

## تأثیر آموزش والدگری مثبت مبتنی بر روی آورد ساندرز بر شادزیستی و تعارض والد-فرزندی دانش آموزان

محمد رضا فرشاد\*<sup>۱</sup>، سمانه نجارپوریان<sup>۲</sup>، فرزاد شنبدی<sup>۳</sup>

۱. دانشجوی دکترای مشاوره، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه هرمزگان، بندرعباس، ایران

۲. استادیار گروه مشاوره، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه هرمزگان، بندرعباس، ایران

۳. کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

تاریخ دریافت: ۹۶/۰۴/۰۴

تاریخ پذیرش: ۹۶/۰۸/۰۴

### چکیده

**زمینه و هدف:** از آنجایی که سبک والدگری والدین بر بسیاری از جوانب زندگی فرزندان آنها تأثیر عمده‌ای دارد، این پژوهش با هدف بررسی تأثیر آموزش والدگری مثبت مبتنی بر روی آورد ساندرز بر افزایش شادزیستی و کاهش تعارض والد-فرزندی دانش‌آموزان صورت گرفت.

**روش:** روش پژوهش از نوع نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل تمامی دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه دوم شهر شیراز در سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵ بود که از بین آنها با استفاده از روش نمونه‌گیری چندمرحله‌ای تعداد ۳۰ نفر از مادرانی که فرزندانشان نمره پایینی در شادزیستی و نمره بالایی در تعارض والد-فرزندی داشتند، انتخاب و به تصادف در دو گروه آزمایش و کنترل جایدهی شدند. ابزار گردآوری داده‌ها شامل پرسشنامه شادزیستی آکسفورد آرگیل و لو (۱۹۹۰) و تعارض والد-فرزندی اشتروس (۱۹۹۶) بود. روش والدگری مثبت در ۸ جلسه ۲ ساعته به گروه آزمایش آموزش داده شد. تحلیل داده‌ها با استفاده از تحلیل کوواریانس انجام شد.

**یافته‌ها:** نتایج نشان داد که آموزش والدگری مثبت مبتنی بر روی آورد ساندرز بر افزایش شادزیستی و کاهش تعارض والد-فرزندی دانش‌آموزان تأثیر معنی‌داری دارد ( $P < 0/05$ ).

**نتیجه‌گیری:** در مجموع نتایج به دست آمده از این پژوهش، سودمندی آموزش والدگری مثبت را به دلیل نقشی که در سلامت و شادزیستی و کاهش تعارض والد-فرزندی بر عهده دارد مورد تأیید و تأکید قرار می‌دهد.

**کلیدواژه‌ها:** آموزش والدگری مثبت، تعارض والد-فرزندی، شادزیستی

\*نویسنده مسئول: محمد رضا فرشاد، دانشجوی دکترای مشاوره، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه هرمزگان، بندرعباس، ایران.

تلفن: ۰۷۶-۳۳۷۱۱۰۰۰

ایمیل: Mohamadfarshad70@gmail.com

## مقدمه

دانش آموزان هر کشوری از سرمایه های فکری و معنوی آن کشور به شمار می روند (۱). بررسی مسائل خاص دانش آموزان از جمله تحصیل موفق و تأمین سلامت جسمی، روانی، و اجتماعی آنها از مهم ترین اهداف برنامه ریزان آموزش دولت ها است (۲). خانواده یکی از شبکه های اجتماعی است که دانش آموزان با آن مشکلاتی دارند. نگاهی به پژوهش های اخیر نشان می دهد که توجه به مسئله خانواده در بررسی آسیب های روان شناختی فرزندان به طور فزاینده ای مورد توجه روان شناسان قرار گرفته است (۳). در دوره نوجوانی تغییر و تحولات مربوط به بلوغ اتفاق می افتد و چنانچه روابط خانوادگی اغلب با رنجش و خصومت همراه باشد، والدین تحولات روان شناختی و اجتماعی مانند تمایل به استقلال طلبی و تضادورزی ها در روابط بین فردی و تمایل به همسالان را سوء تعبیر کرده و فکر می کنند تمامی رفتارهای نوجوان عمدی است (۴). مطالعات نشان می دهد که تعارض والد-فرزند با بسیاری از مسائل روانی دانش آموزان از جمله افسردگی (۵)، بهزیستی (۶)، اختلال های روان پزشکی (۷)، و مشکلات انطباقی (۸) مرتبط اند.

از سوی دیگر، یکی از مؤلفه های قابل تأمل در حیطه سلامت روان و تأثیر گذار بر دانش آموزان، شادزیستی<sup>۱</sup> است. تعدادی از پژوهشگران روان شناسی جرئت کرده اند قلمرو تاریک بیماری های روانی را به شادزیستی و شفای روانی تبدیل کنند. این جنبش که روان شناسی مثبت نگر<sup>۲</sup> نام دارد، خواهان تغییر از پرداختن به آسیب ها به سوی بهینه کردن کیفیت زندگی است (۹). این جنبش در پی آن است که از نقاط قوت انسان ها به منزله سپری در برابر بیماری روانی بهره گیرد. در واقع، روان شناسی مثبت نگر به مطالعه علمی توانمندی ها و قابلیت ها و آنچه برای مردم مناسب است، می پردازد (۱۰). روان شناسان مثبت نگر معتقدند علم و عمل

1. Happiness
2. Positive psychology

کامل روان شناسی باید درک رنج کشیدن و شادمانی، تعامل آنها و مداخلات معتبری که هم رنج را کاهش دهد و هم شادزیستی را افزایش دهد، دربرگیرد (۱۱). پژوهش های اخیر نشان داده اند که شادزیستی مفهومی قابل بحث درباره دانش آموزان است و درمان ها و آموزش های روان شناختی بر مسائل روانی مرتبط با دانش آموزان تأثیر گذار است (۱۲-۱۶). اما امروزه برخلاف گذشته که تأکید بر درمان فردی به تنهایی بوده، تأکید روزافزونی بر درمان اختلال ها در بستر خانواده شده است. در این راستا تلاش هایی برای یکپارچه سازی درمان های فردی و خانوادگی و مشارکت خانواده در برنامه های درمانی صورت گرفته است (۱۷) و در میان گستره وسیعی از مداخلات درمانی، والدین به عنوان عامل کلیدی تغییر رفتارهای ضد اجتماعی در نظر گرفته می شوند؛ بنابراین حل و فصل مشکلات تنیدگی والدینی به خصوص مادر منجر به ارتقاء بهداشت روانی وی و عملکرد بهتر در ایفای نقش والدگری می شود (۱۸). برنامه والدگری مثبت یکی از پنج سطح مداخله درمانی خانواده برای والدین دانش آموزانی است که مبتلا یا در معرض خطر ابتلا به اختلال های رفتاری و عاطفی هستند. این روش برگرفته از یک برنامه پژوهشی بالینی است (۱۹) و از اهداف آن می توان به کاهش افسردگی، خشم، اضطراب، و تنیدگی بالا به ویژه تنیدگی در ایفای نقش والدگری اشاره کرد. در این روش به والدین آموزش داده می شود که چگونه تعاملات مثبت با فرزندانشان را افزایش داده و از تعارض ها بکاهند و از روش های نامناسب والدگری پرهیزند (۲۰).

با توجه به اهمیت انکارناپذیر توجه به والدگری و اهمیت نقش مادران در بحث والدگری، و با توجه به اینکه درباره شناسایی تأثیر گذاری آموزش والدگری مثبت به مادران و تأثیری که بر شادزیستی و تعارض های والد-فرزند دارد پژوهش های محدودی وجود دارد این پژوهش درصدد پاسخدهی به این سؤال است که آیا والدگری مثبت بر اساس روی آورد ساندرز بر شادزیستی و تعارض والد-فرزند در

دانش آموزان مقطع متوسطه دوم شهر شیراز تأثیر دارد؟.

## روش

**الف) طرح پژوهش و شرکت کنندگان:** در این پژوهش از روش نیمه آزمایشی با طرح دو گروهی پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل استفاده شد. جامعه آماری شامل تمامی دانش آموزان پسر مقطع متوسطه دوم شهر شیراز در سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵ بود. نمونه مورد مطالعه شامل ۳۰ نفر از مادرانی (۱۵ نفر گروه آزمایش و ۱۵ نفر گروه کنترل) بود که به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. به این صورت که در ابتدا از بین نواحی شش‌گانه آموزش و پرورش شهر شیراز، به صورت تصادفی دو ناحیه ۲ و ۴ انتخاب و سپس از بین مدارس مقطع متوسطه دوم این دو ناحیه، شش مدرسه به صورت تصادفی انتخاب شدند. در مرحله بعد، آزمون شادزیستی و تعارض والد-فرزند در بین دانش‌آموزان اجرا شد. سپس از بین این دانش‌آموزان، ۳۰ نفر که شادزیستی پایین (نمره کمتر از ۴۰) و تعارض والد-فرزند بالایی (نمره بالاتر از ۴۴) داشتند مشخص شدند و مادران آنها به عنوان گروه مورد مداخله در نظر گرفته شدند و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل جایدهی شدند. کفایت حجم نمونه بر اساس توان آماری مشخص شد.

**ب) ابزار:** برای جمع‌آوری داده‌ها از ابزارهای زیر استفاده شد:

۱. پرسشنامه شادزیستی آکسفورد<sup>۱</sup>: این پرسشنامه در سال ۱۹۹۰ توسط آرگیل و لو (۲۱) با معکوس کردن مواد مقیاس افسردگی بک ساخته شده است. آرگیل پس از رایزنی با بک بر آن شد تا جملات مقیاس افسردگی بک را معکوس کند. پس از انجام این کار ۱۱ گویه دیگر به مقیاس افسردگی ۲۱ سؤالی بک افزودند تا سایر جنبه‌های شادزیستی را دربرگیرد. پس از مطالعه این نسخه ۳۲ سؤالی سه سؤال آن را حذف کردند. بنابراین نسخه نهایی آن ۲۹ گویه دارد

که براساس طیف چهاردرجه‌ای لیکرت از ۰ تا ۳ نمره‌گذاری می‌شود و جمع نمره گویه‌های ۲۹ گانه، نمره کل مقیاس را تشکیل می‌دهد. بنابراین حداقل نمره هر آزمودنی صفر و حداکثر آن ۸۷ است. آرگیل و لو (۱۹۹۰) ضریب آلفای ۰/۹۰ را با ۳۴۷ آزمودنی به دست آوردند. آنها همچنین از دانشجویان خواستند تا دوستانشان را بر اساس یک مقیاس ده درجه‌ای از نظر شادزیستی درجه‌بندی کنند که همبستگی میان این درجه‌بندی و پرسشنامه شادزیستی آکسفورد ۰/۴۳ بود (به نقل از ۲۲). در ایران علی‌پور و نوربالا (۲۳) آلفای کرونباخ ۰/۹۳ و اعتبار بازآزمایی پرسشنامه را بعد از سه هفته ۰/۷۹ به دست آوردند.

۲. پرسشنامه تعارض والد-فرزند اشتراس<sup>۲</sup>: این پرسشنامه ۱۵ سوالی توسط اشتراس (۱۹۹۶) ساخته شده که برای سنجش سه راهبرد حل تعارض (استدلال، پرخاشگری کلامی، و پرخاشگری فیزیکی یا خشونت) بین فرزندان و والدین تدوین شده است. پرسش‌های مقیاس، گویای رفتارهایی است که فرد در شرایط تعارض با والدین به آنها دست می‌زند. اعتبار مؤلفه استدلال از ۰/۴۲ تا ۰/۷۶، مؤلفه پرخاشگری کلامی از ۰/۶۲ تا ۰/۸۸، و مؤلفه پرخاشگری فیزیکی از ۰/۴۲ تا ۰/۹۶ گزارش شده است. اطلاعات بسیاری درباره روایی سازه این پرسشنامه گزارش شده است (۲۴). مرادی (۲۵) اعتبار آزمون را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۲ برای کل آزمون و برای مؤلفه‌های استدلال ۰/۶۱، پرخاشگری کلامی ۰/۶۹، و پرخاشگری فیزیکی ۰/۷۶ گزارش کرده است. توافق اعضای مختلف خانواده در مورد راهبردهای تعارض، گواه بر روایی همزمان است. همچنین اطلاعات زیادی درباره روایی سازه در اختیار است، که از آن جمله می‌توان به همبستگی نمرات فنون تعارض با خشونت خانوادگی و همچنین سطوح محبت بین اعضای خانواده و حرمت خود نام برد (۲۴).

1. Oxford happiness inventory

2. Strauss's parent-child conflict questionnaire

مدارس و انتخاب نمونه آماری و مشخص شدن دو گروه آزمایش و کنترل پرسشنامه‌های شادزیستی و تعارض والد-فرزند به عنوان پیش‌آزمون برای هر دو گروه اجرا شد و سپس مادران گروه آزمایش تحت برنامه آموزش والدگری مبتنی بر روی آورد ساندرز قرار گرفتند و گروه کنترل مداخله‌ای دریافت نکرد.

در پژوهش حاضر اصول اخلاقی به طور کامل رعایت شد. به طوری که علاوه بر گرفتن مجوزهای لازم از کمیته علمی و اخلاقی آموزش و پرورش، تمامی شرکت‌کنندگان با رضایت آگاهانه پرسشنامه‌ها را تکمیل کردند. همچنین این اطمینان داده شد که اطلاعات حاصل از پرسشنامه‌ها، محرمانه خواهد ماند. بعد از اجرای برنامه آموزشی هر دو گروه مورد پس‌آزمون قرار گرفتند. لازم به ذکر است که داده‌های به دست آمده با استفاده از روش‌های آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار استاندارد) و استنباطی (آزمون تحلیل کوواریانس تک‌متغیره و چندمتغیره) بوسیله نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۳ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

### یافته‌ها

مشخصات توصیفی و نتایج آزمون کولموگروف-اسمیرنوف متغیرهای پژوهش به تفکیک دو گروه آزمایش و کنترل در دو مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون در جدول ۱ ارائه شده است.

**ج) برنامه مداخله‌ای:** برای آموزش والدگری مثبت در این پژوهش از بسته آموزشی که شامل ۸ جلسه ۲ ساعته بود (۲۶) و هفته‌ای یک بار و به صورت گروهی برگزار می‌شد استفاده شد. قبل از اجرا، برنامه مداخله در اختیار دو نفر از استادان گروه روان‌شناسی دانشگاه هرمزگان، جهت روایی‌سنجی قرار داده شد و مورد تأیید نظر ایشان قرار گرفت. خلاصه جلسات آموزشی عبارت بودند از: جلسه اول: معارفه و توضیح اجمالی والدین در مورد مشکلات فرزندانشان؛ جلسه دوم: بررسی تکالیف جلسه اول و ارائه بازخورد، تقویت رابطه والد-کودک، چگونگی ارائه دستورالعمل، آموزش مهارت‌ها و رفتارهای جدید؛ جلسه سوم: بررسی تکالیف و دادن بازخورد، توضیح در مورد انواع تقویت‌کننده‌ها و نحوه ارائه تحسین کلامی؛ جلسه چهارم: بررسی تکالیف و دادن بازخورد، کاهش رفتارهای نامطلوب خفیف و پیامدهای منطقی آنها؛ جلسه پنجم: بررسی تکالیف و دادن بازخورد، رهنمودهایی برای بقای خانواده، تشخیص موقعیت در دسرساز؛ جلسه ششم: بررسی تکالیف و دادن بازخورد، و موانع حفظ تغییر؛ جلسه هفتم: توضیح در مورد تشویق، رابطه بین رفتار مطلوب و نوع تشویق، تأثیرات تشویق بر رفتار، انواع تشویق، و اصول تشویق؛ و جلسه هشتم: توضیح در مورد تنبیه، هدف از تنبیه، روش‌های تنبیه، تأثیرات منفی تنبیه، و اصول تنبیه.

**د) روش اجرا:** برای انجام پژوهش ابتدا هماهنگی‌های لازم با آموزش و پرورش شیراز صورت گرفت و با مراجعه به

جدول ۱: اطلاعات توصیفی و نتیجه آزمون کولموگروف-اسمیرنوف متغیرهای پژوهش (تعداد=۳۰) (N=۳۰)

کنترل				آزمایش				گروه	متغیر
P	Z	SD	M	P	Z	SD	M		
۰/۱۷	۰/۳۲	۲/۵۷	۲۰/۱۳	۰/۵۸	۰/۷۷	۳/۹۰	۲۱/۴۱	پیش‌آزمون	شادزیستی
۰/۱۰	۰/۱۰	۲/۶۳	۲۱/۹۵	۰/۴۵	۰/۸۲	۳/۰۲	۲۸/۸۶	پس‌آزمون	
۰/۲۳	۰/۴۲	۱/۳۲	۳۲/۹۳	۰/۰۵	۱/۳۲	۱/۸۵	۳۳/۰۰	پیش‌آزمون	استدلال
۰/۰۸	۱/۵۲	۰/۷۵	۳۴/۱۳	۰/۵۷	۰/۷۵	۱/۷۷	۴۵/۲۶	پس‌آزمون	
۰/۷۱	۰/۴۵	۱/۳۳	۴۱/۶۶	۰/۰۷	۱/۳۳	۱/۰۶	۵۵/۰۰	پیش‌آزمون	مؤلفه‌های تعارض والد-فرزند
۰/۰۹	۱/۱۹	۰/۷۶	۴۰/۱۳	۰/۵۳	۰/۷۶	۱/۱۲	۴۵/۱۰	پس‌آزمون	
۰/۱۳	۰/۲۵	۱/۱۴	۳۶/۹۳	۰/۱۵	۱/۱۴	۰/۸۵	۵۱/۲۰	پیش‌آزمون	پرخاشگری فیزیکی
۰/۲۴	۱/۱۰	۰/۸۳	۳۷/۹۵	۰/۴۴	۰/۸۳	۰/۹۱	۳۱/۴۱	پس‌آزمون	

مورد بررسی و تأیید قرار گرفت. نتایج آزمون کولموگروف-اسمیرنف بیانگر آن بود که پیش فرض نرمال بودن توزیع نمونه‌ای داده‌ها برقرار است. همچنین از آزمون تحلیل واریانس جهت بررسی اثر تعاملی پیش‌آزمون و گروه (F=۱/۶۶, p≤۰/۱۳)، استفاده شد که حاکی از برقراری مفروضه همگنی ضرایب رگرسیون است. آزمون لوین نیز حاکی از همگنی واریانس‌ها بود (F=۰/۱۱, p≤۰/۱۸).

با توجه به جدول ۱، نتایج آزمون کولموگروف-اسمیرنف نشان می‌دهد که توزیع داده‌ها در همه متغیرهای پژوهش نرمال است (P>۰/۰۵). برای سنجش اثربخشی آموزش والدگری مثبت مبتنی بر روی آورد ساندرز بر شادزیستی و تعارض والد-فرزندی دانش‌آموزان از آزمون آماری تحلیل کواریانس تک‌متغیره استفاده شده که نتایج آن در جدول ۲ و ۳ قابل مشاهده است. قبل از اجرای آزمون تحلیل کواریانس، پیش‌فرض‌های آن

جدول ۲: نتایج آزمون تحلیل کواریانس تک‌متغیره برای میانگین‌های نمره‌های پیش‌آزمون و پس‌آزمون گروه آزمایش و کنترل برای شادزیستی

متغیر	شاخص آماری	مجموع مجذورات درجه آزادی	میانگین مجذورات	شاخص F	سطح معنی‌داری	ضریب اتا
پیش‌آزمون	۷۵۶/۳۸	۱	۷۵۶/۳۸	۶/۵۴	۰/۰۰۱	۰/۰۰۲
گروه	۴۷۹۹/۰۰	۱	۴۷۹۹/۱۱	۴۱/۷۷	۰/۰۰۱	۰/۴۵
خطا	۳۱۰۱/۷۵	۲۷	۱۱۴/۸۸			

حاکی از تأثیر آموزش والدگری مثبت مبتنی بر روی آورد ساندرز بر افزایش شادزیستی دانش‌آموزان است.

با توجه به جدول ۲ بین دو گروه در میزان شادزیستی تفاوت معنی‌داری وجود دارد. اندازه اثر ۰/۴۵ نیز نشان می‌دهد که این تفاوت در جامعه بزرگ است بنابراین نتایج به دست آمده

جدول ۳: نتایج آزمون تحلیل کواریانس تک‌متغیره نمره‌های پیش‌آزمون و پس‌آزمون گروه‌های آزمایش و کنترل برای تعارض والد-فرزند

متغیر	شاخص آماری	مجموع مجذورات درجه آزادی	میانگین مجذورات	شاخص F	سطح معنی‌داری	ضریب اتا
تعارض	۱۴۹/۳۸	۱	۱۴۹/۳۸	۳۵/۱۴	۰/۰۱	۰/۱۰
والد-فرزندی	۱۰۵/۰۰	۱	۱۰۵/۰۰	۲۴/۷۰	۰/۰۰۱	۰/۳۲
خطا	۱۱۴/۷۵	۲۷	۴/۲۵			

شیب رگرسیون در هر دو گروه برابر است (p<۰/۱۴)، (F<sub>3,34</sub>=۲/۰۱). نتایج آزمون لوین برای بررسی همگنی واریانس متغیرهای وابسته در گروه‌ها نشان داد که واریانس مؤلفه‌های استدلال (F<sub>1,28</sub>=۱/۴۴, p<۰/۲۱)، پرخاشگری کلامی (F<sub>1,28</sub>=۱/۰۸, p<۰/۳۳)، و پرخاشگری فیزیکی (F<sub>1,28</sub>=۲/۱۰, p<۰/۴۳) در گروه‌ها برابر است. نتایج آزمون باکس نشان داد که ماتریس کواریانس متغیرهای وابسته در دو گروه برابر است (BOX M=۴/۱۹, F=۰/۲۸, p<۰/۶۴). نتایج آزمون خی‌دو بارتلت برای بررسی کرویت یا معنی‌داری رابطه بین مؤلفه‌های تعارض والد-فرزند نشان داد که رابطه

با توجه به جدول ۳ آموزش والدگری مثبت مبتنی بر روی آورد ساندرز بر کاهش تعارض والد-فرزندی دانش‌آموزان مؤثر است. اندازه اثر ۰/۳۲ نیز نشان می‌دهد که این تفاوت در جامعه بزرگ است.

به منظور بررسی تأثیر برنامه مداخله‌ای والدگری مثبت بر مؤلفه‌های تعارض والد-فرزندی (استدلال، پرخاشگری کلامی، و پرخاشگری فیزیکی) دانش‌آموزان از تحلیل کواریانس چندمتغیره استفاده شد. نتایج آزمون بررسی همگنی شیب رگرسیون پیش‌آزمون و پس‌آزمون مؤلفه‌های تعارض والد-فرزندی گروه آزمایش و کنترل نشان داد که

این که گروه آزمایش و کنترل در کدام یک از مؤلفه‌های تعارض والد-فرزندی با یکدیگر تفاوت دارند از آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیری استفاده شد که نتایج آن در جدول ۴ ارائه شده است.

بین مؤلفه‌ها معنی‌دار است ( $X^2=11/48$ ,  $d.f=5$ ,  $p<0/05$ ) پس از بررسی پیش‌فرض‌های تحلیل کوواریانس چندمتغیری، نتایج آزمون نشان داد که بین دو گروه در مؤلفه‌های تعارض والد-فرزندی تفاوت معنی‌داری وجود دارد ( $p<0/001$ ،  $Wilks's\ Lambda=0/42$ ,  $F_{3,25}=15/91$ ). برای بررسی

جدول ۴: نتایج آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیری برای تعیین تأثیر آموزش والدگری مثبت مبتنی بر روی آورد ساندرز بر مؤلفه‌های تعارض والد-فرزندی دانش‌آموزان

مؤلفه	شاخص آماری	مجموع مجدورات	Df	میانگین مجدورات	F	سطح معنی‌داری	Eta
استدلال	گروه	۳۴/۲۴	۱	۳۴/۲۴	۱۱/۵۸	۰/۰۰۱	۰/۴۱
پرخاشگری کلامی	گروه	۴۵/۱۵	۱	۴۵/۱۵	۱۵/۰۲	۰/۰۰۱	۰/۳۰
پرخاشگری فیزیکی	گروه	۱۱۹/۵۲	۱	۱۱۹/۵۲	۴۳/۲۳	۰/۰۰۱	۰/۳۳

خودکارآمدپنداری و مراقبت از کودک مؤثر است و یافته‌های سادات و آشتیانی (۱۷) که نشان داد بکارگیری والدگری مثبت سبب کاهش چشمگیری در مشکلات رفتاری فرزندان و کاهش سبک‌های والدگری آشفته و کاهش تنیدگی می‌شود و پژوهش ساندرز و همکاران (۲۰) که نشان دادند آموزش والدگری مثبت باعث تخفیف قابل توجه علائم و مشکلات روان‌شناختی در فرزندان می‌شود، همسو است.

در تبیین یافته‌های پژوهش حاضر می‌توان گفت مداخله آموزشی والدگری مثبت موجب می‌شود آن دسته از ویژگی‌های مادران که بر توانایی والدگری آنها مؤثر است، تغییر کند و این امر قابلیت مادران را افزایش می‌دهد و به ارتباط صحیح با فرزندانشان منجر می‌شود و بر میزان سلامت و بهزیستی و بالطبع شادزیستی آنها تأثیر می‌گذارد. همچنین بکارگیری برنامه آموزش گروهی والدگری مثبت به مادران کمک می‌کند تا اعتماد به خود، مهارت‌ها و دانش خویش را درباره تربیت فرزند افزایش دهند؛ در تعامل روزانه با فرزندانشان مثبت‌تر عمل کنند، زمان‌های بیشتری را به بودن با فرزند اختصاص دهند و کمتر از شیوه‌های مستبدانه والدگری استفاده کنند (۲۰)، و دانش خود را در مهارت‌های تربیت فرزند گسترش دهند و رابطه آنها با کودک خود مثبت‌تر و بیشتر می‌شود. این موضوع باعث می‌شود درک مادران از

با توجه به جدول ۴، آموزش والدگری مثبت مبتنی بر روی آورد ساندرز بر شادزیستی و تعارض والد-فرزندی دانش‌آموزان مقطع متوسطه دوم تأثیر معنی‌داری دارد. در هر چهار مؤلفه، اندازه اثر به دست آمده نشان‌دهنده اثربخشی نسبتاً بالای مداخله بر روی عملکرد دانش‌آموزان در مؤلفه‌ها بوده است.

## بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش والدگری مثبت مبتنی بر روی آورد ساندرز بر افزایش شادزیستی و کاهش تعارض والد-فرزندی دانش‌آموزان بود. یافته‌های پژوهش نشان داد بین میانگین‌های نمرات پس‌آزمون شادزیستی و تعارض والد-فرزندی در دو گروه آزمایش و گواه پس از آموزش برنامه گروهی والدگری مثبت به مادران تفاوت معنی‌داری وجود دارد و می‌توان نتیجه گرفت که آموزش برنامه گروهی والدگری مثبت بر افزایش شادزیستی و کاهش تعارض والد-فرزندی دانش‌آموزان مؤثر است. یافته‌های پژوهش حاضر با یافته‌های دیگر پژوهش‌ها (۱۲، ۱۵، ۱۷، ۱۹ و ۲۰) در زمینه اثربخشی آموزش والدگری مثبت، همسو است.

همچنین نتایج به دست آمده با یافته‌های مطالعه‌ای (۱۲) در زمینه اینکه برنامه والدگری مثبت در سبک زندگی والدین،

از محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به عدم دسترسی به برخی از پژوهش‌های انجام شده به خاطر عدم پاسخگویی نویسندگان به ایمیل ارسالی پژوهشگر و محدودیت در انجام مطالعه بر روی هر دو جنس را بیان کرد. پیشنهاد می‌شود که پژوهش حاضر بر اساس محدودیت‌های ذکر شده در دختران نیز انجام شود و همچنین بر اساس یافته‌های این تحقیق مبنی بر تأثیر آموزش والدگری مثبت مبتنی بر روی آورد ساندرز بر شادزیستی و تعارض والد-فرزندی دانش‌آموزان پیشنهاد می‌شود که این قبیل شیوه‌های والدگری در مدارس با همکاری مربیان به کار گرفته شود تا آگاهی و بینش والدین درباره افزایش شادزیستی و کاهش تعارض‌های والد-فرزندی افزایش پیدا کند.

**تشکر و قدردانی:** این پژوهش به صورت مستقل انجام شد و مجوز اجرای آن بر روی افراد نمونه توسط اداره آموزش و پرورش با شماره مجوز ۴۳۴۳۱/۸۵/۱۰۵ از ناحیه ۲ و با شماره مجوز ۵۴۰۵۱/۵۳/۳۲۱ از ناحیه ۴ صادر شد. بدین وسیله از تمامی دانش‌آموزان و مادرانشان که در انجام این پژوهش یاری رساندند صمیمانه تشکر به عمل می‌آید.

**تضاد منافع:** این پژوهش برای نویسندگان هیچ گونه تضاد منافع به دنبال نداشته است.

بدرفتاری‌ها و مشکلات روان‌شناختی فرزندان شان بالا برود و در نتیجه بر کاهش تعارض والد-فرزندی و مشکلاتی مشابه کمک شایان توجهی می‌کند و والدین احساس می‌کنند در تربیت فرزند خود لایق‌تر و موفق‌تر هستند و از این رو کمتر در ارتباط با فرزند خود دچار تنش و تعارض می‌شوند. آموزش شیوه‌های والدگری مثبت به مادران کمک می‌کند تا با فرزندان خود تعاملات خوبی داشته باشند و زمینه کاهش رفتارهای تعارض‌آمیز در کودکان کاهش پیدا می‌کند و فرزندان احساس سلامت و بهزیستی و بالطبع شادزیستی بیشتری می‌کنند. از سوی دیگر برخی پژوهش‌ها (۱۹ و ۲۰) نشان داده‌اند آموزش مؤلفه‌های والدگری مثبت در مقایسه با سایر آموزش‌های والدگری خودافشایی، دریافت حمایت، همدلی و همچنین احساس داشتن درد مشترک را بیشتر مدنظر قرار می‌دهد و مادرانی که تحت آموزش این روی آورد قرار می‌گیرند می‌توانند در مورد خود و مسائل زندگی به فهم و بینش وسیع‌تری دست یافته و بهتر با آن کنار آیند، و این موضوع بر کاهش تعارض‌های آنها با فرزندانشان تأثیر می‌گذارد؛ بنابراین شناسایی مؤلفه‌های روان‌شناختی و علل مؤثر بر آن در ارتباط والدین به طور کلی و مادران به طور احصا با فرزندانشان اهمیت فراوانی دارد و قرار دادن آنها جزء اصول اصلی مشاوره و روان‌درمانی بر بهبود سلامت و کیفیت زندگی دانش‌آموزان و توانمند کردن آنها است.



## References

1. Todorović D, Mitrović, M. Various modalities of aggressive behavior and emotional competence among students of sport and physical education and students of other faculties-a pilot study. *Facta Universitatis, Series: Physical Education and Sport*. 2016; 14 (3): 389-398. [\[link\]](#)
2. Weiss VG, Hofford RS, Yates JR, Jennings FC, Bardo MT. Sex differences in monoamines following amphetamine and social reward in adolescent rats. *Exp Clin Psychopharmacol*. 2015; 23(4):197-205. [\[link\]](#)
3. Jones TL, Prinz RJ. Potential roles of parental self-efficacy in parent and child adjustment: A review. *Clin Psychol Rev*. 2005; 25(3):341-363. [\[link\]](#)
4. American Psychiatric Association. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5. Fifth Edition*. Arlington: American Psychiatric Association; 2013, pp: 221-222. [\[link\]](#)
5. Kim J, Chan YF, McCauley E, Vander Stoep A. Parent-child discrepancies in reporting of child depression in ethnic groups. *J Nurse Pract*. 2016; 12(6): 374-380. [\[link\]](#)
6. Brassell AA, Rosenberg E, Parent J, Rough JN, Fondacaro K, Seehuus M. Parent's psychological flexibility: Associations with parenting and child psychosocial well-being. *J Contextual Behav Sci*. 2016; 5(2):111-120. [\[link\]](#)
7. Craig F, Operto FF, De Giacomo A, Margari L, Frolli A, Conson M, Ivagnes S, Monaco M, Margari F. Parenting stress among parents of children with neurodevelopmental disorders. *Psychiatry Research*. 2016 ; 242 (4) :121-9. [\[link\]](#)
8. Hiller RM, Apetroaia A, Clarke K, Hughes Z, Orchard F, Parkinson M, Creswell C. The effect of targeting tolerance of children's negative emotions among anxious parents of children with anxiety disorders: A pilot randomized controlled trial. *J Anxiety Disord*. 2016; 42:52-59. [\[link\]](#)
9. Seligman ME, Rashid T, Parks AC. Positive psychotherapy. *American Psychologist*. 2006; 61(8):774. [\[link\]](#)
10. McCullough ME, Willoughby BL. Religion, self-regulation, and self-control: Associations, explanations, and implications. *Psychological Bulletin*. 2009; 135(1):69. [\[link\]](#)
11. Ai AL, Peterson C, Huang B. The effect of religious-spiritual coping on positive attitudes of adult Muslim refugees from Kosovo and Bosnia. *The International Journal for the Psychology of Religion*. 2003; 13(1):29-47. [\[link\]](#)
12. Dai Q, Chu RX. Anxiety, happiness and self-esteem of western Chinese left-behind children. *Child Abuse & Neglect*. 2016; 59(2): 24-32. [\[link\]](#)
13. Khayeri F, Rabiei L, Shamsalinia A, Masoudi R. Effect of Fordyce Happiness Model on depression, stress, anxiety, and fatigue in patients with multiple sclerosis. *Complementary Therapies in Clinical Practice*. 2016. 25 (4):130-5. [\[link\]](#)
14. Carr A. *Positive psychology: The science of happiness and human strengths*. New York: Routledge; 2011, pp 40. [\[link\]](#)
15. Hojati H, Emadi Zyarati N, Hadadian F, Rezaee H. Effect of training Fordyce happiness on increase students self-efficacy. *Elixir Psychology*. 2013. 57:14268-70. [\[link\]](#)
16. Argyle M. *The psychology of happiness*. New York: Routledge; 2013, pp 66. [\[link\]](#)
17. Sadat Ja'fari. B, Fahti Ashtiani A. The effect of Positive Parenting Program on pathological Symptoms of children suffered from little attention and hyperactivity. 2011; 2(7): 123-138. [Persian]. [\[link\]](#)
18. Thomas R, Zimmer-Gembeck MJ. Behavioral outcomes of parent-child interaction therapy and Triple P—Positive Parenting Program: A review and meta-analysis. *Journal of Abnormal Child Psychology*. 2007; 35(3):475-95. [\[link\]](#)
19. Sanders MR. Triple P-Positive Parenting Program as a public health approach to strengthening parenting. *Journal of Family Psychology*. 2008; 22(4):506. [\[link\]](#)



20. Sanders MR, Markie-Dadds C, Tully LA, Bor W. The triple P-positive parenting program: a comparison of enhanced, standard, and self-directed behavioral family intervention for parents of children with early onset conduct problems. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 2000; 68(4):624. [\[link\]](#)
21. Argyle M, Lu L. The happiness of extraverts. *Personality and Individual Differences*. 1990; 11(10):1011-7. [\[link\]](#)
22. Argyle M, Martin M, Crossland J. Happiness as a function of personality and social encounters. *Recent advances in social psychology: An international perspective*. 1989:189-203. [\[link\]](#)
23. Alipoor A, Noorbala AA. A preliminary evaluation of the validity and reliability of the Oxford happiness questionnaire in students in the universities of Tehran. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*. 1999; 5(1):55-66. [\[link\]](#)
24. Sanaie B. Family and marriage scales compiled. Tehran: Besat Press; 2000, pp: 101. [\[link\]](#)
25. Moradi O, Sanaei B. The study of effectiveness of problem-solving training on the parent child conflict Among Tehrani, Male high school students. *Counselling Research and Development*. 2007; 5(20): 23-38. [\[link\]](#)
26. Sanders MR, Turner KM, Markie-Dadds C. The development and dissemination of the Triple P—Positive Parenting Program: A multilevel, evidence-based system of parenting and family support. *Prevention Science*. 2002; 3(3):173-89. [\[link\]](#)

Archive of SID

## The Effectiveness of the Positive Parenting Education Based on Sanders' Approach on Happiness and Parent-Child Conflict of Students

Mohammad Reza Farshad\*<sup>1</sup>, Samaneh Najarpourian<sup>2</sup>, Farzad Shanbedi<sup>3</sup>

1. Ph.D. Student of Counseling, Faculty of Humanities, University of Hormozgan, Bandar Abbas, Iran

2. Assistant Professor, Faculty of Humanities, University of Hormozgan, Bandar Abbas, Iran

3. M.A. in General Psychology, Department of Psychology and Educational Psychology, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran

Received: June 25, 2017

Accepted: October 26, 2017

### Abstract

**Background and Purpose:** The parenting style has a significant impact on many aspects of children's lives. The aim of this study was to investigate the effectiveness of the positive parenting education based on Sanders' approach on happiness and parent-child conflict of students.

**Method** The research method is semi-experimental with pre-test, post-test design with control group. The statistical population consisted of all male secondary school students in Shiraz during the academic year of 2016-2017. Using a multi-stage sampling method, 30 mothers whose children had low score in the happiness and a high score in parent-child conflict, were selected and assigned into experimental and control groups randomly. Data were collected by Oxford Happiness Inventory (Argyll and Levy, 1990) and Strauss's parent-child conflict questionnaire (1996). The positive parenting style was taught to the experimental group in 8 sessions. Data analysis was performed by using covariance analysis.

**Results:** The results showed that positive parenting education based on Saunders' approach had a significant effect on increasing happiness and reducing parent-child conflict in students ( $P < 0.05$ ).

**Conclusion:** Overall, the results of this study confirm and emphasize the usefulness of positive parenting education because of its role in health and happiness and reduction of parent-child conflict.

**Keywords:** Positive parenting style teaching, parent-child conflict, happiness

---

**Citation:** Farshad M, Najarpourian S, Shanbedi F. The effectiveness of the positive parenting education based on sanders' approach on happiness and parent-child conflict of students. Quarterly Journal of Child Mental Health. 2018; 5(1): 59-67.

---

\*Corresponding author: Mohammad Reza Farshad, Ph.D. Student of Counseling, Faculty of Humanities, University of Hormozgan, Bandar Abbas, Iran.

Email: Mohamadfarshad70@gmail.com

Tel: (+98) 076-33711000