ تشکیل دادند. با عنایت به نوع روش تحقیق حجم نمونه در هر گروه ۱۵ نفر در نظر گرفته شد (نصر، عربی، ابوالقاسمی، پاک‌سرشت، کیامنش و همکاران، ۱۳۹۸). در این راستا، از مادران کودکان در مراکز پیش دبستانی که آماده همکاری با این پژوهش بودند، تعداد ۳۰ نفر از مادران از طریق نمونه‌گیری در دسترس انتخاب گردیده، جهت بررسی و کنترل متغیر سلامت روان مادران و نیز ارائه اطلاعات اولیه در زمینه بسته آموزشی، مصاحبه اولیه با آنان انجام شد. سپس به صورت جایگزینی تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند (برای هر یک از گروه‌های آزمایش و کنترل ۱۵ نفر در نظر گرفته شده است). ملاک‌های ورود به پژوهش عبارت بودند از داشتن فرزند

پیش دبستانی، داشتن حداقل مدرک دیپلم، شرکت در پژوهش با رضایت مکتوب و ملاک خروج نیز غیبت بیش از دو جلسه بود.

محتوای بسته آموزشی والدگری امید محور حاصل روش تحلیل مضمون کیفی است. اطلاعات لازم جهت استخراج مضامین فراگیر، سازمان دهنده و پایه، از دو منبع شامل مصاحبه گروه کانونی مادران کودکان پیش دبستانی و منابع علمی (کتاب، مقالات و پایان نامه‌ها) کسب گردید. فرایند استخراج قالب مضامین بر اساس روش باتلر- کیسبر (۲۰۱۰) انجام گردید. این فرایند شامل استخراج کلمات "بیانات مهم" از دل داده‌ها در منابع علمی و مصاحبه، رسیدن به معانی قاعده بخش در باره آنها، تجمیع این معانی در قالب مضمون‌های سازمان‌دهی شده است که دسته‌ای از اندیشه‌های تکرارشونده را در بر می‌گیرد (سالدانا، ۲۰۱۳، ترجمه گیویان، ۱۳۹۵). جهت استخراج مضامین در متون علمی و مصاحبه‌ها، پارامترهای کیفی شامل اندیشه‌های تکرارشونده، اصطلاحات مشارکت‌کنندگان، استعاره‌ها و تشبیه‌ها، نکته‌های نظری مطرح‌شده توسط داده‌ها مورد استفاده قرار گرفته است (رایان و برنارد، ۲۰۰۳).

بر این مبنا نسبت به تدوین بسته اقدام شده و بسته مذکور به تأیید هفت نفر از متخصصین حوزه^۱ مربوطه رسیده است. بسته آموزشی مذکور در جدول شماره ۱ ارائه شده است.

جدول ۱: بسته آموزشی والدگری امید محور مادران کودکان پیش دبستانی

جلسه	هدف	اهداف جلسات
یکم	آشنایی و بیان اهداف بسته آموزشی	آشنایی اعضا با یکدیگر، اهداف، برنامه‌ها و قوانین گروه، انجام پیش‌آزمون از طریق مقیاس کوتاه تنیدگی والدینی آبی‌دین
دوم	آشنایی با مبانی والدگری	آشنایی با مبانی والدگری و خصوصیات رشدی کودکان پیش دبستانی
سوم	آشنایی با مفهوم امید	ارائه تعاریف و مبانی امید، تأثیرات امید در گستره اهداف و حیطه‌های مختلف زندگی کودکان پیش دبستانی
چهارم	آشنایی با مهارت‌های انگیزشی امید افزایی در کودکان (۱)	تبیین مهارت‌های انگیزشی مورد نیاز جهت امیدافزایی در کودکان شامل تشویق کودکان، داستان‌گویی امیدبخش، تأکید بر موفقیت‌های قبلی کودک
پنجم	آشنایی با مهارت‌های انگیزشی امید افزایی در کودکان (۲)	آشنایی با مهارت ایجاد تجربه‌های مثبت و لذت‌بخش برای کودکان، عشق‌ورزی به کودکان، همسو کردن اهداف با هیجان‌ات کودک و رفتار جرئت مدار
ششم	شناخت مهارت‌های راهیابی (۱)	آشنایی با مبانی افزایش نیروی راهیابی جهت رسیدن به اهداف در کودکان، آشنایی با مهارت‌های راهیابی در کودکان همچون پیوند بین رویدادها، شناسایی موانع، ارزیابی موانع، مهارت‌ها و باورهای مؤثر در راهیابی کودکان
هفتم	شناخت مهارت‌های راهیابی (۲)	آموزش مبانی دل‌بستگی ایمن، افزایش حس کنج‌کاوی، ایمن‌سازی ذهنی کودکان، فرایند محوری والدین و الگوی تربیتی هماهنگ

1 Butler-Kisber

2 Saldana

3 Ryan & Bernard

هشتم	هدفمند در حیطه اهداف کودکانه پیش دبستانی (۱)	آشنایی با مهارت های تفکر ارائه مبانی، روش ها و مهارت های افزایش امید در حیطه اهداف مختلف زندگی گروه مانند مشخص سازی اهداف، شنا سایی اهداف جدید، تصاویر ذهنی از اهداف
نهم	هدفمند در حیطه اهداف کودکانه پیش دبستانی (۲)	آشنایی با مهارت های تفکر آشنایی روش های خلق اهداف کودکانه، بیان مثبت اهداف، تطبیق اهداف با استعداد های کودک، اولویت بندی اهداف در حیطه های مختلف زندگی کودک
دهم	جمع بندی جلسات	جمع بندی جلسات، و پاسخ سؤالات احتمالی در چارچوب آموزش های ارائه شده و انجام پس آزمون از طریق مقیاس فرم کوتاه تنیدگی والدینی آبییدین

در این پژوهش از مقیاس کوتاه تنیدگی آبییدین به عنوان ابزار پژوهش استفاده گردید. این مقیاس به صورت مستقیم از فرم بلند آنکه توسط آبییدین (۱۹۸۳) تهیه شده است، استخراج گردیده است. فرم کوتاه این مقیاس دارای ۳۶ سؤال است که شامل سؤالاتی با عباراتی است که مستقیماً در فرم اصلی بلند وجود دارد. نمره گذاری این مقیاس بر روی طیف لیکرت از ۱ تا ۵ (کاملاً موافق تا کاملاً مخالف) انجام می شود. در پژوهش فدایی، دهقانی، طهماسیان و فرهادی (۱۳۸۹) که در ایران انجام شده است، میزان اعتبار نمره کل استرس والدینی و هر یک از زیرمقیاس های آشفتگی والدین، تعامل ناکارآمد والد-کودک و ویژگی های کودک مشکل آفرین برای کل گروه هنجاری به ترتیب ۰/۹۰، ۰/۸۰، ۰/۸۴ و ۰/۸۰، برای مادران کودکان پسر به ترتیب ۰/۸۹، ۰/۸۰، ۰/۸۳ و ۰/۷۸ و برای مادران کودکان دختر به ترتیب ۰/۹۱، ۰/۸۰، ۰/۸۴ و ۰/۸۰ به دست آمد. ضریب اعتبار بازآزمایی در طول ۱۸ روز بعد از اجرای اول، برابر با ۰/۷۵ برای نمره کل تنیدگی والدین، ۰/۸۲ برای زیر مقیاس آشفتگی والدین، ۰/۷۳ برای زیر مقیاس تعامل ناکارآمد والد-کودک و ۰/۷۱ برای زیرمقیاس ویژگی های کودک مشکل آفرین بود که این مقادیر همبستگی، نشان دهنده ثبات نمرات شاخص PSI-SF در طول زمان است.

روند اجرای پژوهش به این صورت بود که پس از گمارش تصادفی شرکت کنندگان در یک گروه آزمایش و یک گروه گواه، با استفاده از پرسشنامه کوتاه تنیدگی والدینی پیش آزمون اجرا گردید. سپس گروه آزمایش، مداخله بسته آموزشی والدگری امید محور را به صورت جلسات ۹۰ دقیقه ای (۱۰ جلسه) دریافت نمودند. این در حالی است که افراد حاضر در گروه گواه هیچ گونه مداخله ای را دریافت نمودند. بعد از اتمام آموزش از هر دو گروه توسط پرسشنامه مذکور پس آزمون به عمل آمد. دو ماه پس از گذشت آخرین جلسه آموزشی مجدداً جهت بررسی اثر دوام آموزش، پرسشنامه های مذکور توسط اعضای گروه آزمایش و گواه تکمیل گردیدند. اصول اخلاقی، رازداری، استفاده از داده ها فقط در راستای اهداف پژوهش و اختیار کامل شرکت کنندگان برای انصراف از ادامه مشارکت در پژوهش رعایت گردید.

یافته ها

در این بخش از پژوهش ابتدا ویژگی سنی گروه های شرکت کننده در جداول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲: فراوانی و درصد فراوانی گروه مورد مطالعه بر حسب سن

سن	شاخص‌های آماری		آزمایش (آموزش والدگری امیدمحور)		کنترل
	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی	درصد فراوانی	
۳۵ سال و کمتر	۹	۶۰	۱۱	۷۳/۳	
بیشتر از ۳۵ سال	۶	۴۰	۴	۲۶/۷	
مجموع	۱۵	۱۰۰	۱۵	۱۰۰	

همان‌طور که در جدول شماره ۳ مشاهده می‌گردد، آماره‌های توصیفی میانگین و انحراف معیار متغیر تنیدگی والدینی برای گروه‌های شرکت‌کننده در پژوهش در سه مرحله آزمون ارائه شده است.

جدول ۳: مقایسه میانگین و انحراف معیار نمرات تنیدگی والدینی مادران کودکان پیش دبستانی در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری

مقیاس	شاخص‌های آماری		آزمایش (آموزش والدگری امیدمحور)		کنترل
	نوع آزمون	میانگین	انحراف معیار	میانگین	
تنیدگی والدینی	پیش‌آزمون	۹۰/۴۶	۱۸/۸۴	۸۸/۷۳	۱۴/۶۱
	پس‌آزمون	۶۸/۹۳	۱۱/۷۱	۸۷/۳۳	۱۱/۰۴
	پیگیری	۶۹/۲۶	۱۱/۲۹	۸۸/۵۳	۱۱/۶۹

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد میانگین نمرات تنیدگی والدینی مادران کودکان پیش دبستانی گروه آزمایش طی مراحل پس‌آزمون و پیگیری نسبت به پیش‌آزمون روند کاهشی داشته است. نمرات تنیدگی در گروه کنترل در مراحل پس‌آزمون و پیگیری نسبت به مرحله پیش‌آزمون تفاوت چندانی نداشته است. به منظور استفاده از آزمون‌های پارامتریک برای بررسی نرمال بودن نمرات تنیدگی والدینی از کولموگروف-اسمیرنف استفاده شد که نتایج حاکی از آن است که نمرات تنیدگی نرمال هستند. بررسی واریانس گروه‌ها نیز با استفاده از آزمون لوین مطابق جدول ۴ صورت گرفت و مشخص شد که در مؤلفه تنیدگی والدینی فرضیه یکسان بودن واریانس گروه‌ها پذیرفته شده است.

جدول ۴: آزمون لوین در مورد همسانی واریانس نمرات تنیدگی والدینی مادران کودکان پیش دبستانی

مؤلفه	نسبت F	درجه آزادی اول	درجه آزادی دوم	سطح معنی داری
استرس والدینی	۱/۳۹۰	۱	۲۸	۰/۲۴۸

نتایج آزمون ماچلی نیز برای بررسی تناسب کوواریانس‌های تنیدگی والدینی نشان‌دهنده آن است که کواریانس‌ها یا روابط بین نمرات تنیدگی تبدیل شده با ماتریس واحد متناسب است. این پیش فرض مورد آزمایش (آموزش والدگری امیدمحور) قرار گرفت و تأیید شد ($p > ۰/۰۵$). با توجه به نتایج مندرج در جدول ۳، آزمون ماچلی و همچنین تساوی گروه‌ها، استفاده از آزمون‌های پارامتریک در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری امکان‌پذیر است.

جدول ۵: نتایج اثرات درون فردی بر اساس آزمون اندازه‌گیری تکراری نمرات تنیدگی والدینی مادران کودکان پیش دبستانی در گروه مورد مطالعه

مجموع مجزورات	درجه آزادی	مجذور میانگین	F	سطح معنی داری	زمان
۲۴۶۵/۶۲۲	۲	۱۲۳۲/۸۱۱	۱۰/۸۶۱	۰/۰۰۱	زمان
۲۱۱۷/۷۵۶	۲	۱۰۵۸/۸۷۸	۹/۳۲۸	۰/۰۰۱	زمان*روش
۶۳۵۶/۶۲۲	۵۶	۱۱۳/۵۱۱			خطا

نتایج جدول ۵ نشان می‌دهد که اثرات زمان و اثرات تعاملی زمان و روش معنادار است. تنیدگی در گروه‌های آزمایش نسبت به گروه کنترل کاهش بیشتری داشته است.

جدول ۶: نتایج اثرات بین فردی بر اساس آزمون اندازه‌گیری تکراری نمرات تنیدگی والدینی مادران کودکان پیش دبستانی در گروه مورد مطالعه

مجموع مجزورات	درجه آزادی	مجذور میانگین	F	سطح معنی داری	مقدار اتا	توان آماری
۳۳۲۸/۰۱۱	۱	۳۳۲۸/۰۱۱	۱۰/۱۱۱	۰/۰۰۴	۰/۲۶۵	۰/۸۶۶
۸۹۳۸/۹۷۸	۲۸	۳۱۹/۲۴۹				خطا

همان‌طور که نتایج جدول ۶ نشان می‌دهد بین گروه‌ها در نمرات تنیدگی والدینی در روش‌های مورد مطالعه در سطح $P < ۰/۰۵$ تفاوت معنی‌دار وجود دارد. تفاوت بین نمرات تنیدگی مادران کودکان پیش دبستانی در گروه مورد مطالعه آموزش والدگری امید محور تفاوت معنی‌دار است. که این موضوع اثربخشی معنادار بسته آموزشی والدگری امید محور را بر کاهش تنیدگی والدینی مادران گروه آزمایش نشان می‌دهد.

بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف تعیین اثربخشی بسته آموزشی والدگری امید محور بر تنیدگی والدینی مادران کودکان پیش دبستانی شهر اصفهان انجام گرفته و نتایج مداخلات نشان داده که بسته آموزشی والدگری امید محور بر کاهش تنیدگی مادران مؤثر بوده است. در خصوص اثربخشی بسته آموزشی والدگری امید محور بر روی تنیدگی والدینی مادران و تبیین این یافته، بر روی سه محور می‌توان تمرکز نمود.

در محور اول تبیین این یافته، بر اساس تحقیقات انجام شده، اثرات مثبت برخی از آموزش‌های والدگری مانند والدگری مشارکتی (کوکس، بروسی، اسپنسر و ماسری، ۲۰۲۱)، فرزندپروری ذهن آگاهانه (قنواتی، حمید، محرابی هنرمند، ۱۳۹۹)، آموزش والدگری مبتنی بر شفقت (زمانی فروشانی، شریفی، غضنفری، عابدی و نقوی، ۱۳۹۸) و برنامه تعامل والد کودک پاغنده، حسن زاده و قاسم زاده (۱۳۹۸) بر روی تنیدگی والدینی مادران بررسی و مشخص گردیده است. نتایج تحقیقات مذکور با یافته این پژوهش همخوانی دارد.

نتایج این تحقیق با یافته پژوهش عبدالهی، پناهی پور، حسینیان و آلن^۱ (۲۰۱۹) در زمینه رابطه منفی امید و میزان تنیدگی ادراک شده همخوانی دارد. با توجه به پژوهش ستوده ناورودی، نیک‌نام، احمدی، پورآقا رودباری و عظیمی (۲۰۱۸)، نوردییم و همکاران (۲۰۱۷) و لی و همکاران (۲۰۱۶) میزان امید بر روی تنیدگی والدینی مادران تأثیر داشته و به‌عنوان منبع قابل توجه جهت سازگاری مادران با مشکلات مطرح می‌باشد. این نتیجه با یافته پژوهش حاضر همسویی دارد. با توجه به تحقیق باررا، زنو، بوش، باربر و استنلی^۲ (۲۰۱۲)، امید تأثیر مهمی در سازگاری فرد با شرایط استرس‌زا دارد، چراکه مهم‌ترین تأثیر ویژه آموزش امید را می‌توان در تغییر نگرش و تفسیر فرد نسبت به زندگی دانست. این موضوع نیز با یافته پژوهش در یک راستا می‌باشد. بر اساس پژوهش هاشمی و سرداری (۱۳۹۹)، آموزش امید موجب افزایش ظرفیت چالش‌پذیری فرد و کنترل عواطف می‌گردد. این امر می‌تواند بر روی بهبود عملکرد و کارکرد تعاملی والد-کودک و کاهش تنیدگی والدین تأثیر گذارد. این موضوع با نتیجه پژوهش حاضر همخوانی دارد. یافته این تحقیق با پژوهش محبوبی (۱۳۹۸) در زمینه تأثیر آموزش امید بر تنیدگی مطابقت دارد. از سویی دیگر نتایج تحقیق گراوند (۱۳۹۷) مؤید کاهش نگرانی و فشار روانی مادران توسط آموزش امید می‌باشد. این پژوهش همچنین با یافته منوچهری، گلزاری و کرد میرزا نیکوزاده (۱۳۹۴) همسویی دارد. آنان دریافتند که امید درمانی در به‌کارگیری روش‌های مقابله مثبت با استرس زنان مؤثر می‌باشد.

در محور دوم تبیین می‌توان به مبنای نظری امید توجه کرد. تبیین احتمالی دیگر یافته پژوهش، ممکن است که در رابطه بین مفاهیم امید و انعطاف‌پذیری نهفته باشد. انعطاف‌پذیری روان‌شناختی به معنای ایجاد توانایی در انتخاب عملی است که در بین گزینه‌های مختلف، مناسب‌تر باشند. مطابق تحقیق عباسی، پیرانی، زنگویی و زارعی (۱۳۹۷)، آموزش امید باعث افزایش انعطاف‌پذیری روان‌شناختی فرد می‌گردد. افراد دارای امید زیاد، موقعیت‌های تنش‌زا را به‌مثابه یک چالش در نظر می‌گیرند نه یک تهدید و به موقعیت‌ها به دید مثبت نگاه می‌کنند (روبین^۳، ۲۰۰۱). این امر احتمالاً خود موجب کاهش تنیدگی مادران در مواجهه با

1 Allen

2 Barrera, Zeno, Bush, Barber & Stanley

3 Rubin

موقعیت‌های تنش‌زا می‌گردد. در این راستا احتمالاً محتوای آموزشی بسته والدگری امید محور به مادران کمک می‌کند تا در شرایط تنبذگی و اضطراب، انعطاف‌پذیرتر و بهتر عمل نمایند. این تبیین احتمالی با نظر اسنایدر، رند و سیگمون^۱ (۲۰۱۷) در خصوص افزایش انگیزه‌های رفتاری فرد در مقابل موانع، به دلیل نقش هیجانات در امید همخوانی دارد.

یکی از مواردی که توسط مادران شرکت‌کننده در پژوهش به آن اشاره گردید، مسأله پیش‌بینی عواطف امیدبخش در موقعیت‌های آتی مادران، بر اساس احساس امید جاری در جلسات بسته آموزشی والدگری امید محور بود. این موضوع می‌تواند تبیین‌کننده‌ای محتمل جهت واکنش کارآمدتر مادران در برخورد با موقعیت‌های تنش‌زا در والدگری و مواجهه با فرزندان باشد. این نکته با نظر لیهی^۲ (۲۰۱۹) در زمینه اکتشاف هیجانی همخوانی دارد. چراکه در این حالت فرد نه تنها رویدادهای بیرونی بلکه تجربیات هیجانی خود را نیز تفسیر نموده و بر اساس یک استدلال هیجانی از یک هیجان جاری برای پیش‌بینی هیجانات آتی و یافتن هیجانات امیدبخش مشابه استفاده می‌کند. این وضعیت موجب می‌گردد که خطرپذیری شخص در خصوص رفتارهایی که باعث ایجاد هیجان‌هایی مانند امید می‌شود، توجیه‌پذیر گردد.

با عنایت به اینکه افراد امیدوار به احتمال زیاد مجموعه اطلاعاتی گسترده و شفاف برای تأیید انتظارات در دستیابی به هدف موفق دارند. برای افراد با امید بالا، در تهدید به دستیابی هدف، این شبکه‌ها فعال خواهند شد و شخص را در برابر واکنش‌های اضطرابی ناسازگار محافظت می‌کند. (دلنواز، ۱۳۹۶) این امر احتمالاً موجب می‌گردد که میزان تنبذگی مادران با آموزش بسته والدگری امید محور کاهش یابد.

در محور سوم تبیین احتمالی این یافته، می‌توان محتوای بسته آموزشی را مدنظر قرار داد. برخی از مباحث آموزشی ارائه شده در بسته آموزشی والدگری امید محور، احتمالاً می‌تواند تبیین‌کننده نتیجه پژوهش در این زمینه باشد. با عنایت به محتوای آموزشی بسته والدگری امید محور در خصوص آموزش مهارت‌های انگیزشی همچون داستان‌گویی امیدبخش، ایجاد تجربه‌های مثبت و عشق‌ورزی به کودکان، کاهش تنبذگی والدینی مادران دور از انتظار نیست. همان‌گونه که مادران در طی دوره آموزشی این امر را از طریق افزایش میزان مشارکت در کلاس و ارائه تجربه‌های مثبت و کارآمد خود در زمینه والدگری نشان دادند.

از طریق داستان‌های امیدبخش نیز، مادران دریافته‌اند که تعداد راه‌هایی که برای رسیدن به اهداف تربیت کودک می‌تواند وسعت یابد. این گسترش راه‌ها به‌عنوان عاملی جهت تغییر دیدگاه آنان در مورد قضاوت توانایی‌های خود در زمینه رویارویی با شرایط تنش‌زای والدگری محسوب می‌شود. همچنین آموزش برخی از موارد در قسمت مهارت‌های راه‌یابی مانند فرایند محوری والدین، الگوی تربیتی هماهنگ و ارزیابی صحیح موانع نیز می‌تواند به‌عنوان تبیین‌کننده احتمالی دیگر این یافته پژوهش مدنظر قرار گیرد.

در خصوص محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به دو نکته اشاره نمود. نخست اینکه جامعه مورد مطالعه تنها در شهر اصفهان بوده و برای تعمیم نتایج آن به مادران کودکان پیش دبستانی سایر مناطق بایستی

1 Snyder, Rand & Sigmon

2 Leahy

جانب احتیاط را رعایت نموده و ویژگی‌های فرهنگی هر منطقه را در نظر گرفت. محدودیت دوم مربوط به مدت کم و فشرده بودن دوره آموزشی می‌باشد که می‌تواند به‌عنوان یک محدودیت لحاظ گردد. از منظر کاربردی، نتایج این پژوهش می‌تواند به صورت دوره‌های آموزشی مدون در اختیار مادران، مربیان پیش دبستانی و متخصصین حوزه مشاوره کودک قرار گرفته تا با ارتقای مهارت‌های والدگری امید محور، در راستای تربیت نسل آینده مورد استفاده و بهره‌برداری قرار گیرد. ضمناً پیشنهاد می‌شود پژوهشگران آتی، نسبت به بررسی اثربخشی بسته مذکور بر دیگر متغیرهای روان‌شناختی اقدام نمایند.

تشکر و قدردانی

بدین‌وسیله بر خود لازم می‌دانیم از تمامی مادران کودکان پیش دبستانی شرکت‌کننده در این پژوهش، کمال سپاسگزاری و تشکر را ابراز نماییم.

References

- Abbasi, M., Pirani, Z., Zanguei, A.R., & Zarei, M.H. (2018). Effect of Hope Promotion Cognitive Training on Characteristic Abilities, Psychological Flexibility, and Cognitive Functions Reconstruction of Veterans' Wives. *Iranian Journal of War and Public Health*, 10(2): 107-113
- Abdollahi, A., Panahipour, H., Hosseinian, S., & Allen, K. A. (2019). The effects of perceived stress on hope in women with breast cancer and the role of psychological hardiness. *Journal of the Psychological, Social and Behavioral Dimension of Cancer*. 28(7):14771482.
- Abidin, R. R. (1983). Parenting stress index: Manual. Pediatric Psychology Press: Manual, Administration Booklet, Research Update. Charlottesville, VA: Pediatric Psychology Press. (Pediatric Psychology Press, 2915 Idlewood Drive, Charlottesville, VA 2290.
- Alarcon, G. M., Bowling, N.A., & Khazon, S. (2013). Great expectation: A metaanalytic examination of optimism and hope. *Personality and Individual Differences*, 54(7), 821827.
- Babore, A., Trumello, C., Candelori, C., Paciello, M., & Cerniglia, L. (2016). Depressive symptoms, self-esteem and perceived parent-child relationship in early adolescence. *Frontiers in Psychol*, 7: (982).
- Bahari, F. (2013). Fundaments of Hope and Hope Therapy. Tehran: Danjeh Publishing. (In Persian).
- Bahari, F. (2018). The Psychology of Hope. Tehran: Danjeh Publishing. (In Persian).
- Barati Sedeh, F., Sadeghi, A. (2018). Positive Psychology in the Clinical Domain. Tehran: Roshd Publishing. (In Persian).

Barimani, S., Mahmudi, G., Masoudzade, A. (2013). Gary Parent Stress Associated with Parenting Practices of Parents of Deaf and Normal Children. *Journal of Health Breeze*, 2(3):9-14. (In Persian).

Barrera, T. L., Zeno, D., Bush, A. L., Barber, C.R., & Stanley, M. A. (2015). Integrating religion and spirituality into treatment for late-life anxiety: three case studies. *Cognitive and Behavioral Practice*, 19(2): 346-58.

Bernardo, A.B. (2014). Hope in early adolescence: Measuring internal and external Locus of Hope. *Child Indicators Research*, 8: 699-715.

Chang, E.C., Chang, O.D., Martos, T., Sallay, V., Zettler, I., Steca, P., DAddario, M. D., Boniwell, I., Pop, A., Tarragona, M., Slem, G.R., Shin, J., Fuente, A., & Cardeñoso, O. (2018). The positive role of hope on the relationship between loneliness and unhappy conditions in Hungarian young adults: How pathways thinking matters. *The Journal of Positive Psychology*, 14(6): 724-733.

Cox, R. B., Brosi, M., Spencer, T., & Masri, K. (2021). Hope, Stress, and Post-Divorce Child Adjustment: Development and Evaluation of the Co-Parenting for Resilience Program. *Journal of Divorce & Remarriage*, 62(2).

Delnavaz, F. (2018). *Induction of Hope in Psychotherapy*. Tabriz: Aidin & Yanar Publishing. (In Persian).

Edwards, L., Rand, K. L., Lopez, S. J., & Snyder, C.R. (2007). Understanding Hope: A Review of Measurement and Construct Validity. *Research.e-Publications@Marquette*.

Fadaei, Z., Dehghani, M., Tahmasian, K., & Farhadei, M. (2010). Investigating Reliability, Validity and Factor Structure of Parenting Stress- Short Form in Mother`s of 7-12 Year-Old Children. *Journal of Research in Behavioural Science*, 8(2): 81-91. (In Persian)

Fichman, R.A., & Davidson- Arad, B. (2015). Hope and perceptions of parental role among parents assessed as maltreating their children. *Health and Social Care*, 25(1): 92-104.

Frosch, C.A., Schoppe-Sullivan, S. G., & O'Banion, D. D. (2021). Parenting and Child Development: A Relational Health Perspective. *American Journal of Life style Medicine*, 15(1): 45-59.

Firoozbakht, M. (2017). *Assessment and Treatment of Childhood Problems: A Clinical Guide*. Tehran: Danjeh Publishing. (In Persian).

Geravand, P., Manshaee, G., Nadi, M. (2018). Effectiveness of Hope Therapy Based on Cognitive-Spiritual Approach on the Worry and Subjective Burden of Mothers with Children with Cancer Disease. *Journal Child Ment Health*, 5 (2): 174-184.

Ghanavaty, M., Hamid, N., & Mehrabizadeh Honarmand, M. (2021). The Effect of Mindful Parenting Training on Parental Stress in Mothers of Children with Autism Spectrum Disorders. *Journal of Pediatric Nursing*, 7(2):75-86.

Goldstein, D. S., & Mc Eween, B. (2002). Allostasis homeostats and the nature of stress. *The International Journal on the Biology of Stress*, 5(1):55-58.

Griggs, S., Baker, H., & Chiodo, L. M. (2019). Nursing student perceptions of hope in children: A qualitative descriptive study. *NURSING FORUM*, 3(54): 441-447.

Hashemi Gharetapeh, M., & Sardary, B. (2021). The Effect of Hope Training on the Hardiness Level of Female Candidates of the University Entrance Exam. *Studies in Learning & Instruction*, 12(2): 47-60,

Hu, X., Han, Z. R., Gao, M. M. (2019). The Mediating Role of Parenting Stress in the Relations Between Parental Emotion Regulation and Parenting Behaviors in Chinese Families of Children with Autism Spectrum Disorders: A Dyadic Analysis. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 49:3983-3998.

Jamshidian, P. (2020). Positive psychology. Tehran: Arjmand Publication. (In Persian).

Hessen, C., Gold, S.M., Huitinga, I., & Reul, J.M. (2007). Stress and hypothalamic - pituitary adrenal axis function in experimental autoimmune encephalomyelitis and multiple sclerosis - a review. *Psychoneuro endocrinology*, 32: 604-618.

Leahy R.L. (2019). Introduction: Emotional Schemas and Emotional Schema Therapy. *International Journal of Cognitive Therapy*, 12:1-4.

Lee, C. S., Hyang, Y.K., & Park, S.U. (2016). The Structural Relationship between Mother's Parenting Stress and Child's Well-being: The Mediating Effects of Mother's Growth Mindset and Hope. *Indian Journal of Science and Technology* ·9(36):1-16.

Li onetti, F., Pastore, M., & Barone, L. (2015). Parenting stress: the roles of attachment states of mind and parenting alliance in the context of adoption. *Parenting. Science and Practice*, 15(2):75 -91.

Manouchehri, M., Golzari, M., Kordmirza Nikouzadeh, E. (2016). The Effectiveness of Hope Therapy on Employing Positive Coping with Stress Strategies in Wives of Addicted Men. *Clinical Psychology Studies*, 6(21):78-90.

Marquez, V., & Iglesias, J. (2019). Internal and External Locus of Hope Dimensions as

Predictors of Subjective Well-Being among Filipino college Students. *Philippine Journal of Counseling Psychology*, 21(1): 39-50.

Mishra, A., & Datta, A. (2019). Exploring the relationship between Hope and Personality Trait. *Journal of Humanities and Social Science*, 10(3): 861-865.

Nasiri Ziba, F., Mehrabani, F., & Haqqani, H. (2018). The relationship between quality of life and hope in people with ischemic heart disease admitted to Shahid Rajaie Cardiovascular Medical and Research Center in Tehran. *Iranian Journal of Cardiovascular Nursing*, 8(1):130-137. (In Persian).

Nasr, A.R., Oreizi, H. R., Abolghasemi, M., Pakseresht, M. J., Kiamanesh, A., Bagheri, K., Khayer, M., Shehni Yeylagh, M., & Khosravy, Z. (2019). *Educational Research: An Introduction*. Tehran: Samt Publication. (In Persian).

Nordheim, T., Rustoen, T., Solevag, A.L., Samstuen, M.C., Cvancarova, M., Nakstad, B. (2017). Hope in parents of very – low birth weight infant and its association with parenting stress and quality of life. *Journal of Pediatric Nursing*, 38: 53-58.

Paghandeh, M., Hassanzadeh, S., & Ghasemzadeh, S. (2019). Effectiveness of Parent-Child Interaction Program on Parenting Stress and Parent-Hearing Impaired Child Relationship. *Journal of Research in Psychological Health*, 13(1): 99-124. (In Persian).

Pecoraro, N., Ginsberg, A. B., Warne, J. P, Gomez, F., La Fleure, S. E., & Dallman, M. F. (2006). Divers basal and stress related phenotypes of Sprague Dawley rats from three vendors. *Physiology & Behavior*, 89(4): 598-610.

Saldena, J. (2013). *The Coding Manual for Qualitative Researchers*. London: Sage Publications Ltd

Saltin, D. (2020). The mediating role of parenting efficacy in the association between preschool father-child relationship and parental stress. *Participatory Educational Research*, 7(2): 230-240.

Shahrivar, Z., & Arabgol F. (2014). *Instruction Package of Parental Skills*. Iran, Tehran: Ministry of Health, Treatment and Medical training. (behdasht.sarabums.ac.ir). (In Persian).

Snyder, C. R., Rand, K. L., & Sigmon, D. R. (2017). Hope Theory: A Member of the Positive Psychology Family. *The Oxford Handbook of Hope*.

Sotoudeh Navrood, S.O., Nicknam, M., Ahmadi, A., Pooragha Roodbarde, F., & Azami, S. (2018). Examining the Effectiveness of Group Positive Parenting Training on Increasing Hope and Life Satisfaction in Mothers of Children with Autism. *Iranian Journal Psychiatry*. 13(2):128 –134.

Ryan, G. W., & Bernard, H. R. (2003). Techniques to Identity Themes. *Field Method*, 15(1): 85-109.

ubin, H.H. (2001). Hope and Ways of Coping after Breast Cancer. Unpublished MA Thesis, Rand Afrikaans University, Johannesburg

Ruini, C. (2017). Positive Psychology in The Clinical Domains. Tehran: Roshd Publication. (In Persian).

Ruini, C., Fava, G. A. (2013). The polarities of psychological well-being and their response to treatment. *Terapia Psicológica*, 31(1): 49-57.

Winsper, C., Wolke, D., & Lereya, T. (2015). Prospective associations between prenatal adversities and borderline personality disorder at 11-12 years. *Psychol Med*, 45(5): 1025-37.

zamani foroushani, S., sharifi, T., ghazanfari, A., abedi, M., & naghavi, A. (2019). Develop of compassion-based education package on mother-child interaction and its effectiveness on mother-child relationship and parental stress improvement. *Journal of Nursing Education*, 8(1): 1-12. (In Persian).

Effectiveness of Instructional Hope centered Parenting Package on Parental Stress of Mothers of Preschool Children in Isfahan

Mehdi Mazaheri Tehrani 1
Mohammad Masoud Dayariyan 2
Fatemeh Javadzadeh Shahshahani 3

Abstract

The aim of this study was to determine the effectiveness of instructional hope centered parenting package on Parenting Stress of mothers of Preschool children in Isfahan. The research method was quasi-experimental, pre-test-post-test and follow-up with experimental and control groups. The statistical population of the study included mothers of preschool children in Isfahan in 2020, of which 30 mothers were screened through accessible sampling. Finally, 30 mothers randomly assigned to the experimental group (15 mothers) and the control group (15 mothers). The applied instruments included instructional hope centered parenting package (researcher-made) and short form Parenting Stress (Abidin,1983). Participants in both groups completed short form of the Stress in three stages. The experimental group received a 90-minute training package (researcher-made) for 10 sessions. Data were analyzed by repeated measures analysis of variance in SPSS software. The results indicated the effect of the Instructional Hope centered Parenting Package on the score of negative Parenting Stress ($P < 0.05$) in the post-test stage and the stability of this effect in the follow-up stage. The results of the study suggest evidences training though this package can reduce the parenting stress in mothers. This research can be useful for psychotherapists and counselors in the field of family and children counseling and choosing the type of intervention to educate parents.

Keywords: Hope, Parenting, Hope Center, Parental Stress, Mothers, Preschool

1 PhD Student in Counseling, Department of Counseling, KhomeiniShahr Branch, Islamic Azad University. KhomeiniShahr / Isfahan, Iran

2 Assistant Professor, Department of Counseling, KhomeiniShahr Branch, Islamic Azad University. KhomeiniShahr / Isfahan, Iran (Corresponding Author) dayariyan@iaukhsh.ac.ir

3 Assistant Professor, Department of Counseling, KhomeiniShahr Branch, Islamic Azad University. KhomeiniShahr / Isfahan, Iran