



اثربخشی برنامه آموزشی فرزندپروری مبتنی بر نظریه انتخاب بر کیفیت رابطه
مادر- پسر

The Effectiveness of Parenting Training Program Based on Choice
Theory on Mother-Son Relationship Quality

Fateme khayamfar

Yaser Madani

Elaheh Hejazi

Kazem Poortaheri

فاطمه خیام‌فر*

یاسر مدنی**

الهه حجازی***

کاظم پورطاهری****

چکیده

Abstract

The present study aimed to determine the effectiveness of parenting training program based on choice theory on the quality of mother-son relationship. The research was carried out in the framework of a quasi-experimental design of a pretest-posttest and follow-up test with a control group. The research population consisted of mothers and their sons of eight and ninth grade in schools of Baghershahr in 1395-1396. In order to implement interventions, 40 volunteer mothers whose children had been selected through cluster sampling and had reported relational problems with their mothers, were selected. Then, they were randomly divided into the experimental and control group. All subjects (children) were evaluated in three stages (pre-test, post-test and follow-up) before and after the training with child's attitude toward mother scale (CAMS). Analysis of variance with repeated measures was used to analyze the data. The results showed that intervention in experimental group, in comparison with control group, decreased the scores of relational problems in post-test and follow-up test. Also this study showed that the average effect size of seven 2-hours sessions of choice-theory parenting program improving quality of mother-son relationship was 24.6%. So parenting training based on choice theory has good effect on improvement the quality of mother-son relationship.

Keywords: Choice Theory, Parenting Program Based on Choice Theory, Parent-Child Relationship, Mother-Son Relationship

پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی برنامه آموزشی فرزندپروری مبتنی بر نظریه انتخاب بر کیفیت رابطه مادر- پسر صورت گرفت. پژوهش در چارچوب یک طرح شبه‌آزمایشی از نوع پیش‌آزمون- پس‌آزمون و آزمون پیگیری با گروه کنترل اجرا شد. جامعه پژوهش شامل مادران و پسران پایه هشتم و نهم مدارس باقرشهر در سال ۹۵-۹۶ بود. به منظور انجام مداخلات، تعداد ۴۰ نفر از مادران داوطلبی که فرزندانشان پس از نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای در آزمون غربالگری شرکت و مشکلات رابطه‌ای با مادران خود را گزارش داده بودند، انتخاب شدند. سپس به صورت تصادفی در دو گروه کنترل و آزمایش گمارده شدند. کلیه آزمودنی‌ها (فرزندان) قبل و بعد از آموزش از طریق آزمون نگرش فرزند نسبت به مادر (CAMS) در سه مرحله (پیش‌آزمون، پس‌آزمون و آزمون پیگیری) ارزیابی شدند. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر استفاده گردید. نتایج نشان داد مداخله در گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل، در مراحل پس‌آزمون و آزمون پیگیری موجب کاهش نمرات مشکلات رابطه‌ای شد. همچنین این مطالعه نشان داد که میانگین اندازه اثر هفت جلسه آموزش دوساعته برنامه فرزندپروری مبتنی بر نظریه انتخاب بر بهبود کیفیت رابطه مادر- پسر به میزان ۲۴/۶ درصد بوده است. بنابراین، آموزش فرزندپروری مبتنی بر نظریه انتخاب اثربخشی مطلوب را برای بهبود کیفیت رابطه مادر- پسر داراست.

واژه‌های کلیدی: نظریه انتخاب، برنامه فرزندپروری مبتنی بر نظریه انتخاب، رابطه والد- فرزند، رابطه مادر- پسر

*نویسنده مسؤول: کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه تهران، تهران، ایران
**استادیار گروه روان‌شناسی تربیتی و مشاوره، دانشگاه تهران، تهران، ایران
***دانشیار گروه روان‌شناسی تربیتی و مشاوره، دانشگاه تهران، تهران، ایران
****کارشناسی ارشد مشاوره مدرسه، دانشگاه تهران، تهران، ایران

Email: fkhayam_55@yahoo.com

Received: 28 May 2018

Accepted: 27 Dec 2019

پذیرش: ۹۸/۰۶/۱۰

دریافت: ۹۷/۰۳/۰۷

مقدمه

در میان عوامل گوناگونی که در پرورش شخصیت سالم فرزندان مؤثرند، نحوه برخورد و ارتباط والدین و کودک، از مهم‌ترین و بنیادی‌ترین عوامل محسوب می‌شود (نوابی‌نژاد، ۱۳۷۲). به‌گونه‌ای که تحقیقات برآمده از رشته‌های مختلف روان‌شناسی، سلامت عمومی و آموزش و پرورش از آن به‌عنوان عامل محافظ مهم در برابر بسیاری از خطرات یاد می‌کنند (لزین، رولری، بین و تیلور، ۲۰۰۴). در این راستا نیز، مطالعات نشان داده که روابط والد-فرزند عامل عمده‌ای در تعیین شایستگی فرزندان در ارتباط با دیگران می‌باشد (دنهام^۱، ۱۹۹۷ و آیزنبرگ و مک‌نالی^۲، ۱۹۹۳؛ به نقل از جانگ و کیم، ۲۰۱۲ و کوثرنر و فیتز پاتریک، ۲۰۰۲). به‌عبارت‌دیگر، روابط والد-فرزند تا حدود زیادی بر شکل‌گیری مهارت‌های اجتماعی فرزندان (هانگ، ۱۹۹۹)، قابلیت‌های ارتباطی آینده (ریچی، ۱۹۹۱)، خودپنداره مثبت (گوردن، ۲۰۰۰)، کیفیت تعامل با هم‌تایان و سازگاری با زندگی در مدرسه (پارک و لاد^۳، ۱۹۹۲؛ به نقل از جانگ و کیم، ۲۰۱۲) و مانند این‌ها تأثیرگذار است.

با وجود اشتراک‌های صاحب‌نظران در اهمیت روابط والد-فرزندی، تعاریف متعددی در باب این مفهوم و کیفیت آن مطرح شده است که به برخی از آن‌ها اشاره می‌شود. لزین و همکاران (۲۰۰۴) معتقدند روابط والد-فرزند از طریق کیفیت پیوند عاطفی بین والدین و فرزند و میزان متقابل بودن و پایداری این پیوند در طول زمان، مشخص می‌شود. رانکن، کانستانتینو، الیکس و پوپا (۲۰۱۲)، بیان می‌کنند که روابط میان والدین و فرزند، نشان‌دهنده برخی تعاملات ارتباطی عمیق و قابل توجهی است که در آن طرفین به‌دنبال درک و فهم یکدیگرند و این مهم، مهارت‌های خاص در دسترس بودن و اختصاص زمان را می‌طلبد.

آرمسدن و گرینبرگ (۱۹۸۷)، کیفیت رابطه والد-فرزند را به‌صورت میزان اعتماد، گفت‌ووشنود و اتحاد بین والد و نوجوان تعریف می‌کنند. بدین ترتیب، رابطه‌ای که در آن اعتماد و گفت‌ووشنود در سطح بالایی باشد و بین افراد آن حس همبستگی وجود داشته باشد، بیانگر بالای بودن کیفیت رابطه است. در واقع، زمانی که رابطه و پیوند والدین-فرزند در یک خانواده بالاست، جو عاطفی خانواده سرشار از محبت، گرمی، رضایت، اعتماد و حداقل درگیری می‌باشد. والدین و فرزندان از گذارندن وقت با یکدیگر لذت می‌برند و به‌طور آزادانه و آشکارا باهم در ارتباطند، از یکدیگر حمایت می‌کنند و به‌هم احترام می‌گذارند. در سمت دیگر، یعنی زمانی که رابطه و پیوند والدین-فرزند پایین است، جو عاطفی خانواده خشن‌تر می‌باشد. والدین و فرزندان به‌جای محبت، به‌طور یکسان خصومت و خشم را تجربه می‌کنند. درگیری‌های حل‌نشده بسیاری بین والدین با یکدیگر و با فرزندان وجود دارد و ارتباط، احترام و احساس درک‌شدن فاقد جایگاه می‌باشد و به‌جای دلبستگی متقابل چیزی شبیه به جداشدن متقابل در بین اعضا جاری است (موری^۴، ۱۹۹۳؛ به نقل از لزین و همکاران، ۲۰۰۴).

-
1. Denham, S. A.
 2. Eisenberg, N., & McNally, S.
 3. Parke, P. D., & Ladd, G. W.
 4. Moore, K. A.

در این میان، مرور ادبیات مربوط به روان‌شناسی و آسیب‌شناسی نشان می‌دهد که موضوع تعامل مادر- فرزند از عمده‌ترین زمینه‌های مطالعه روابط والدین با فرزندان می‌باشد (علیزاده، ۱۳۸۰). مادر به‌عنوان رکن تربیتی خانواده، بیشترین موقعیت‌ها و تعاملات را با فرزند تجربه می‌کند. در نتیجه، استفاده مادر از شیوه‌های نوین تربیتی، می‌تواند دارای پیامدهای مناسب در پرورش فرزندان باشد. بنابراین، آموزش مادران را می‌توان از ارکان اصلاح فرایندهای خانوادگی و سلامت خانواده تلقی کرد. مورفی معتقد است، آموزش مادران علاوه بر سودمندی فردی و ایجاد فضایی مطلوب در خانواده، در الگودهی رفتارهای موردقبول و رفتارهای اجتماعی به کودکان و کیفیت رابطه آن‌ها در آینده (ویترز، سندلر، شرد و آلتیر، ۱۹۸۰) بسیار مؤثر می‌باشد (شکوهی‌یکتا، اکبری زردخانه، پرند و پوران، ۱۳۹۱).

از این رو، برنامه‌های ملی و محلی و کارهای سازماندهی‌شده بسیاری فراهم آمده است تا از طریق ارائه خدمات حمایتی به والدین، دانش آن‌ها را نسبت به رشد فرزندان افزایش دهند و آن‌ها را در فراهم کردن محیطی امن و سرشار از حمایت‌های عاطفی برای فرزندان، توانمند سازند (اوگر، استیونز، کنن و پادایلا، ۲۰۱۶)، که از این برنامه‌ها با عنوان «برنامه‌های فرزندپروری» یاد می‌شود.

استفاده از برنامه‌های آموزش فرزندپروری از دهه ۱۹۶۰ آغاز شد (لانگ، ادوارز و بلاندو، ۲۰۰۹). در این زمان، مداخلات بر روی تغییر رفتار والدین تمرکز کردند و آن‌ها را شرکت‌کنندگان فعال مداخلات درمانی خود قرار دادند. به تدریج با ظهور و توسعه نظریه رفتارگرایی، پیشرفت‌هایی در این برنامه‌ها حاصل شد که نتیجه آن ظهور و گسترش برنامه‌های متعدد فرزندپروری، در طول این سال‌هاست (هااسلام، مجیا، سندرز و دی‌وریس، ۲۰۱۶).

گلسر (۱۳۹۵) نیز، یکی از کسانی است که با بنیان‌گذاری نظریه انتخاب^۱ و ارائه شیوه‌ای تربیتی مبتنی بر این نظریه، به این عرصه ورود پیدا کرده است. به‌طور کلی، نظریه انتخاب توضیح می‌دهد که افراد چرا و چگونه رفتار می‌کنند. این نظریه که مبتنی بر روان‌شناسی کنترل درونی می‌باشد، معتقد است تمام رفتارها از درون برانگیخته می‌شوند و همگی معطوف به یک هدف هستند و هدف هر رفتار، ارضای یکی از پنج نیاز اساسی (نیاز به بقا، نیاز به تعلق و عشق، نیاز به قدرت، نیاز به آزادی و نیاز به سرگرمی و لذت) است.

از منظر نظریه انتخاب، هر انسانی تنها می‌تواند رفتار خودش را کنترل کند و تنها چیزی که می‌تواند به دیگران بدهد اطلاعات است و تنها روشی که به‌وسیله آن می‌تواند وقایع محیطی را تحت کنترل درآورد، انتخاب رفتار و اعمالش می‌باشد (شعبی، ۱۳۹۲). به‌همین دلیل، گلسر (۱۳۹۵) توصیه می‌کند والدین برای دستیابی به روابط موردنیاز و حفظ آن؛ زورگویی و اجبار، تحمیل، تنبیه، پاداش، فریب، ریاست، انتقاد، سرزنش، گلايه، اذیت‌کردن، رتبه‌بندی و پس‌کشیدن را کنار بگذارند و به جای آن‌ها، دلسوزی و گوش‌دادن، حمایت، مذاکره، دلگرمی‌دادن، عشق‌ورزیدن، دوست‌بودن، اعتماد، پذیرش، استقبال و احترام‌گذاشتن را انتخاب کنند.

گلسر^۲، ۱۹۸۴ (به نقل از پریماسون، ۱۳۹۴)، معتقد است برای برقراری رابطه با فرزندان یا پرورش آن‌ها سه شیوه وجود دارد: ۱- می‌توان رفتارهایی در برابر آن‌ها انجام داد؛ ۲- می‌توان رفتارهایی برای آن‌ها انجام

1. choice theory
2. Glasser, W.

داد و ۳- می‌توان رفتارهایی با آن‌ها انجام داد. تنبیه و اقدامات کنترلی مثل سرزنش، انتقاد و مانند این‌ها، فراوان‌ترین روش‌هایی هستند که والدین «در برابر» فرزندان انجام می‌دهند. فرزندان از این رفتارها، احساس کنترل، منع و ظلم‌وستم را تجربه می‌کنند. به‌همین دلیل، آن‌ها برای خلاص شدن از ظلم و کنترل والدین یا ترسرویی می‌کنند یا مخالفت و یا بدتر از آن، خود را سرزنش می‌کنند. در این مورد والدین به‌خوبی به هدفشان که راهنمایی کردن فرزندان به سمت مسؤلیت‌پذیری است، نمی‌رسند. در برخی موارد والدین به فرزندانشان عشق می‌ورزند و طاقت رنج کشیدنشان را ندارند؛ به‌گونه‌ای که آمادگی این را دارند که بسیار بیش از حد لازم «برای آن‌ها» کاری انجام دهند- به‌خصوص در رابطه با بچه‌های کوچکتر- در اینجا این خطر وجود دارد که نگرش حق‌به‌جانب بودن در فرزندان تقویت شود و به‌واسطه آن باور داشته باشند که سخت کار کردن غیرمنطقی و ناخوشایند است و ضرورتی ندارد. در نتیجه، فرزندان به‌تدریج خود را در غلبه بر چالش‌ها و موانع، نالایق می‌دانند. شیوه سومی نیز وجود دارد که از نظر گلسر، کلید پرورش یک کودک مسؤلیت‌پذیر و توانمند می‌باشد و آن یافتن راه‌های جدید برای کار کردن «با آن‌ها» است.

براین اساس، محور برنامه فرزندپروری با رویکرد انتخاب، آموزش و ارائه اصول و راهبردهایی می‌باشد که در کنار تقویت رابطه با فرزندان، بتوان از طریق آن‌ها «با فرزندان» به اهداف والدینی و تربیتی دست یافت. به‌عنوان نمونه مشیریان فراچی (۱۳۹۳)، در تحقیق خود نشان داد که آموزش گروهی تئوری انتخاب به دانشجویان در بهبود روابط آن‌ها با والدین و کاهش نشانه‌های پرخاشگری مؤثر است. همچنین نتایج تحقیقی که برادری (۱۳۹۳) با هدف تعیین اثربخشی واقعیت‌درمانی مبتنی بر نظریه انتخاب بر بهبود رابطه مادر- کودک و وضعیت تحصیلی دانش‌آموزان مبتلا به اختلال اُتیسیم انجام داد، بیانگر تأثیر مثبت مداخلات بر روابط مادر- کودک بود. درهمین راستا، سهراب‌نژاد (۱۳۹۳) به این نتیجه دست یافت که آموزش مفاهیم واقعیت‌درمانی به کاهش تعارضات والد- نوجوان و افزایش خودکارآمدی کمک می‌کند. محمدی، قمری و جعفری (۱۳۹۲) نیز با انجام مداخلات مشاوره‌ای گروهی دریافتند که واقعیت‌درمانی در کاهش تعارضات والد- هم‌جنس تأثیرگذار است. باتوجه به مطالب بیان شده، گرچه تحقیقات موجود در زمینه واقعیت‌درمانی و نظریه انتخاب متعدد می‌باشد و بر روی نمونه‌های مختلف اجرا گردیده است؛ اما باین‌حال، خلأ تحقیقاتی که گروه هدفشان والدین باشد و یا این‌که مداخلات فرزندپروری مبتنی بر نظریه انتخاب را مورد توجه قرار داده باشند، پرداختن به این موارد را ضروری‌تر می‌سازد. همچنین، پیچیدگی شرایط فعلی در نتیجه ظهور تکنولوژی‌های جدید، نه تنها در گسترش و بدتر شدن مشکلات بین والدین و فرزندان مؤثر بوده؛ بلکه نظارت بر رفتار فرزندان را نیز دشوارتر کرده است. بنابراین، نسل کنونی والدین، با جامعه تغییر یافته‌ای مواجه‌اند که روش‌های تربیت سنتی را منسوخ نموده است؛ در حالی که آن‌ها هنوز روش‌های مؤثرتر و جدیدتر را نمی‌شناسند. به‌همین دلیل، ارائه شیوه‌ای مناسب، مؤثر و مبتنی بر عصر حاضر، برای تعاملات مثبت‌تر بین والدین و فرزندان و تأثیرگذاری بیشتر والدین بر رفتارهای انتخابی فرزندان ضروری به‌نظر می‌رسد.

از طرفی بیشتر راهنمایی‌هایی که والدین تاکنون دریافت کرده‌اند، مبتنی بر فلسفه و روان‌شناسی‌ای می‌باشد، به‌نام «روان‌شناسی کنترل بیرونی» که کارایی لازم را ندارد و ناکارآمدیش (حداقل ناکارآمدی بلندمدت آن)،

به‌خصوص در عصر حاضر، به‌خوبی نمایان شده است. در این رابطه می‌توان به تحقیقات برانج، هیل، فرینز و میوز (۲۰۱۰)، ریگی، اسلی و مارتین (۲۰۰۷)، ودیگ و ناک (۲۰۰۷)، نیمار- استاینر، استوری و پری (۲۰۰۶)، ریس و یونیس (۲۰۰۴)، گرشاف (۲۰۰۲)، فینی و آنگ (۲۰۰۲)، کنی، دولی و فیتزگرا (۱۹۹۶)، اسمتانا (۱۹۹۵) و مانند این‌ها اشاره کرد. بنابراین، بخشی از مشکلات به‌خاطر کنترل بیرونی می‌باشد؛ فشاری که والدین بر فرزندان می‌آورند تا آن‌ها را به‌گونه‌ای بارآورند که به‌شدت انتظارش را دارند. معایب روان‌شناسی کنترل این است که تنها برای مدت کوتاهی منجر به پیروی فرزند یا خاموش‌شدن رفتار مشکل‌دار وی می‌شود؛ ضمن این‌که با مقاومتی که در طرفین ایجاد می‌کند، روابط را روزبه‌روز بدتر و فاصله بین والد و فرزند را بیشتر می‌نماید. با توجه به تمامی این مطالب باید در نظر داشت، آنچه که والدین به‌دنبال آن هستند، پرورش فرزندان مطیع نیست؛ بلکه هدف آن‌ها پرورش‌وتربیت فرزندان شایسته و خلاق می‌باشد که قادرند طرح و برنامه ارائه کنند و با هوشمندی، انتخاب‌هایشان را ارزیابی نمایند و زمانی که برنامه‌هایشان کارایی لازم را ندارند، آن‌ها را اصلاح کنند (پریماسون، ۱۳۹۴). گلسر، مدعی است که نظریه انتخاب قادر به مرتفع‌سازی این موارد می‌باشد و نه تنها والدین را از زنجیر کنترل بیرونی رها می‌سازد و روابط آن‌ها را بهبود می‌بخشد؛ بلکه می‌تواند آنان را به هدف اصلی خود در فرزندپروری رهنمون سازد. بنابراین، قصد پژوهشگر بر آن است تا با توجه به نظریه انتخاب گلسر که نقطه مقابل روان‌شناسی کنترل بیرونی می‌باشد، اثربخشی برنامه آموزشی فرزندپروری مبتنی بر نظریه انتخاب را بر بهبود کیفیت رابطه والد- فرزند مورد ارزیابی قرار دهد.

روش

جامعه آماری، نمونه و روش اجرای پژوهش

پژوهش حاضر با بهره‌گیری از طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون و پیگیری با گروه کنترل انجام شد. کلیه دانش‌آموزان پسر پایه هشتم و نهم مدارس باقرشهر در سال تحصیلی ۹۶-۹۵ به همراه مادرانشان، جامعه آماری تحقیق بودند. نمونه تحقیق ۴۰ نفر بودند که طی چند مرحله نمونه‌گیری انتخاب شدند. در مرحله اول برای انجام مطالعه غربالگری و انتخاب افرادی که مشکلات رابطه‌ای بیشتری با یکدیگر دارند، از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای استفاده شد. به‌این‌ترتیب که ابتدا دو مدرسه از میان مدارس مقطع متوسطه (دوره اول) و سپس دو کلاس از هر پایه انتخاب گردید و پس از هماهنگی لازم با مسؤولان این مدارس، پرسشنامه «نگرش فرزند نسبت به مادر»، در بین دانش‌آموزان توزیع شد. در مرحله دوم، پس از تکمیل پرسشنامه توسط دانش‌آموزان، تعداد ۶۰ والد (مادر) که فرزندان- با توجه به نمرات پرسشنامه- مشکلات رابطه‌ای با آن‌ها را گزارش کرده بودند، انتخاب شدند (مبنای انتخاب، نمرات بالای ۵۰ بود). سپس از هر ۶۰ والد دعوت به‌عمل آمد (تلفنی و کتبی) تا در جلسه‌ای توجیهی با موضوع رابطه با فرزندان شرکت کنند. از میان افرادی که در جلسه حضور یافتند و برای شرکت در کارگاه آموزشی اعلام آمادگی نمودند، ۴۰ نفر به‌تصادف انتخاب و در دو گروه کنترل و آزمایش (هر گروه ۲۰ نفر) گمارده شدند. همچنین، به‌منظور بیشینه‌سازی واریانس واقعی و کمینه‌سازی واریانس خطا، متغیرهایی همچون تحصیلات مادر (سیکل به بالا)، جنسیت (پسر)، پایه

تحصیلی (هشتم و نهم) و محل تحصیل فرزندان (مدارس باقرشهر)، از جمله متغیرهایی بودند که با ثابت نگه داشتن، کنترل شدند.

ابزار سنجش

پرسشنامه نگرش فرزند نسبت به مادر^۱ (CAMS): به منظور سنجش میزان مشکلات رابطه‌ای بین مادر و فرزند از پرسشنامه نگرش فرزند نسبت به مادر استفاده گردید. این پرسشنامه ابزاری ۲۵ عبارتی است که توسط جولی و هودسن (۱۹۷۷) برای اندازه‌گیری دامنه، میزان یا شدت مشکلات فرزند با مادرش تدوین شده است. مشابه این پرسشنامه فرمی برای پدر با نام اختصاری^۲ CAFS نیز تدوین گردیده است، با این تفاوت که کلمه مادر و پدر تغییر می‌کند. این دو پرسشنامه جزء معدود ابزارهایی هستند که مشکلات رابطه‌ای ولی-فرزندی را از دید فرزند اندازه‌گیری می‌نمایند. هر دو مقیاس نگرش فرزند نسبت به مادر و پدر، دو نقطه برش دارند: ۱) نمره ۳۰ (± 5); نمرات زیر این نقطه نشان از فقدان مشکلات مهم بالینی در این زمینه است و نمرات بالای ۳۰ به منزله وجود مشکلی می‌باشد که از نظر بالینی معنادار تلقی می‌شود و ۲) نمره ۷۰؛ نمرات بالای این نقطه به طور تقریبی همیشه نشان می‌دهد که مراجع استرس شدیدی دارد و احتمال زیادی برای خشونت به منظور حل مشکل وجود دارد. این مقیاس برای کودکان ۱۲ سال به بالا استفاده می‌شود (عبداله‌زاده، برزو و کریمی، ۱۳۸۷). منطبق بر تحقیق جولی و هودسن (۱۹۷۷)، آلفای کرونباخ به دست آمده برای پرسشنامه نگرش فرزند نسبت به پدر ۰/۹۵ و برای پرسشنامه نگرش فرزند نسبت به مادر ۰/۹۴ است. عبداله‌زاده، برزو و کریمی (۱۳۸۷)، آلفای کرونباخ به دست آمده برای پرسشنامه نگرش فرزند نسبت به پدر ۰/۸۷ و برای پرسشنامه نگرش فرزند نسبت به مادر ۰/۸۵ گزارش کرده‌اند که بیانگر پایایی مناسب این پرسشنامه می‌باشد.

روند اجرای پژوهش، بدین صورت بود که پس از نمونه‌گیری، تعیین نمونه و اجرای پیش‌آزمون، گروه آزمایش طی هفت جلسه دوساعته تحت آموزش برنامه فرزندپروری مبتنی بر نظریه انتخاب قرار گرفت و بعد از پایان آموزش، پس‌آزمون از فرزندان گرفته شد. همچنین، به منظور بررسی و تعیین اثر بلندمدت برنامه، بعد از یک‌ماه، آزمون پیگیری نیز به عمل آمد. در طول دوره آموزش پنج نفر از مادران از شرکت در جلسات خودداری کردند. بدین ترتیب، تعداد اعضای گروه آزمایش، به ۱۵ نفر کاهش یافت. محتوا و ساختار جلسات آموزش فرزندپروری مبتنی بر نظریه انتخاب در جدول ۱ ارائه گردیده است.

1. Child's Attitude toward Mother Scale (CAMS)
2. Child's Attitude toward Father Scale (CAFS)

جدول ۱- خلاصه جلسات آموزشی برنامه فرزندپروری انتخاب

جلسات	اهداف کلی	شرح جلسه
جلسه اول	آگاه‌ساختن والدین نسبت به روان‌شناسی کنترل و ایجاد حس نیاز به روان‌شناسی جدید (انتخاب)	معارفه و آشنایی، بیان قواعد گروه، بیان اهداف و معرفی دوره آموزشی، بیان اثرات و نقش روان‌شناسی کنترل در روابط (با تمرکز بر روابط والد- فرزند)، تشریح مفهوم کنترل (تعریف، اهمیت و ضرورت و باورهای مرتبط با آن)، صمیمیت، روابط با دوستان صمیمی و گذری اجمالی بر فرزندپروری انتخاب.
جلسه دوم	تقویت حس نیاز به رویکردی جدید و آشنایی با فرزندپروری انتخاب	مروری بر جلسات قبل و اشاره به نقش مخرب کنترل از نگاهی دیگر، تشریح دو واژه حق و مسئولیت، جایگاه هر کدام در رویکرد انتخاب و کنترل و اثرات به‌جامانده از هر کدام، بحث پیرامون فرزندپروری انتخاب (اهمیت فرزندپروری، چیستی فرزندپروری انتخاب، اصول و باورها و مهم‌ترین وظیفه والدین در فرزندپروری انتخاب).
جلسه سوم	شناخت بیولوژی، نیاز، رفتار، احساس و نگرش فرزند به عنوان نوجوان	معرفی و بحث در زمینه تغییرات فیزیولوژیکی، شناختی و روانی در دوران نوجوانی، آموزش در مورد نیازهای پنج‌گانه و رفتار کلی با تأکید بر نیازهای نوجوان و تحلیل رفتار وی. ارائه تکالیف خانگی.
جلسه چهارم	شناخت نیاز، رفتار، احساس و نگرش خود به‌عنوان والد	پیگیری تکالیف خانگی، پرداختن به ادامه مباحث در حوزه شناخت نوجوان، بحث پیرامون دنیای مطلوب و مقایسه تصاویر دنیای مطلوب نوجوانان و فرزند با دنیای مطلوب مادران، پرداختن به قوی‌ترین نیازها در والدین (هم نسبت به‌خود و هم فرزند) و مقایسه آن با نیازهای نوجوان. انجام تمرین مرتبط با رفتار کلی و ارائه اطلاعات تکمیلی در این حوزه. آموزش تمرین خودارزشیابی والدین و انجام آن. ارائه یک چارت از تفاوت‌ها و بحث و نتیجه‌گیری پیرامون آن، مروری بر تکالیف قبل و ارائه تکالیف جدید.
جلسه پنجم	آموزش راهکارهای فرزندپروری انتخاب	پیگیری تکالیف خانگی، معرفی و بحث در حوزه روش‌های کنترلی قدیم و اهمیت کنارگذاشتن آن‌ها در بهبود روابط و موفقیت در تربیت فرزند، معرفی روش‌های جایگزین از جمله تکنیک حفظ ارتباط و آموزش عناصر مرتبط با آن مثل گوش‌دادن فعال، انجام تمرین و ارائه تکالیف خانگی.
جلسه ششم	آموزش راهکارهای فرزندپروری انتخاب	پیگیری تکالیف، آموزش تکنیک تشویق به خودارزشیابی و تکنیک گذاشتن حدود مرز و ارائه تکالیف.
جلسه هفتم	آموزش راهکارهای فرزندپروری انتخاب	پیگیری تکالیف، آموزش تکنیک برنامه‌ریزی مشارکتی و تکنیک معلق نگه‌داشتن امتیازات ویژه، جمع‌بندی مطالب و پاسخ به پرسش‌ها و اجرای پس‌آزمون.

داده‌های جمع‌آوری شده با بهره‌گیری از نرم‌افزار Spss و با استفاده از شاخص‌های آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار) و آزمون آماری تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر تجزیه و تحلیل شدند.

یافته‌ها

طبق یافته‌های حاصل از بررسی ویژگی‌های جمعیت‌شناختی نمونه، میانگین سنی مادران به تفکیک گروه کنترل و آزمایش و به‌طور کلی، به‌ترتیب برابر با $۳۶/۴۰ \pm ۲/۶$ ، $۳۷/۴۷ \pm ۳/۸$ ، $۳۶/۹۳ \pm ۳/۲$ است. همچنین نحوه پراکندگی آزمودنی‌ها برحسب تحصیلات مادر، وضعیت اقتصادی- اجتماعی خانواده و پایه تحصیلی فرزندان از قرار زیر می‌باشد:

جدول ۲- ویژگی‌های جمعیت‌شناختی نمونه

متغیر	گروه کنترل	گروه آزمایش	کل
سیکل	۳	۳	۶
تحصیلات مادر	۱۰	۱۰	۲۰
فوق دیپلم	۲	۲	۴
ضعیف	۱	۰	۱
وضعیت اقتصادی- اجتماعی	۱۱	۱۳	۲۴
متوسط	۳	۲	۵
خوب	۰	۰	۰
عالی	۶	۸	۱۴
پایه تحصیلی فرزند	۹	۷	۱۶
هشتم			
نهم			

به‌منظور مقایسه نمرات دو گروه در پیش‌آزمون، پس‌آزمون و آزمون پیگیری از دو شاخص میانگین و انحراف معیار استفاده شد که خلاصه نتایج در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳- شاخص‌های توصیفی متغیر نگرش فرزند نسبت به مادر در گروه آزمایش و کنترل در سه مرحله آزمون

متغیر	گروه	پیش‌آزمون		پس‌آزمون		آزمون پیگیری	
		SD	M	SD	M	SD	M
نگرش فرزند به مادر	آزمایش	۱۷/۵۶	۶۳/۰۶	۱۴/۵۱	۵۵/۰۶	۱۱/۵۹	۵۵/۰۶
	کنترل	۱۵/۶۹	۷۷/۷۳	۱۴/۳۹	۸۰/۴۶	۱۳/۷۳	۸۰/۴۶

همان‌گونه که مشاهده می‌شود، داده‌های جدول ۳ در مرحله پس‌آزمون و پیگیری حاکی از بهبود متغیر موردنظر در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل و مرحله پیش‌آزمون می‌باشد. به‌گونه‌ای که در متغیر نگرش به مادر، گروه آزمایش در مراحل مختلف نمرات پایین‌تری نسبت به گروه کنترل کسب کرده است. با توجه به این‌که در متغیر مدنظر هرچه نمرات پایین‌تر باشند، نشان از مشکلات کم‌تر و روابط بهتر بین والد و فرزند می‌باشد، استنباط می‌شود که آموزش‌های صورت‌گرفته در افزایش کیفیت روابط والد- فرزند تأثیر داشته است. همچنین، کاهش میانگین نمرات در آزمون پیگیری نسبت به پیش‌آزمون و پس‌آزمون نیز بیانگر اثر ماندگار این آموزش پس از گذشت زمان بر روی آزمودنی‌ها می‌باشد.

برای بررسی معناداری تغییرات از آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر استفاده شد. قبل از انجام آزمون، ابتدا پیش‌فرض‌های آن شامل همخوانی ماتریس‌های کواریانس بین گروهی و درون‌گروهی، نرمال بودن توزیع داده‌ها و همسانی واریانس‌ها مورد بررسی قرار گرفتند و پس از اطمینان از برقراری مفروضه‌ها، تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر صورت گرفت. در ادامه به گزارش نتایج حاصل آزمون پیش‌فرض‌ها و آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر پرداخته می‌شود.

جدول ۴- نتایج حاصل از آزمون کرویت موشلی در بررسی همگنی واریانس‌های درون‌گروهی

متغیر	آماره	درجه آزادی	سطح معناداری	اپسیلون هیون-فلت	حد پایین
زمان	۰/۲۷۸	۲	۰/۰۰۰	۰/۶۱۲	۰/۵۰۰

مطابق با مندرجات جدول ۴، مقدار آزمون کرویت موشلی در سطح خطای کوچکتر از ۰/۰۱ معنادار است. معنادار بودن حاکی از نبود برقراری کرویت بوده است. بنابراین، فرض صفر مبنی بر همگنی یا همخوانی ماتریس کواریانس خطای مربوط به متغیر وابسته تبدیل شده نرمال با یک ماتریس همانی رد می‌گردد و نمی‌توان کرویت ماتریس واریانس- کواریانس متغیر وابسته را پذیرفت. اما از آنجا که نرم‌افزار Spss علاوه بر آن مقدار تعدیل‌شده‌ای در قالب اپسیلون ارائه می‌دهد. می‌توان از یکی از سه آزمون محافظه‌کار ارائه شده، استفاده کرد که در این‌جا به نتایج آزمون گرینه‌هاوس- گیسر و هیون- فلت اشاره می‌شود و مقدار F براساس درجات آزادی جدید مورد قضاوت قرار می‌گیرد.

جدول ۵- نتایج حاصل از آزمون ام. باکس در بررسی همگنی

ماتریس‌های کواریانس بین گروه‌ها

مقدار	F	سطح معناداری
۱۳/۱۶	۱/۹۳	۰/۰۷۱

جدول ۶- نتایج آزمون کولموگروف-اسمیرنف برای بررسی نرمال بودن توزیع داده‌ها

متغیر	موقعیت	میانگین	انحراف استاندارد	آماره	سطح معناداری
پیش‌آزمون	۷۴/۳۶	۱۶/۵۹	۰/۶۹۴	۰/۷۳۰	
نگرش فرزند به مادر	۷۰/۴۰	۱۶/۰۴	۰/۴۱۴	۰/۹۹۶	
پیگیری	۶۷/۷۶	۱۷/۹۶	۰/۵۱۸	۰/۹۵۱	

جدول ۷- نتایج آزمون لون در بررسی همگنی واریانس‌ها

متغیر	موقعیت	آماره F	درجه آزادی بین گروهی	درجه آزادی درون گروهی	سطح معناداری
پیش‌آزمون	۰/۰۸۶	۱	۲۸	۰/۷۷۱	
نگرش فرزند به مادر	۰/۱۲۷	۱	۲۸	۰/۷۲۴	
پیگیری	۰/۰۱۶	۱	۲۸	۰/۸۹۹	

همانگونه که در جدول‌های ۵، ۶ و ۷ مشاهده می‌شود، سطح معناداری در هر سه آزمون ذکر گردیده بیشتر از ۰/۰۵ می‌باشد که بیانگر برقراری مفروضه‌هاست.

جدول ۸- نتایج آزمون‌های اثرات بین‌آزمودنی‌ها در تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجات آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	مجذور اتا
گروه	۵۱۶۸/۰۴	۱	۵۱۶۸/۰۴	۱۳/۹	۰/۰۰۵	۰/۲۴۶
خطا	۱۵۸۳۵/۸	۲۸	۵۶۵/۵۶			

یافته‌های اختصاصی حاصل از تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر در تعیین تفاوت نمرات بین‌آزمودنی‌ها (جدول ۸) نشان داد، تغییرات نمرات نگرش به فرزند، در دو گروه آزمایشی و کنترل (عامل بین‌گروهی) بدون توجه به عامل زمان (عامل درون‌گروهی) معنادار می‌باشد. براین اساس، آموزش فرزندپروری مبتنی بر نظریه انتخاب بر بهبود رابطه والد-فرزند مؤثر بوده است. با توجه به مجذور اتا این آموزش گروهی کوتاه‌مدت قادر می‌باشد به تنهایی ۲۴/۶ درصد از واریانس رابطه والد-فرزند را تبیین نماید.

همچنین به منظور مشخص شدن این که در کدام مراحل بین نیمرخ نمرات دو گروه تفاوت وجود دارد، از نتایج جدول ۹ استفاده شد.

جدول ۹- مقایسه نمرات بین‌آزمودنی در مراحل سه‌گانه

زمان	T	درجات آزادی	سطح معناداری
پیش‌آزمون	-۰/۸۸۸	۲۸	۰/۳۸۲
گروه پس‌آزمون	-۲/۷۷۸	۲۸	۰/۰۱۰
پیگیری	-۵/۴۷۳	۲۸	۰/۰۰۰

مطابق با نتایج مندرج در جدول ۹، در مرحله پیش‌آزمون بین نمرات دو گروه تفاوت معناداری وجود ندارد. اما در مرحله‌ی پس‌آزمون و پیگیری این تفاوت معنادار می‌باشد و به مرور نیز بیشتر شده است. براین اساس، تفاوت معنادار در دو مرحله پس‌آزمون و پیگیری، معناداری اثر گروه را تبیین می‌کند.

در ادامه برای مشخص شدن اثرات درون‌آزمودنی و مشخص شدن این که تفاوت‌های حاصل در بین مراحل سه‌گانه اندازه‌گیری بین کدام اندازه‌گیری‌هاست، از آزمون اثرات درون‌آزمودنی و آزمون تقابل درون‌آزمودنی‌ها استفاده گردید.

جدول ۱۰- خلاصه نتایج آزمون‌های اثرات درون‌آزمودنی‌ها

منبع تغییرات	اپسیلون	مجموع مجذورات	درجات آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	مجذور اتا
اثر زمان	هیون- فلت	۶۶۲/۲۸	۱/۲۲	۵۴۱/۲۶	۸/۰۳	۰/۰۰۵	۰/۲۲۳
	گرینهاوس- گیسر	۶۶۲/۲۸	۱/۱۶	۵۷۰/۲۸	۸/۰۳	۰/۰۰۶	۰/۲۲۳
اثر گروه*زمان	هیون- فلت	۱۵۰۲/۶۸	۱/۲۲	۱۲۲۸/۰۸	۱۸/۲۲	۰/۰۰۰	۰/۳۹۴
	گرینهاوس- گیسر	۱۵۰۲/۶۸	۱/۱۶	۱۳۹۳/۹۳	۱۸/۲۲	۰/۰۰۰	۰/۳۹۴
خطا	هیون- فلت	۲۳۰۹/۰۲	۳۴/۲۶	۶۷/۳۹			
	گرینهاوس- گیسر	۲۳۰۹/۰۲	۳۲/۵۱	۷۱			

طبق داده‌های مندرج در جدول ۱۰، با توجه به این که در هر دو عامل (زمان و زمان*گروه)، سطح معناداری کوچکتر از ۰/۰۱ است، نتیجه گرفته می‌شود که بین میانگین نمرات نگرش به مادر آزمودنی‌ها در زمان‌های مختلف تفاوت معنادار وجود دارد. علاوه بر آن، یافته‌ها نشان داد تعامل دو عامل زمان و گروه نیز، معنادار است و شاهد تفاوت میانگین‌ها در بین دو گروه در زمان‌های مختلف هستیم. در ادامه برای پیگیری نتایج حاصل به منظور مشخص نمودن این که تفاوت بین کدام اندازه‌گیری‌ها موجب معناداری اثر زمان و تعامل زمان و گروه شده است، نتایج مقایسه‌ای بین مقابله‌های درون‌آزمودنی‌ها مورد بررسی قرار گرفت (جدول ۱۱).

جدول ۱۱- نتایج وضعیت تقابل میان نمرات درون‌آزمودنی‌ها در مراحل سه‌گانه

مجدور اتا	سطح معناداری	F	میانگین مجدورات	درجات آزادی	مجموع مجدورات	زمان	
۰/۱۳۰	۰/۰۵۰	۴/۱۹	۴۷۲/۰۳	۱	۴۷۲/۰۳	پیش‌آزمون*پس‌آزمون	زمان
۰/۳۷۱	۰/۰۰۰	۱۶/۵۰	۲۰۸/۰۳	۱	۲۰۸/۰۳	پس‌آزمون*پیگیری	
۰/۱۷۰	۰/۰۲۴	۵/۷۱	۶۴۴/۰۳	۱	۶۴۴/۰۳	پیش‌آزمون*پس‌آزمون	گروه*زمان
۰/۷۱۰	۰/۰۰۰	۶۸/۵۴	۸۶۴/۰۳	۱	۸۶۴/۰۳	پس‌آزمون*پیگیری	
			۱۱۲/۶۰	۲۸	۳۱۵۲/۹	پیش‌آزمون*پس‌آزمون	خطا
			۱۲/۶۰	۲۸	۳۵۲/۹	پس‌آزمون*پیگیری	

جدول ۱۱، وضعیت تقابل میان نمرات درون‌آزمودنی در مراحل سه‌گانه را نشان می‌دهد. یافته‌های گزارش شده بیانگر آن است که در تمام سطوح سه‌گانه عامل زمان، بین مقادیر گزارش شده از نمرات نگرش فرزند نسبت به مادر تفاوت معناداری وجود دارد. بنابراین، بین میانگین‌های پیش‌آزمون - پس‌آزمون و پس‌آزمون - پیگیری بدون توجه به گروه کنترل، تفاوت معنادار وجود دارد. از این رو، مبتنی بر یافته‌های حاضر فرضیه پژوهش مبنی بر این که تأثیر آموزش فرزندپروری مبتنی بر نظریه انتخاب بر بهبود کیفیت روابط والد- فرزند پایدار است، مورد تأیید می‌باشد.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف «تعیین اثربخشی برنامه آموزشی فرزندپروری مبتنی بر نظریه انتخاب بر کیفیت رابطه مادر- پسر» صورت گرفت. نتایج و یافته‌های پژوهش پس از برگزاری هفت جلسه آموزشی دوساعته حاکی از اثرات مثبت و پایدار آموزش فرزندپروری انتخاب بر بهبود کیفیت رابطه مادر- پسر بود. این یافته‌ها در گام نخست، در تأیید کارایی نظریه انتخاب بر بهبود روابط والد- فرزند پژوهش‌های مشیریان فراچی (۱۳۹۳)، برادری (۱۳۹۳)، سهراب‌نژاد (۱۳۹۳)، محمدی، قمری و جعفری (۱۳۹۲)، امیریان‌زاده (۱۳۸۹)، روستاد و ویتاگر (۲۰۱۶)، دویر، رایین، نایتون- وایزر و بوث- لافورس (۲۰۱۴)، لین و لی (۲۰۱۲)، تام و یو (۲۰۰۸)، کیم (۲۰۰۱)، فالینگلی و اکسلز (۱۹۹۹) و سمنتانا (۱۹۹۵) همسوست.

یکی از اهداف تئوری انتخاب، کاهش روان‌شناسی کنترل بیرونی و رشد روان‌شناسی کنترل درونی در افراد می‌باشد. براین اساس، در فرزندپروری تلاش می‌کند که استفاده از عادت‌های مخرب کنترل بیرونی را در روابط کاهش دهد و معتقد است با کاهش عادات تخریبگر کنترل بیرونی و جایگزینی آن با عادات مهرآمیز کنترل درونی، روابط بین والدین با فرزندان بهبود خواهد یافت (خلیلی، برزگر کهنمویی، صاحبی و فراهانی، ۱۳۹۵). نتایج این پژوهش نیز در تأیید این مسئله، نشان می‌دهد که آموزش کنترل درونی و نبود استفاده از کنترل بیرونی در روابط والد-فرزندی که در جلسات اولیه مداخله در این پژوهش مطرح گردید، باعث بهبود کیفیت روابط شده است.

با توجه به این که رویکرد فرزندپروری انتخاب بر این عقیده است که روابط نامطلوب یا تعارض‌های بین والدین و فرزندان ریشه در کنترل و جنگ بین قدرت‌ها دارد، مسلم است ایجاد یک رابطه مبتنی بر احترام، پذیرش و درک، شفاف‌سازی و تأکید بر محدودیت‌های خود به جای محدودیت‌های فرزند می‌تواند در بهبود هر رابطه‌ای مؤثر باشد. بنابراین، می‌توان اثربخشی آموزش را به این موضوع نسبت داد که والدین پس از آشنایی با اهمیت روان‌شناسی انتخاب و شرایط حاکم بر دوره نوجوانی، این اصل را در نظر گرفتند که اگر از همین ابتدا کنترل کمتری برقرار کنند و در عوض، محدودیت‌های خود را به فرزندان گوشزد نمایند، می‌توانند تأثیرگذاری بیشتری بر فرزند خود در طول دوره نوجوانی داشته باشند؛ بنابراین اقدامات کنترلی خود را کاهش داده‌اند و بدین ترتیب روابط بهتری را رقم زده‌اند.

همچنین، به دلیل این که در فرزندپروری انتخاب تلاش می‌شود تا اعضای خانواده شناخت بهتری نسبت به نیازها و دنیای مطلوب خود و فرزند داشته باشند و بتوانند معنای مناسب‌تری برای رفتار فرزندان خود بیابند؛ بنابراین درک والدین از رفتار مشکل‌ساز فرزند، بیشتر می‌گردد و این به والدین کمک می‌کند تا رفتاری در خور و متناسب با رفتار فرزندان داشته باشند. این مسئله به نوبه خود از رفتارهای کنترلی می‌کاهد و میزان صمیمیت و ارتباط بین والد و فرزند را بالا می‌برد. در واقع، با توجه به مطالعات انجام شده، اگر بین والدین و نوجوانان فضای معنایی مشترکی ایجاد گردد و تضاد ارزش‌ها و نیازها به حداقل برسد، می‌تواند بر صمیمیت روابط بیفزاید و ارتباط میان والدین و نوجوانان را بهبود ببخشد (حجازی و سیف، ۱۳۷۹؛ به نقل از حاجی‌غلامی‌یزدی، ۱۳۹۰). از طرفی، والدین با دریافت آموزش در زمینه دوران نوجوانی متوجه می‌شوند، فرزند آنان که به تازگی ساختارهای انتزاعی را اکتساب کرده، ممکن است در درک دیدگاه والدین خود مشکل داشته باشد و چون در اوایل و اواسط نوجوانی میانی به سر می‌برند و هنوز به لحاظ ساختارهای شناختی بی‌ثباتند (گولیش و کولین، ۲۰۰۲)، به احتمال زیاد، والدین صبوری بیشتری نشان می‌دهند و این به احساس بهتر فرزندان نسبت به والدین خود و درک رابطه بهتر کمک می‌کند.

تأکید فرزندپروری انتخاب بر عادات پیونددهنده مثل گوش‌دادن، صداقت و اعتماد، عامل دیگری است که به بهبود رابطه کمک می‌کند. فرزندان در رابطه خود با والدین به این نیاز دارند که بتوانند به راحتی مطالب خود

را بیان کنند. براین اساس، والدین با بهره‌گیری از گوش‌دهی فعال، بازخورد مناسب محتوا و احساس و احترام متقابل نسبت به نظرات فرزندان، ضمن این‌که به فرزند اجازه می‌دهند تا خواسته یا مطلب خود را به‌خوبی بیان کند، قادر خواهند بود تا به یک درک مشترک برسند و توانایی برقراری یک رابطه سالم را داشته باشند. بنابراین، این درک مشترک که در نتیجه خوب گوش‌دادن حاصل می‌شود، می‌تواند از بروز تعارضات در رابطه جلوگیری کرده و آن را بهبود بخشد. مبتنی بر نتایج مطالعات روستاد و ویتاگر (۲۰۱۶) عملکرد انعکاسی (توانایی والدین در انعکاس حالات روحی و احساسات فرزند- که در نتیجه دقت، مراقبت و گوش‌دادن خوب حاصل می‌شود)، مستقل از سایر شاخص‌های بالقوه، یکی از پیش‌بینی‌کننده‌های قوی کیفیت رابطه والد- فرزند است.

در فرزندپروری انتخاب، بهترین پیامد و برخورد در قبال رفتار فرزندان گفت‌وگو و مذاکره می‌باشد. براین اساس، عمده راهبردهای پیشنهاد شده در قالب همین مذاکرات عملی می‌شود. بنابراین، اگر والدین قادر باشند با موفقیت فرزند خود را وارد گفت‌وگو کنند و در طول گفت‌وگو به نیازهای وی احترام بگذارند، به حفظ ارتباط خود با فرزندان کمک خواهند کرد. همچنان که ریش، اندرسون و کروگر (۲۰۰۶) بیان می‌کنند، توانایی استدلال / مذاکره و حل‌وفصل تعارضات، تاکتیکی است که از عملکرد خانواده و روابط والد فرزند حمایت می‌کند. اما در تبیین یافته‌های مربوط به فرضیه دوم مبنی بر پایداری اثر آموزش، می‌توان به این مسئله اشاره کرد که با توجه به نیاز درونی «مشترک» والدین و فرزندان در داشتن رابطه‌ای خوب با یکدیگر، در صورتی که والدین از رویکرد انتخاب در رفتار با فرزندان استفاده کنند، فرزندان عمیقاً از این نوع خاص رفتار، قدردانی خواهند کرد. به‌همین دلیل، آن‌ها نیز متقابلاً تلاش خواهند کرد تا با بخش‌هایی از راهنمایی‌های والدین موافقت کنند. براین اساس، زمانی که والدین اشتیاق فرزندان و پذیرش‌شان را نسبت به این نوع رفتار مشاهده کنند، اقدامات کنترلی خود را راحت‌تر کنار می‌گذارند و با گذشت زمان، نه تنها انتخاب‌های بهتر و مؤثرتری خواهند داشت؛ بلکه به میزان بیشتری از روان‌شناسی کنترل فاصله خواهند گرفت. بنابراین، احساس خوب نسبت به رابطه ادامه خواهد داشت.

به‌طور کلی، نتایج تحقیق نشان می‌دهد که برگزاری جلسات توانسته ناهمواری‌های رابطه بین والد و فرزند را هموار سازد. در واقع، مراقبت از ارتباط، حذف عادات مخرب و بهره‌گیری از عادات پیونددهنده مثل، مهارت گوش‌دادن فعال و هماهنگ‌ساختن بین پیام‌های کلامی و غیرکلامی، اعتماد، احترام به نیازها و تصاویر دنیای فرزندان و عشق بی‌قیدوشرط نسبت به فرزندان، در کنار استفاده از مذاکره برای حل‌اختلاف نظرها، منجر به درک و همدلی و برقراری یک رابطه سالم خواهد شد. بنابراین، برنامه آموزشی فرزندپروری مبتنی بر نظریه انتخاب بر بهبود روابط والد- فرزند مؤثر است.

پژوهش حاضر، با محدودیت‌هایی نیز روبه‌رو بود که می‌توان به موارد زیر اشاره نمود. در این پژوهش برای جمع‌آوری داده‌ها و سنجش متغیرها صرفاً از «پرسشنامه» و ابزار «خودگزارش‌دهی» استفاده شد که با توجه به محدودیت‌هایی که این ابزار دارد، به‌تنهایی قادر به سنجش دقیق متغیر مدنظر نخواهد بود. علاوه بر این‌که آنچه که ابزار موردنظر می‌سنجید، نگرش فرزندان نسبت به مادر بود؛ بنابراین ممکن است پژوهش حاضر تحت‌تأثیر سوگیری آزمودنی‌ها در نحوه پاسخگویی به سؤالات قرار گرفته باشد. از دیگر محدودیت‌های این

پژوهش این است که استفاده صرف از «یک» ابزار برای سنجش با توجه به این که روابط والد- فرزند حیطه گسترده‌ای را در برمی‌گیرد و یک پرسشنامه قادر نخواهد بود تا تمامی آن‌ها را مورد سنجش قرار دهد. همچنین کمبود و فقدان پرسشنامه‌های «جامع»، «هنجاریابی شده» و «مبتنی بر فرهنگ ایران»، در ارزیابی روابط والد- فرزند- چه از سوی فرزندان، چه والدین- سنجش رابطه تنها از طریق فرزندان، اثرات متغیرهایی چون بلوغ، شخصیت والد و فرزند و شیوه فرزندپروری والدین، محدودیت‌های مرتبط با نمونه و مشکلات تعمیم، از دیگر محدودیت‌های پژوهش حاضر بود. در پایان، جهت ارتقاء برنامه‌های فرزندپروری مؤثر پیشنهاد می‌شود، به مقایسه اثربخشی برنامه فرزندپروری انتخاب با سایر برنامه‌های معتبر موجود در دنیا، بررسی اثربخشی فرزندپروری انتخاب بر کاهش مشکلات و اختلالات رفتاری فرزندان و بررسی اثربخشی فرزندپروری انتخاب در خانواده‌های با فرزندان ناتوان یا نیازمند مراقبت‌های خاص، پرداخته شود. همچنین، نتایج این پژوهش می‌تواند در زمینه مداخلات پیشگیرانه در حوزه آموزش والدین مورد استفاده قرار گیرد.

منابع

- امیریان‌زاده، ل. (۱۳۸۹). اثربخشی تلفیق دو رویکرد شناخت‌درمانی و واقعیت‌درمانی بر ارتباط مادر- فرزند دختران نوجوان شهر شیراز. *پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد مرودشت.*
- برادری، ر. (۱۳۹۳). بررسی اثربخشی واقعیت‌درمانی مبتنی بر نظریه انتخاب بر بهبود رابطه مادر- کودک و وضعیت تحصیلی دانش‌آموزان مبتلا به اختلال اُتیسسم. *پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه فردوسی مشهد.*
- پریماسون، ر. (بی‌تا). پرورش کودک دلسوز و مسؤول به روش فرزندپروری با نگاه انتخاب، ترجمه علی زارعی‌کلات، الهام گنابادی و طیبه عباس‌زاده (۱۳۹۴). *مشهد: فرانتگیزش.*
- حاجی‌غلامی‌یزدی، ع. (۱۳۹۰). بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های فرزندپروری با باورهای خودکارآمدی، نگرانی و اضطراب والدین دارای تک‌فرزند و چندفرزند دبستان‌های غیردولتی دخترانه ناحیه یک آموزش‌وپرورش کرج. *پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، دانشگاه پیام‌نور تهران.*
- خلیلی، ش.، برزگر کهنمویی، س.، صاحبی، ع.، و فراهانی، ح. (۱۳۹۵). اثربخشی مداخله مبتنی بر تئوری انتخاب و واقعیت‌درمانی بر رضایت زناشویی (پژوهش مورد منفرد). *فصل‌نامه پژوهش‌های کاربردی روان‌شناختی. ۱/۷، ۱-۲۳.*
- سهراب‌نژاد، س. (۱۳۹۳). اثربخشی آموزش مفاهیم واقعیت‌درمانی بر تعارضات والد- فرزند و خودکارآمدی در نوجوانان پسر. *پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی تهران.*
- شعبی، ف. (۱۳۹۲). واقعیت‌درمانی. *نشر الکترونیکی کتاب سبز.*
- شکوهی‌یکتا، م.، اکبری زردخانه، س.، پرند، ا.، و پوران، ف. (۱۳۹۱). ارتقاء تعامل والدین و فرزندان با استفاده از آموزش روش‌های نوین فرزندپروری. *فصل‌نامه روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی. ۳/۱۰، ۱-۱۴.*
- عبداله‌زاده، ح.، برزو، س.، و کریمی، ل. (۱۳۸۷). پرسشنامه نگرش فرزند به والدین. تهران: آزمون‌یار پویا.
- علیزاده، ح. (۱۳۸۰). تعامل والدین فرزند: تحول و آسیب‌شناسی. *فصل‌نامه پژوهش‌های روان‌شناختی. ۳-۴، ۱۰۲-۸۲.*
- گلسر، و. (بی‌تا). نظریه انتخاب: درآمدی بر روان‌شناسی امید، ترجمه علی صاحبی (۱۳۹۵). تهران: سایه سخن.

محمدی، ش.، قمری، م.، و جعفری، ا. (۱۳۹۲). اثربخشی مشاوره گروهی مبتنی بر واقعیت‌درمانی در کاهش تعارض والد-همجنس دانش‌آموزان دختر مقطع راهنمایی. *فصلنامه فرهنگی- تربیتی زنان و خانواده*. ۷(۲۳)، ۲۰۰-۱۸۳.

مشیریان فراچی، م. (۱۳۹۳). اثربخشی آموزش گروهی تئوری انتخاب گلاسر بر بهبود روابط والد- فرزند، افزایش کیفیت زندگی و کاهش نشانه‌های پرخاشگری دانشجویان دختر. *پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روان‌شناسی و علوم‌تربیتی، دانشگاه فردوسی مشهد*.

نوابی‌نژاد، ش. (۱۳۷۲). سه گفتار درباره راهنمایی و تربیت فرزندان. تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان.

References

- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*. 16(5), 427-454.
- Auger, A., Stevens, C., Cannon, J. S., & Sontag-Padilla, L. (2016). *Parenting Programs in Shelby County, Tennessee*.
- Branje, S. J., Hale, W. W., Frijns, T., & Meeus, W. H. (2010). Longitudinal associations between perceived parent-child relationship quality and depressive symptoms in adolescence. *Journal of Abnormal Child Psychology*. 38(6), 751-763.
- Dwyer, K. M., Rubin, K. H., & Knighton-Wisor, S. Booth-LaForce, C. (2014). Parent-Child Relationships, Parental Psychological Control, and Aggression: Maternal and Paternal Relationships. *Journal of Youth and Adolescence*. 43(8). 1361-1373.
- Fulgini, A. J., & Eccles, J. S. (1993). Perceived Parent-Child Relationships and Early Adolescents' Orientation toward Peers, *Developmental Psychology*. 29(4), 622-632.
- Gershoff, E. T. (2002). Corporal punishment by parents and associated child behaviors and experiences: A meta-analytic and theoretical review, *Psychological Bulletin*. 128(4), 539-579.
- Giuli, C. A., & Hudson, W. W. (1977). Assessing parent-child relationship disorders in clinical practice: The child's point of view. *Journal of Social Service Research*. 1(1), 77-92.
- Golish, T., & Caughlin, J. (2002). "I'd rather not talk about it": adolescents' and young adults' use of topic avoidance in stepfamilies. *Journal of Applied Communication Research*. 30(1), 78-106.
- Gordon, T. (2000). *Parent effectiveness training the tested new way to raise responsible children*. New York, NY: New American Library.
- Haslam, D., Mejia, A., Sanders, M. R., & de Vries, P. J. (2016) Parenting programs. In J. M. Rey (Ed), *IACAPAP e-Textbook of Child and Adolescent Mental Health* (pp. A.12, 1-26). Geneva: International Association for Child and Adolescent Psychiatry and Allied Professions.
- Huang, L. N. (1999). Family communication patterns and personality characteristics. *Communication Quarterly*. 47(2), 230-243.
- Jung, J. Y., & Kim Y. C. (2012). The effects of parent-child communication patterns on children's interactive communication in online communities: focusing on social

- self-efficacy and unwillingness to communicate as mediating factors. *Asian Journal of Communication*. 22(5), 493-505.
- Kenny, R., Dooley, B., & Fitzgerald, A. (2013). Interpersonal relationships and emotional distress in adolescence. *Journal of Adolescence*. 36(2), 351-360.
- Kim, Y. (2001). The Development and Effects of a Reality Therapy Parent Group Counseling Program. *International Journal of Reality Therapy*. 20 (2), 4-7.
- Koerner, A. F., & Fitzpatrick, M. A. (2002). Understanding family communication patterns and family functioning: The roles of conversation orientation and conformity orientation. *Communication Yearbook*. 26(1), 37-69.
- Lezin, N., Roller, L. A., Bean, B., & Taylor, J. (2004). *Parent-child connectedness: Implications for Research, Interventions, And Positive Impacts on Adolescent Health*. Santa Cruz, CA: Education Training Research Associates.
- Lin, H. S., & Li, C. H. (2012). The role of emotion in parent-child relationships: Children's emotionality, maternal meta-emotion, and children's attachment security. *Journal of Child and Family Studies*. 21(3), 403-410.
- Long, N., Edwards, M. C., & Bellando, J. (2009). Parent-training interventions. In: Matson J. L., Andrasik F, Matson M. L., (Eds). *Treating childhood psychopathology and developmental disabilities* (pp.70-104). New York: Springer.
- Neumark-Sztainer, D., Story, M., & Perry, C. (2006). Parent-child connectedness and behavioral and emotional health among adolescents. *American Journal of Preventive Medicine*. 30(1), 59-66.
- Phinney, J. S., & Ong, A. D. (2002). Adolescent-parent disagreements and life satisfaction in families from Vietnamese-and European-American backgrounds. *International Journal of Behavioral Development*. 26(6), 556-561.
- Reis, O., & Youniss, J. (2004). Patterns of identity change and development in relationships with mothers and friends. *Journal of Adolescent Research*. 19(1), 31-44.
- Riesch, S. K., Anderson, L. S., & Krueger, H. A. (2006). Parent-child communication processes: Preventing children's health-risk behavior. *Journal for Specialists in Pediatric Nursing*. 11(1), 41-56.
- Rigby, K., Slee, P. T., & Martin, G. (2007). Implications of inadequate parental bonding and peer victimization for adolescent mental health. *Journal of Adolescence*. 30(5), 801-812.
- Ritchie, L. D. (1991). Family communication patterns: An epistemic analysis and conceptual reinterpretation. *Communication Research*. 18(4), 548-565.
- Rostad, W. L., & Whitaker, D. J. (2016). The Association between Reflective Functioning and Parent-Child Relationship Quality. *Journal of Child and Family Studies*. 25(7), 2164-2177.
- Runcan, P. I., Constantineanu, C., Ielics, B., & Popa, D. (2012). The role of communication in the parent-child interaction. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 46, 904-908.
- Smetana, J. G. (1995). Conflict and coordination in adolescent-parent relationships. In Shulman S (Ed.) *Close relationships and socio-emotional development* (pp. 155-184). Norwood: blex.

- Tam, C. L., & Yoeh, S. H. (2008). Parental bonding and parent-child relationship among tertiary students. *Sunway Academic Journal*, 5, 111-127.
- Vietze, P. M., Sandler, H. M., Sherrod, K. B., & Alteier, W. A. (1980). Quality of parenting and the mother-infant relationship following rooming. In P. M. Taylor (Ed.), *Parent infant relationship* (pp.349-369). New York: Gune-Stratton.
- Wedig, M. M., & Nock, M. K. (2007). Parental expressed emotion and adolescent self-injury. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 46(9), 1171-1178.

