

اثربخشی برنامه فرزندپروری مثبت بر والدگری مؤثر و کیفیت رابطه والد - فرزندی در مادران دارای نوجوان\*  
 داود حاج خدادادی<sup>۱</sup>، عدرا اتمادی<sup>۲</sup>، محمدرضا عابدی<sup>۳</sup>، رضوان السادات جزایری<sup>۴</sup>

## The effectiveness of triple-p (positive parenting program) on effective parenting and quality of child-parent relationship in mothers with adolescents

Davoud Hajkhodadadi<sup>1</sup>, Ozra Etemadi<sup>2</sup>, Mohammad Reza Abedi<sup>3</sup>, Rezvan Sadat Jazayeri<sup>4</sup>

### چکیده

**زمینه:** مطالعات متعددی پیرامون فرزندپروری و کیفیت رابطه والد - فرزندی انجام شده است، اما پژوهشی که به بررسی اثربخشی برنامه فرزندپروری مثبت بر والدگری مؤثر و کیفیت رابطه والد - فرزندی در مادران دارای نوجوان پرداخته باشد مغفول مانده است. **هدف:** پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی برنامه فرزندپروری مثبت بر والدگری مؤثر و کیفیت رابطه والد - فرزندی در مادران دارای نوجوان پسر انجام شد. **روش:** پژوهش از نوع نیمه تجربی با طرح پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری با گروه گواه بود. جامعه آماری، شامل مادران دارای دانش آموز سیزده تا پانزده سال در شهر اصفهان در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ بود. ۱۶ آزمودنی با روش نمونه گیری تصادفی به عنوان نمونه انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه (۸ نفر) جایگزین شدند. ابزارهای پژوهش حاضر عبارتند از: پرسشنامه والدگری مؤثر آلاباما (۱۹۹۱)، پرسشنامه کیفیت روابط والد - فرزندی (۱۹۸۳) و برنامه فرزندپروری مثبت (لارزره و همکاران، ۲۰۱۶). تحلیل داده‌ها با روش تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر انجام شد. **یافته‌ها:** برنامه فرزند پروری مثبت بر والدگری مؤثر و کیفیت رابطه والد - فرزندی تأثیر معنادار داشت ( $P < 0/001$ ). **نتیجه گیری:** میزان والدگری مؤثر و کیفیت رابطه والد - فرزندی در مادرانی که در برنامه فرزندپروری مثبت شرکت داشتند افزایش یافت. **واژه کلیدها:** والدگری مؤثر، برنامه فرزندپروری مثبت، نوجوان، کیفیت رابطه والد - فرزندی.

**Background:** umerous studies have been conducted on parenting and the quality of parent-child relationships, but research that neglects the effectiveness of a positive parenting program on effective parenting and the quality of parent-child relationships in mothers with adolescent has been neglected. **Aims:** The purpose of the present study was to investigate the effectiveness of the positive parenting program (Triple-P) on the effective parenting and quality of -parent-adolescent relationship in mothers with adolescents. **Method:** The research was semi-experimental with pre-test, post-test and follow-up with the control group. The population consisted of mothers with 13-15 aged adolescents in the years 2018 in Isfahan city. 16 subjects were randomly selected as a sample and randomly divided into experimental and control groups (8 subjects). The present research instruments are Alabama's effective parenting questionnaire (1991), the parent-child relationship quality questionnaire (1983). And a positive parenting program (Larzer et al., 2016). Data analysis was performed by repeated analysis of variance. **Results:** Positive parenting program had a significant effect on effective parenting and the quality of parent-child relationship ( $P < 0/001$ ). **Conclusions:** Mothers who participated in the positive parenting program had an effective rate of parenting and the quality of the parent-child relationship increased. **Key Words:** Effective parenting, positive parenting program, adolescent, quality of parent-child relationship.

Corresponding Author: o.etemadi@edu.ui.ac.ir

\* پژوهش حاضر مستخرج از رساله دکتری می باشد.

<sup>۱</sup>. دانشجوی دکتری مشاوره خانواده، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

<sup>۱</sup>. Ph.D Student in Family Counseling, Department of Counseling, Faculty of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran

<sup>۲</sup>. دانشیار، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران (نویسنده مسئول)

<sup>۲</sup>. Associate Professor, Department of Counseling, Faculty of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran (Corresponding Author)

<sup>۳</sup>. استاد، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

<sup>۳</sup>. Professor, Department of Counseling, Faculty of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran

<sup>۴</sup>. استادیار، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

<sup>۴</sup>. Assistant Professor, Department of Counseling, Faculty of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran

پذیرش نهایی: ۹۹/۰۴/۱۰

دریافت: ۹۹/۰۳/۱۷

## مقدمه

باقری و ابوالمعالی، ۱۳۹۷). امروزه در اکثر کشورهای توسعه یافته روی مراقبت و حمایت از فرزندان نظارت‌های ویژه ای صورت می‌گیرد و برای رفاه و آسایش والدین به منظور کمک به فرزندان توجه خاصی مبذول می‌شود (آجیل چی، برجعلی و جان بزرگی، ۱۳۹۰). ارتباط نزدیک و مناسب با والدین می‌تواند زمینه‌ساز فراگیری مهارت‌های اساسی زندگی و الگوبرداری از رفتارهای مثبت آنها شود. به بیان دیگر، ارتباط اجتماعی بین والدین و فرزندان می‌تواند در جهت‌دهی به رفتار آنها مؤثر باشد؛ فرآیندی که کیم و اشنادیر (۲۰۰۵) از آن با عنوان "جهت‌دهی ارتباطی" یاد کرده‌اند. والدگری و تربیت فرزند نیاز به دانش و تمرین دارد، زیرا یک توانش است و آگاهی از خصوصیات نوجوان، آشنایی از مشکلات تربیت فرزند نوجوان و چالش‌های موجود نقش بسزایی در کیفیت والدگری دارد. آنچه پدر و مادر امروزی را درگیر کرده است، احساس درماندگی ناشی از نداشتن توانش رویارویی با فرزندانی است که، دنیای پیچیده و ناشناخته‌ای دارند (صابری، بهرام پور، قمرانی و یارمحمدیان، ۱۳۹۳).

والدگری مؤثر از نظر دالماس و رپ - پاگلیسی (۲۰۰۵) شامل مؤلفه‌هایی نظیر رابطه محبت آمیز با فرزندان، سطح بالای گرمی و پذیرش و سطح پایین انتقاد، استرس و پرخاشگری پایین خانواده، سطح بالای نظارت و کنترل، رابطه مثبت و حمایتی والد - فرزند، حضور همسر حمایتگر می‌باشد. در صورتی که والدگری غیرمؤثر شامل خشونت خانگی و بدرفتاری با فرزندان، درگیری والدین، والدگری سخت‌گیرانه و تماس اجتماعی و شبکه حمایت اجتماعی ضعیف را شامل می‌شود. بسیاری از تحقیقات نشان می‌دهند که عوامل خطرزای خانوادگی مثل والدگری ناکارآمد والدین پیش‌بینی کننده‌های نیرومندی برای افزایش و ماندگاری مشکلات عاطفی و رفتاری در کودکان و نوجوانان می‌باشند (سندرز، مارکی دادز و ترنر، ۲۰۰۳).

یکی از مسائل مهم دیگر در نوجوانی، تحت تأثیر قرار گرفتن روابط والد - نوجوان است. کیفیت روابط والد - نوجوان در سلامت روان نوجوان نقش دارد، به شکلی که کیفیت بالای روابط والدین - نوجوان می‌تواند عامل محافظتی در برابر نشانگان افسردگی در ابتدای نوجوانی باشد (ویترس، کوپر، ری‌برن و مک وی، ۲۰۱۶). رابطه والد - فرزندی در رشد و بالندگی فرزندان نوجوان، اهمیت فراوانی دارد. در واقع در بسیاری از مطالعات

نوجوانی دوره ویژه‌ای است که تغییرات جسمی و روانی را به همراه دارد. خانواده در این دوره دچار تغییرات مهمی می‌شود، نوجوان در تعارض با سلسله مراتب قدرت قرار می‌گیرد، این تعارض ها به روابط والدین و نوجوان منتقل می‌شود و احتمالاً صمیمیت تا حدی کاهش پیدا می‌کند (دکوویک، ۲۰۰۳). در خانواده‌هایی که فرزند به نوجوانی می‌رسد، ارتباط بین فرد و اعضای خانواده از مهمترین عوامل مؤثر در اجتماعی شدن نوجوانان به شمار می‌رود و شیوه درک آنها از دنیای اطراف خود و چگونگی واکنش نسبت به آن را تحت تأثیر قرار می‌دهد (والنیوس، ریمپلا، پوناماکی و لیتونن، ۲۰۰۹). در طول نوجوانی فرد تمایل دارد که به فردیت خود توجه کند و نیز چرخشی قابل توجه به سوی همسالان پیدا می‌کند (کیو، فولیگنی، گالوان و تلزر، ۲۰۱۵). پژوهش‌ها به طور غالب بر مخالفت‌هایی بین نوجوانان و والدین آنها دلالت دارد که جزء اجتناب‌ناپذیر این فرآیند و حاکی از نیاز به خودمختاری در نوجوان است. چنین تغییراتی می‌تواند منبع تعارضات خانوادگی باشد (پرز، کامسیل و مارتینز، ۲۰۱۶). ایجاد مشکلات بین والدین و نوجوانان با توجه به مراحل رشدی تا حدی طبیعی است (پرز و همکاران، ۲۰۱۶)، اما اگر این اختلافات الگوهای تعارض را تقویت کند و باعث کاهش همبستگی خانواده شود، نیاز به بررسی جدی دارد (اوهانسیان، ۲۰۱۲).

اگر چه لزوماً، داشتن فرزند نوجوان مترادف با مشکل نیست، اما دغدغه بسیاری از خانواده‌ها، بالاخص در جامعه ما، نحوه ارتباط و تعامل با نوجوان است. شواهد و یافته‌ها نشان داده‌اند که والدین و نوجوانان معمولاً درباره وجود یا فقدان تعارض خانوادگی (پرز و همکاران، ۲۰۱۶)، اعتقاد درباره اقتدار والدین (روت و اسمتانا، ۲۰۱۶) و نظارت والدین (کیجسرز، برانچ، فندر واک و می‌یس، ۲۰۱۰) اختلاف نظر دارند. سازگاری نوجوان به شدت تحت تأثیر ماهیت رابطه والد - فرزندی، خصوصاً میزان گرما و نزدیکی موجود در رابطه و نیز نظارت والدینی است (اولیوا و آرانز، ۲۰۰۵).

تحقیقاتی که در زمینه مشکلات رفتاری فرزندان صورت گرفت است، اغلب این نتیجه را دربرداشته است که اختلال‌های رفتاری مانند پرخاشگری بیشتر حاصل خانواده‌های مشکل‌دار، ساختار ناسالم و نحوه ارتباط نامطلوب والدین با فرزندان است تا عوامل ژنتیکی و بیولوژیکی (یاکوب، ۲۰۱۱؛ به نقل از نعمت‌زاده،

۲۰۱۶). برنامه فرزندپروری مثبت، برنامه جهان شمولی است در مورد فرزندپروری که باعث ایجاد رابطه مثبت بین والدین و فرزندشان می شود و کمک می کند تا والدین راهبردهای مؤثر مدیریت را در برخورد با انواع مسائل رشدی و رفتاری کودک و بیاموزند، برنامه ساده‌ای که می‌تواند تغییرات بزرگی در خانواده‌ها ایجاد کند و به والدین کمک می‌کند تا دریابند که وقتی به روش‌های جدیدی حرف بزنند، فکر کنند و عمل کنند، نتایج عمل بهتری در خانواده خواهد داشت. فرزندپروری مثبت شامل این موارد است: محیطی امن، تقویت رفتار مثبت، ایجاد محیط مثبت یادگیری، داشتن انتظارات واقع‌گرایانه و مراقبت از خود به عنوان والد (سندرز، ۲۰۱۲).

هاهل وگ، هین ریچرز، کاشل، برترم و ناومن (۲۰۱۰) گزارش دادند که فرزندپروری مثبت توانسته رفتار والدینی را بهبود ببخشد. برنامه فرزندپروری مثبت در بهبود حس کفایت و خودباوری والدین (اسپیجکرز، جانسن، مییر و برینولد، ۲۰۱۰)، خودکارآمدی والدینی (رحیمی، ۱۳۹۷؛ عاشوری، افروز، ارجمندیا، پورمحمد رضای تجریشی و غباری بناب، ۱۳۹۴)، ارتقای سلامت روان و کاهش استرس والدین (صابری و همکاران، ۱۳۹۳)، بهبود والدگری و عملکرد خانواده (یوسف، گونکا و آینور، ۲۰۱۸)، بهبود بهزیستی روانشناختی (ویتکوسکی و همکاران، ۲۰۱۵)، سازگاری والدینی و خانوادگی (براون، ویتنگهام، بوید، مک کینلای و سوفرونف، ۲۰۱۵؛ فیوجی‌وارا، کاتو و ساندرز، ۲۰۱۴)، سلامت عمومی مادران (غضنفری، حسینی رمقانی، مرادیانی گیزه رود، مهرابی و پناهی، ۱۳۹۵)، کاهش تنیدگی مادران (علی‌اکبری‌دهکردی، کاکوجویباری، محتشم و یکدله‌پور، ۱۳۹۳)، تغییر رفتار و کاهش مشکلات روانشناختی کودکان و نوجوانان (اسپیجکرز و همکاران، ۲۰۱۰) پشوانه مطلوب پژوهشی را نشان داده است. حتی زمانی که با رویکردها و مدل‌های دیگری ترکیب شده نیز، نتایج مثبتی داشته است (اسمالگنگ، هرمان و اوورت، ۲۰۱۶).

همچنین در مورد کیفیت روابط مادر - کودک و تأثیر فرزند پروری مثبت بر آن پژوهش‌هایی انجام شده است (اسحاق‌زاده، ریحانی، محرری و مظلوم، ۲۰۱۸؛ وارسته، اصلانی و امان‌الهی، ۱۳۹۵؛ امیری، پورحسین، یوسفی افراشته، خان‌آبادی و متولی‌پور، ۱۳۹۴). اما غالباً بر روی جمعیت مادران دارای کودک اجرا شده است و آنچه مغفول مانده است بررسی اثربخشی برنامه فرزندپروری

مشخص شده است که کیفیت روابط والد - فرزندی یکی از عوامل مهمی است که در تعیین انواع رفتارها و نگرش‌های نوجوان نسبت به تعاملات اجتماعی و رفتارهای مشکل ساز مؤثر است (هایر و همکاران، ۲۰۰۳). رابطه حمایتی و مثبت والد - فرزند می‌تواند حتی سلامت جسمی را نیز در برداشته باشد (اسکوفلد، کانگر، گونزالس و مریک، ۲۰۱۶).

امروزه برنامه‌های فرزندپروری مبتنی بر اصول یادگیری به عنوان یک برنامه استاندارد معرفی می‌شوند (سازمان ملل متحد، ۲۰۰۹؛ سازمان جهانی بهداشت، ۲۰۰۹). روش‌های فرزندپروری شناخته شده متعددی وجود دارند، آموزش مدیریت والدینی (فورگاج، پاترسون، ۲۰۱۰)، درمان تعامل والد - فرزند (فرناندز و آی‌برگ، ۲۰۰۹)، آموزش اثربخش والدین و آموزش منظم برای فرزندپروری مؤثر (رودریگو، ۲۰۱۶) آموزش‌هایی است برای والدین، که اغلب بر اساس نظریه یادگیری اجتماعی تدوین شده اند و رفتار، شناخت و مفاهیم و اصول رشد را سرلوحه قرار می‌دهند. تقریباً بیشتر این رویکردهای استاندارد مربوط به گروه سنی پیش از دبستان و نیز اغلب روی مشکلات سلوک و در خصوص جمعیت معدودی از کودکان تمرکز کرده‌اند (سندرز و همکاران، ۲۰۱۴). اینگونه بود که سندرز و همکاران بر آن شدند که برای توسعه جامعه هدف و دربرگیری سایر مشکلات رفتاری برنامه‌ی فرزندپروری مثبت را توسعه دهند. این برنامه آموزشی پنج سطح دارد که از تولد تا ۱۶ سالگی را پوشش می‌دهد (برتیکز، مک کانل، سویج و همیلتون، ۲۰۱۱؛ به نقل از امیرطهماسب، باقری و ابوالمعالی، ۱۳۹۷). سطح اول، راهبرد استفاده از رسانه و ارتباطات برای آموزش فرزندپروری مثبت است (مثل تلویزیون، رادیو و رسانه‌های برخط یا مکتوب)، سطح دوم، شامل مداخلات کوتاه که بین یک تا سه جلسه می‌باشد (مثل تلفنی یا حضوری و یا سمینار گروهی)، سطح سوم، مداخلات عمیق به طوری که شامل سه یا چهار جلسه‌ی تلفنی و یا حضوری به صورت فردی یا مجموعه‌ای از جلسات بحث گروهی دو ساعته است. سطح چهارم شامل هشت تا ده جلسه که به صورت فردی، گروهی (برخط یا کارگاهی) اجرا می‌شود (شریفی‌اردانی، ۱۳۹۶). سطح پنج شامل مداخلات پیشرفته برای افرادی است که دارای مشکلات رفتاری بیشتری هستند. در فرزندپروری مثبت والدین تلاش می‌کنند تا برای فرزندان خود محیطی گرم ایجاد کنند و راهنمایی مناسبی ارائه دهند (لارزره، گونه، روبرتز و فرگوسن،

والدگری مثبت، ضعف در نظارت و راهنمایی، عدم ثبات در قواعد رفتاری و تنبیه بدنی خلاصه می‌گردد. ضریب بازآزمایی برای نمره کل و عوامل شش‌گانه‌ی موجود در پرسشنامه والدگری نیز نشانگر اعتبار خوب این پرسشنامه می‌باشد. دامنه ضریب پایایی از ۰/۷۵ تا ۰/۸۶ است که در مقایسه با مطالعه‌ی مارتینز و گارسیا (۲۰۰۷) و فرایک (۱۹۹۱) قابل ملاحظه می‌باشد (سامانی، ۱۳۹۰). در پژوهش حاضر از نمره کلی والدگری مؤثر استفاده شده است. لازم بذکر است که پایایی مقیاس والدگری مؤثر به شیوه آلفای کرونباخ ۰/۸۲ به دست آمد.

پرسشنامه کیفیت رابطه والد - فرزند (PCRS): این پرسشنامه یکی از آزمون‌های مداد - کاغذی و ابزاری ۲۴ سؤالی برای سنجیدن نظر جوانان در رابطه والدین خود است. پرسشنامه توسط فاین، مورلند و شوبل در سال ۱۹۸۳ با هدف سنجیدن کیفیت رابطه والد - فرزندی تهیه شده است. مقیاس رابطه والد فرزندی دو فرم دارد: یکی برای سنجیدن رابطه فرزند با مادر و دیگری برای سنجیدن رابطه فرزند با پدر است. هر دو فرم مقیاس یکسان دارند. جز اینکه کلمه مادر و پدر عوض می‌شود، با این حال عوامل مختلف در فرم‌های مربوط به پدر و مادر بارز شده است. این عوامل عبارتند از: عاطفه مثبت پدرانه، مشارکت پدرانه، ارتباط یا گفت و شنود، خشم، خصومت و پرخاشگری کلامی و برای پرسشنامه مادر: عاطفه مثبت مادرانه، آزرده‌گی / سردرگمی نقش، همانندسازی و ارتباط یا گفت و شنود مادرانه است (ثنایی، علاقبند، فلاحتی و هومن، ۱۳۸۷). سؤالات مؤلفه نسخه پدر: خرده مقیاس احساسات مثبت ۱-۲۴-۱۸-۱۴-۳، درگیری و آمیختگی ۱۶-۱۰-۹-۶-۲-۱، ارتباطات ۱۵-۱۳-۸-۷، خشم ۱۳ و سؤالات مؤلفه نسخه مادر: خرده مقیاس احساسات مثبت ۱-۲۳-۱۵-۷-۶-۳-۱، تنفر و گم‌گشتگی ۱۴ و ۹، تعیین هویت ۲۴-۲۱-۱۳-۳ و ارتباطات ۱۷-۱۵-۸-۷-۵-۴. این مقیاس را می‌توان به آسانی نمره‌گذاری کرد. به این صورت که نمره سؤال‌های منفی (۹، ۱۳، ۱۴) را معکوس می‌کنیم و سپس نمرات تک تک سؤال‌ها را جمع و حاصل جمع را بر تعداد سؤال‌ها تقسیم می‌کنیم، لازم بذکر است در پژوهش حاضر از نمره کلی کیفیت رابطه والد - مادر استفاده شده است. در پژوهش پرهیزکار (۱۳۸۱) حد بالای نقطه برش در پرسشنامه فرم مادر ۱۱۹ و حد پایین آن ۱۰۰ منظور شد. به این معنی که نمرات بالاتر از ۱۱۹ نشان دهنده‌ی کیفیت بهتر روابط مادر- فرزندی و نمرات پایین‌تر از

مثبت در جمعیت نوجوان است. اگر چه بهرامی (۱۳۹۵) و صالح‌زاده ابرقویی (۱۳۹۱) این برنامه را برای نوجوانان به کار برده‌اند، اما پژوهش حاضر از نظر جمعیت هدف (پسران) و متغیرهای وابسته با پژوهش‌های مذکور تفاوت دارد. با این وصف، هدف پژوهش حاضر، بررسی اثربخشی برنامه فرزندپروری مثبت بر والدگری مؤثر و کیفیت روابط والد - نوجوان بود.

## روش

تحقیق حاضر به لحاظ روش از نوع تحقیقات نیمه تجربی با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری با گروه گواه بود. پیگیری یک ماه بعد از مرحله پس‌آزمون انجام شد. برنامه فرزندپروری مثبت، متغیر مستقل و والدگری مؤثر و کیفیت رابطه والد - فرزند متغیرهای وابسته این پژوهش بودند. از منظر هدف از تحقیقات کاربردی بود، چرا که نتایج این پژوهش می‌تواند در عمل، توسط مشاوران مورد استفاده قرار بگیرد. جامعه آماری این پژوهش کلیه مادران دارای دانش‌آموز پسر ۱۳ تا ۱۵ ساله شهر اصفهان در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ بودند. ۱۶ نفر با روش نمونه‌گیری تصادفی به عنوان نمونه انتخاب و به روش تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه (۸ نفری) جایگزین شدند. از طریق فراخوان در مدارس نواحی شش‌گانه شهر اصفهان و اعلام آمادگی برای شرکت و سپس از روی لیست مادرانی که اعلام علاقه مندی کرده بودند، ۱۶ تن انتخاب شدند و در دو گروه آزمایش و گواه قرار گرفتند.

## ابزار

پرسشنامه والدگری آلاباما (Alabama Parenting Questionnaire): فرایک (۱۹۹۱) با طرح پیچیدگی و مقرون به صرفه نبودن روش مشاهده تعامل والدین و کودک و همچنین عدم کفایت لازم مقیاس‌های خودگزارشی کودکان از رفتار والدین، به دلیل محدودیت در نمونه ارزیابی، اقدام به طراحی و ساخت پرسشنامه والدگری آلاباما نمود. این پرسشنامه یک ابزار خودگزارشی است که نسخه اصلی ۵۱ سؤال دارد و البته نسخه کوتاه شده آن هم که دارای ۴۲ عبارت است موجود است و توسط الگار و همکاران در سال ۲۰۰۶ تهیه شده است (بهرامی، ۱۳۹۵). فرم کودک و نوجوان این پرسشنامه که در پژوهش حاضر به کارگیری شده، شامل ۵۱ سؤال لیکرت از ۱= هرگز تا، ۵= همیشه، می‌باشد. ماده ۸ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شود. محتوای این پرسشنامه در قالب پنج خرده مقیاس مشارکت والدین،

اطمینان داد که اطلاعات داده شده از جانب آنها و همچنین هویتشان، کاملاً محرمانه باقی خواهد ماند. برای تحلیل داده‌ها از روش تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر و نرم‌افزار SPSS-20 استفاده شد. برنامه فرزندپروری مثبت در سطوح مختلفی معرفی شده است (لارزوه و همکاران، ۲۰۱۶)، در این پژوهش سطح چهارم مدنظر قرار گرفته است. بدین منظور محتوای جلسات از تلفیق بسته‌های آموزشی استاندارد که در پژوهش‌های شریفی (۱۳۹۶) و رحیمی (۱۳۹۷) مورد استفاده قرار گرفته است، اقتباس شد.

### یافته‌ها

تحلیل داده‌های جمعیت شناختی نشان داد که میانگین سن شرکت‌کنندگان در گروه فرزندپروری مثبت و گروه گواه به ترتیب عبارت از ۴۳/۸۷ و ۴۳/۳۷ بود. همچنین بیشترین فراوانی سطح تحصیلات در هر دو گروه، دیپلم بود.

در این بخش ابتدا یافته‌های توصیفی و استنباطی متغیر والدگری مؤثر و سپس متغیر کیفیت رابطه والد - فرزندگی گزارش می‌شود. جدول ۲ میانگین و انحراف استاندارد والدگری مؤثر را در سه مرحله ارزیابی پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری نشان می‌دهد.

همانطور که جدول ۲ نشان می‌دهد بین دو گروه در سه مرحله ارزیابی تفاوت‌هایی در متغیر والدگری مؤثر مشاهده می‌شود، برای بررسی معناداری این تفاوت‌ها، از آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر استفاده شد. قبل از اجرای آزمون، پیش‌فرض‌های آزمون مورد بررسی قرار گرفت. آزمون آزمون شاپیرو - ویلک نشان داد که توزیع نمرات در پیش‌آزمون ( $p=0/39$ )، پس‌آزمون ( $p=0/54$ ) و پیگیری ( $p=0/76$ ) والدگری مؤثر، نرمال است. آزمون لوین نشان داد که واریانس‌های پیش‌آزمون ( $p=0/88$ )، پس‌آزمون ( $p=0/9$ ) و پیگیری ( $p=0/85$ ) والدگری مؤثر، در دو گروه همگن هستند. نتایج آزمون باکس نیز نشان داد که ماتریس‌های کواریانس دو گروه همسان هستند ( $p=0/642$ ). در نهایت، آزمون کرویت ماچلی برای بررسی کرویت نمرات والدگری مؤثر نشان داد که نمرات والدگری مؤثر کرویت ندارد ( $P<0/01$ ). لذا برای اصلاح درجات آزادی از آزمون گرین‌هاوس کایزر استفاده شد.

نتایج جدول ۳ بیانگر این نکته است که در متغیر والدگری مؤثر و در سه مرحله اندازه‌گیری تفاوت معنادار وجود دارد ( $P<0/01$ ).

۱۰۰ نشان دهنده کیفیت نامطلوب روابط مادر - فرزندگی است. حد بالای نقطه برش در پرسشنامه فرم پدر ۱۱۸ و حد پایین آن ۸۹ بدست آمد. به این معنی که نمرات بالاتر از ۱۱۸ نشان دهنده کیفیت بهتر روابط پدر - فرزندگی و نمرات پایین‌تر از ۸۹ نشان دهنده کیفیت نامطلوب روابط پدر - فرزندگی است (ثنایی و همکاران، ۱۳۸۷). این مقیاس با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۹ تا ۰/۹۴ برای فرم مربوط به پدر و ضریب آلفای ۰/۶۱ تا ۰/۹۴ برای فرم مربوط به مادر و آلفای کلی ۰/۹۶، همسانی درونی عالی دارد که برای اندازه‌گیری کیفیت رابطه والد - فرزندگی استفاده می‌شود. این ضریب آلفا را سازندگان این مقیاس با اجرای پرسشنامه بر ۲۴۱ دانشجو بدست آوردند. در پژوهش حاضر پایایی مقیاس به شیوه آلفای کرونباخ ۰/۸۷ بدست آمد. در پژوهش داداشی (۱۳۸۳) مقیاس رابطه والد - فرزندگی توسط اساتید دانشگاه‌های بهشتی و تربیت معلم دارای روایی صوری شناخته شد. در پژوهش پرهیزکار روایی محتوایی هر دو فرم مورد تأیید اساتید دانشگاه‌های تربیت معلم و الزهرا قرار گرفت (ثنایی و همکاران، ۱۳۸۷).

این پژوهش از مهر ۱۳۹۷ تا اسفند ۱۳۹۷ انجام شد. بدین صورت که فراخوان اجرای پژوهش در مدارس متوسطه اول استان اصفهان اعلام شد. معیارهای ورود به پژوهش عبارت بودند از تمایل به شرکت در دوره از جمله پاسخ به پرسشنامه‌ها و حضور در جلسات آموزشی و داشتن فرزند نوجوان پسر در رده سنی ۱۳ تا ۱۵ سال و معیارهای خروج عبارت بودند از غیبت بیش از دو جلسه شرکت‌کنندگان در جلسات آموزشی. در مرحله بعد ۱۳۰ مادر به همراه نوجوان پسر خود وارد پژوهش شدند. ابتدا پرسشنامه والدگری مؤثر روی نوجوان اجرا شد. با کنار گذاشتن پرسشنامه‌های مخدوش جمعا ۱۱۷ پرسشنامه والدگری نمره‌گذاری و تحلیل شد. شانزده تن از نوجوانان که کمترین نمره را در والدگری کسب کردند به صورت گمارش تصادفی در گروه آزمایش و گروه گواه جایگزین شدند و در هر گروه هشت نفر قرار گرفتند. در ادامه گروه آزمایش که شامل مادران این نوجوانان بودند، برنامه فرزندپروری مثبت را در ۸ جلسه دو ساعته و به صورت هفتگی دریافت کرد. ضمناً مرحله پیگیری نیز یک ماه بعد روی هر دو گروه اجرا شد.

برای رعایت ملاحظات اخلاقی، پژوهشگر بعد از اخذ رضایت آگاهانه از شرکت‌کنندگان و توضیح اهداف پژوهش به آنها

جدول ۱. خلاصه جلسات برنامه فرزندپروری مثبت				
جلسه	عنوان	هدف	محتوا	تکالیف
اول	معارفه	آشنایی با قوانین جلسات، آشنایی با برنامه فرزند-پروری مثبت	آشنایی با اعضای گروه و ایجاد رابطه، توضیح و تدوین قوانین اصلی برای گروه، توضیح درباره جنبه‌های مهم فرزندپروری	ارزیابی فرزندپروری مادران
دوم	شیوه‌های افزایش رفتارهای مطلوب (۱)	آشنایی با شیوه‌های مثبت	لزوم تعامل مثبت - بیان منطبق تعامل مثبت با فرزند - اجزای اساسی تعامل مثبت - صرف مدت زمان خاص و پر محتوا با فرزند - صحبت کردن با فرزند - محبت جسمانی و نشان دادن عواطف.	صرف زمان با محتوا با فرزند نوجوان - عواطف را نشان دهید.
سوم	شیوه‌های افزایش رفتارهای مطلوب (۲)	نقش تشویق و تقویت	تشویق و تقویت رفتار مطلوب: انواع تقویت کننده‌ها، ایجاد حسن غرور و افتخار شخصی در فرزند، توجه مثبت (کلامی و غیر کلامی)، امتیاز دادن و فعالیت‌های سرگرم کننده، لزوم تقویت رفتارهای مثبت نوجوان - انواع روش‌های تقویت (تقویت توصیفی - تقویت امتیازی - تقویت القایی).	ارائه تقویت و توجه مثبت و روش‌های تقویت
چهارم	شیوه‌های افزایش رفتارهای مطلوب (۳)	آموزش تکنیک‌های الگودهی	استفاده از آموزش اتفاقی (در ارتباط با چه رفتارهایی است، اصول استفاده از این روش) - ارائه مثال‌های بیشتر - تمرین تکنیک در گروه‌های کوچک، بحث و بازخورد - استفاده از روش الگوسازی.	بکارگیری تکنیک‌ها
پنجم	شیوه‌های افزایش رفتارهای مطلوب (۴)	افزایش رفتار مطلوب با استفاده از جدول رفتاری	آموزش روش "بیرس، بگو و انجام بده" - چه رفتارهایی را در بر می‌گیرد. چگونه و با چه اصولی از این روش استفاده کنیم - فراهم نمودن فعالیت‌های سرگرم کننده برای فرزندان - استفاده از جدول رفتاری.	بکارگیری جدول رفتاری
ششم	شیوه‌های جلوگیری از رفتارهای نامطلوب (۱)	آموزش بحث هدایت شده برای بهبود رفتار	ایجاد مقررات واضح و بدون ابهام در خانه - لزوم ایجاد مقررات - اصول اساسی در ایجاد مقررات - برخورد با زیر پا گذاشتن مقررات از طریق بحث هدایت شده - آموزش مراحل بحث هدایت شده.	بکارگیری مراحل بحث هدایت شده
هفتم	شیوه‌های جلوگیری از رفتارهای نامطلوب (۲)	کار روی پیامدها	انواع دستورها - اصول و نحوه دستور دادن - در نظر گرفتن پیامدهای منطقی - بیان منطبق تکنیک - تفاوت پیامد منطقی با تنبیه - اصول اجرای پیامد منطقی - بی‌توجهی برنامه ریزی شده - بیان منطبق تکنیک - برای چه رفتارهایی به کار می‌رود.	بازخورد شیوه‌های صحیح پیامدها
هشتم	شیوه‌های جلوگیری از رفتارهای نامطلوب (۳)	کاهش رفتارهای نامطلوب	استفاده از روش زمان سکوت - بیان منطبق تکنیک - مراحل اجرای تکنیک - استفاده از روش محروم کردن موقت - بیان منطبق تکنیک - تفاوت روش محروم کردن موقت با روش زمان سکوت - مراحل و نحوه به کارگیری تکنیک - جمع بندی.	بکارگیری روش‌های رفتاری و تکنیک‌های این جلسه

جدول ۲. اطلاعات توصیفی برای والدگری مؤثر در سه نوبت اندازه‌گیری

گروه‌ها	میانگین			انحراف استاندارد	
	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	پیگیری	پس‌آزمون	پیگیری
نوبت اندازه‌گیری فرزندپروری مثبت	۱۳۴/۲۵	۱۷۴/۷۵	۱۶۹/۵	۱۳/۵۴	۱۳/۶۹
گواه	۱۳۰/۲۵	۱۶۱/۵۴	۱۵۸/۴۱	۱۱/۵۷	۱۱/۷۵

جدول ۳. نتایج تحلیل واریانس آمیخته برای لامبدای ویلکز متغیر والدگری مؤثر

اثر	ارزش	F	df فرضیه	df خطا	P	ضریب اینتا
زمان	۰/۱۲۲	۴۶/۹۱	۲/۰۰	۱۳/۰۰	۰/۰۰۰	۰/۸۷
تعامل زمان* گروه	۰/۲۰۷	۲۴/۸۲	۲/۰	۱۳/۰۰	۰/۰۰۰	۰/۷۹

جدول ۴. نتایج آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر برای والدگری مؤثر در پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری در دو گروه آزمایش و گروه گواه

منابع تغییرات	MS	F	درجه آزادی	P	اندازه اثر	توان آزمون
اثر گروه	۷۶۵۰/۷۵	۲۱/۸۸	۱	< ۰/۰۰۱	۰/۶۱	۰/۹۹
اثر زمان	۴۲۰۱/۹۸	۹۰/۰۹	۱/۲۳	< ۰/۰۰۱	۸۶/۶	۱/۰۰
تعامل زمان* گروه	۲۲۲۶/۰۵	۴۷/۷۲	۱/۲۳	< ۰/۰۰۱	۰/۷۷	۱/۰۰



مؤثر در بین دو گروه مداخله‌ی فرزندپروری مثبت و گروه گواه است. اثر اصلی زمان معنادار است. این بدان معنی است که متغیر والدگری مؤثر از مرحله پیش آزمون تا مرحله پیگیری، تغییر کرده است. تعامل زمان و گروه، معنادار است. این بدین معنی است که گروه‌ها در سطوح زمانی مختلف تفاوت‌های معناداری با هم داشته‌اند.

جدول ۴ نتایج آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر برای پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری در دو گروه آزمایش و گروه گواه والدگری مؤثر را نشان می‌دهد. این جدول نتایج تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر را برای متغیر والدگری مؤثر با اصلاح درجات آزادی نشان می‌دهد. از محتوای جدول مشخص است که اثرات اصلی گروه ( $P < 0/001$ ) و زمان ( $P < 0/001$ ) معنادار هستند. معناداری اثر گروه به معنای وجود تفاوت کلی متغیر والدگری

جدول ۵. نتایج آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر برای والدگری مؤثر در گروه آزمایش و گروه گواه							
منبع	منبع	SS	MS	درجه آزادی	F	P	اندازه اثر
گروه گواه	مراحل	۱۹۳/۰۰۰	۱۷۴/۰۲۲	۱/۱۰۹	۳/۲۱۴	۰/۱۱	۰/۳۱۵
	خطا	۴۲۰/۳۳	۵۴/۱۴۳	۷/۷۶۳	-	-	-
گروه فرزندپروری مثبت	مراحل	۷۷۶۱/۰۰۰	۳۸۸/۵	۲	۱۴۰/۱۳۸	۰/۰۰۰	۰/۹۵۲
	خطا	۳۸۷/۶۶۷	۲۷/۶۹	۱۴	-	-	-

معنادار است ولی در گروه گواه معنادار نیست. بر این اساس آزمون تعقیبی مقایسه‌های زوجی مراحل برای گروه فرزندپروری مثبت انجام شد.

بر اساس یافته‌های بدست آمده در جدول ۵، نتایج آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌گیری‌های مکرر برای گروه آزمایش و گواه نشان می‌دهد اثر زمان (سه مرحله) در گروه فرزندپروری مثبت

جدول ۶. نتایج آزمون بونفرونی برای مقایسه نمرات والدگری مؤثر در پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری در گروه فرزندپروری مثبت				
I	J	اختلاف میانگین (I - J)	انحراف استاندارد	p
پیش‌آزمون	پس‌آزمون	-۴۰/۵	۳/۰۹	۰/۰۰۰
پیش‌آزمون	پیگیری	-۳۵/۲۵	۲/۹۹	۰/۰۰۰
پس‌آزمون	پیگیری	-۵/۲۵	۱/۴۸	۰/۰۲۹

طی زمان ثبات نداشته است، اما اختلاف بین پیش‌آزمون و پس‌آزمون حاکی از اثربخش بودن برنامه فرزندپروری مثبت بر والدگری مؤثر است.

همان‌طور که در جدول ۶ نشان داده شده است. اختلاف پیش‌آزمون و پس‌آزمون معنادار است. با توجه به اختلاف میانگین‌ها، نمرات از پیش‌آزمون تا پس‌آزمون افزایش داشته است. گرچه تفاوت پس‌آزمون و پیگیری نیز معنادار شده است و اثر آموزش

جدول ۷. اطلاعات توصیفی برای کیفیت رابطه والد - فرزندی در سه نوبت اندازه‌گیری						
گروه‌ها	میانگین		انحراف استاندارد		انحراف استاندارد	
نوبت اندازه‌گیری	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	پیگیری	پس‌آزمون	پیگیری	پیگیری
فرزندپروری مثبت	۱۲۶/۶۲	۱۴۳	۱۳۹/۶۲	۱۹/۰۶	۱۷/۷۴	۱۷/۷۴
گواه	۱۲۳/۵	۱۲۳/۸۷	۱۲۳/۶۲	۱۴/۷۴	۱۴/۵	۱۴/۵

پیش‌فرض‌های آزمون مورد بررسی قرار گرفت. آزمون شاپیرو - ویلک نشان داد که توزیع نمرات در پیش‌آزمون ( $p = 0/61$ )، پس‌آزمون ( $p = 0/55$ ) و پیگیری ( $p = 0/6$ ) کیفیت رابطه والد - فرزند، نرمال است. آزمون لوین نشان داد که واریانس‌های پیش‌آزمون

همان‌طور که جدول ۷ نشان می‌دهد. بین دو گروه در سه مرحله ارزیابی تفاوت‌هایی در متغیر کیفیت رابطه والد - فرزندی مشاهده می‌شود. برای بررسی معناداری این تفاوت‌ها از آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر استفاده شد. قبل از اجرای آزمون،

کیفیت رابطه والد - فرزند کرویت ندارد ( $p < 0/001$ ). لذا برای اصلاح درجات آزادی از آزمون گرین هاوس کایزر استفاده شد. نتایج جدول ۸ بیانگر این نکته است که در متغیر کیفیت رابطه والد - فرزند و در سه مرحله اندازه گیری تفاوت معنادار وجود دارد ( $P < 0/01$ ).

( $p = 0/29$ )، پس آزمون ( $p = 0/79$ ) و پیگیری ( $p = 0/93$ ) کیفیت رابطه والد - فرزندی در دو گروه، همگن هستند. نتایج آزمون باکس نیز نشان داد که ماتریس‌های کواریانس دو گروه همسان هستند ( $p = 0/257$ ). در نهایت آزمون کرویت ماچلی برای بررسی کرویت نمرات کیفیت رابطه والد - فرزند نشان داد که نمرات

جدول ۸. نتایج تحلیل واریانس آمیخته برای لامبدای ویلکز متغیر کیفیت رابطه والد - فرزند

اثر	ارزش	F	df فرضیه	df خطا	P	ضریب ایما
زمان	۰/۴۱۸	۹/۰۴۸	۲/۰۰۰	۱۳/۰۰۰	۰/۰۰۳	۰/۵۸۲
تعامل زمان*گروه	۰/۴۶۳	۷/۵۳۵	۲/۰۰۰	۱۳/۰۰۰	۰/۰۰۷	۰/۵۳۷

جدول ۹. نتایج آزمون تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر برای کیفیت رابطه والد- فرزند در پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری در دو گروه آزمایش و گروه گواه

منابع تغییرات	MS	F	درجه آزادی	P	اندازه اثر	توان آزمون
اثر گروه	۱۹۵۰/۷۵	۲/۱۱۵	۱	۰/۱۶۸	۰/۱۳۱	۰/۲۷۳
اثر زمان	۵۷۶/۹۵	۸/۲۱	۱/۰۷	۰/۰۱۱	۰/۳۷	۰/۷۸۳
تعامل زمان*گروه	۵۳۴/۳۱	۷/۶۰۹	۱/۰۷	۰/۰۱۳	۰/۳۵۲	۰/۷۵۱

اثر اصلی زمان ( $p < 0/001$ ) معنادار است و این بدان معنی است که مقدار متغیر کیفیت رابطه والد - فرزندی از مرحله پیش آزمون تا مرحله پیگیری تغییر کرده است. همچنین تعامل زمان و گروه معنادار است و این بدین معنی است که گروه‌ها در سطوح زمانی مختلف تفاوت‌های معناداری با هم داشته‌اند.

جدول ۹ نتایج آزمون تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر برای اثرات اصلی گروه، زمان و اثر تعاملی زمان و گروه در متغیر کیفیت رابطه والد - فرزندی را نشان می‌دهد. این جدول نتایج تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر را برای متغیر کیفیت رابطه والد - فرزندی با اصلاح درجات آزادی نشان می‌دهد. از محتوای جدول مشخص است که اثرات اصلی گروه ( $p = 0/168$ ) معنادار نیست، اما

جدول ۱۰. نتایج آزمون تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر برای کیفیت رابطه والد - فرزند در گروه آزمایش و گروه گواه

منبع	منبع	SS	MS	درجه آزادی	F	P	اندازه اثر	توان آزمون
گروه گواه	مراحل	۰/۵۸۳	۰/۴۸۷	۱/۱۹۷	۰/۰۳۵	۰/۸۹۴	۰/۰۰۵	۰/۰۵۳
	خطا	۱۱۸۰۰۸۳	۱۴/۰۹۴	۸۳۷۹	-	-	-	-
گروه فرزندپروری مثبت	مراحل	۱۱۹۶/۰۸۳	۱۱۲۵/۶۷۸	۱/۰۶۳	۸/۹۰۱	۰/۰۱۸	۰/۵۶	۰/۷۴۷
	خطا	۹۴۰/۵۸۳	۱۲۶/۴۶	۷/۴۳۸	-	-	-	-

است ولی در گروه گواه معنادار نیست. بر این اساس آزمون تعقیبی مقایسه‌های زوجی مراحل برای گروه فرزندپروری مثبت انجام شد.

بر اساس یافته‌های بدست آمده در جدول ۱۰ نتایج آزمون تحلیل واریانس با اندازه گیری‌های مکرر برای گروه آزمایش و گواه نشان می‌دهد اثر زمان (سه مرحله) در گروه فرزندپروری مثبت معنادار

جدول ۱۱. نتایج آزمون بونفرونی برای مقایسه نمرات کیفیت رابطه والد - فرزند در پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری در گروه فرزندپروری مثبت

I	J	اختلاف میانگین (I - J)	انحراف استاندارد	p
پیش آزمون	پس آزمون	-۱۶/۳۷۵	۴/۹۱	۰/۰۳۸
	پیگیری	-۱۱۳/۰۰۰	۵/۰۲۵	۰/۱۰۸
پس آزمون	پیگیری	-۳/۳۷۵	۱/۰۱۷	۰/۰۳۸



خوشابی، ۱۳۸۶؛ صابری و همکاران، ۱۳۹۳؛ علی اکبری و همکاران، ۱۳۹۳)، خودآزمونی و خودکارآمدی (رحیمی، ۱۳۹۷؛ طالعی، طهماسیان و وفایی، ۱۳۹۰؛ عاشوری و همکاران، ۱۳۹۴)، بهبود شیوه‌های فرزند پروری (بهرامی، ۱۳۹۵؛ پوراحمدی، جلالی، شعیری و طهماسیان، ۱۳۸۸)، پرداختند، می‌توان به عنوان پژوهش‌های همسو نام برد. در واقع برنامه فرزندپروری مثبت با ارائه چارچوب رفتاری مشخص و ارائه راهکارهای روشنمند، حس کفایت و خودباوری والدین را افزایش می‌دهد (اسپیچکرز و همکاران، ۲۰۱۰). این آموزش‌ها همچنین سردرگمی والدین را کاهش داده، به بهبود والدگری کمک می‌کنند.

در مورد متغیر دیگر پژوهش، یعنی کیفیت رابطه والد - فرزندی نیز، برنامه فرزندپروری مثبت اثربخش بود. پژوهش حاضر با پژوهش براون و همکاران (۲۰۱۵)، و نیز با پژوهش‌های (عاشوری و همکاران، ۱۳۹۴؛ وارسته و همکاران، ۱۳۹۵) که روی جمعیتی متشکل از مادران و کودکان صورت گرفته اند، همسو بود. نتایج پژوهش حاضر همچنین با پژوهش امیری و همکاران (۱۳۹۴) و بهرامی (۱۳۹۵) نیز همسو بود. پژوهش بهرامی (۱۳۹۵) گزارش می‌کند، بسته آموزشی فرزندپروری مثبت بر رابطه والدگری مادر - نوجوان مؤثر بود، اگرچه در مورد رابطه با پدر معنادار نبوده است و نتوانسته کیفیت رابطه پدر - نوجوان را ارتقاء دهد. می‌دانیم که یکی از اجزای مهم مدل‌های سنتی و رایج والدگری، کنترل رفتاری است (اسپیتون، بیچ تیر، فن لیون و گونسس، ۲۰۱۶). گرچه واژه کنترل رفتاری، معمولاً برای هر دو نوع رفتارهای والدگری مطلوب (از جمله: ارائه راهنمایی و ایجاد ساختار) و نیز رفتارهای والدینی منفی (مانند ایجاد فشار، سلطه‌گری و تنبیه) استفاده می‌شود (اسپیتون و همکاران، ۲۰۱۶) اما این بدیهی است که برنامه‌های فرزندپروری بر بعد مثبت تأکید دارند. در ادبیات و پژوهش‌های مرتبط با والدگری، اصطلاحات و مفاهیم متعددی از قبیل فرآیند والدگری، شیوه‌های فرزندپروری، انجام فعالیت والدینی و مراقبت والدینی، وجود دارد و تعاریف نیز در این زمینه مختلف‌اند (دسجاردینس، زلنسکی و کاپلان، ۲۰۰۸). فرآیند والدگری به شیوه‌ای که والدین بر فرزندان نوجوان نظارت می‌کنند و میزان کنترل نوجوانان توسط والدین اشاره دارد (اوزدمیر، وازسونای و کاک، ۲۰۱۳). فعالیت والدینی به رفتارهای والدینی که به طور خاص در راستای رشد همه جانبه فرزندان (برای مثال فعالیت برای

همان طور که در جدول ۱۱ نشان داده شده است. اختلاف پیش‌آزمون و پس‌آزمون معنادار است. با توجه به اختلاف میانگین‌ها، نمرات از پیش‌آزمون تا پس‌آزمون افزایش داشته است. علی‌رغم تفاوت معنادار پس‌آزمون و پیگیری که نشان دهنده عدم ثبات اثر آزمایش در طول زمان است می‌توان گفت که مداخله برنامه فرزند پروری مثبت در افزایش کیفیت رابطه والد - فرزندی نیز اثربخش بوده است.

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی برنامه فرزندپروری مثبت بر والدگری مؤثر و کیفیت رابطه والد - فرزندی در مادران دارای نوجوان پسر بود. نتایج این پژوهش نشان داد که برنامه فرزندپروری مثبت باعث بهبود والدگری مؤثر شد. این نتیجه با نتیجه پژوهش هاهل و گک و همکاران (۲۰۱۰) همسو بود. آنها در پژوهش خود که یک مطالعه طولی بود، به این نتیجه رسیدند در کنار اثراتی که برنامه فرزندپروری مثبت بر کاهش اختلالات برونی‌سازی و درونی‌سازی فرزندان دارد، باعث بهبود رفتار والدینی کارآمد و نیز رفتار والدینی مثبت می‌شود و نیز با نتایج حاصله از پژوهش یوسف و همکاران (۲۰۱۸)، با هدف بررسی کاربرد برنامه فرزندپروری مثبت در بهبود عملکرد خانواده و بهبود والدگری همسو است. سنדרز و همکاران (۲۰۰۳) در پژوهش خود ذکر می‌کنند، مداخلات رفتاری خانواده، تغییرات مثبتی در مشاهدات والدین و رفتارهای والدگری ایجاد می‌کند که به نوبه خود به تغییر در رفتار کودک هم مربوط می‌شود. سنדרز و همکاران (۲۰۱۴) در پژوهشی با عنوان، برنامه فرزندپروری مثبت: یک مرور نظام‌مند و فراتحلیل چندسطحی از سیستم حمایت والدینی، ۱۰۱ پژوهش فرزندپروری مثبت را در بازه زمانی ۳۳ ساله بررسی کردند و گزارش دادند که نتایج استفاده از فرزندپروری مثبت به عنوان یک سیستم آمیخته با حمایت والدینی بوسیله پژوهش‌های متعدد پشتیبانی می‌شود. نتایج این پژوهش همچنین با نتایج پژوهش‌های موراسکا، میتچل، بورگس و فراسر (۲۰۱۶)، ویتکوسکی و همکاران (۲۰۱۵) و براون و همکاران (۲۰۱۵) همسو است.

از برخی پژوهش‌ها که به تأثیر فرزندپروری مثبت بر پیش‌فرض‌ها و مؤلفه‌های مرتبط به والدگری مؤثر از قبیل سلامت روان (جعفری، موسوی، فتحی و خوشابی، ۱۳۸۹؛ غضنفری و همکاران، ۱۳۹۵)، کاهش تنیدگی و استرس والدینی (روشن‌بین، پوراعتماد و

اما میزان آن به مراتب کمتر است (بهرامی، ۱۳۹۵؛ سلری، رالف و ساندرز، ۲۰۱۴؛ صالح‌زاده، ۱۳۹۱). از آنجایی که نوجوانی دوره‌ای از ایجاد تغییرات جسمی، شناختی، اجتماعی - عاطفی، محیطی و یک دوره پویا و هیجانی برای افراد است و این برهه شامل تحولاتی نظیر افزایش توانایی در تفکر، شروع بلوغ و تغییر در روابط با خانواده، دوستان، مدرسه و اجتماع، است. ایجاد روابط با کیفیت با نوجوان به توانش نیازمند است. او به عنوان یک نوجوان همواره در جهت کسب نقش‌های عاطفی و اجتماعی جدید تلاش می‌کند، به دنبال استقلال است و می‌خواهد نقش ایفا کند، این ویژگی‌ها خود بخود می‌تواند تعارضاتی را ایجاد کند که حل آنها به آموزش‌های مداوم داشته باشد. فرزندپروری مثبت می‌تواند این آموزش‌های والدینی را برای ایجاد درک متقابل فراهم کند.

با توجه به اینکه در هر پژوهشی محدودیتی وجود دارد، تحقیق حاضر نیز از این امر مستثنی نیست. به علت محدودیت زمان و هزینه، حجم کم نمونه یکی از محدودیت‌های پژوهش می‌باشد. همچنین عدم شمول نوجوانان دختر، که می‌تواند هم به عنوان محدودیت و هم به عنوان یک پیشنهاد برای پژوهش‌های آینده ارائه شود. پیشنهاد این پژوهش برای والدین، تدوین بسته‌های آموزشی برای فرزند پروری با رویکردهایی که اثربخشی مناسبی در فرهنگ ما دارند می‌باشد. همچنین تدوین برنامه‌های آموزش بهبود و غنی‌سازی روابط والد - نوجوان با رویکردهای مبتنی بر شواهد پژوهشی می‌تواند کارساز باشد. همچنین درمانگران می‌توانند از بسته استاندارد استفاده شده، به صورت مستقل یا ترکیب با سایر رویکردها در بهبود عملکرد خانواده و ارتقای والدگری کمک بگیرند. مطالعات بلند مدت و به صورت طولی در خصوص اثربخشی مدل‌های دیگر فرزندپروری، همچنین تدوین و به کارگیری مدل‌های بومی والدگری که با فرهنگ و بافت اجتماعی کشور سنخیت داشته باشد به عنوان پیشنهادی برای پژوهش‌های آینده، توصیه می‌شود.

### منابع

آجیل‌چی، بیتا؛ برجلی، احمد و و جان بزرگی، مسعود (۱۳۹۰). اثربخشی آموزش مهارت‌های والدگری در کاهش تنیدگی مادران. فصلنامه مطالعات روانشناسی بالینی، ۱(۴)، ۱۷-۱.

امیرطه‌ماسب، گلنار؛ باقری، فریبرز و ابوالمعالی، خدیجه (۱۳۹۷). اثربخشی روش فرزندپروری مثبت بر مشکلات عاطفی - رفتاری

بهبود وضعیت تحصیلی با تهیه کتاب و غیره) انجام می‌دهند، گفته می‌شود (اسپرا، ۲۰۰۵). مراقبت والدینی نگرانی در خصوص نظارت بر رفتار و کارهای نوجوان از سوی والدین اطلاق می‌گردد (کرنیک و لوو، ۲۰۰۲). طبق تعاریف مذکور، در مفاهیم مرتبط با والدگری از جمله فعالیت والدینی، فرآیند والدینی و مراقبت والدینی و نیز سبک فرزندپروری، آنچه نقطه اشتراک است، التزام والدین به ایفای نقش مؤثر است که مستلزم روابط مطلوب والد - فرزند است. همانطور که ساندرز و همکاران (ساندرز و همکاران، ۲۰۰۳) مدعی هستند، فرزندپروری مثبت معمولاً تکنیک‌های کنترل رفتار را به والدین یاد می‌دهند تا آنها بتوانند رفتارهای مشکل ساز فرزندانشان را کاهش دهند و بر رفتارهای مثبت وی بیفزایند. این تکنیک‌ها به بهبود روابط والد - فرزند کمک می‌کند.

امیری و همکاران (۱۳۹۴) گزارش دادند که فرزندپروری مثبت می‌تواند از طریق کاهش مشکلات هیجانی، آشفتگی‌های بوجود آمده در روابط والد - فرزند را کاهش داده و از وقوع آن جلوگیری کند. در پژوهش رحیمی (۱۳۹۷) نتایج نشان داد که برنامه فرزندپروری مثبت بر خودکارآمدی والدگری مادران تأثیر گذاشته است، این پژوهش مدعی است موجب تغییر سبک‌های والدگری مستبدانه و آزادمنشانه به نفع سبک والدگری مقتدرانه شده است. می‌توان نتیجه گرفت آموزش فرزندپروری، طبق نتایج این پژوهش، روی دو سبک والدگری آزاد منشانه و مستبدانه تأثیر گذاشته است به صورتی که سبک مستبدانه را از طریق ایجاد انعطاف بیشتر و حذف قواعد رفتاری سخت و خشک تعدیل کرده است، از سویی هم در مورد سبک آزادمنشانه و بی‌قید و بند، با ایجاد قواعد رفتاری و ضوابط مطلوب به نسبت حالت قبل قواعد را پررنگ تر کرده است و این تغییرات می‌تواند روابط والد - فرزند را به وضعیت مطلوب تری تبدیل کند.

برنامه فرزندپروری مثبت برای جمعیت کودکان به طور گسترده مورد استفاده قرار گرفته است (اسمالگنگ و همکاران، ۲۰۱۶؛ پاکزاد، فرامرزی و قمرانی، ۱۳۹۳؛ پوراحمدی و همکاران، ۱۳۸۸؛ جعفری، فتحی‌آشتیانی و طهماسیان، ۱۳۹۰؛ جلالی، پوراحمدی، جلیل باباپور و شعیری، ۱۳۸۸؛ جلالی، شعیری، طهماسیان و پوراحمدی، ۱۳۸۷؛ خیریه، شعیری، آزادفلاح و رسول‌زاده، ۱۳۸۸؛ رودریگو، ۲۰۱۶؛ غضنفری و همکاران، ۱۳۹۵؛ وارسته و همکاران، ۱۳۹۳) و البته در خصوص نوجوانان هم، پژوهش‌هایی وجود دارد

- کودکان با اختلال یادگیری در دوره ابتدایی. *مجله علوم روانشناختی*، ۱۷(۶۹)، ۶۰۹-۶۰۱.
- امیری، محسن؛ پورحسین، رضا؛ یوسفی افراشته، مجید؛ خان آبادی، مهدی و متولی پور، عباس (۱۳۹۴). تأثیر آموزش رفتاری والدین در کاهش تنیدگی و بهبود شیوه‌های والدگری مادران دارای کودکانی که مشکلات رفتاری برون‌ریزی شده دارند. *فصلنامه علمی پژوهشی علوم روانشناختی*، ۱۴(۵۳)، ۲۱-۷.
- بهرامی، امیر (۱۳۹۵). تدوین الگوی بومی والدگری مثبت مبتنی بر شادی و تأثیر آموزش مبتنی بر این الگو بر شادی، سلامت روان، خودکارآمدی و رابطه والد - فرزندی دختران ۱۲ تا ۱۴ ساله شهر قم. رساله دکتری. دانشگاه اصفهان.
- پاکزاد، محبوبه؛ فرامزی، سالار و قمرانی، امیر (۱۳۹۳). اثربخشی آموزش مادران بر اساس مدل فرزندپروری مثبت بر میزان علائم اختلالات رفتاری دانش‌آموزان ناشنوا. *مجله شنوایی‌شناسی*، ۲۳(۴)، ۸۳-۷۷.
- پوراحمدی، الناز؛ جلالی، محسن؛ شعیری، محمدرضا و طهماسیان، کارینه (۱۳۸۸). بررسی اثر کوتاه مدت آموزش برنامه‌ی فرزندپروری مثبت بر تغییر شیوه‌های فرزندپروری مادران کودکان مبتلا به اختلال نافرمانی مقابله‌ای. *خانواده پژوهی*، ۵(۲۰)، ۵۳۲-۵۱۹.
- ثنایی، باقر، علاقبند، ستیلا؛ فلاحتی، شهره و هومن، عباس (۱۳۸۷). مقیاس‌های سنجش خانواده از دواج. تهران: بعثت.
- جعفری، بهناز سادات؛ موسوی، رقیه؛ فتحی‌آشتیانی، علی و خوشابی، کتایون (۱۳۸۹). اثربخشی برنامه‌ی والدگری مثبت بر سلامت روان مادران کودکان مبتلا به اختلال بیش‌فعالی - نقص توجه. *فصلنامه خانواده پژوهی*، ۲۴، ۵۱۰-۴۹۷.
- جعفری، بهناز سادات؛ فتحی‌آشتیانی، علی و طهماسیان، کارینه (۱۳۹۰). اثربخشی آموزش گروهی برنامه فرزندپروری مثبت به مادران بر کاهش نشانه‌های مرضی کودکان مبتلا به اختلال بیش‌فعالی - کمبود توجه. *فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، ۲(۷)، ۱۳۸-۱۲۳.
- جلالی، محسن؛ پوراحمدی، الناز؛ جلیل باباپور، خیرالدین و شعیری، محمدرضا (۱۳۸۸). تأثیر آموزش برنامه فرزندپروری مثبت بر کاهش اختلالات برون‌ریزی شده در کودکان هفت تا ده ساله. *فصلنامه علمی پژوهشی دانشگاه تبریز*، ۴(۱۳)، ۴۳-۲۲.
- خیریه، منصوره سادات؛ شعیری، محمد رضا؛ آزادفلاح، پرویز و رسول-زاده طباطبایی، سید کاظم (۱۳۸۸). اثربخشی روش آموزش
- فرزند پروری مثبت بر کودکان مبتلا به اختلال نافرمانی مقابله‌ای. *مجله علوم رفتاری*، ۳(۱)، ۵۸-۵۳.
- رحیمی، مرضیه (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش برنامه‌ی فرزند پروری مثبت بر خودکارآمدی و سبک والدگری مادران و عناصر ترسیمی کودکان با اختلال هیجانی و رفتاری. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه اصفهان.
- روشن بین، هدیه؛ پوراعتماد، حمیدرضا و خوشابی، کتایون (۱۳۸۹). تأثیر آموزش برنامه‌ی گروهی والدگری مثبت بر استرس والدگری مادران کودکان ۴ تا ۱۰ ساله مبتلا به اختلال بیش‌فعالی - نقص توجه. *فصلنامه خانواده پژوهی*، ۱۰، ۵۷۲-۵۵۵.
- سامانی، سیامک (۱۳۹۰). ویژگی‌های روانسنجی نسخه‌ی فارسی فرم کودکان پرسشنامه‌ی والدگری آلاباما. روش‌ها و مدل‌های روانشناختی، ۲(۵)، ۲۹-۱۷.
- شریفی اردانی، احمد (۱۳۹۶). تدوین برنامه فرزند پروری مبتنی بر تجارب زیسته مادران کودکان با ناتوانی هوشی و مقایسه اثربخشی آن با برنامه فرزندپروری ذهن‌آگاهانه و برنامه فرزندپروری مثبت بر استرس والدینی، سرمایه روانشناختی مادران و مشکلات رفتاری کودکان با ناتوانی هوشی دوره ابتدایی. رساله دکتری. دانشگاه اصفهان.
- صابری، جواد؛ بهرامی پور، منصوره؛ قمرانی، امیر و یارمحمدیان، احمد (۱۳۹۳). اثربخشی برنامه گروهی والدگری مثبت بر کاهش استرس والدگری مادران دارای کودکان مبتلا به اختلال اوتیسم. *دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی*، ۲، ۷۷-۶۹.
- صالح زاده ابرقویی، مریم (۱۳۹۱). تدوین برنامه والدگری مثبت و مقایسه اثربخشی آن با درمان شناختی - رفتاری بر اختلالات هیجانی و رفتاری نوجوانان. رساله دکتری. دانشگاه اصفهان.
- طالعی، علی؛ طهماسیان، کارینه و وفایی، نرگس (۱۳۹۰). اثربخشی آموزش برنامه‌ی والدگری مثبت بر خودآزمندی والدینی مادران. *فصلنامه خانواده پژوهی*، ۲۷، ۳۲۳-۳۱۱.
- عاشوری، محمد؛ افروز، غلامعلی؛ ارجمندنی، علی اکبر؛ پورمحمدرضای تجریشی، معصومه و و غباری بناب، باقر (۱۳۹۴). اثربخشی برنامه والدگری مثبت بر خودکارآمدی والدینی و تعامل مادر - کودک دارای کم‌توانی هوشی. *مجله دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد*، ۲۳(۵)، ۵۰۰-۴۸۹.
- علی اکبری دهکری، مهناز؛ کاکوجویباری، علی اصغر؛ محتشمی، طیبه و یکدله پور، نرگس (۱۳۹۳). اثربخشی برنامه فرزند پروری مثبت بر تنیدگی والدینی در مادران کودکان با آسیب شنوایی. *مجله شنوایی شناسی*، ۲۳(۶)، ۷۵-۶۶.

- Hahlweg, K., Heinrichs, N., Kuschel, A., Bertram, H., & Naumann, S. (2010). Long-term Outcome of a Randomized Controlled Universal Prevention Trial Through a Positive Parenting Program: Is It Worth the Effort? *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 4(14).
- Hair, E. C., & et al (2003). Psychometric Analyses of the Parent-Adolescent Relationship Scale in the National Longitudinal Survey of Youth. *Parent Youth Relationships*, 1, 1-31.
- Keijsers, L., Branje, S. J. T., VanderValk, I. E., & Meeus, W. (2010). Reciprocal Effects Between Parental Solicitation, Parental Control, Adolescent Disclosure, and Adolescent Delinquency. *Journal of Research on Adolescence*, 20, 88-113.
- Kim, D. H., & Schneider, B. (2005). Alignment of Parental Support in Adolescents' Transition to Postsecondary Education Author(s). *Social Forces*, 84(2), 1181-1206.
- Larzelere, R. E., Gunnoe, M. L., Roberts, M. w., & Ferguson, C. J. (2016). Children and Parents Deserve Better Parental Discipline Research: Critiquing the Evidence for Exclusively "Positive" Parenting. *Parenting, Marriage & Family*. REVIEW, DOI:10.1080/0149492920161145613.
- Morawska, A., Mitchell, A. E., Burgess, S., & Fraser, J. (2016). Effects of Triple P Parenting Intervention on Child Health Outcomes for Childhood Asthma and Eczema: Randomised Controlled Trial. *Behaviour Research and Therapy*, 83, 35-44.
- Ohannessian, C. M. (2012). Discrepancies in Adolescents' and Their Mothers' Perceptions of the Family and Adolescent Externalizing Problems. *Family Science*, 3, 135-140.
- Olivia, A., & Arrsnz, E. (2005). Sibling Relationship During Adolescence. *European Journal of Psychology*, 2(3), 253-270.
- Ozdemir, Y., Vazsonyi, A.T., & Çok, F. (2013). Parenting Processes and Aggression: The Role of Self-control Among Turkish Adolescents. *Journal of adolescence*, 36(1), 65-77.
- Perez, J. K., Cumsille, P., & Martinez, M. L. (2016). Agreement Between Parent and Adolescent Autonomy Expectations and Its Relationship to Adolescent Adjustment. *Journal of Adolescence*, 53, 10-15.
- Qu, Y., Fuligni, A. j., Galvan, A & Telzer, E. H. (2015). Buffering Effect of Positive Parent-child Relationships on Adolescent Risk Taking: A longitudinal Neuroimaging Investigation. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 15, 26-34.
- Rodrigo, M. J. (2016). Quality of Implementation in Evidence-based Positive Parenting Programs in Spain: Introduction to the Special Issue. *Psychosocial Intervention*, 25, 63-68.
- Rote, W. M., & Smetana, J. G. (2016). Patterns and Predictors of Mother – adolescent Discrepancies Across Family Constructs. *Journal of Youth and*
- غضنفری، فیروزه؛ حسینی رمقانی، نسرين السادات؛ مرادیانی گیزه رود، سیده خدیجه؛ مهرابی، مهناز و پناهی، هادی (۱۳۹۵). بررسی اثربخشی برنامه آموزشی فرزندپروری مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر سلامت عمومی مادران دارای کودک مبتلا به اختلال لجاجی نافرمانی. *مجله پزشکی ارومیه*، ۲۷(۷)، ۶۴۱-۶۲۹.
- نعمت‌زاده، آناهیتا؛ باقری، فریبرز و ابوالمعالی، خدیجه (۱۳۹۷). نقش واسطه‌ای تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین رابطه والد - فرزندی و پرخاشگری. *فصلنامه علمی پژوهشی علوم روانشناختی*، ۱۷ (۶۸)، ۴۶۲-۴۵۳.
- وارسته، مرضیه؛ اصلانی، خالد و امان الهی، عباس (۱۳۹۵). اثربخشی آموزش برنامه والدگری مثبت بر کیفیت تعامل والد - کودک. *فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، ۷(۲۸)، ۲۰۱-۱۸۳.
- Brown, F.L., Whittingham, K., Boyd, R. N., McKinlay, L., & Sofronoff, K. (2015). Does Stepping Stones Triple P Plus Acceptance and Commitment Therapy Improve Parent, Couple, and Family Adjustment Following Pediatric Acquired Brain Injury? A Randomised Controlled Trial. *Behaviour Research and Therapy*, 73, 58-66.
- Crnic, K., Low, C. (2002). Everyday Stresses and Parenting. *Handbook of Parenting, Practical Issues in Parenting*, 5, 242.
- Dekovic, E. (2003). Parent-adolescent Conflict; Possible Determinant and Consequence. *International journal of behavioral development*, 23(4), 977-1000.
- Desjardins, J., Zelenski, J. M., Coplan, R. J. (2008). An Investigation of Maternal Personality, Parenting Styles, and Subjective Well-being. *Personality and Individual Differences*, 44(3), 587-97.
- Dulmus, C. N., & Rapp-Paglicci, L. A. (2005). *Handbook of Preventive Interventions for Adults*, DOI:10.5860/choice, 2838-2843.
- Eshaghzadeh, F., Reyhani, T., Moharreri, F., & Mazlom, S. R. (2018). Effect of Training Positive Parenting Program on Mother-child Relationship Among Mothers of Children With Externalizing Disorders. *Evidence Based Care Journal*, 8(2), 58-66.
- Fernandez, M., & Eyberg, S. (2009). Predicting Treatment and Follow-up Attrition in Parent-Child Interaction Therapy. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 37, 431-441.
- Forgatch, M. S., & Patterson, G. R. (2010). Parent Management Training - Oregon Model: An Intervention for Antisocial Behavior in Children and Adolescents. *Evidence-based psychotherapies for children and adolescents*, 159-178.
- Fujiwara, T., Kato, N., Sanders, M. A. (2011). Effectiveness of Group Positive Parenting Program (triple-p) in Changing Child Behavior, Parenting Styles and Parental Adjustment an Intervention Study in Japan. *Journal of child and family studies*, 20, 801-804.

- Webster-Stratton, C. (1998). Preventing Conduct Problems in Head Start Children: Strengthening Parenting Competencies. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*.
- Withers, M. C., Cooper, A., Rayburn, A. D., & McWey, M. (2016). Parent-adolescent Relationship Quality as a link in Adolescent and Maternal Depression. *Marriage and Children and Youth Services Review*, 70, 309-314.
- Wittkowski, A., Cartwright, K., Emsley, R., Bee, P., Camacho, E., Calam, R., Cross, C., Kathryn, M. A., Reid, H. (2015). Enhancing Maternal and Infant Wellbeing: Study Protocol for a Feasibility Trial of the Baby Triple P Positive Parenting programme for Mothers with Severe Mental Health Difficulties (the IMAGINE study) STUDY PROTOCOL, 19, 479, <https://doi.org/10.1186/s13063-018-2869-z>.
- World Health Organization (2009). Preventing Violence Through the Development of Safe, Stable and Nurturing Relationships Between Children and Their Parents and Caregivers. *Series of Briefings on Violence Prevention*.
- Yusuf, o., Gonka, o., & Aynur, A. P. (2018). The Effects of the Triple P-Positive Parenting Program on Parenting, Family Functioning and Symptoms of Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder. A Randomized Controlled Trial. *Psychiatry and Clinical Psychopharmacology*, <https://doi.org/10.1080/24750573.2018.1542189>.
- Adolescence: <http://dx.doi.org/10.1007/s10964-016905151>.
- Salari, R., Ralph A., Sanders, M.A. (2014). An Efficacy Trial: Positive Parenting Program for Parents of Teenagers. *Behavior change*, 31(1), 35-42.
- Sanders, M. R. (2008). Triple-P Positive Parenting Program as a Public Health Approach to Strengthening Parenting. *J FAM PSYCHOL*, 22, (3), 506-517.
- Sanders, M. R. (2012). Development, Evaluation, and Multinational Dissemination of the Triple p-positive parenting program. *Annual Review of Clinical Psychology*, 8, 345-379.
- Sanders, M. R., Kirby, J. N., Tellegen, C. L., Day, J. J. (2014). The Triple P-Positive Parenting Program: A Systematic Review and Meta-analysis of a Multi-level System of Parenting Support. *Clinical Psychology Review*, 34, 337-357.
- Sanders, M. R., Markie-Dadds, C., Turner, K. (2003). *Das Triple P Elternarbeitsbuch. Der Ratgeber zur positiven Erziehung mit praktischen - bungen*. (Every Parent's Self-help Workbook) [<http://www.triplep.de>]. Münster: PAG.
- Schofield, T. J., Conger, R. D., Gonzales, J. E., & Merrick, M. T. (2016). Harsh Parenting, Physical Health, and the Protective Role of Positive Parent-adolescent Relationships. *Social Science & Medicine*, 157, 18-26.
- Smallegange, E. S., Hermanns, J. M. A., Oort, F. J. (2016). Evaluating the effectiveness of Combining Home-Start and Triple P Parenting Support in the Netherlands. *Children and Youth Services Review*, 68, 178-186.
- Spera, C. A. (2005). Review of the Relationship Among Parenting Practices, Parenting Styles, and Adolescent School Achievement. *Educational Psychology Review*, 17(2), 125-146.
- Spijkers, W., Jansen, D. EMC, de Meer, G., & Reijneveld, S. A. (2010). Effectiveness of a Parenting Program in a Public Health Setting: a Randomised Controlled Trial of the Positive Parenting Program (Triple P) Level 3 Versus Care as Usual Provided by the Preventive Child Healthcare (PCH). *BMC Public Health*, 10(131): <http://www.biomedcentral.com/1471-2458>.
- Spithoven, A. W. M., Bijttebier, P., Van Leeuwen, K., Goossens, L. (2016). Factor Structure of Parenting Behaviour in Early Adolescence. *Journal of Adolescence*, 53, 91-94.
- United Nations Office on Drugs and Crime [UNDOC], Vienna (2009). *Guide to Implementing Family Skills Training Programmes for Drug Abuse Prevention*. New York: United Nations.
- Wallenius, M., Rimpela, A., Punamaki, R. L., & Lintonen, T. (2009). Digital Game Playing Motives Among Adolescents: Relations to Parent-child Communication, School Performance, Sleeping Habits, and Perceived Health. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 30, 463-474.