

## Effectiveness of Teaching Problem-Solving Skills on Parental Stress and Parenting Style

Mohsen Shokoohi-Yekta. Ph.D.

Academic member, University of Tehran

Akram Parand. Ph.D.

Academic member, University of Tehran

Saeed Akbari Zardkhaneh. Ph.D. Student

Measurement; University of Allame Tabatabaie

### Abstract

The aim of the present study was to evaluate the effectiveness of teaching problem-solving skills on reducing parental stresses and parenting style. The study used quasi experimental method with single group, pre-test, post-test design. Statistical population included all the parents of students in non-profit schools in Tehran which 33 parents were selected by available sampling method. Instruments included two questionnaires, level of parental stresses (Shokoohi-Yekta and Parand, 2006) and parenting styles stresses (Shokoohi-Yekta and Parand, 2006). Parents participated in the Raising a Thinking Child Workshop. In this workshop, parents learned problem solving strategies to change their cognitive processes when they encounter challenging behaviors of their children and to respond appropriately to them. Workshop consisted of 10 sessions, each two hours per week. Participants completed the instruments in pretest (start of the training) and post test (end of the training) stages. The results of analysis of multi variance ( $P < 0.05$ ,  $\eta^2 = 0.55$ ) showed that training significantly improved three parenting styles: Punishment, Suggestion without explanation, and Problem Solving. Therefore it was concluded that teaching problem solving to parents can be applied as a way of improving their parenting style.

**Keywords:** parental stress, parenting style, problem solving skills.

## اثربخشی آموزش مهارت حل مسئله بر استرس و سبک فرزندپروری والدین

محسن شکوهی یکتا\*

عضو هیأت علمی دانشگاه تهران

اکرم پرند

عضو هیأت علمی دانشگاه تهران

سعید اکبری زردخانه

دانشجوی دکتری سنجش و اندازه گیری دانشگاه تهران

### چکیده

هدف از مطالعه حاضر ارزیابی اثربخشی آموزش مهارت حل مسئله بر کاهش استرس‌های والدینی و سبک فرزندپروری آنان است. روش پژوهش شبه تجربی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون تک‌گروهی است. جامعه آماری را والدین دانش‌آموزان مدارس غیرانتفاعی شهر تهران تشکیل می‌دادند که از بین آنها والدین ۳۳ دانش‌آموز به شیوه در دسترس انتخاب شدند. ابزار پژوهش دو پرسشنامه میزان استرس‌های والدین (شکوهی یکتا و پرند، ۱۳۸۶) و روش‌های فرزندپروری (شکوهی یکتا و پرند، ۱۳۸۶) بودند. والدین در کارگاه‌های آموزشی تربیت کودک اندیشمند شرکت کردند. والدین در این کارگاه‌ها در زمینه استفاده از روش حل مسئله برای تغییر فرایند شناختی خود در رویارویی با رفتارهای چالش‌برانگیز کودکان و واکنش مناسب نسبت به رفتار کودکان خود آموزش دیدند. کارگاه‌ها به مدت ۱۰ جلسه دوساعته و یک روز در هفته برگزار می‌شدند. از والدین توسط پرسشنامه‌ها قبل از شروع کارگاه، پیش‌آزمون و همچنین در پایان دوره آموزشی پس‌آزمون گرفته شد. نتایج تحلیل واریانس چندمتغیری ( $P < 0.05$ ,  $\eta^2 = 0.55$ ) نشان داد که آموزش در بهبود ۳ مؤلفه تنبیه و توبیخ، توصیه بدون توضیح و حل مسئله تأثیر معناداری داشته است. لذا می‌توان نتیجه گرفت که از آموزش حل مسئله به والدین به‌عنوان شیوه‌ای برای بهبود روش‌های تربیتی آنان در تربیت کودکان می‌توان استفاده کرد.

**واژه‌های کلیدی:** استرس والدینی، سبک فرزندپروری، مهارت‌های حل مسئله.

## مقدمه

که در نهایت به تفسیر منفی از رفتار کودک، افزایش تنبیه و ایجاد مشکل در تعاملات خانواده منجر می‌شود (هی‌سان و جانگ‌می<sup>۹</sup>، ۲۰۱۰؛ هینترمایر<sup>۱۰</sup>، ۲۰۰۶؛ تریسی، تریپ و بیرد<sup>۱۱</sup>، ۲۰۰۵). سطوح بالای استرس والدین به‌ویژه اگر با رابطه ضعیف والد - فرزند و سابقه خانوادگی اختلالات روانی<sup>۱۲</sup> همراه باشد، موجب رفتارهای پرخاشگرانه، نافرمانی، اختلال سلوک و رفتارهای ضداجتماعی در کودکان می‌شود. استرس والدین و نحوه مقابله با آن پیش‌بینی‌کننده خوبی برای مشکلات برونی‌سازی و درونی‌سازی کودکان به‌شمار می‌رود (کازدین و وایتلی<sup>۱۳</sup>، ۲۰۰۳؛ کازدین، زیگل و باس<sup>۱۴</sup>، ۱۹۹۲)، به طوری که فرض می‌شود، والدین مضطرب گرایش دارند به اینکه کودکان مضطربی را پرورش دهند (مور، والی و زیگمن<sup>۱۵</sup>، ۲۰۰۴؛ بوگلز و سیکلند<sup>۱۶</sup>، ۲۰۰۶). در واقع والدینی که استرس بالاتری را گزارش می‌کنند و کودک خود را به‌عنوان دشوار توصیف می‌کنند، در تعاملات والد-کودک صمیمیت و گرمی ندارند، انضباط بی‌ثباتی را نشان می‌دهند که هم‌چنین و هم‌اهمال‌گرایانه است و یا انتظاراتی از رفتارهای کودک خود دارند که به لحاظ رشدی متناسب نیست (گرافورد و منسیس<sup>۱۷</sup>، ۲۰۰۱؛ کراس، وندنونتر و برانگارت ریکر<sup>۱۸</sup>، ۲۰۰۳؛ پیندرهگس، داج و باتس<sup>۱۹</sup>، ۲۰۰۰). استرس والدین موجب افزایش رفتارهای نامناسب کودک می‌شود و رفتار نامناسب کودک متقابلاً به بالا رفتن استرس والدین منجر می‌شود و یک چرخه معیوب ایجاد می‌گردد که پیوسته به تعامل والد-کودک آسیب می‌رساند. استرس‌های والدینی از عوامل متعدد بیرونی و درونی مانند خصوصیات والدین و کودک، امکانات محیط، حمایت‌های اجتماعی و تعاملات بین آنها ایجاد می‌شود (تریسی و همکاران، ۲۰۰۵؛ کرولیک و همکاران، ۱۹۹۹؛ کوکوکر، ۲۰۰۶). همچنین بین سطح استرس والدین و شایستگی اجتماعی کودکان ارتباط محسوسی یافت شده است (آنتونی، گلانوئل، نیمن، اندرز و شافر<sup>۲۰</sup>، ۲۰۰۵). ویژگی‌های والدین یکی از عوامل درونی مؤثر در تجربه استرس‌های والدینی است. فرایندهای شناختی مادر نقش مهمی

پرورش فرزند یکی از وظایف چالش‌برانگیز والدین است و گاهی عامل ایجاد استرس در خانواده می‌شود. والدین اغلب در مورد چگونگی برخورد صحیح با فرزندان نگرانی‌هایی دارند، اگر این نگرانی‌ها با برخی متغیرهای دیگر مانند استرس زیاد والدین همراه شود، به تعامل ناکارآمد والد - کودک منجر شده و موجب کاهش عزت‌نفس و شکل‌گیری خودپنداره منفی والدین و کودکان می‌شود. افراد در برابر استرس از روش‌های مقابله‌ای استفاده می‌کنند و مهارت‌های حل مسئله به‌عنوان یکی از مهمترین روش‌های مقابله با استرس‌های والدینی به‌شمار می‌رود. والدین معمولاً فرزندپروری را به‌عنوان یکی از وظایف بسیار مهم و حساس خود تلقی می‌کنند، اما عده بسیار کمی از والدین برای این وظیفه مهم آمادگی کسب می‌کنند و یا آموزشی می‌بینند و اغلب زوج‌ها قبل از داشتن اولین فرزند در مورد مهارت‌های خود برای رفتار صحیح با کودک تردید دارند. تولد فرزند جدید چالش‌ها و مسؤولیت‌های زیادی برای والدین در پی خواهد داشت که در کنار احساس شادمانی و هیجان، موجب تجربه سطوح مختلف نگرانی و استرس در خانواده می‌شود (کوکوکر<sup>۱</sup>، ۲۰۰۶؛ کرولیک، ترنر-هنسون، کانماتسو، ال‌معاتا، سوان و هولادی<sup>۲</sup>، ۱۹۹۹). رابطه مناسب والد-کودک عامل تعیین‌کننده‌ای در تحول کودک و سلامت روانی او در بزرگسالی است (یوشیزومی، موراس، موراکامی و تاکائی<sup>۳</sup>، ۲۰۰۷). مطالعات نشان داده‌اند که بین ویژگی‌های والدین و سلامت روان فرزندان رابطه قوی وجود دارد (بارنت و پیفینر<sup>۴</sup>، ۲۰۰۸؛ شیک<sup>۵</sup>، ۲۰۰۶؛ نیتزل و استریت<sup>۶</sup>، ۲۰۰۴). یکی از رایج‌ترین نگرانی‌های روزانه که والدین با آن مواجهند، استرس والدینی<sup>۷</sup> است (جانگ و فاین<sup>۸</sup>، ۲۰۰۷). سطوح بالای استرس‌های والدینی در تعامل والد-کودک مشکل ایجاد می‌کند؛ به مهارت‌های فرزندپروری والدین آسیب می‌رساند. علاوه بر این استرس بالای والدین کارکردهای روانی آنها را مشکل می‌کند، اختلال‌هایی مانند اضطراب، افسردگی و پرخاشگری ایجاد می‌نماید و اسنادهای منفی را افزایش می‌دهد

- |                                        |                                                                  |
|----------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
| 1. Kücükler                            | 2. Krulik, Turner-Henson, Kanematsu, Al-Ma'aitah, Swan & Holaday |
| 3. Yoshizumi, Murase, Murakami & Takai | 4. McBurnett & Pfiffner                                          |
| 5. Shieck                              | 6. Neitzel & Stright                                             |
| 7. parenting stress                    | 8. Chang & Fine                                                  |
| 9. Hee Sun & Jeong Mee                 | 10. Hintermair                                                   |
| 11. Treacy, Tripp & Baird              | 12. psychopathology                                              |
| 13. Kazdin & Whitley                   | 14. Kazdin, Siegel & Bass                                        |
| 15. Moore, Whaley & Sigman             | 16. Bogels & Siqueland                                           |
| 17. Crawford & Manassis                | 18. Karrass, VanDeventer & Braungart-Riker                       |
| 19. Pinderhuges, Dodge & Bates         | 20. Anthony, Glanville, Naiman, Waanders & Shaffer               |

حل مسأله مؤثر را به کار می‌برند، عزت نفس بالایی دارند (هامارتا<sup>۱۱</sup>، ۲۰۰۹). پژوهش‌های متعدد نشان داده‌اند، کسانی که مهارت‌های حل مسأله ناکارآمدی دارند، سطح بالاتری را از حالت و صفت اضطراب گزارش می‌دهند (باند، لیل، تاپ، سیهافر و دزوریلا<sup>۱۲</sup>، ۲۰۰۲؛ چنگ<sup>۱۳</sup>، ۲۰۰۱؛ فرای و گودمن<sup>۱۴</sup>، ۲۰۰۰). همچنین پژوهش‌ها نشان داده‌اند، مادر بزرگ و پدر بزرگ‌هایی که به عنوان مراقبین اصلی کودکان ایفای نقش می‌کردند و از روش‌های مقابله‌ای مبتنی بر حل مسأله آگاهی بیشتری داشتند، استرس‌های کمتری را در فرایند پرورش کودکان تجربه می‌کردند و مسؤلیت‌پذیری بیشتر، خودکنترلی موفقیت‌آمیز و دیدگاه مثبت‌تری در مورد کودک گزارش کردند (راس و ادی<sup>۱۵</sup>، ۲۰۰۶). لاندن، ریسر و لاجی<sup>۱۶</sup> (۲۰۰۶)، در یک فراتحلیل اثر برنامه‌های آموزش والدین را بر رفتار کودک، رفتار والدین و ادراکات والدین ارزیابی کردند. این مطالعه، ۶۳ پژوهش را از ۱۹۷۴ تا ۲۰۰۳ ارزیابی کرد، که شامل ۸۳ گروه درمانی بود. به طور کلی، این پژوهش اندازه‌های اثر را از ۰/۴۲، ۰/۴۷ و ۰/۵۳ برای رفتار کودک، رفتار والدین و ادراکات والدین به ترتیب گزارش کرد. بزرگی این اندازه اثرها ممکن است متوسط در نظر گرفته شود. پژوهش‌های متعددی نیز نشان‌دهنده اثر بخشی مداخلات حل مسأله بر کاهش نشانگان اختلالات روان‌شناختی است (به طور مثال شکوهی یکتا، پرنده و احمدی<sup>۱۷</sup>، ۲۰۱۱؛ بریج، گلدشتاین و برنت<sup>۱۸</sup>، ۲۰۰۶؛ برونوسر، گیلهام و کیم<sup>۱۹</sup>، ۲۰۰۹). بر این اساس پژوهش حاضر با هدف آموزش روش تربیتی مبتنی بر حل مسأله و بررسی اثر بخشی آن بر سبک تربیتی و استرس‌های والدینی والدین صورت گرفته است. بر این اساس دو فرضیه زیر مورد آزمون قرار گرفت: (۱) شرکت والدین در کارگاه روش تربیتی مبتنی بر حل مسأله موجب بهبود سبک‌های تربیتی آنان می‌شود؛ (۲) شرکت والدین در کارگاه روش تربیتی مبتنی بر حل مسأله کاهش استرس‌های والدینی آنها را به دنبال دارد.

در تعدیل استرس در محیط خانواده ایفا می‌کند؛ باورهای مادر ممکن است میزان استرس او را در تعامل والد-فرزند کاهش یا افزایش دهد. همچنین ادراک والدین از مشکلات کودک بر استرس‌های والدینی تأثیر دارد. اسنادهای علی<sup>۱</sup> منفی والدین در مورد رفتارهای کودک زمانی که با تصور بی‌کفایتی در مهارت‌های فرزندپروری همراه شود، عامل مهمی برای استرس در تعامل با کودک خواهد بود. این اسنادها ارزیابی والدین از رفتار کودک است که می‌توان آنها را در واکنش‌های والدین در برابر رفتار کودک مشاهده کرد (گریون، سانتور، تامپسون و زاروف<sup>۲</sup>، ۲۰۰۰؛ کرولیک و همکاران، ۱۹۹۹).

افراد برای روبه‌رو شدن با استرس از روش‌های مقابله‌ای استفاده می‌کنند. مقابله فرایندی است که در آن فرد عوامل مختلف را برای مدیریت وقایع تنش‌زا و به منظور تلاش برای افزایش احساس سلامت فردی به کار می‌گیرد (زیتلین، ویلیامسون و روزن‌بلات<sup>۳</sup>، ۱۹۸۷). برخی مطالعات دو شیوه را برای مقابله بیان کرده‌اند: (۱) استفاده از عوامل مقابله‌ای مانند برخورداری از حمایت‌های اجتماعی و بهبود تعامل اولیه با والدین. (۲) راهبردهای مقابله‌ای مانند تفکر آرزومند، مثبت‌اندیشی و روش‌های حل مسأله (پاکنهام، اسمیت و راتان<sup>۴</sup>، ۲۰۰۷؛ پاکنهام و بورسنال<sup>۵</sup>، ۲۰۰۶). روش‌های مقابله‌ای مبتنی بر حل مسأله عاملی حفاظتی محسوب می‌شوند که بیشتر با عملکردهای انطباقی ارتباط دارد، در حالی که روش‌های هیجان‌محور بیشتر به پیامدهای ناکارآمد اجتماعی، رفتاری و هیجانی منجر می‌شود (میسترز و موریس<sup>۶</sup>، ۲۰۰۴؛ لی، سو و یوشیدا<sup>۷</sup>، ۲۰۰۵).

راه‌حل‌ها<sup>۸</sup> واکنش‌های مقابله‌ای هستند که برای تغییر ماهیت مسائل، واکنش‌های منفی هیجانی به آنها، یا هر دو طراحی شده‌اند. راه‌حل‌های مؤثر آن دسته از پاسخ‌های مقابله‌ای هستند که نه فقط از طریق به‌کار بستن آنها فرد به هدف نایل می‌گردد، بلکه پیامدهای مثبت و مزایای دیگری را به‌طور همزمان به حداکثر و پیامدهای منفی و سایر هزینه‌ها را به حداقل می‌رساند (نزو<sup>۹</sup>، ۲۰۰۴). به علاوه کسانی که روش

1. causal attributions
3. Zeitlin, Williamson & Rosenblatt
5. Pakenham, Smith & Rattan
7. Meesters & Muris
9. solutions
11. Hamarta
13. Cheng
15. Ross & Aday
17. Shokoohi Yekta, Parand & Ahmadi
19. Brunwasser, Gillham & Kim

2. Greaven, Santor, Thompson & Zuroff
4. wishful thinking
6. Pakenham & Bursnall
8. Lee, Sue & Yoshida
10. Nezu
12. Bond, Lyle, Tappe, Seehafer & D'Zurilla
14. Frye & Goodman
16. Lundahl, Risser & Lovejoy
18. Bridge, Goldstein & Brent

**روش**

روش پژوهش، جامعه آماری و نمونه: این مطالعه از نوع شبه تجربی<sup>۱</sup> با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون تک‌گروهی بود. گروه نمونه ۳۳ نفر از والدین دانش‌آموزان مدارس غیرانتفاعی شهر تهران بودند. نمونه‌گیری به صورت در دسترس انجام شد. میانگین سن فرزندان این والدین ۶/۳۱ با انحراف معیار ۰/۹۳ بوده است. در ضمن ۱۵/۶ درصد آنها فرزندان دختر و ۸۴/۴ درصد فرزندان پسر داشتند. میزان تحصیلات ۳۶/۴ درصد والدین دیپلم و ۳۶/۶ درصد لیسانس و بقیه بالاتر از لیسانس بوده است.

**ابزار سنجش**

مقیاس روش‌های فرزندپروری: این پرسشنامه را شکوهی‌یکتا و پرند (۱۳۸۶) براساس طرح درس‌های کارگاه تهیه کردند. پرسشنامه ۱۲ گویه دارد که هر گویه نحوه برخورد والدین با رفتارهای چالش‌برانگیز کودکان در یکی از موقعیت‌های فرضی را نشان می‌دهد. پاسخ‌دهی بر اساس مقیاس ۴ گزینه‌ای لیکرت است که هر گزینه در واقع یکی از روش‌های چهارگانه تعامل والدین با کودک (تنبیه و توبیخ، توصیه بدون توضیح، پیشنهاد همراه با توضیح، و روش تعاملی حل مسأله) را مطرح می‌کند. به‌عنوان مثال موقعیت ۱۱ این مقیاس به شرح زیر است. فرض کنید در پارک هستید و کودک شما در حال تاب‌بازی است و به سایر کودکان اجازه نمی‌دهد بازی کنند، به او چه می‌گویید؟ الف) اگر نوبت را رعایت نکنی، بچه‌ها ناراحت می‌شوند؛ ب) رعایت نوبت از اصول بازی است؛ ج) اگر سایر کودکان روی تاب بنشینند و به تو اجازه بازی ندهند، چه احساسی خواهی داشت؟؛ د) زودباش بیا پایین نوبت تو تمام شده.

نمره بالا در هر یک از روش‌های تعامل، نشان‌دهنده استفاده بیشتر از آن روش در تعامل با کودک است. روایی صوری<sup>۲</sup> نیز در جلسه مصاحبه گروهی، با جمع‌آوری والدین، بررسی شد و پژوهشگران از وجود روایی صوری در این ابزار اطمینان حاصل کردند. روایی محتوایی<sup>۳</sup> این ابزار را چندین متخصص روان‌شناسی و سنجش و اندازه‌گیری تأیید کردند. همچنین روایی تجربی<sup>۴</sup> آن در پژوهش‌های شکوهی‌یکتا، اکبری زردخانه و قهوه‌چی (۱۳۹۱) و شکوهی‌یکتا، پرند و اکبری زردخانه (زیرچاپ) تأیید شده است. ضریب قابلیت اعتماد گزارش شده برای زیرمقیاس تنبیه و توبیخ ۰/۷۶، توصیه بدون توضیح ۰/۷۰، پیشنهاد همراه با توضیح ۰/۷۷، و روش تعاملی

حل مسأله ۰/۸۱ و برای کل مقیاس ۰/۷۹ گزارش شده است (شکوهی‌یکتا و پرند، ۱۳۸۶ و شکوهی‌یکتا و همکاران، ۱۳۹۱).  
مقیاس استرس والدینی: این پرسشنامه را شکوهی‌یکتا و پرند (۱۳۸۶) تهیه کردند و ۵۰ گویه دارد که در مقیاس چهار نقطه‌ای لیکرت پاسخ داده می‌شود و دارای سه عامل است: مشکلات جسمانی - روانی والدین، ارتباط والد - کودک و مشکلات رفتاری کودک. در عامل اول این پرسشنامه علائم استرس‌هایی که به شکل مشکلات جسمانی یا روانی ظاهر می‌شوند، اندازه‌گیری می‌شود. برای مثال: حوصله انجام مسئولیت‌هایم را ندارم. پرسش‌های عامل دوم استرس‌های ناشی از ارتباط والدین با کودکان را اندازه‌گیری می‌کند، برای مثال: وقتی فرزندم نافرمانی می‌کند اعصابم به هم می‌ریزد. پرسش‌های عامل سوم نیز استرس‌های ناشی از مشکلات رفتاری کودکان را ارزیابی می‌کند، برای مثال: فرزندم در برابر کوچکترین مشکل برافروخته می‌شود. قابلیت اعتماد به دست آمده برای زیرمقیاس مشکلات جسمانی - روانی والدین ۰/۷۳، ارتباط والد - کودک ۰/۸۹ و مشکلات رفتاری کودک ۰/۸۷ و برای کل مقیاس ۰/۸۷ بود.

**روش اجرا و تحلیل**

افرادی که برای شرکت در کارگاه‌های پرورش کودک اندیشمند اعلام آمادگی کرده بودند، ابتدا طی یک جلسه توجیهی که مسؤولان کارگاه برگزار کردند، از اهداف، نحوه برگزاری و خلاصه‌ای از کارگاه آشنا شدند و در نهایت از والدینی که برای شرکت در کارگاه تمایل داشتند، ثبت نام به عمل آمد. جلسات کارگاه به صورت هفته‌ای یک بار در ۱۰ جلسه ۲ ساعته برگزار شد. در طول هر کارگاه افراد مجرب و آموزش‌دیده به آموزش والدین و حل مشکلات احتمالی ایشان در انجام تمرین‌ها و در ارتباط با کودکان می‌پرداختند. قبل و بعد از هر کارگاه والدین پرسشنامه‌هایی را که برای ارزیابی اثربخشی برنامه طراحی شده بود، تکمیل کردند.

کارگاه پرورش کودک اندیشمند برای والدین کودکان سنین ۵ تا ۷ سال طراحی شده است. هدف نهایی کارگاه افزایش توانمندی کودکان در رویارویی با مسائل روزمره در محیط‌های مختلف خانه و مدرسه و اجتماع از طریق آموزش مهارت‌های حل مسأله به والدین است. در هر جلسه والدین به صورت پله‌پله با روش‌های کارآمد و ناکارآمد برخورد با کودکان آشنا می‌شوند. والدین از روی دفترچه راهنمایی که به آنها داده

1. quasi- experimental  
3. content

2. face validity  
4. empirical

دوسویه است که با سؤال کردن، کودک را به تفکر وامی‌دارد. در حین تمرین‌های این مرحله کودکان با کلماتی آشنا می‌شوند که واژگان حل مسئله نامیده می‌شوند و بر سه پایه‌ی اساسی درک احساسات، یافتن راه‌حل جایگزین و توجه به پیامدها استوار است. وجود این کلمات بر این اساس است که داشتن زبان مشترک یک قدم بسیار مهم در حل یک تعارض یا مشکل است (شور و دیجرونیمو، ۲۰۰۱). برای مثال از کلمات حل مسئله می‌توان هست/ نیست، حالا/ بعداً، مشابه/ متفاوت را نام برد که در راستای آن کودک یاد می‌گیرد که چه چیزی برای چه کاری مناسب هست/ نیست، یا اینکه زمان مناسب برای هر چیز متفاوت است. بعد از اینکه این کلمات در موقعیت‌های معمولی با کودک تمرین شدند، والدین در تعامل با کودک به پله‌ی چهارم می‌رسند و تنها در این مرحله است که کودک به هدف نهایی کارگاه که به‌کارگیری روش حل مسئله است نزدیک می‌شود.

پس از اتمام کارگاه و گردآوری داده‌ها، قبل از تحلیل در ابتدا داده‌ها مورد غربالگری قرار گرفت و پرسشنامه‌های مربوط به شرکت‌کنندگانی که گزینه‌های پاسخ داده نشده‌ی آنها در دو مرحله‌ی پیش‌آزمون و پس‌آزمون بیش از ۱۰ درصد موارد بود، کنار گذاشته شد. در ادامه داده‌ها با استفاده از تحلیل واریانس چندمتغیری<sup>۲</sup> و با استفاده از نرم‌افزار SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

#### یافته‌ها

یافته‌های توصیفی حاصل از ابزارهای پژوهش در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون در جدول ۱ ارائه شده است.

می‌شود و تمرین‌هایی که در آن وجود دارد در موقعیت‌های فرضی با کودک به تمرین‌های حل مسئله می‌پردازند. در این دفترچه تمرین‌هایی طراحی شده است که جنبه‌ی بازی و تفریح داشته و برای کودکان لذت‌بخش باشد؛ لذا فعالیت‌ها به صورت بازی یا نقاشی به کودک ارائه می‌شوند. تکالیف با استفاده از موقعیت‌های آشنا که کودک و والدین معمولاً با آنها در تماس هستند (مثلاً هنگام غذا پختن در آشپزخانه، در مهمانی، هنگام تماشای تلویزیون...) و در مکان‌های مختلف خانه طراحی شده‌اند (شور و دیجرونیمو، ۲۰۰۱).

در شروع، والدین با چهار شیوه‌ی تعامل با کودک که در کارگاه به نام چهار پله رفتار تعریف شده است، آشنا می‌شوند. در پله‌ی اول والدین نقش تنبیه، تهدید یا تحقیرکننده را دارند و با دستور دادن از کودک می‌خواهند که کاری را انجام دهد. برای مثال زمانی که مادر به کودک می‌گوید: «تو پسر نامرتبی هستی، وسایلات را از اینجا جمع کن» او در پله‌ی اول رفتار با کودک قرار دارد. در پله‌ی دوم دستور یا پیشنهاد بدون هیچ توضیحی داده می‌شود؛ به این معنی که کاری را انجام بده چون من آن را از تو می‌خواهم. در پله‌ی سوم والدین پیشنهادهای خود را همراه با توضیحاتی ارائه می‌دهند. این توضیحات ممکن است درباره‌ی پیامد کار یا توجه به احساس فرد مقابل باشد، مثلاً «اگر تکالیفات را انجام ندهی فردا در کلاس و جلوی همکلاس‌هایت احساس خجالت خواهی داشت» یا «اگر تکالیفات را انجام ندهی ممکن است خانم معلم از تو ناراحت شود». پله‌ی نهایی شامل کارآمدترین روش تعاملی

جدول ۱- خلاصه یافته‌های توصیفی نمره‌های پیش و پس‌آزمون به تفکیک مقیاس‌ها

مقیاس	زیرمقیاس	پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
	تنبیه و توبیخ	۲۷/۴۱	۵/۸۸	۲۲/۴۲	۸/۵۲
روش‌های	توصیه بدون توضیح	۳۳/۵۴	۳/۴۱	۳۱/۹۵	۴/۱۶
فرزندپروری	پیشنهاد همراه با توضیح	۳۲/۳۹	۴/۴۹	۳۱/۴۶	۵/۶۳
	روش حل مسئله	۳۱/۳۸	۶/۳۰	۴۳/۰۳	۵/۳۰
	مشکلات جسمانی - روانی والدین	۲۸/۴۸	۴/۲۷	۲۴/۶۷	۴/۷۴
استرس والدینی	ارتباط والد - کودک	۴۲/۶۶	۶/۲۱	۴۳/۰۷	۸/۷۳
	مشکلات رفتاری کودک	۳۶/۱۶	۶/۳۱	۳۶/۷۸	۸/۰۲

جدول ۲- خلاصه یافته‌های آزمون اثر درون‌آزمودنی میانگین زیرمقیاس‌های مقیاس روش‌های فرزندپروری

زیرمقیاس	نوع سوم مجموع مجدورات	درجات آزادی	نسبت F	سطح معناداری	مربع ایتای سهمی	توان آزمون
تنبیه و توبیخ	۴۱۱/۶۲	۱	۱۲/۱۵	۰/۰۰۷	۰/۲۸	۰/۹۲
توصیه بدون توضیح	۴۲/۱۴	۱	۵/۲۷	۰/۰۳	۰/۱۴	۰/۶۱
پیشنهاد همراه با توضیح	۱۴/۳۳	۱	۰/۹۹	۰/۳۳	۰/۰۳	۰/۱۶
حل مسأله	۲۲۳۸/۷۸	۱	۱۰۰/۷۱	۰/۰۰۱	۰/۷۶	۱

معناداری ندارد ( $\eta^2 = ۰/۰۶$ ،  $P < ۰/۹۹$ ،  $df = (۳ و ۳۰)$ ،  $F = ۰/۰۴$  و  $W = ۰/۹۹$ ). نتایج حاضر نیز نشان‌دهنده تأیید نشدن فرضیه ۲ پژوهش است. این یافته به این معناست که شرکت والدین در کارگاه روش تربیتی مبتنی بر حل مسأله نتوانسته است، کاهش معناداری در استرس‌های والدینی آنها ایجاد نماید.

### بحث و نتیجه‌گیری

بررسی مطالعات در زمینه استرس‌های فرزندپروری بیشتر به مسائل والدینی پرداخته‌اند که کودکان بیمار یا کودکان با مشکلات خاص مثلاً اختلال نقص توجه توأم با بیش‌فعالی، اختلال یادگیری، صرع، بیماری فیل کتونوریا، اختلال سلوک، پرخاشگری و از این قبیل دارند. این والدین استرس بالایی را تجربه می‌کنند که به اختلال در نقش والدینی و تعامل کارآمد والد-کودک منجر می‌شود و کاهش رضایت از زندگی، افزایش میزان افسردگی، افزایش مشکلات زناشویی، افزایش تعداد طلاق و کاهش عزت‌نفس والدین را نیز به دنبال دارد.

مطالعات نشان داده است که وجود حمایت‌های اجتماعی و آموزش مهارت‌های فرزندپروری در کاهش استرس‌های والدینی و بهبود تعامل والد-کودک و در نتیجه کاهش مشکلات رفتاری کودکان نقش بسیاری دارد (میسری و ریبای<sup>۳</sup>، ۲۰۰۶؛ ترنر و ساندرز<sup>۴</sup>، ۲۰۰۶؛ شچمن و گیلان<sup>۵</sup>، ۲۰۰۵؛ ترنر، ساندرز و مرکی - داس<sup>۶</sup>، ۲۰۰۲؛ ساندرز و مک فارلند<sup>۷</sup>، ۲۰۰۰؛ ولز<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۰۰). آموزش مهارت حل مسأله مبتنی بر روش‌های شناختی و آموزش مدیریت والدین<sup>۹</sup> بر کاهش استرس والدین و مشکلات رفتاری کودکان اثرگذار است (راجرز، کن، کامرون، لیتفیلد و لاجیوریا<sup>۱۰</sup>، ۲۰۰۳).

به‌دلیل آنکه هر یک از مقیاس‌های روش‌های فرزندپروری والدین و استرس والدینی، به ترتیب، متشکل از چهار و سه زیرمقیاس هستند؛ برای بررسی تفاوت‌های آماری موجود بین میانگین‌های دو مرحله پیش و پس‌آزمون این مقیاس‌ها از تحلیل واریانس چندمتغیری با طرح اندازه‌گیری‌های مکرر<sup>۱</sup> استفاده شد. انجام این تحلیل برای مقیاس روش‌های فرزندپروری والدین نشان داد نیمرخ میانگین زیرمقیاس‌های مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون تفاوت معناداری از هم دارند ( $\eta^2 = ۰/۸۲$ ،  $P < ۰/۰۳$ ،  $df = (۴ و ۲۹)$ ،  $F = ۳۲/۳۲$ ،  $W = ۰/۱۸$ ). این نتایج نشان می‌دهد که شرکت در کارگاه آموزشی مهارت حل مسأله توانسته است نیمرخ روش‌های فرزندپروری والدین شرکت‌کنندگان را تغییر دهد.

در ادامه برای پی بردن به اینکه میانگین کدام‌یک از زیرمقیاس‌ها در بین مراحل پیش و پس‌آزمون تفاوت دارند، نتایج آزمون اثر درون‌آزمودنی‌ها<sup>۲</sup> مد نظر قرار گرفت (جدول ۲). یافته‌های جدول ۲ نشان می‌دهد که میانگین سه زیرمقیاس تنبیه و توبیخ، توصیه بدون توضیح و حل مسأله در مراحل پیش و پس‌آزمون تفاوت معناداری با هم دارند و مجدور ایتای آنها به ترتیب ۰/۲۸، ۰/۱۴ و ۰/۷۶ است. این نتایج مؤید پذیرش فرضیه ۱ پژوهش حاضر است. به‌عبارت دیگر شرکت والدین در کارگاه روش تربیتی مبتنی بر حل مسأله موجب بهبود مؤلفه‌های تنبیه و توبیخ، توصیه بدون توضیح و حل مسأله روش‌های فرزندپروری آنان شده است.

انجام تحلیل واریانس چندمتغیری با طرح اندازه‌گیری‌های مکرر برای زیرمقیاس‌های استرس والدینی نشان داد که نیمرخ میانگین‌های دو مرحله پیش و پس‌آزمون از هم تفاوت

1. repeated measure design
3. Misri & Reebye
5. Shechtman & Gilat
7. McFarland
9. parent management training

2. within subject effect
4. Turner & Sanders
6. Mrkie-Dadds
8. Wells
10. Rogers, Cann, Cameron, Littlefield & Lagioia

علاقه‌مند به این زمینه می‌توانند والدین دانش‌آموزان در مدارس دولتی را نیز مورد مطالعه قرار دهند. نتایج حاصل از چنین پژوهشی برای خانواده‌های بسیاری که فرزندان آنها در مدارس دولتی تحصیل می‌کنند قابل استفاده است.

### منابع

شکوهی یکتا، م. و پرند، الف. (۱۳۸۶). آموزش روش حل مسئله به والدین و تأثیر آن بر رفتار کودکان. *مجله علوم روان‌شناختی*. دوره ششم، شماره ۲۲.

شکوهی یکتا، م.، اکبری زردخانه، س. و قهوه‌چی، ف. (۱۳۹۰). *اثر بخشی آموزش حل مسئله، مدیریت خشم بر سبک‌های تربیتی، پرخاشگری و شادکامی مریبان پیش‌دبستانی*. *مطالعات روان‌شناسی بالینی*، سال اول، شماره ۵.

شکوهی یکتا، م.، پرند، الف. و اکبری زردخانه، س. (زیر چاپ). *اثر بخشی آموزش روش حل مسئله بر روابط خانوادگی و شغلی کارمندان*. *پژوهش در روان‌شناسی*.

شکوهی یکتا، م.، زمانی، ن. و جوادی‌آسایش، س. (۱۳۹۱). پیگیری تأثیر آموزش‌های شناختی - رفتاری بر کنترل خشم در معلمان دانش‌آموزان کم‌توان ذهنی. *فصلنامه اندیشه‌های نوین تربیتی*.

شکوهی یکتا، م.، اکبری زردخانه، س. و شهابی، ر. (۱۳۹۳). آموزش حل مسئله به مادران و اثر بخشی آن بر حل مشکلات خانوادگی و روش فرزندپروری آنان. *مجله پژوهش‌های کاربردی در روان‌شناسی دانشگاه تهران*.

Anthony, L.G., Anthony, B.J., Glanville, D.N., Naiman, D.Q., Waanders, C., & Shaffer, S. (2005). The Relationships between Parenting Stress, Parenting Behaviour and Preschoolers' Social Competence and Behaviour Problems in the Classroom. *Infant and Child Development Inf. Child Dev.* 14: 133-154. DOI: 10.1002/icd.385.

Bogels, S.M., & Siqueland, L. (2006). Family cognitive behavior therapy for children and adolescents with clinical anxiety disorders. *Journal of American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 45(2), 134-141.

Bond, D.S., Lyle, R.M. Tappe, M.K., Seehafer, R.S., & D'Zurilla, T.J. (2002). Moderate aerobic exercise, Tai Chi, and social problem-solving ability in relation to psychological stress. *International Journal of Stress Management*, 9, 329-343.

Bridge, J.A., Goldstein, T.R., & Brent, D.A. (2006). Adolescent suicide and suicidal behavior. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 47, 372-394.

زمانی که والدین در برنامه‌های شناختی حل مسئله شرکت می‌کنند و راه‌حل‌های جایگزین<sup>۱</sup> را یاد می‌گیرند، استرس کمتری را در برخورد با کودک گزارش می‌کنند. مطالعات نشان داده که پرخاشگری کودکان زمانی که والدین آنها در برنامه‌های حل مسئله شرکت می‌کنند در مقایسه با گروه گواه کاهش معنی‌داری دارد (کازدین و وایتلی، ۲۰۰۳). مطالعات دیگری مانند سو، لی و وانگ (۲۰۰۵)، بالا بودن مهارت‌های حل مسئله را عاملی مؤثر در بهبود استرس و تعارضات درون خانواده دانسته‌اند. بررسی داده‌های حاصل از پژوهش حاضر نشان می‌دهد که کارگاه آموزشی تربیت کودک اندیشمند توانسته است موجب افزایش معنادار روش حل مسئله در والدین شود و روش‌های تربیتی آنها را در سه پله دیگر روش‌ها، یعنی تنبیه و توبیخ، توصیه بدون توضیح، پیشنهاد به همراه توضیح کاهش دهد. همچنین افزایش استفاده از روش حل مسئله به وسیله والدین موجب شده است که همسو با تحقیقاتی که در این قسمت گفته شد، میانگین استرس والدینی در عامل مشکلات جسمانی - روانی والدین کاهش پیدا کند و در عامل ارتباط والد-کودک افزایش نشان دهد، اگر چه این تفاوت به لحاظ آماری معنادار نبوده است. یکی از دلایل احتمال این معنادار نبودن ممکن است مرتبط با این مسئله باشد که روش حل مسئله باید در خانواده برای مدتی اجرا شود تا بتواند بر روی استرس والدینی تأثیر بگذارد، در حالی که شرکت‌کنندگان بلافاصله پس از آخرین جلسه آموزشی کارگاه به پرسشنامه‌ها در مرحله پس‌آزمون پاسخ داده‌اند.

یافته‌های حاصل از پژوهش حاضر از جهاتی نیز با نتایج مثبت حاصل از اجرای برنامه آموزش حل مسئله و اثر بخشی آن بر سازه‌هایی از جمله افزایش رفتارهای مطلوب کودکان (شکوهی یکتا و پرند، ۱۳۸۶)، کاهش رفتارهای خشمگینانه والدین نسبت به فرزندان (شکوهی یکتا، پرند، شهبانی و اکبری زردخانه، ۱۳۸۹)، بهبود تعامل والدین با کودکان (شکوهی یکتا، اکبری زردخانه، پرند، پوران؛ زیر چاپ)، بهبود شیوه‌های فرزندپروری و مشکلات خانوادگی (شکوهی یکتا، اکبری زردخانه، شهابی، ۱۳۹۳) همراه است که نشان‌دهنده توانمندی این آموزش‌ها در بهبود دیگر مؤلفه‌های خانوادگی است. لذا اجرای چنین برنامه‌هایی، تغییرات مناسب در خانواده‌هایی که مشکل دارند را نوید می‌دهد.

از محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به انتخاب والدین از مدارس غیرانتفاعی اشاره کرد که تعمیم یافته‌ها را برای گروه‌های گسترده‌تر والدین مشکل می‌کند. لذا پژوهشگران

- Brunwasser, S.M., Gillham, J.E., & Kim, E.S. (2009). A meta-analytic review of the Penn Resiliency Program's effect on depressive symptoms. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 77*, 1042-1054.
- Chang, Y., & Fine, M.A. (2007). Modeling parenting stress trajectories among low-income young mothers across the child's second and third years: Factors accounting for stability and change. *Journal of Family Psychology, 21*, 584-594.
- Cheng, S.K. (2001). Life stress, problem solving, perfectionism, and depressive symptoms in Chinese. *Cognitive Therapy and Research, 25*, 303-310.
- Crawford A, Manassis, K. (2001). Familial predictors of treatment outcome in childhood anxiety disorders. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry 40*: 1182-1189.
- Frye, A.A., & Goodman, S.H. (2000). Which social problem-solving components buffer depression in adolescent girls? *Cognitive Therapy and Research, 24*, 637-550.
- Greaven, S.H., Santor, D.A., Thompson, R., Zuroff, D.C. (2000). Adolescent self-Handicapping, depressive affect and maternal parenting styles. *Journal of Youth and Adolescence, 26*(6).
- Hamarta, E. (2009). A prediction of self-esteem and life satisfaction by social problem solving. *Social Behavior and Personality: An International Journal, 37*(1), 73-82.
- Hee Sun, S., & Jeong Mee, K. (2010). Analysis of Relationships between Parenting Stress, Maternal Depression, and Behavioral Problems in Children at Risk for Attention Deficit Hyperactive Disorder. *J Korean Acad, 40*(3): 453-461.
- Hintermair, M. (2006). Parental resources, parental stress, and socioemotional development of deaf and hard of hearing children. *Journal of Deaf Studies and Deaf Education, 11*, 493-513.
- Karrass, J., VanDeventer, M., Braungart-Riker, J. (2003). Predicting shared parent-child book reading in infancy. *Journal of Family Psychology 17*: 134-146.
- Kazdin, A.E., Siegel, T.C. & Bass, D. (1992). Cognitive problem solving skills training and parent management training in the treatment of antisocial behavior in children. *Journal of Consulting and Clinical Child Psychology, 60*(5), 733-747.
- Kazdin, A.E., Whitley, M.K. (2003). Treatment of parental stress to enhance therapeutic change among children referred for aggressive and antisocial behavior. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 71*(3), 504-515.
- Krulik, T., Turner-Henson, A., Kanematsu, Y., Al-Ma'aitah, R., Swan, J., Holaday, B. (1999). Parenting stress and mothers of young children with chronic illness: A cross-cultural study. *Journal of Pediatric Nursing, 14*(2), 130-140.
- Kücüker, S. (2006). The family-focused early intervention programme: evaluation of parental stress and depression. *Early Child Development and Care, 176*(3&4), 329-341.
- Lee, R.A., Sue, J, Yoshida, E. (2005). Coping with intergenerational family conflict among American college students. *Journal of Counseling Psychology, 52*(3), pp: 389-399.
- Lundahl, B., Risser, H.J., & Lovejoy, M.C. (2006). A meta-analysis of parent training: Moderators and follow-up effects. *Clinical Psychology Review, 26*, 86-104.
- McBurnett, K., & Pfiffner, L. (2008). *Attention deficit hyperactivity disorder: Concepts, controversies, new directions*. New York: Informa Health Care.
- Meesters, C., Muris, P. (2004). Perceived parental rearing behaviors and coping in young adolescents. *Personality and Individual Differences, 37*(3), 513-522.
- Misri, S., & Reebye, P. (2006). The impact of treatment intervention on parenting stress in postpartum depressed mothers: a prospective study. *American Journal of Orthopsychiatry, 76*(1): 115-119.
- Moore, P.S., Whaley, S.E., & Sigman, M. (2004). Interactions between mothers and children: impacts of maternal and child anxiety. *Journal of Abnormal Psychology, 113*, 471-476.
- Neitzel, C., & Stright, A.D. (2004). Parenting behaviours during child problem solving: The roles of child temperament, mother education and personality, and the problem-solving context. *International Journal of Behavioral Development, 28*(2): 166-179
- Nezu, A.M. (2004). Problem Solving and Behavior Therapy Revisited. *Behavior Therapy, 35*, 1-33.
- Olghan-Abadi, M., Kimiaee, A., & Amir, F. (2011). The relationship between parents' child rearing style and their children quality of life and mental health. *Journal of Psychology, 3*, 230-234.
- Pakenham, K.I., Bursnall, S. (2006). Relationship between social support, appraisal and coping and both positive and negative outcomes for children of a parent with multiple sclerosis and comparison with children of healthy parents. *Clinical Rehabilitation, 20*(8), 709-723.
- Pakenham, K.I., Smith, A.R., Rattan, S.L. (2007). Application of a stress and coping model to antenatal depressive symptomatology. *Psychology, Health & Medicine, 12*(3), 266-277.
- Pinderhughes, E.E., Dodge, K.A., Bates, J.A., Pettit GS, Zelli A. (2000). Discipline responses: Influence of parents' socioeconomic status, ethnicity, beliefs about parenting, stress, and cognitive-emotional processes. *Journal of Family Psychology 14*: 380-400.
- Rogers, H., Cann, W., Cameron, D., Littlefield, L., & Lagioia, V. (2003). Evaluation of the family intervention service for children presenting with characteristics associated with attention deficit hyperactivity disorder. *Australian e-Journal for the Advancement of mental Health, 2*(3).

- Ross, M.E., Aday, L.A. (2006). Stress and coping in African American grandparents who are raising their grandchildren. *Journal of Family Issues*, 27(7), 912-932.
- Sanders, M.R., & McFarland, M. (2000). The treatment of depressed mothers with disruptive children: A comparison of parent training and cognitive behavioral family intervention. *Behavior Therapy*, 31, 89-112.
- Shieck, N. (2006). Parenting style and its correlates. *Genetic social, general psychology monographs*, 125(3): 269-297.
- Shokoohi Yekta, M., Parand, A., & Ahmadi, A. (2011). Effects of teaching problem solving strategies to parents of pre-teens: a study of family relationship. *Procedia Social and Behavioral Sciences* 15, 957-960
- Shechtman, Z., Gilat, I. (2005). The effectiveness of counseling groups in reducing stress of parents of children with learning disabilities. *Group Dynamics: Theory, Research and practice*, 9(4), 257-286.
- Shure, M.B., Digeronimo, T.F. (2001). Raising a thinking child workbook: Teaching young children how to resolve everyday conflicts and get along with each others: Book review. *Social Work With Groups*, 24(3-4), 197-201.
- Sue, J., Lee, R.M. & Vang, S. (2005). Intergenerational family conflict and coping among Hmong American College students. *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 482-489.
- Treasy, L., Tripp, G. Baird, A. (2005). Parent stress management training for attention deficit hyperactivity disorder. *Behavior Therapy*, 36, 223-233.
- Turner, K.T., Mrkie-Dadds, C., & Sanders, M.R. (2002). *Facilitator's manual group Triple P*. Milton: Triple P International Pty. Ltd.
- Turner, K.M.T., & Sanders, M. (2006). *Help when it's needed first: A controlled evaluation of brief, preventive behavioral family intervention in a primary care setting*. Available: <http://www.elsevier.com>.
- Wells, K., Epstein, J., Hinshaw, S., Conners, C., Klaric, J., Abikoff, H., Abramowitz, A., Arnold, L., Elliott, G., Greenhill, L., Hechman, L., Hoza, B., Jenson, P., March, J., Pelham, W., Pfoffner, L., Severe, J., Swanson, J., Vitiello, B., Wigal, T. (2000). Parenting and family stress treatment outcomes in Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD): an empirical analysis in the MTA study. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 28(6), 543-553.
- Yoshizumi, T., Murase, S., Murakami, T., Takai, J. (2007). Dissociation as a mediator between perceived paternal rearing styles and depression in an adult community population using college students. *Personality and Individual Differences*, 43(2). 353-364.
- Zeitlin, S., Williamson, G., Rosenblatt, W. (1987). The coping with stress model: a counseling approach for families with a handicapped child. *Journal of Counseling and Development*, 65, 443-446.