Journal of Research in Behavioral Sciences

Year 2024, Volume 22, Issue 2

Comparison of the Effectiveness of Parent Management Training and Positive Psychology Parenting on the Persistence of Adolescent Girls with Anxiety Disorders

Maryam Hashemi[1], **Tayebeh Sharifi**[2], **Reza Ahmadi**[3]

1- Ph.D. Student in Educational Psychology, Department of Psychology, Shahrekord Branch, Islamic Azad University, Shahrekord, Iran.

2- (Corresponding author) * Professor, Department of Psychology, Shahrekord Branch, Islamic Azad University, Shahrekord, Iran..

3-Associate Professor, Department of Psychology, Shahrekord Branch, Islamic Azad University, Shahrekord, Iran.

Abstract

Aim and Background: Persistence is one of the capabilities that weakens under the influence of anxiety; But by modifying the parenting style, this ability can be strengthened; Therefore, the aim of present study was to compare the effectiveness of parent management training and positive psychology parenting on the persistence of adolescent girls with anxiety disorders.

Methods and Materials: The research method was semi-experimental. The research community was formed by adolescent girls aged 13 to 15 years with anxiety symptoms who referred to the psychological centers of Isfahan in 2024 with their mothers. From this society, 60 people were selected purposive sampling and randomly divided into two experimental and one control group and pre-test were conducted. The research tools were Duckworth and Quinn (2009) persistence questionnaire and Spielberger (1970) anxiety questionnaire. Mothers in the first experimental group received parenting management training and second experimental group received positive psychology parenting training in the form of 12 weekly 90-minute sessions. The results analyzed by analysis of variance with repeated measurements and SPSS 26.

Findings: In persistence variable, time factor ($p<0.001$, $F=27.675$), group factor ($p<0.001$, $F=10.324$) and time and group interaction ($p<0.001$, $F=8.861$) F) are significant. Also, in the post-test and follow-up stage, there is no significant difference between the two training groups in the average of the persistence variable ($p\leq0.05$) but there is a significant difference between the experimental groups with the control group

Conclusions: Parental management training and positive psychology parenting are effective interventions to increase the persistence of adolescents with anxiety.

Keywords: parent management training, positive psychology parenting training, persistence, anxiety.

Citation: Hashemi M, Sharifi T, Ahmadi R. **Comparison of the Effectiveness of Parent Management Training and Positive Psychology Parenting on the Persistence of Adolescent Girls with Anxiety Disorders**. Res Behav Sci 2024; 22(2): 379-389.

* **Tayebeh Sharifi,**
Email: sharifi_ta@yahoo.com

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-07]

[DOI: 10.48305/22.2.379]

مقایسه اثربخشی آموزش مدیریت والدین و فرزندپروری مثبت‌نگر بر پشتکار نوجوانان دختر با نشانگان اضطرابی

مریم هاشمی[۱]، طیبه شریفی[۲]، رضا احمدی[۳]

۱- دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی، گروه روانشناسی، واحد شهرکرد، دانشگاه آزاد اسلامی، شهرکرد، ایران.

۲- (نویسنده مسئول)* استاد، گروه روانشناسی، واحد شهرکرد، دانشگاه آزاد اسلامی، شهرکرد، ایران.

۳-دانشیار، گروه روانشناسی، واحد شهرکرد، دانشگاه آزاد اسلامی، شهرکرد، ایران.

چکیده

زمینه و هدف: پشتکار از جمله توانمندی‌هایی است که تحت تأثیر اضطراب، ضعیف می‌شود؛ اما با اصلاح سبک فرزندپروری می‌توان این قابلیت را تقویت نمود؛ لذا هدف از پژوهش حاضر مقایسه اثربخشی آموزش مدیریت والدین و فرزندپروری مثبت‌نگر بر پشتکار نوجوانان دختر با نشانگان اضطرابی بود.

مواد و روش‌ها: روش پژوهش نیمه‌آزمایشی بود. جامعه‌ی پژوهش را نوجوانان دختر ۱۳ تا ۱۵ سال با نشانگان اضطرابی مراجعه‌کننده به مراکز روان‌شناختی شهر اصفهان در نیمه دوم سال ۱۴۰۲ به همراه مادرانشان تشکیل دادند. از جامعه‌ی مذکور به روش هدفمند ۶۰ نفر انتخاب و تصادفی در دو گروه آزمایش و گروه گواه تقسیم شدند و پیش‌آزمون اجرا گردید. ابزارهای پژوهش پرسشنامه پشتکار داکوورث و کویین (۲۰۰۹) و پرسشنامه اضطراب اسپیلبرگر (۱۹۷۰) بود. مادران در گروه آزمایش اول، تحت آموزش مدیریت والدین و در گروه آزمایش دوم، تحت آموزش فرزندپروری مثبت‌نگر در قالب ۱۲ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای به‌صورت هفتگی قرار گرفتند. نتایج با استفاده از تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر و نرم‌افزار SPSS۲۶ بررسی شد.

یافته‌ها: در متغیر پشتکار عامل زمان ($F=۲۷/۶۷۵$ ،$p<۰/۰۰۱$)، عامل گروه ($F=۱۰/۳۲۴$ ،$p<۰/۰۰۱$) و تعامل زمان و گروه ($F=۸/۸۶۱$ ،$p<۰/۰۰۱$) معنادار هستند. همچنین در مرحله‌ی پس‌آزمون و پیگیری در میانگین متغیر پشتکار، بین دو گروه آموزش با یکدیگر تفاوت معناداری وجود ندارد؛ اما بین گروه‌های آزمایش با گروه گواه تفاوت معناداری وجود دارد ($P<۰/۰۱$).

نتیجه‌گیری: آموزش مدیریت والدین و فرزندپروری مثبت‌نگر مداخلاتی مؤثر به‌منظور افزایش پشتکار نوجوانان با نشانگان اضطرابی هستند.

واژه‌های کلیدی: آموزش مدیریت والدین، فرزندپروری مثبت‌نگر، پشتکار، نشانگان اضطرابی.

ارجاع: نام خانوادگی نام، نام خانوادگی نام. **مقایسه اثربخشی آموزش مدیریت والدین و فرزندپروری مثبت‌نگر بر پشتکار نوجوانان با نشانگان اضطرابی**. مجله تحقیقات علوم رفتاری ۱۴۰۳؛ ۲۲(۲): ۳۷۹-۳۸۹.

*- **طیبه شریفی،**

رایانامه: sharifi_ta@yahoo.com

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-07]

[DOI: 10.48305/22.2.379]

مقدمه

دوره‌ی نوجوانی یکی از مهمترین دوره‌های زندگی هر فردی است که بیشترین تغییرات به لحاظ شناختی، اجتماعی و فیزیکی را در بر می‌گیرد (۱). روانشناسان، نوجوانی را دوره‌ی گذر از کودکی به بزرگسالی می‌دانند و برخی از آن به‌عنوان دوران طوفان روانی و استرس یاد می‌کنند. بر این اساس نوجوانی یعنی به دوش کشیدن مسئولیت‌های خواسته از یک بزرگسال، قبل از این‌که به بزرگسالی برسد و به همین است که این دوره از زندگی اضطراب بسیاری به همراه دارد (۲ و ۳) بر اساس آمارهای جدید ۲۰ درصد از نوجوانان در کل جهان از اختلالات روانی رنج می‌برند که مهمترین آن‌ها افسردگی و اضطراب است (۴). در این زمینه عبدالکریمی و همکاران (۵) نیز گزارش نموده اند که بیش از ۵۰ درصد از نوجوانان دختر از اختلالاتی نظیر استرس، اضطراب و افسردگی رنج می‌برند.

بروز اضطراب در دوره‌ی نوجوانی می‌تواند سال‌های مفید زندگی را به‌شدت تحت تأثیر قرار دهد و از جمله اختلالاتی است که مراجعه به مراکز درمانی را می‌طلبد (۶). این اختلال جزء پنج عامل اول‌بار بیماری است (۴) که می‌تواند مکانسیم‌های سازگاری و تصمیم‌گیری صحیح در نوجوانان را دچار اختلال کند و به همین دلیل است که برخی از نوجوانان برای مقابله با استرس‌های این دوران به روش‌های مخربی نظیر مصرف مواد مخدر، الکل، رفتارهای پرخطر جنسی و حتی خودکشی روی می آورند (۷). علاوه بر این، بروز اضطراب در فرایند یادگیری نوجوانان اختلالات جدی ایجاد می‌کنند و زندگی تحصیلی آنان را به خطر می‌اندازد (۵). بنابراین لازم است متخصصان فعال در این حوزه تلاش کنند تا نشانه‌های اضطراب به‌خصوص در نوجوانان دختر را کاهش دهند.

از جمله توانمندی‌هایی که می‌تواند از اضطراب در نوجوانان پیشگیری کند، و همچنین از جمله توانمندی‌هایی است که تحت تأثیر اضطراب، ضعیف می‌شود، پشتکار است (۸). روان شناسان از دیرباز نقش پشتکار را در موفقیت در حیطه‌های مختلف به‌ویژه حوزه‌ی تحصیلی مطرح کرده‌اند (۹). این سازه نشان‌دهنده‌ی استقامت شدید به علاقه‌مندی‌های خاص و به‌کار بردن تلاش در جهت رسیدن به این علاقه‌مندی‌ها و کار مجدانه به سمت اهداف باارزش و بلندمدت در امتداد زمان است. این ویژگیِ فردی با اصرار و تلاش برای رسیدن به اهداف بلندمدت شناسایی می‌شود (۱۰). پشتکار ظرفیت لازم برای تنظیم رفتار و هیجانات فردی برای دستیابی به اهداف درازمدت است که نیاز به یک تصمیم شناختی برای پیروی از یک مقصد درازمدت دارد. همچنین مشخص شده که در موفقیت دانش‌آموزان بیش از عامل هوش سهیم است. افراد با پشتکار بالا برای گذر از سدها و دستیابی به برتری و حفظ معیارهای سطح بالا، بدون برانگیخته شدن اضطراب آسیب‌زا دست از تلاش برنمی‌دارند؛ بالعکس میزان پشتکار پایین منجر به بروز پاسخ‌های نامناسب نسبت به موقعیت‌های چالش‌برانگیز می‌شود (۱۱). والتون (۸) معتقد است در مقابله با موقعیت‌های برانگیزاننده‌ی اضطراب، پشتکار می‌تواند به‌عنوان سپر محافظتی عمل نماید. بنابراین توجه به این سازه می‌تواند تغییرات مثبتی را برای مقابله با موقعیت‌های استرس‌زا داشته باشد که لزوم تمرکز بر آن را مشخص می‌کند.

بنابراین با توجه به نقش پشتکار در پیشگیری از تشدید علائم اضطرابی در دوران نوجوانی و با توجه به پیامدهای تشدید علائم این اختلال در زندگی تحصیلی و اجتماعی نوجوانان، ارائه مداخلاتی در این زمینه اهمیت فراوانی دارد. در این زمینه، مطالعات انجام‌شده نشان داده‌اند که در نوجوانان مضطربی که تمایلی به شرکت مداوم در جلسات درمان را ندارند، مداخلات مبتنی بر والدین اثربخش هستند (۱۲ و ۱۳). از سوی دیگر مجموعه تحقیقاتی در دسترس هستند که نشان داده‌اند مداخلات مبتنی بر اصلاح والدگری قادر به افزایش پشتکار فرزندان هستند (۱۴–۱۶). از سوی دیگر بر اساس سند چشم‌انداز ۱۴۰۴ تحول آموزش‌وپرورش، ارتقای جایگاه و نقش تربیتی خانواده و مشارکت اثربخش آن با نظام تعلیم و تربیت رسمی عمومی، از گزاره‌های ارزشی است (۱۷). به‌این‌ترتیب اعمال مداخلات مبتنی بر اصلاح شیوه‌های فرزندپروری به‌منظور ارتقاء پشتکار نوجوانان مضطرب مفید به نظر می‌رسد.

اصلاح مهارت‌های فرزندپروری با رویکردهای مختلفی امکان‌پذیر است. یکی از مداخلات کارآمد در این زمینه، آموزش مدیریت والدین است (۱۸). این آموزش توسط کازدین در سال ۲۰۰۵ با تمرکز بر رفتار والد، رفتار فرزند و رفتار تعاملی والد–فرزند طراحی شده است که رده‌ی سنی کودکی تا نوجوانی را در برمی‌گیرد و به افزایش آگاهی والدین از طرز برخورد با فرزندان، تقویت مهارت کنترل هیجانات در مقابل رفتار آنان و گذاشتن قوانین و مقررات مناسب در خانه منجر می‌شود (۱۹). این دوره‌ی آموزشی با تقویت رفتارهای مثبت، رفتارهای مطلوب و مناسب فرزند را بیشتر کرده و در مقابل برای رفتار نامناسب از روش

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-07]

[DOI: 10.48305/22.2.379]

سکوت و بی‌توجهی و فقدان تقویت مثبت استفاده می‌کند و شامل آموزش تغییر پاسخ نادرست والدین و باورهای منفی آنان نسبت به فرزندانشان است که موجب تغییر رفتار نامطلوب کودک و نوجوان می‌شود (۲۰). تأکید این رویکرد بر تغییر نگرش برای ایجاد و تداوم تغییر رفتار است و بنابراین فنون خاصی بکار می‌گیرد تا والدین اصول ارزیابی مجدد افکار خودآیند را بیاموزند و تحریفات شناختی و سوءتعبیرهای خود را شناسایی نمایند (۱۹). هرچند مطالعات انجام‌شده در این زمینه نشان داده‌اند که این دوره‌ی آموزشی بر تحمل ناکامی و سازگاری (۲۱)، بی‌نظمی خلقی (۲۰)، افسردگی و اضطراب (۲۲–۲۵) در نوجوانان مؤثر است، اما در زمینه‌ی اثر این رویکرد بر پشتکار نوجوانان مضطرب شواهدی در دسترس نیست.

یکی دیگر از رویکردها در زمینه‌ی اصلاح شیوه‌های فرزندپروری، روانشناسی مثبت‌نگر[1] است (۲۶). روانشناسی مثبت نگر که توسط سلیگمن در سال ۲۰۰۲ معرفی شده است، بر افزایش توانایی‌ها و فضیلت‌های انسانی تأکید دارد و این امکان را برای افراد و جوامع فراهم می‌آورد که به موفقیت دست یابند. بر اساس این رویکرد، هیجان‌های مثبت در زندگی، نقش مهمی در بهزیستی روان‌شناختی و جسمانی دارند، بنابراین بر فرایندهای مثبت و آن دسته از توانایی‌های افراد که به‌ندرت در زندگی جریان دارد، تأکید می‌کند (۲۷). آموزش فرزندپروری مثبت‌نگر با هدف تمرکز بر احساسات مثبت و نقاط قوت و ارزش های شخصیتی انجام می‌پذیرد (۲۸). هدف از این آموزش، ارائه‌ی احساسات مثبت و همچنین یافتن و تشریح نقاط قوت شخصیت کودک و نوجوان است، بنابراین بهزیستی را ارتقا می دهد. در درازمدت، هدف این نوع آموزش کمک به کودکان و نوجوانان است که زندگی خود (مانند تحصیل، شغل، سرگرمی‌ها) را بر اساس نقاط قوت شخصیتی که اغلب مورداستفاده قرار می گیرد، بسازند. در طول این فرآیند، بهزیستی و نقاط قوت اعضای کل خانواده نیز افزایش می‌یابد. بر این اساس دو عنصر احساسات مثبت و نقاط قوت شخصیتی، ستون فقرات این آموزش است (۲۶). هرچند جست‌وجو در پیشینه‌ی تحقیق نشان می‌دهد آموزش فرزندپروری مثبت‌نگر بر علائم افسردگی و اضطراب (۲۹) و افزایش تاب‌آوری (۳۰) تأثیر دارد، اما از اثربخشی این رویکرد آموزشی بر پشتکار نوجوانان مضطرب شواهدی ارائه نشده است.

به‌این‌ترتیب با توجه به شیوع بالای اضطراب در دختران نوجوان و پیامدهای منفی آن بر زندگی فعلی و آتی این گروه و همچنین نقش محافظتی پشتکار در این زمینه و با در نظر گرفتن سند چشم‌انداز ۱۴۰۴ و همچنین نقش کمک‌کننده‌ی اصلاح سبک فرزندپروری والدین در افزایش پشتکار، ارائه مداخلات مبتنی بر فرزندپروری در این زمینه مسئله‌ی حائز اهمیتی است. از طرف دیگر رویکردهای مختلفی جهت اصلاح فرزندپروری والدین ارائه شده‌اند که ازاین‌بین دو رویکرد مدیریت والدین و مثبت‌نگر از پرکاربردترین آن‌ها است. بنابراین با عنایت به شواهدی از کارآمدی آموزش مدیریت والدین و آموزش فرزندپروری مثبت‌نگر بر نشانه‌های اضطرابی و فقدان شواهدی مبنی بر اثربخشی این دو برنامه‌ی آموزشی بر پشتکار نوجوانان مضطرب، پژوهش حاضر ضمن بررسی اثربخشی هر یک از این دو رویکرد بر پشتکار نوجوانان مضطرب، جهت شناسایی مناسب ترین رویکرد در این زمینه و به‌منظور صرفه‌جویی در زمان و هزینه مربیان و متخصصان تربیتی و آموزشی و همچنین مراجعان، با هدف مقایسه اثربخشی آموزش مدیریت والدین و فرزندپروری مثبت‌نگر بر پشتکار نوجوانان دختر با نشانگان اضطرابی انجام شد و قصد داشت به این سؤال پاسخ دهد که آیا بین اثربخشی آموزش مدیریت والدین و فرزندپروری مثبت‌نگر بر پشتکار نوجوانان دختر با نشانگان اضطرابی تفاوتی وجود دارد؟

مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر از لحاظ هدف جزء پژوهش‌های کاربردی و از لحاظ روش از نوع مطالعات نیمه‌آزمایشی از نوع پیش‌آزمون–پس‌آزمون با گروه گواه و دوره‌ی پیگیری سه ماهه بود. جامعه‌ی پژوهش، کلیه‌ی نوجوانان دختر ۱۳ تا ۱۵ سال با نشانگان اضطرابی مراجعه‌کننده به مراکز روان‌شناختی شهر اصفهان در نیمه‌ی دوم ۱۴۰۲ به همراه مادرانشان تشکیل دادند. این نوجوانان علاوه‌بر داشتن پرونده در این مراکز با تشخیص اضطراب، در پرسشنامه اضطراب اسپیلبرگر (STAI) نمرات برابر با یک انحراف معیار بالاتر از میانگین (M=۴۳) کسب نمودند. با در نظر گرفتن حداقل حجم نمونه ۱۵ نفر برای هر گروه در مطالعات نیمه‌آزمایشی (۳۱)، برای انتخاب نمونه، ۶۰ مادر–نوجوان (برای هر گروه ۲۰ مادر–نوجوان) با نشانه‌های اضطراب

[1]. positive psychology

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-07]

[DOI: 10.48305/22.2.379]

که تمایل به شرکت در طرح پژوهش را داشتند، به‌صورت هدفمند مبتنی بر ملاک‌های ورود و خروج انتخاب شدند. ملاک های ورود به پژوهش شامل دامنه‌ی سنی ۱۵-۱۳سال برای نوجوان، داشتن سواد خواندن و نوشتن برای مادران، عدم ابتلا به اختلالات روانی حاد یا مزمن دیگر (که توسط روانپزشک و یا روانشناس بالینی مورد تأیید قرار گرفته باشد)، عدم استفاده از درمان‌های روان‌شناختی همزمان، عدم مصرف داروهای روان پزشکی از ۳ ماه قبل (از طریق پرسش از مراجعین) و عدم ابتلا به بیماری‌های جسمانی (که توسط پزشک تشخیص داده‌شده و نوجوانان و مادران به آن اذعان دارد و مانع از شرکت در طرح پژوهشی باشد) بود. ملاک‌های خروج از پژوهش نیز شامل عدم همکاری، عدم انجام تکالیف محوله در جلسات و غیبت بیش از ۲ جلسه بود. سپس تصادفی در دو گروه آزمایش (آموزش مدیریت والدین و آموزش فرزندپروری مثبت‌نگر) و گروه گواه گمارش شدند و با توزیع پرسشنامه پژوهش در بین نوجوانان پیش‌آزمون اجرا شد. مادران در گروه آزمایش اول، تحت آموزش مدیریت والدین و مادران در گروه آزمایش دوم، تحت آموزش فرزندپروری مثبت‌نگر قرار گرفتند. مادران در گروه گواه در این مدت هیچ مداخله‌ای دریافت نکردند و در لیست انتظار باقی ماندند. لازم به ذکر است مداخلات توسط محقق انجام پذیرفت. پس از اتمام جلسات و همچنین سه ماه پس از اجرای مداخلات آموزشی، نوجوانان گروه‌های پژوهش مجدداً مورد ارزیابی قرار گرفتند. لازم به ذکر است که از هر یک از گروه‌های آزمایش دو نفر به دلیل غیبت بیش از ۲ جلسه و از گروه گواه ۳ نفر به دلیل عدم تمایل به همکاری از روند پژوهش حذف شدند. بنابراین حجم نمونه در گروه‌های آزمایش به ۱۸ نفر و در گروه گواه ۱۷ نفر تقلیل یافت. بعد از جمع‌آوری داده‌ها، در سطح توصیفی از میانگین و انحراف‌معیار و در سطح استنباطی نیز از تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر و سپس آزمون تعقیبی بونفرونی استفاده شد. داده‌ها از طریق نرم‌افزار $SPSS_{26}$ نسخه ۲۶ تحلیل شد.

فرم کوتاه پرسشنامه استاندارد پشتکار[1] (GRIFT-S):

این پرسشنامه توسط داکوورث و همکاران (۳۲) برای سنجش پشتکار در نوجوانان و جوانان طراحی و تدوین شده است. این پرسشنامه دارای ۸ سؤال و دو عامل علاقه‌مندی (سؤالات ۱، ۳، ۵، ۶) و تلاش (سؤالات ۲، ۴، ۷، ۸) می‌باشد که بر اساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (از کاملاً مخالف = ۱ تا کاملاً موافق = ۵) نمره‌گذاری می‌شود؛ بنابراین حداقل نمره در این پرسشنامه ۸ و حداکثر نمره ۴۰ می‌باشد. نمره بیشتر در این پرسشنامه به معنای پشتکار بیشتر است. داورث و کویین ضریب آلفای این پرسشنامه را ۰/۷ برآورد نمود. در ایران این پرسشنامه توسط میرصادقی و همکاران (۳۳) هنجاریابی شد. براساس تحلیل داده‌های این پژوهش ۲ عامل را شناسایی کرد که درمجموع ۶۰/۹۲ درصد پشتکار را تبیین می‌کنند. به‌علاوه، ضریب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌ها بین ۰/۷۴ تا ۰/۸۲ محاسبه شد که نشان‌دهنده روایی و پایایی مناسب این ابزار است. در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۷۹ به‌دست‌آمده است.

پرسشنامه حالت–رگه اضطراب اسپیلبرگر[2] (STAI):

این پرسشنامه توسط اسپیلبرگر در سال ۱۹۷۰ در قالب ۴۰ سؤال طراحی و ارائه شده است. ۲۰ سؤال اول حالت اضطراب و ۲۰ سؤال دوم رگه اضطراب را موردسنجش قرار می دهد. سؤالات این پرسشنامه در طیف لیکرت ۴ درجه‌ای از (۱=خیلی کم تا ۴= خیلی زیاد) نمره‌گذاری می‌شود. نمرات سؤالات ۱، ۲، ۵، ۸، ۱۰، ۱۱، ۱۵، ۱۶، ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۳، ۲۶، ۲۷، ۳۰، ۳۳، ۳۴، ۳۶، ۳۹ به‌صورت معکوس نمره‌گذاری می شوند. در پژوهش خانی‌پور و همکاران (۳۴) ضریب همسانی پرسشنامه اضطراب اسپیلبرگر به شیوه آلفای کرونباخ ۰/۶۶ به دست آمد. اعتبار آن به روش همسانی درونی در کار با بزرگسالان، دانشجویان و فراخواندگان ارتش ۰/۸۶-۰/۹۵، به روش آزمون-بازآزمون برای دانش‌آموزان ۰/۷۷ و برای دانشجویان ۰/۷۰ گزارش شده است. در هنجاریابی پرسشنامه اضطراب اسپیلبرگر در ایران اعتبار آزمون-بازآزمون برای مقیاس رگه اضطراب ۰/۶۵ تا ۰/۸۶ ضریب آلفای کرونباخ برای حالت اضطراب ۰/۹۲ محاسبه شد (۳۴). در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۸۵ به دست آمد.

در این پژوهش آموزش مدیریت والدین بر اساس رویکرد کازدین و مطابق با کتاب راهنمای عملی درمان مشکلات رفتاری کودکان و نوجوانان: آموزش مدیریت والدین (۳۵) و آموزش فرزندپروری مثبت‌نگر بر اساس رویکرد سلیگمن (۲۸) و

[1]. Standard Persistence Questionnaire - Short. Form

[2]. State/Trait Anxiety Inventory

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-07]

[DOI: 10.48305/22.2.379]

مطابق با کتاب فرزندپروری مثبت‌گرا (۳۶) در قالب ۱۲ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای به‌صورت هفتگی قرار گرفتند که محتوای آن‌ها در جدول ۱ ارائه شده است. لازم به ذکر است که بسته آموزش مدیریت والدین در مطالعه ابراهیم‌زاده و همکاران (۳۷) و بسته آموزش فرزندپروری مثبت‌نگر در مطالعات مرادی و همکاران (۳۸) و بنایی و همکاران (۳۰) مورداستفاده قرار گرفته و اعتبار آن تأیید شده است.

خلاصه محتوای جلسات آموزش مدیریت والدین بر اساس رویکرد کازدین

جلسه اول: معارفه، توضیح قوانین گروه‌درمانی، انجام پیش‌آزمون، آموزش چگونگی تعریف، مشاهده و ثبت رفتار به والدین، توضیح مفهوم، توضیح در مورد ویژگی‌های دوره بلوغ و نوجوانی و تشریح مشکلات رفتاری در دوره بلوغ و نقش والدین در این مشکلات، ارائه تکالیف خانگی.

جلسه دوم: بررسی تکالیف، اجرای تقویت مثبت با والدین، طراحی برنامه‌های تقویت مثبت برای تغییر رفتار نوجوان در خانه، آموزش والدین برای چگونگی تشویق نوجوان هنگام انجام یک رفتار مثبت، ارائه تکالیف خانگی.

جلسه سوم: بررسی تکالیف، آموزش اجرای محرومیت از تقویت به والدین، بیان عوارض زیان‌بار تنبیه‌های طولانی‌مدت جسمی یا کلامی، آموزش دستورالعمل‌های تنبیه مؤثر، آموزش قواعد محروم کردن از تقویت، آموزش دستورالعمل‌هایی برای نحوه توضیح محرومیت از تقویت به نوجوان، آموزش حالت‌های مختلف محرومیت از تقویت، آموزش جدول امتیازهای انگیزشی، محرومیت از تقویت، توجه و بی‌اعتنایی، ارائه تکالیف خانگی.

جلسه چهارم: بررسی تکالیف، قواعد توجه کردن و بی اعتنایی، تمرین توجه کردن و بی‌اعتنایی، برگه‌های تمرین برای توجه کردن و بی‌اعتنایی، مشکلات رایجی که باید به آن‌ها بی اعتنایی کرد، جدول امتیازات انگیزشی/جدول محرومیت از تقویت/ جدول توجه و بی‌اعتنایی، ارائه تکالیف خانگی.

جلسه پنجم: بررسی تکالیف، مرور کردن مشکلات مربوط به مدرسه، برنامه‌ریزی و طراحی شکل‌دهی برای مشکلات مربوط به مدرسه، ارائه تکالیف.

جلسه ششم: بررسی تکالیف، مرور برنامه‌ها و ایجاد تغییرات لازم، مرور مهارت‌های ارائه‌شده برای درمان تا این مرحله، تمرین کاربرد مهارت‌ها در مشکلات فرضی، ارائه تکالیف

جلسه هفتم: بررسی تکالیف، مشاهده چگونگی برقرار ارتباط بین نوجوان و والد(ین)، تقویت همراهی والدین و رعایت برنامه توسط آن‌ها، ثبات آن‌ها و رفتارهای مثبت آن‌ها، ارائه بازخورد از نحوه عملکرد والدین به آن‌ها، حصول اطمینان از اجرای صحیح برنامه‌ها، ارائه تکالیف

جلسه هشتم: بررسی تکالیف، آماده کردن والدین برای رفتارهای کم تکرار، آماده کردن والدین برای مواجهه با این رفتار و موقعیت در صورت اتفاق، ارائه تکالیف.

جلسه نهم: بررسی تکالیف، آموزش استفاده مؤثر از نکوهش به والدین (قواعد به‌کارگیری نکوهش، رفتارهای ناپسند قابل نکوهش، نحوه‌ی کاربرد نکوهش)، ارائه تکالیف.

جلسه دهم: بررسی تکالیف، آموزش چگونگی حل‌وفصل اختلافات والد–نوجوان، ارائه تکالیف.

جلسه یازدهم: بررسی تکالیف، توضیح در مورد ذهنی سازی و نقش آن در اضطراب نوجوان، آموزش یک راهبرد به والدین و نوجوان برای حل‌وفصل اختلافات، هدایت آن‌ها در مسیر ارتباط مناسب در یک زمینه مورد اختلاف، ارائه تکالیف.

جلسه دوازدهم: تمرین کاربرد روش‌ها و تکنیک‌ها برای مدیریت مشکلات رفتاری، اجازه دادن به والدین برای آموزش و کارآموزی به آموزشگر به‌عنوان بخشی از تبادل نقش، جمع‌بندی میزان درگیری والدین در آموزش، تبادل نقش‌ها، اتمام ارزیابی نهایی کلیه برنامه‌ها.

محتوای آموزش فرزندپروری مثبت‌نگر بر اساس رویکرد سلیگمن

جلسه اول: آشنایی با اعضا، توضیح پیرامون جلسات، توضیح در مورد ویژگی‌های دوره بلوغ و نوجوانی و تشریح مشکلات رفتاری در دوره بلوغ و نقش والدین در این مشکلات، شناسایی نقاط قوت و آگاهی از توانایی‌ها و استعدادهای اعضای خانواده، ارائه تکالیف.

جلسه دوم: مرور تکالیف، آشنایی والدین با نقش باورهای آنان در مورد زندگی و تأثیر آن بر نوجوان، توضیح در مورد مثبت نگری، بحث در مورد مفهوم شادکامی، مرور فنون شادکامی، کاربردی کردن مهارت‌های مربوط به افزایش شادکامی تا جلسه بعد, تمرین و توسعه روابط اجتماعی.

جلسه سوم: مرور تمرین و تکلیف‌های جلسات قبل، آموزش همدلی، آموزش مفهوم ذهنیت و پاسخ‌ها در برابر مشکلات ایجادشده، بحث و گفتگو در مورد بخشش، فرایند آن و تمرین

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-07]

[DOI: 10.48305/22.2.379]

نوشتن نامه بخشش، دستورالعمل برای نوشتن نامه بخشش برای جلسه بعد.

جلسه چهارم: مرور تکلیف جلسات قبل، تبیین مفهوم قدردانی از داشته‌ها، فواید و روش‌های ابراز قدردانی، دادن تکلیف ازجمله نوشتن نامه قدردانی.

جلسه پنجم: مرور تکلیف جلسات قبل، تبیین مفهوم سپاس، فواید و روش‌های ابراز سپاسگزاری، دادن تکلیف ازجمله نوشتن نامه سپاس.

جلسه ششم: مرور تمرین و تکالیف جلسات قبل، بحث پیرامون مفهوم و فواید خوش‌بینی، بحث پیرامون معنی و مفهوم منبع کنترل، دادن تکلیف برای شناسایی منبع کنترل.

جلسه هفتم: مرور تکالیف، بحث در مورد مفهوم امید و اهمیت آن، تعیین اهداف، کمک به اعضا جهت شناسایی موانع رسیدن به اهداف، دادن تکلیف برای شناسایی موانع.

جلسه هشتم: مرور تمرین‌های جلسه قبل، تبیین مفهوم و فواید عزت‌نفس و خودکارآمدی، تعیین راهبردهایی برای ارتقای عزت‌نفس و خودکارآمدی، دادن تکلیف برای تعیین راهبردهایی برای ارتقای عزت‌نفس و خودکارآمدی.

جلسه نهم: مرور تمرین‌های جلسه قبل، راهبردهای کنار آمدن مثبت توجه به نقاط قوت والد(ین) و پرورش توانمندی‌های خود و نوجوان، دادن تکلیف برای شناسایی نقاط قوت افراد و پرورش توانمندی‌ها.

جلسه دهم: مرور تمرین‌های جلسه قبل، تبیین مفهوم و فواید معنادار بودن، نقش اهداف در معنادار بودن زندگی.

جلسه یازدهم: یکپارچه‌سازی مطالب و مرور کلی مفاهیم و ذکر مثال در هر مورد، پرسش و پاسخ.

جلسه دوازدهم: جمع‌بندی موضوعات بررسی‌شده در جلسات آموزشی، نتیجه‌گیری از برداشت والدین از آموزش، بررسی پاسخ های والدین، مرور تمرینات فرا گرفته شده، تقدیر از شرکت‌کنندگان به دلیل همکاری و شرکت در جلسات آموزشی.

یافته‌ها

اطلاعات جمعیت‌شناختی مربوط به گروه‌های پژوهش نشان داد میانگین سنی نوجوانان شرکت‌کننده در گروه آموزش مدیریت والدین ۰/۸۳۲±۱۳/۸۸، میانگین سنی نوجوانان شرکت کننده در گروه فرزندپروری مثبت‌نگر ۰/۷۲۵ ±۱۳/۹۴ و میانگین سنی نوجوانان شرکت‌کننده در گروه گواه ۰/۷۲۷ ±۱۴/۱۷ و میانگین سنی مادران شرکت‌کننده در گروه آموزش مدیریت والدین ۳/۰۱±۴۱/۹۴، میانگین سنی مادران شرکت‌کننده در گروه فرزندپروری مثبت‌نگر ۴/۲۵۹±۴۲/۴۴ و میانگین سنی مادران شرکت‌کننده در گروه گواه ۴/۶۹۰±۴۲/۰۰ بود. نتایج آزمون تحلیل واریانس نشان داد از لحاظ سن نوجوانان و مادران بین سه گروه تفاوت معنی‌داری وجود ندارد.

در جدول ۱، شاخص‌های توصیفی متغیر پشتکار به تفکیک گروه‌های پژوهش و در سه مرحله ارائه شده است.

جدول ۱. یافته‌های توصیفی متغیر پشتکار به تفکیک گروه‌ها و مراحل پژوهش

متغیر	گروه	پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پیگیری	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
پشتکار	آموزش مدیریت والدین	۲۰/۲۷	۲/۲۹	۲۲/۵۰	۲/۰۶	۲۲/۵۵	۱/۷۵
	آموزش فرزندپروری مثبت‌نگر	۲۰/۶۶	۱/۱۸	۲۳/۳۳	۱/۷۸	۲۳/۲۲	۱/۴۳
	گواه	۲۰/۴۱	۱/۵۸	۲۰/۲۹	۱/۸۹	۲۰/۱۱	۱/۴۰

همان‌طور که در جدول ۱ ملاحظه می‌شود میانگین نمرات پشتکار در گروه‌های آزمایش نسبت به گروه گواه افزایش بیشتری در مراحل پس‌آزمون و پیگیری نسبت به مرحله‌ی پیش آزمون دارد. پیش از اجرای این تحلیل، پیش‌فرض‌های این تحلیل بررسی شد. آزمون شاپیرو–ویلک نشان داد در مرحله پیش‌آزمون توزیع داده‌ها برای متغیر پشتکار نرمال است ($p>۰/۰۵$). آزمون لوین نیز برابری واریانس خطا بین سه گروه پژوهش را نشان داد ($p>۰/۰۵$)، آزمون ام‌باکس نیز برابری ماتریس واریانس–کوواریانس را تأیید نمود ($p>۰/۰۵$). لیکن پیش‌فرض کرویت از طریق آزمون ماچلی نشان داد که این پیش‌فرض رعایت نشده است ($p<۰/۰۵$)؛ بر این اساس با برآورده نشدن پیش‌فرض کرویت مشخص می‌شود که روابط بین متغیرها، با احتمال بالایی امکان دارد مقادیر متغیر وابسته را تغییر دهد و بر این اساس شانس ارتکاب به خطای نوع اول

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-07]

[DOI: 10.48305/22.2.379]

افزایش می‌یابد. بر این اساس در جدول ۲ نتایج حاصل از تحلیل جایگزین (آزمون گرین‌هاوس-گایسر) ارائه شده است تا با کاهش درجه آزادی، شانس ارتکاب به خطای نوع اول کاهش یابد. در جدول ۲، خلاصه نتایج تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر برای عامل درون‌گروهی، عامل بین‌گروهی و تعامل عامل درون‌گروهی برای متغیر پشتکار ارائه شده است.

جدول ۲. خلاصه نتایج تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر

متغیر	منبع اثر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	مقدار F	سطح معناداری	مجذور سهمی اتا	توان آزمون
پشتکار	زمان	۸۵/۱۷۶	۱/۵۹۶	۵۳/۳۷۶	۲۷/۶۷۵	۰/۰۰۱	۰/۳۵۶	۱/۰۰
	گروه	۱۲۵/۲۰۹	۲	۶۲/۶۰۴	۱۰/۳۲۴	۰/۰۰۰۱	۰/۲۹۲	۰/۹۸۳
	زمان×گروه	۵۴/۵۴۳	۳/۱۹۲	۱۷/۰۹۰	۸/۸۶۱	۰/۰۰۱	۰/۲۶۲	۰/۹۹۹

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که در متغیر پشتکار عامل زمان ($p<۰/۰۰۱$، $F=۲۷/۶۷۵$)، عامل گروه ($p<۰/۰۰۱$، $F=۱۰/۳۲۴$) و تعامل زمان و گروه ($p<۰/۰۰۱$، $F=۸/۸۶۱$) معنادار هستند. معناداری تعامل عامل زمان و عضویت گروهی در کنار معناداری عامل گروه، نشان‌دهنده این است که بین سه گروه پژوهش در عامل پشتکار تفاوت معناداری وجود دارد.

جدول ۳. نتایج آزمون تعقیبی بونفرونی برای مقایسه دوبه‌دو گروه‌های پژوهش در متغیر پشتکار در دو مرحله پس‌آزمون و پیگیری

مرحله پژوهش	گروه مبنا	گروه مورد مقایسه	تفاوت میانگین‌ها	خطای استاندارد	معناداری
پس‌آزمون	آموزش مدیریت والدین	آموزش فرزندپروری مثبت‌نگر	-۰/۶۳۰	۰/۴۷۴	۰/۱۹۰
	آموزش مدیریت والدین	گواه	۱/۵۰۳	۰/۴۸۱	۰/۰۰۳
	آموزش فرزندپروری مثبت‌نگر	گواه	۲/۱۳۳	۰/۴۸۱	۰/۰۰۱
پیگیری	آموزش مدیریت والدین	آموزش فرزندپروری مثبت‌نگر	-۰/۶۲۹	۰/۴۷۳	۰/۵۷۰
	آموزش مدیریت والدین	گواه	۱/۵۰۳	۰/۴۸۰	۰/۰۰۹
	آموزش فرزندپروری مثبت‌نگر	گواه	۲/۱۳۲	۰/۴۸۰	۰/۰۰۱

نتایج جدول ۳، نشان می‌دهد که در مرحله‌ی پس‌آزمون و پیگیری در میانگین متغیر پشتکار، بین دو گروه آموزش با یکدیگر تفاوت معناداری وجود ندارد ($P>۰/۰۵$) اما بین گروه های آموزش مدیریت والدین و آموزش فرزندپروری مثبت‌نگر با گروه گواه تفاوت معناداری وجود دارد ($P<۰/۰۱$).

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر بررسی مقایسه اثربخشی آموزش مدیریت والدین و فرزندپروری مثبت‌نگر بر پشتکار نوجوانان دختر با نشانگان اضطرابی بود. نتایج به‌دست‌آمده از پژوهش نشان داد که بین اثربخشی دو گروه آموزش با یکدیگر در پشتکار نوجوانان دختر با نشانگان اضطرابی تفاوتی وجود ندارد، به این صورت که آموزش مدیریت والدین و آموزش فرزندپروری مثبت‌نگر موجب افزایش پایدار پشتکار این نوجوانان شده‌اند.

با آن‌که بر اساس جست‌وجوهای محقق مطالعه‌ای که به مقایسه اثربخشی آموزش مدیریت والدین و آموزش فرزندپروری مثبت‌نگر بر پشتکار نوجوانان مضطرب پرداخته باشد یافت نشد تا استنادی به همسویی و یا ناهمسویی این بخش از تحقیق حاضر انجام شود که این موضوع جنبه‌ی نوآوری پژوهش را نشان می‌دهد اما می‌توان این بخش از یافته‌های پژوهش را به‌صورت غیرمستقیم با مطالعات گرانت (۱۴)، اسپارک (۱۶)، قناد و همکاران (۱۵) مبنی بر اثربخشی مداخلات مبتنی بر اصلاح والدگری در افزایش پشتکار فرزندان همسو دانست.

در تبیین اثر پایدار آموزش مدیریت والدین بر پشتکار نوجوانان مضطرب بر اساس مبانی نظری می‌توان بیان نمود این برنامه‌ی آموزشی باعث می‌شود تا والدین نسبت به مهار هیجانات خود، اصلاح شیوه‌های پاداش و تنبیه، تغییر نگرش درمورد روش‌های والدگری، و شیوه‌های مهار و نظارت بر رفتار

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-07]

[DOI: 10.48305/22.2.379]

فرزند، آگاه شوند (۱۹). در این برنامه به والدین آموزش داده می شود با تقویت رفتار مثبت و استفاده از سکوت و بی‌توجهی و حذف تقویت مثبت در رفتارهای نامناسب، میزان رفتار مناسب فرزند را افزایش دهند که پشتکار یکی از این رفتارها است (۲۰). کازدین (۱۹) معتقد است تقویت مثبت قوی‌ترین و مفیدترین روش برای تغییر یک رفتار و یا ایجاد یک رفتار جدید است و این در حالی است که متأسفانه اغلب رفتارهای درست و مطلوب از سوی اکثر والدین نادیده گرفته می‌شود و در مدرسه و کار نیز وضع همین‌گونه است. به نظر محقق آموزش تقویت مثبت به مادران در این رویکرد آموزشی رفتارهای منتج به پشتکار در خانه و تکالیف مدرسه دلیلی مهم در افزایش این رفتار در نوجوانان مضطربی بوده است که دائماً به دلیل علائم اختلال خود، از شروع و یا ادامه تکلیف سرباز می‌زنند. بنابراین با توجه به تأثیری که آموزش مدیریت والدین بر نحوه‌ی نظارت و مدیریت والدین بر رفتارهای فرزندان و از همه مهم‌تر اثری که بر هماهنگی والدین در ارائه‌ی بازخوردهای مناسب به رفتارهای فرزندان دارد، می‌توان اتخاذ بازخوردهای مناسب پاداش و تشویق در مواقع تجلی رفتارهای مبتنی بر پشتکار و اجرای محرومیت از پاداش را دلیلی بر اثربخشی این رویکرد آموزشی بر پشتکار دانست. طی نمودن این مسیر با طراحی جدول انگیزشی یا تشکر و قدردانی از نوجوان برای رفتارهای مثبت در این زمینه و همچنین توضیح اثرات مخرب استفاده از تنبیهات بدنی، کلامی و یا طولانی‌مدت تسهیل شد. در تبیین دیگر با توجه به اینکه پشتکار از جمله توانمندی‌هایی است که تحت تأثیر اضطراب ضعیف می‌شود (۸)، می‌توان افزایش پشتکار در نوجوانان مضطرب را نتیجه ثانویه‌ی کاهش علائم اضطراب درنظر گرفت. در این زمینه اورهان و ویجنیا (۱۱) نیز معتقدند برانگیختن اضطراب باعث می‌شود تا فرد دست از تلاش بردارد و آرامش و اضطراب پایین عاملی اساسی در چرخه‌ی پشتکار هستند. بنابراین طبق نظر محقق آموزش مدیریت والدین بر اساس تکنیک‌هایی نظیر تنبیه مثبت و منفی و الگوهای خاموشی و تکنیک‌های مبتنی بر پیامد مانند مدل‌سازی برای تغییر رفتارهای فرزندان به مادران کمک نمود تا در پاسخ به نیازهای نوجوان مضطرب خود هوشمندانه عمل نموده و با ایجاد محیط سالم ارتباطی در خانواده از اضطراب فرزندان خود بکاهند و با فراهم آوردن محیطی آرام و کم‌تعارض در خانواده، بستر پشتکار بیشتر برای نوجوانان مضطرب را پدید می‌آورد.

در تبیین اثر پایدار آموزش فرزندپروری مثبت‌نگر بر پشتکار نوجوانان مضطرب بر اساس مبانی نظری می‌توان بیان نمود روانشناسی مثبت‌نگر بینش‌های ارزشمند و روش‌های عملی را برای اصلاح شیوه‌های فرزندپروری ارائه داده است و به والدین کمک می‌کند خانواده‌های قوی، انعطاف‌پذیر و شاد بسازند. طبق این رویکرد خوشبختی آماده نیست، بلکه ناشی از اعمال شما است. این رویکرد به مادران آموخت که می‌توانند با پرورش قدردانی، توجه، خوش‌بینی و طرز فکر رشد، فرزندانشان را برای رویارویی با چالش‌های زندگی با اعتمادبه‌نفس و انعطاف پذیری توانمند کنند. علاوه بر این، به‌عنوان والدین، باید اصول رویکرد مثبت‌نگری را در قلب خود بپذیرند و با الگوبرداری، محیطی مثبت و پرورش‌دهنده ایجاد کنند که در آن فرزندانشان بتوانند شکوفا شوند (۳۹). این رویکرد آموزشی به مادران آموخت که باید به رفتارهای مطلوب فرزند خود توجه نموده و بابت این رفتارها از وی قدردانی کنند (۲۸). بنابراین قدردانی از داشتن پشتکار باعث شد تا نوجوانان، انگیزه‌ی قوی‌تری برای دستیابی به موفقیت داشته باشند و در نتیجه پشتکار بیشتری به خرج دهند. در این زمینه کوئرنر و فیتزپاتریک (۴۰) معتقدند که والدین حمایت‌گر با داشتن روابط گرم و صمیمی با فرزند خود، باعث می‌شوند تا فرزندشان از مواجه با مسائل چالش‌برانگیز واهمه نداشته و در نتیجه پشتکار بیشتری داشته باشند. از طرف دیگر ارائه‌ی تکنیک‌های ذهن‌آگاهی باعث شد تا هیجانات اضطرابی کمتری داشته باشند و چون این هیجانات در مسیر پشتکار جزء موانع به حساب می‌آیند (۴۱)، رفع آن موجب افزایش پشتکار شده است.

محدود بودن جامعه‌ی پژوهش به نوجوانان دختر ۱۳ تا ۱۵ سال با نشانگان اضطرابی مراجعه‌کننده به مراکز روان‌شناختی شهر اصفهان، تعمیم نتایج را با مشکلاتی مواجه می‌سازد. بنابراین اقدام به پژوهش‌های کاربردی با موضوعاتی مشابه درزمینه اثربخشی آموزش مدیریت والدین و فرزندپروری مثبت نگر در جوامع و شهرهای دیگر توصیه می‌شود. بر اساس نتایج به‌دست‌آمده، به روانشناسان، مشاوران بالینی و درمانگران پیشنهاد می‌شود برای افزایش پشتکار نوجوانان مضطرب، با برگزاری کارگاه‌های آموزش مدیریت والدین و فرزندپروری مثبت‌نگر کمک کنند تا موفقیت‌های بیشتری در زندگی تجربه کنند. لذا می‌توان از آموزش مدیریت والدین و فرزندپروری مثبت نگر در مراکز روان‌شناختی به‌عنوان رویکرد آموزشی مؤثر برای بهبود وضعیت روان‌شناختی نوجوانان دختر مضطرب بهره برد.

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-07]

[DOI: 10.48305/22.2.379]

تعارض منافع

نویسندگان اعلام می‌دارند این مقاله تعارض منافع ندارد.

حمایت مالی

نویسندگان اعلام می‌دارند این مقاله حامی مالی ندارد.

ملاحظات اخلاقی

پژوهش حاضر با کسب مجوز از کمیته اخلاق پژوهش دانشگاه شهر کرد انجام شده است. برای رعایت ملاحظات اخلاقی به تمام شرکت‌کننده‌ها این اطمینان خاطر داده شد که تمام اطلاعات حاصل از این مطالعه تنها به‌منظور ارائهٔ نتایج در رساله است و تمام اطلاعات آن‌ها تا آخر محرمانه باقی خواهد ماند. همچنین، به آن‌ها یادآور شد که هر زمان که مایل بودند می توانند از مطالعه خارج شوند. به جهت رعایت اصول اخلاقی گروه گواه از مداخلات آموزش مدیریت والدین و فرزندپروری مثبت نگر پس از اتمام تحقیق بهره‌مند شدند.

مشارکت نویسندگان

همهٔ نویسندگان این مقاله نقش یکسانی در طراحی، مفهوم سازی، روش‌شناسی، گردآوری داده‌ها، تحلیل آماری داده‌ها، پیش‌نویس، ویراستاری و نهایی‌سازی مقاله حاضر بر عهده داشتند.

تقدیر و تشکر

این مقاله برگرفته از رساله دکتری نویسندهٔ اول در رشته‌ی روانشناسی تربیتی است. بدین‌وسیله از تمامی شرکت‌کنندگان و افرادی که در اجرای این پژوهش ما را یاری نمودند، تقدیر و تشکر به عمل می‌آوریم.

References

1. Abdulahi M & Davoudi A. Predicting adolescent anxiety based on adolescent perceptions of parental control: the mediating role of metacognitive beliefs. Psychological Methods and Models. 2018; 10(35): 65-80. (Persian)
2. Casline E. P, Ginsburg G. S, Piacentini J, Compton S & Kendall P. Negative life events as predictors of anxiety outcomes: An examination of event type. Research on Child and Adolescent Psychopathology. 2022; 49(1): 91–102.
3. Povey J, Plage S, Huang Y, Gramotnev A, Cook S, Austerberry S. Adolescence. A period of vulnerability and risk for adverse outcomes across the life course: The role of parent engagement in learning. In: J. Baxter, J. Lam, J. Povey, R. Lee & S. Zubrick (Eds.) Family dynamics over the life course: Foundations, turning points and outcomes. New York, NY: Springer; 2022.
4. WHO. Mental health action plan. Geneva Switzerland: World health Organization; 2020.
5. Abdokarimi M, Sarafi M, Nejad Tarshabi M, Khodadadi H & Zarei M. Stress, anxiety and depression and factors related to it in second high school girls in Rafsanjan city in 2018. Children's Nursing Journal. 2020; 7(3): 1-10. (Persian)
6. Cybulski L, Ashcroft D. M, Carr M. J, Garg S, Chew-graham C. A, Kapur N & Webb R. T. Management of anxiety disorders among children and adolescents in UK primary care: A cohort study. Journal of Affective Disorders. 2022; 313: 270-277.
7. Kuringe E, Materu J, Nyato D, Majani E, Ngeni F, Shao A, Mjungu D, Mtenga B, Nnko S, Kipingili T. Prevalence and correlates of depression and anxiety symptoms among out-of-school adolescent girls and young women in Tanzania: a cross-sectional study. PLoS One. 2019; 14(8): e0221053.
8. Walton A. Perseverance May Protect Against Anxiety and Depression, New Study Suggests.https: //www.forbes.com/sites/alicegwalton/2019/05/03/pursuing-life-goals-may-protect-against-anxiety-and-depression-new-study-suggests/ 2019.
9. Datu J. Beyond Passion and Perseverance: Review and Future Research Initiatives on the Science of Grit. Sec. Educational Psychology, Front. Psychol. 2021;11: 545526.
10. Duckworth A. L & Eskreis-Winkler L. Grit. International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences. 2015; 10: 397–401

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-07]

[DOI: 10.48305/22.2.379]

11. Urhahne D & Wijnia L. Theories of Motivation in Education: An Integrative Framework. Educ Psychol Rev. 2023; 35(45) https: //doi.org/10.1007/s10648-023-09767-9
12. Cobham V.E, Radtke S.R, Hawkins I, Jordan M, Rizman N, Ollendick T & Sanders M. Piloting a one-day parent-only intervention in the treatment of youth with anxiety disorders: child and family-level outcomes. Child Adolesc Psychiatry Ment Health. 2024; 18(8): https: //doi.org/10.1186/s13034-023-00702-y
13. Jewell C, Wittkowski A, Collinge S & Pratt D. A Brief Cognitive Behavioral Intervention for Parents of Anxious Children: Feasibility and Acceptability Study. Child Youth Care Forum. 2023; 52(3): 661–681
14. Grant R. The Role of Parental and Family Involvement in the Persistence of Freshman First-Generation College Students. College of Education Theses and Dissertations. 2020; 179: 1-153.
15. Ghannad S, Chegeni S, Ghobadi M & Allipour S. The role of parenting styles on effort perseverance with mediating roles of conscientiousness and mindfulness. Jurnal Psikologi Malaysia. 2018; 32(1): 73-83
16. Sparks J. Partnering with Parents in Support of Student Persistence in Canadian Higher Education. Canadian Journal for New Scholars in Education. 2019; 10(2): 75-85.
17. Samadi M. Analyzing the facilitators of family participation in educational policies. Educational Sciences from the perspective of Islam. 2023; 11(23): 125-154.
18. Khalafian A, Derakhsandeh H & Aghabeigi H. The effect of teaching parents' parenting skills based on the cognitive-behavioral approach on the behavioral internalization problems of first grade elementary school students. The first scientific research conference of psychology, counseling, educational sciences and social sciences; 2019.
19. Kazdin A. E. Parent Management Training: Treatment for Oppositional, Aggressive, and Antisocial Behavior in Children and Adolescents. Oxford university press; 2020.
20. Kazdin A. E. Implementation and evaluation of treatments for children and adolescents with conduct problems: Findings, challenges, and future directions. Psychotherapy research. 2018; 28(1): 3-17
21. Shahriari Sarhadhi M, Khezri Moghadam N & Tashek A. The effectiveness of parent management training on failure tolerance and adaptation of adolescent girls. Psychological Development. 2019; 9(8): 111-123. (Persian)
22. Grodberg D & Smith I. Scaling parent management training through digital and microlearning approaches. Front. Psychol. 2022; 13: 934665. doi: 10.3389/fpsyg.2022.934665
23. Divargar F & Tehrani H. The effectiveness of parent management training on reducing child anxiety and domestic violence against children of divorce in Darab city. Psychological Development. 2023; 12(7): 155-165. (Persian)
24. Nasouhi Dehnavi M, Ghazanfari Ahmadi R. Comparing the effectiveness of Kendall's adaptive cat group program and parental management on social anxiety, resilience and physical aggression of elementary school students. Roish Psychology. 2023; 12 (5): 139-148. (Persian)
25. Aeeni B, & Haji Alizadeh K. Comparing the effectiveness of parent management training and group play therapy on anxiety and social problems of children with oppositional defiant disorder. Journal of Ilam University of Medical Sciences. 2019; 28 (5): 64-75 (Persian)
26. Kyriazos T. A & Stalikas A. Positive Parenting or Positive Psychology Parenting? Towards a Conceptual Framework of Positive Psychology Parenting. Psychology. 2018: 9: 1761-1788.
27. Mohammad Panah Ardakan A, Bakefayat F & Shafizadeh R. The effectiveness of parenting education in order to form self-control on mothers' parenting self-efficacy. Child Nursing. 2019; 7(1): 31-40. (Persian)
28. Seligman M. E. Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment. New York, NY: Free Press; 2002.

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-07]
[DOI: 10.48305/22.2.379]

29. Söderlund J, Simonsen J, Alanko K. Tweens: A Positive Psychology Family Intervention for Adolescents with Depression- or Anxiety-related Symptomatology. Int J Appl Posit Psychol. 2023; https: //doi.org/10.1007/s41042-023-00119-0
30. Banani M, Amini N, Barjali M & Keikhosravani M. Comparing the effectiveness of parenting training based on acceptance and commitment and parenting based on positive psychology on emotion regulation, resilience and mother-child relationship in mothers of children with attention deficit/hyperactivity disorder. Women and Family Studies. 2022; 15(58): 191-220. (Persian)
31. Delavare A. Research method in psychology and educational sciences. Tehran: Nash Ereish; 2022. (Persian)
32. Duckworth A. L, Quinn P. D & Seligman M.E. Positive predictors of teacher effectiveness. The Journal of Positive Psychology. 2009; 4(6): 540-547
33. Mirsadeghi S, Barjali A & Sadeghi M. Standardization of Persian version of persistence questionnaire: Validity and reliability assessment. Adolescent and Youth Psychological Studies. 2023; 4(2): 24-31. (Persian)
34. Khanipour H, Mohammadkhani P & Tabatabai S. Thought control strategies and anxiety streak: predictors of morbid worry in a non-clinical sample, Journal of Behavioral Sciences. 2010; 5(2): 173-178. (Persian)
35. Kazdin A. A practical guide to treating behavioral problems of children and adolescents, parent management training. Translated by Ahmed Abedi, Faizeh Hazardostan, Noushin Mousavimadani. Esfahan: Eshar Pisht; 2014.
36. Seligman M. Positive parenting. Translated by Asghar Androudi. Tehran: Circle; 2018.
37. Ebrahimzadeh K, Ageshte M & Berenjkar A. Investigating the effectiveness of parent management training on reducing preschool children's anxiety and comparing it with drug therapy. Pediatric Nursing Journal. 2016; 3(4): 41-48
38. Moradi M, Yousefi Z & Bahramipour M. Effectiveness of Seligman's parenting method training on child abuse tendency and parenting self-efficacy in mothers with a history of child abuse. Journal of Social Psychology. 2022; 10(63): 17-31. (Persian)
39. Rashid T & Seligman M. Positive psychotherapy. Tehran: Rushd Publishing House; 2022. (Persian)
40. Koerner A. F & Fitzpatrick M. A. Family type and conflict: The impact of conversation orientation and conformity orientation on conflict in the family, Communication Studies. 1997; 48: 59-78.
41. Martin A & Marsh H. W. Longitudinal modeling of academic buoyancy and motivation: Do the hold up over time? British Journal of Educational psychology. 2010; 80: 473-496.

© 2022 The Author(s). Published by Isfahan University of Medical Sciences. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (http: //creativecommons.org/licenses/by/4.0), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-07]

[DOI: 10.48305/22.2.379]