

Comparing the effects of positive parenting and emotional coaching on mothers' psychological well-being and parenting stress

Fahimeh Sadeghi Zamani^{*}, Hadi Keramati^{**}

Hamid Reza Hassanabadi^{***}, Kianoosh Zahrakar^{****}, Hadi Hashemi Razini^{*****}

Abstract

With the aim of comparing the effects of positive parenting and emotional coaching on psychological well-being and parenting stress among mothers of 7–12-year-old children with intellectual disabilities in Tehran during the 2023–2024 academic year, this quasi-experimental study was conducted. Eighteen mothers were recruited via convenience sampling from exceptional girls' schools and randomly assigned to two groups. One group participated in eight weekly 90-minute sessions of a positive parenting program grounded in the social learning model, while the other received an emotional coaching program based on the trans-emotional philosophy. Psychological well-being (Ryff, 2004) and parenting stress (Abidin, 1995) were measured at pre-test, post-test, and one-month follow-up. The validity and reliability of the instruments and program content were confirmed. Mixed-design MANCOVA in SPSS-26 revealed that both

* Ph.D. Candidate of Educational Psychology, Faculty of Educational Psychology, Kharazmi University, Tehran, Iran, f.sadeghi.zam@gmail.com

** Associate Professor, Department of Educational Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Kharazmi University, Tehran, Iran (Corresponding author), keramati@khu.ac.ir

*** Associate Professor, Department of Educational Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Kharazmi University, Tehran, Iran, dr_hassanabadi@khu.ac.ir

**** Professor, Counseling Department, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Kharazmi University, Tehran, Iran, dr_zahrakar@khu.ac.ir

***** Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Kharazmi University, Tehran, Iran, hadihashemi@khu.ac.ir

Date received: 10/05/2025, Date of acceptance: 04/09/2025, Date Printed: 07/11/2025



interventions significantly enhanced psychological well-being ($p = .048$) and reduced parenting stress ($p < .001$), with positive parenting yielding greater improvements. These findings suggest that these interventions—particularly positive parenting or their integration—may be effectively employed to mitigate the psychological and emotional challenges experienced by these mothers.

Keywords: intellectual disability, Positive Parenting (Triple P), emotional coaching, parenting stress, psychological well-being.

Introduction

Parents, particularly mothers, play a pivotal role in children's socio-emotional development through modeling and ongoing instruction; however, their continuous caregiving responsibilities often exacerbate parenting stress and undermine their psychological well-being. Children with intellectual disabilities, faced with learning and emotion-regulation challenges, intensify maternal distress and thereby highlight the need for specialized parent-training interventions.

To mitigate parenting stress and enhance maternal psychological well-being, parent-training programs are designed to enrich parental knowledge, strengthen the parent-child bond, and improve children's emotional and behavioral regulation. The "Positive Parenting Program," grounded in Bandura's social learning theory (1977), employs modeling, guided practice, and feedback to bolster parents' self-regulation and sense of mastery. In contrast, emotion coaching—derived from Gottman's meta-emotional philosophy (1996)—provides parents with a five-step framework (emotion identification, validation and labeling, empathetic listening, problem-solving support, and limit setting) to foster developmentally appropriate emotional responses in their children. Although empirical evidence supports the efficacy of both approaches in reducing emotional and behavioral difficulties and promoting positive parent-child interactions, findings remain inconclusive. To date, no study has directly compared the effects of these two methods on parenting stress and psychological well-being among mothers of children with intellectual disabilities; the present study aims to fill this critical gap.

Materials and Method

This research was applied in purpose and semi-experimental in method, with a pre-test, post-test, and one-month follow-up design including two experimental groups. The statistical population consisted of all mothers of children with intellectual disabilities aged

7 to 12 years in Tehran during the 2023–2024 academic year. A sample of 18 mothers was selected by convenience sampling from a special education center assigned to two groups. The experimental groups received eight 90-minute sessions of either the Positive Parenting Program (Sanders et al., 2003) or the Tuning in to Kids program (Havighurst & Harley, 2007). Data collection tools included the Ryff Psychological Well-being Questionnaire (2002) and the Parenting Stress Index by Abidin (1995). The validity and reliability of the questionnaires and intervention programs were assessed and confirmed. Data analysis was performed using Mixed MANOVA with SPSS-26 software.

Discussion & Result

This study demonstrated that both Positive Parenting and Emotion Coaching significantly enhanced psychological well-being and alleviated parenting stress among mothers of children with intellectual disabilities. Positive Parenting—grounded in behaviorist principles such as positive reinforcement, feedback provision, and practical modeling of desirable child behaviors—fortified parental structure and skill acquisition. Emotion Coaching—centered on empathic dialogue, emotion labeling, and emotional socialization—empowered mothers’ emotion-regulation capacities and strengthened family communication. It is recommended that future interventions integrate the behavioral and reinforcement-based strategies of Positive Parenting with the emotional support and skill-building components of Emotion Coaching and include simultaneous training for both parents to maximize maternal well-being and minimize parenting stress.

Conclusion

The present study demonstrated that both the Positive Parenting Program and Emotion Coaching significantly enhanced psychological well-being and reduced parenting stress among mothers of children with intellectual disabilities. Positive Parenting was particularly effective in strengthening parents’ sense of mastery and management skills, while Emotion Coaching had a greater impact on enhancing purpose in life and improving parent–child emotional interactions. Both approaches, operating through different mechanisms, can support mothers’ psychological functioning, and their combined application may yield greater benefits for families of children with intellectual disabilities.

Bibliography

- Aghaei Meybodi, F., Mohammadi Khani, P., Pourshahbaz, A., & Dolatshahi, B. (2017). *Identification of emotion socialization strategies in mothers and the effectiveness of the "Accompanying with Child" program on mothers' emotion socialization and preschool children's emotional and behavioral competence with behavioral problems* (Doctoral thesis). Department of Clinical Psychology, University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran. [in Persian]
- Ambrosi, C. C., Evans, S., & Havighurst, S. S. (2025). *Tuning in to Kids Together : Piloting an Emotion- - Focused Coparenting Program*. <https://doi.org/10.1111/famp.70002>
- Arakkathara, J. G., & Bance, L. O. (2019). Promotion of Well-being , Resilience and Stress Management (POWER): An intervention program for mothers of children with intellectual disability : A pilot study. *Indian Journal of Positive Psychology*, 10(4), 294-299.
- Ashori, M., Norouzi, G., & Jalil-Abkenar, S. S. (2019). The effect of positive parenting program on mental health in mothers of children with intellectual disability. *Journal of Intellectual Disabilities*, 23(3). <https://doi.org/10.1177/1744629518824899>.
- Badiee E, Amirfakhraei A, Samavi A, Mohammadi K. Comparing the Effects of Mindful Parenting and Positive Parenting Training on Emotion Regulation in the Parents of Anxious Children. *Journal of Disability Studies*, 133 (10). [in Persian]
- Beighton, C., & Wills, J. (2019). How parents describe the positive aspects of parenting their child who has intellectual disabilities: A systematic review and narrative synthesis. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 32(5), 1255–1279. <https://doi.org/10.1111/jar.12617>
- Burkhardt, S. C. A., Rösli, P., & Müller, X. (2024). The Tuning in to Kids parenting program delivered online improves emotion socialization and child behavior in a first randomized controlled trial. *Scientific Reports*, 1–15. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-55689-z>
- Chan, R. F.-Y., Qiu, C., & Shum, K. K. (2021). Tuning in to Kids®: A Randomized Controlled Trial of an Emotion Coaching Parenting Program for Chinese Parents in Hong Kong. *Developmental Psychology*, 57(11).
- Conoley, C. W., & Conoley, J. C. (2009). *Positive psychology and family therapy: Creative techniques and practical tools for guiding change and enhancing growth*. John Wiley & Sons.
- Deater-deckard, K. (1998). Parenting Stress and Child Adjustment : Some Old Hypotheses and New Questions. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 5(3), 314–332. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2850.1998.tb00142.x>
- Doustani Sh. & Ghamarani, A., (2021). Comparing the Effectiveness of Emotion Socialization and Parenting Metaphors Training for Mothers on Feeling of Shame in children with Internalized Behavioral Problems, *Research in Cognitive and Behavioral Sciences*, 11(2), 27–42. <https://doi.org/10.22108/CBS.2022.127592.1505>. [in Persian]
- Edrissi, F., Havighurst, S. S., Aghebati, A., Habibi, M., & Arani, A. M. (2019). A Pilot Study of the Tuning in to Kids Parenting Program in Iran for Reducing Preschool Children's Anxiety. *Journal of Child and Family Studies*, 28(6), 1695–1702. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01400-0>

147 Abstract

- Gottman, J. M., Katz, L. F., & Hooven, C. (1996). Parental meta-emotion philosophy and the emotional life of families: Theoretical models and preliminary data. *Journal of Family Psychology, 10*(3), 243–268. <https://doi.org/10.1037//0893-3200.10.3.243>
- Gus, L., Rose, J., & Gilbert, L. (2015). Emotion Coaching: A universal strategy for supporting and promoting sustainable emotional and behavioural well-being. *Educational and Child Psychology, 32*(1), 31–41. <https://doi.org/10.53841/bpsecp.2015.32.1.31>
- Hassanzadeh, S. & Masah Bavani, A., (2021). The Effectiveness of a Positive Parenting Program on the Relationship between Mothers and Children with Autism Spectrum Disorder . *Journal of Applied Psychological Research 12*(2), 43-58. <https://doi.org/10.22059/JAPR.2021.320739.643792> [in Persian]
- Havighurst, S. S., Wilson, K. R., Harley, A. E., Prior, M. R., & Kehoe, C. (2010). Tuning in to Kids : improving emotion socialization practices in parents of preschool children – findings from a community trial. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 51*(12), 1342–1350. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2010.02303.x>
- Hussin, W. N. T. W., Harun, J., & Shukor, N. A. (2019). Online interaction in social learning environment towards critical thinking skill: A framework. *Journal of Technology and Science Education, 9*(1), 4–12. <https://doi.org/10.3926/jotse.544>
- Hutchings, J., Owen, D. A., & Williams, M. E. (2023). Development and initial evaluation of the COntident Parent INternet Guide program for parents of 3–8 year olds. *Frontiers in Psychology, 14*(July), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1228144>
- Jouali, Y., Jouali, J., & El Aboudi, S. (2024). Strengthening resilience and coping through coaching: the impact of behavioral, cognitive and emotional skills. *Environment and Social Psychology, 9*(8), 1–17. <https://doi.org/10.59429/esp.v9i8.2789>
- Khalil Arjmandi F, Kashani Vahid L, Vakili S. (2024). Development of a structural model of psychological well-being of mothers with children with intellectual disabilities based on the core of self-evaluation with the mediation of inferiority feeling. *Journal of Psychological Science, 23*(134), 131-146. doi:10.52547/JPS.23.134.381. [in Persian]
- Kim, H.-E., & Lee, H.-J. (2016). The Effect of Emotion Coaching Group Counseling Program on Subjective Well-being and Interpersonal Relations of University Students. *Journal of Digital Convergence, 14*(12), 625–632. <https://doi.org/10.14400/JDC.2016.14.12.625>
- Kleefman, M., Jansen, D. E. M. C., Stewart, R. E., & Reijneveld, S. A. (2014). The effectiveness of Stepping Stones Triple P parenting support in parents of children with borderline to mild intellectual disability and psychosocial problems: A randomized controlled trial. *BMC Medicine, 12*(1). <https://doi.org/10.1186/s12916-014-0191-5>
- Kostulski, M., Breuer, D., & Döpfner, M. (2021). Does parent management training reduce behavioural and emotional problems in children with intellectual disability? A randomised controlled trial. *Research in Developmental Disabilities, 114*, 103958.
- Leijten, P., & Gardner, F. (2022). Research Review : *The most effective parenting program content for disruptive child behavior – a network meta-analysis.* 2, 132–142. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13483>

- Li, G., & Zhu, J. (2024). Childhood trauma and malevolent creativity in Chinese college students: The chain mediation role of positive parenting and resilience. *Journal of Education and E-Learning Research*, 11(3), 622–631. <https://doi.org/10.20448/jeelr.v11i3.5972>
- Mejia, A., Ulph, F., & Calam, R. (2016). *Exploration of Mechanisms behind Changes after Participation in a Parenting Intervention : A Qualitative Study in a Low-Resource Setting*. 181–189.
- Mirzaei Tabar, F., Arjomandnia, A. A., & Afrooz, G. (2020). Effect of parenting program training on social interaction of slow-paced children. *Quarterly of Family and Health*, 10(3), 36–48. <https://doi.org/10.22037/family.v10i3.1377568>. [in Persian]
- Nogueira, S., Catarina, A., Abreu-lima, I., & Teixeira, P. (2022). *Group Triple P Intervention Effects on Children and Parents : A Systematic Review and Meta-Analysis*.
- O'Connor, A., Nolan, A., Bergmeier, H., Hooley, M., Olsson, C., Cann, W., Williams-Smith, J., & Skouteris, H. (2017). Early childhood education and care educators supporting parent-child relationships: a systematic literature review. *Early Years*, 37(4), 400–422. <https://doi.org/10.1080/09575146.2016.1233169>
- Pordel, M., & Soudani, M. (2023). Effectiveness of parenting skills training on enhancing mothers' psychological well-being. *Proceedings of the Fourth National Congress of the Iranian Association of Family Psychology: Successful Marriage and Healthy Parenting*, Tehran, Iran. [in Persian]
- Pourmohammadreza-Tajrishi M, A'shouri M, Afrouz G A, Arjmand-nia A A, Ghobari-Bonab B. (2015). The Effectiveness of Positive Parenting Program (Triple-P) Training on Interaction of Mother-child with Intellectual Disability. *Journal of Rehabilitation*, 16(2), 128. [in Persian]
- Rafei, M., Fathi Ashtiani, A., & Soleimani, A. A. (2012). Effectiveness of a positive parenting program on reducing parenting stress, enhancing psychological well-being, and changing parenting styles in mothers of children with intellectual disabilities, *Master's thesis, University of Science and Culture, Department of Family Therapy*. [in Persian]
- Rezaei F, GHazanfari F, rezaeean M.(2017). The Effectiveness of Positive Parenting Program (Triple-P) in Parental stress and Self Efficacy of mothers and behavioral problems of students with educable mental retardation. *Journal of Medical Sciences, Torbat Heydariyeh University of Medical Sciences*, 5 (1) ,7-16 <http://jms.thums.ac.ir/article-1-403-fa.html>. [in Persian]
- Rivera, A. R., Gálvez-Mozo, A., & Tirado-Serrano, F. (2024). The imperative of happiness in positive psychology: Towards a psychopolitics of wellbeing. *New Ideas in Psychology*, 72, 101058.
- Rohacek, A., Baxter, E. L., Sullivan, W. E., Roane, H. S., & Antshel, K. M. (2023). A preliminary evaluation of a brief behavioral parent training for challenging behavior in autism spectrum disorder. *Journal of autism and developmental disorders*, 53(8), 2964-2974. <https://doi.org/10.1007/s10803-022-05493-3>
- Ruane, Ai., & Carr, A. (2019). Systematic Review and Meta-analysis of Stepping Stones Triple P for Parents of Children with Disabilities. *Family Process*, 58(1), 232–246. <https://doi.org/10.1111/famp.12352>

149 Abstract

- Sanders, M. R. (2012). *Development , Evaluation , and Multinational Dissemination of the Triple P-Positive Parenting Program. November 2011*. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032511-143104>
- Sanders, M. R., & Mazzucchelli, T. G. (2013). The promotion of self-regulation through parenting interventions. *Clinical child and family psychology review*, 16(1), 1-17.
- Sun, X. (2022). Behavior skills training for family caregivers of people with intellectual or developmental disabilities: a systematic review of literature. *International Journal of Developmental Disabilities*, 68(3), 1–27. <https://doi.org/10.1080/20473869.2020.1793650>
- Tellegen, C. L., & Sanders, M. R. (2013). Stepping Stones Triple P-Positive Parenting Program for children with disability: A systematic review and meta-analysis. *Research in developmental disabilities*, 34(5), 1556-1571.
- Vilaseca, R., Rivero, M., Ferrer, F., & Bersabé, R. M. (2020). Parenting behaviors of mothers and fathers of young children with intellectual disability evaluated in a natural context. *PLoS ONE*, 15(10 October), 1–20. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0240320>
- Wilson, K. R., Havighurst, S. S., & Harley, A. E. (2012). Tuning in to kids: An effectiveness trial of a parenting program targeting emotion socialization of preschoolers. *Journal of Family Psychology*, 26(1), 56–65. <https://doi.org/10.1037/a0026480>
- Wu, Q., Feng, X., Hooper, E. G., Gerhardt, M., Ku, S., & Chan, M. H.-M. (2019). No TitleMother's emotion coaching and preschooler's emotionality: Moderation by maternal parenting stress. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 65. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2019.101066>



پروہشگاہ علوم انسانی و مطالعات فرہنگی
پرتال جامع علوم انسانی

مقایسه تأثیر فرزندپروری مثبت و مربی‌گری هیجانی بر بهزیستی روان‌شناختی و استرس والدگری مادران

فهیبه صادقی زمانی*

هادی کرامتی**، حمیدرضا حسن آبادی***، کیانوش زهراکار****، هادی هاشمی رزینی*****

چکیده

پژوهش حاضر با هدف مقایسه تأثیر فرزندپروری مثبت و مربی‌گری هیجانی بر بهزیستی و استرس والدگری مادران دارای کودکان ناتوان ذهنی به روش شبه‌آزمایشی اجرا شد. جامعه آماری مادران دارای کودکان ناتوان ذهنی ۷ تا ۱۲ ساله شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۳ بود که با روش نمونه‌گیری در دسترس از مدارس دخترانه استثنایی تهران، ۱۸ مادر انتخاب و در دو گروه آزمایشی با انتساب تصادفی، برنامه‌های آموزشی فرزندپروری مثبت براساس مدل یادگیری اجتماعی و مربی‌گری هیجانی مبتنی بر فلسفه فراهیجانی، در ۸ هفته ۹۰ دقیقه‌ای دریافت کردند. گردآوری داده‌ها با پرسشنامه‌های بهزیستی روان‌شناختی ریف (۲۰۰۴) و استرس والدگری آیدین (۱۹۹۵) در سه مرحله پیش‌آزمون-پس‌آزمون و پیگیری یک‌ماهه بود. روایی و پایایی پرسشنامه‌ها و روایی محتوایی برنامه‌های آموزشی مورد تأیید قرار گرفتند. روش تحلیل واریانس آمیخته با نرم‌افزار spss-۲۶ نشان داد که دو روش آموزشی تفاوت معنی‌داری در افزایش بهزیستی روان‌شناختی ($p = .048$) و کاهش استرس والدگری ($p < .001$) داشتند، اما فرزندپروری مثبت در بهبود بهزیستی روان‌شناختی و کاهش استرس والدگری

* دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی، دانشگاه خوارزمی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، تهران، ایران،
f.sadeghi.zam@gmail.com

** دانشیار گروه روانشناسی تربیتی، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران (نویسنده مسئول)،
keramati@khu.ac.ir

*** دانشیار گروه روانشناسی تربیتی، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران،
dr_hassanabadi@khu.ac.ir

**** استاد گروه مشاوره، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران،
dr_zahrakar@khu.ac.ir

***** استادیار گروه روانشناسی، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران،
hadihashemi@khu.ac.ir

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۲/۲۰، تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۶/۱۳، تاریخ چاپ: ۱۴۰۴/۰۸/۱۶



مادران دارای کودکان ناتوان ذهنی مؤثرتر بود. این یافته‌ها نشان می‌دهند که برای کاهش مشکلات روان‌شناختی و عاطفی این مادران از این آموزش‌ها به‌ویژه فرزندپروری مثبت و یا ادغام آنها می‌توان استفاده کرد.

کلیدواژه‌ها: ناتوانی ذهنی، والدگری مثبت، کوچینگ هیجانی، استرس والدگری، بهزیستی روان‌شناختی.

۱. مقدمه

والدین از عوامل مهم رشد اجتماعی و هیجانی کودکان هستند که از طریق الگوسازی و آموزش مداوم و فراهم کردن فرصت‌های یادگیری به رشد مهارت‌ها کمک می‌کنند. ایجاد روابط قوی والد-کودک مستلزم سرمایه‌گذاری در ایجاد پیوند عاطفی با کودک است که از طریق ابعاد پاسخگویی، حساسیت، در دسترس بودن هیجانی، ارتباط، نزدیکی، استقلال، حمایت و امنیت دل‌بستگی فعال می‌شود (O'Connor et al., 2017). از آنجا که مادران وظایف بیشتری در قبال فرزندان دارند، با چالش‌های روانی بیشتری نیز مواجه می‌شوند (خلیلی ارجمندی و دیگران، ۱۴۰۳: ۱۳۷). آنان با صرف زمان بیشتر در فعالیت‌های مراقبتی (Arakkathara & Bance, 2019), تربیتی و آموزشی فرزندان‌شان به‌خاطر تلاش و مسئولیت فوق‌العاده، استرس بالاتری تجربه می‌کنند (Arakkathara & Bance, 2019: 294). استرس والدگری به عنوان واکنش پیچیده استرس‌زا به تقاضاهای والد بودن (Deater-deckard, 1998) می‌تواند سلامت جسمانی و بهزیستی روانی مادران را تحت تأثیر قرار دهد (Arakkathara & Bance, 2019: 294). سلامت به‌عنوان مفهومی مثبت با تأکید بر منابع اجتماعی و شخصی و همچنین ظرفیت‌های فیزیکی و در معنای جدیدتر، دستیابی به بهزیستی جامع است (Rivera et al. 2024:2) و بهزیستی روان‌شناختی مفهومی مرتبط با توسعه پتانسیل انسانی و عملکرد مثبت فرد در حوزه‌های مختلف زندگی، جزئی اساسی از سلامت کلی محسوب می‌شود (Cortés-Rodríguez et al, 2023:1).

کودکانی که با وجود داشتن نقص در عملکرد انطباقی و توانایی‌های فکری و شناختی همچون استدلال، حل مسئله، برنامه‌ریزی، تفکر انتزاعی، قضاوت، یادگیری کم‌نوانیذهنی (APA, 2013) در خانه با والدین خود زندگی می‌کنند (Beighton & Wills, 2019)، با تأثیر گذاشتن بر افراد در طول زندگی، معمولاً در حیطه‌های یادگیری، رشد زبان، تعامل اجتماعی، تنظیم هیجانات و مراقبت از خود موانعی ایجاد می‌کنند (Sun, 2022). والدین این کودکان تمایل دارند

مقایسه تأثیر فرزندپروری مثبت و مربی‌گری ... (فهیمة صادقی زمانی و دیگران) ۱۵۳

تا با دستیابی به بهزیستی، نیازهای فرزندان خود را در حین تربیت بهتر برآورده کنند ولی دستیابی به بهزیستی، مستلزم برنامه‌ریزی و خوش‌بینی است، ولی طبق شواهد، بسیاری از آنان با حس نارضایتی از زندگی، احساس می‌کنند فرزندان‌شان بار اضافی بر خانواده تحمیل می‌کنند (Suwartono et al, 2024) و سطوح بالایی از استرس مزمن را در فرایند مراقبت توسط مادران آنها تجربه می‌کنند (Singh et al., 2019)

آموزش والدین می‌تواند ضمن افزایش بهزیستی روانی-اجتماعی آنان، استرس آنها را کاهش و اعتمادبه‌نفس‌شان را افزایش دهد و با برنامه‌های فرزندپروری سازگاری هیجانی و رفتاری کودکان بهبود یابد (Barlow & Coren, 2018). در دیدگاه سیستمی خانواده، تغییر یک زیرسیستم مانند رابطه والد-فرزند، می‌تواند کل ساختار خانواده را تحت تأثیر قرار دهد (Hastings et al. 2021:1). بر این اساس، بلسکی (۱۹۸۴) فرزند پروری را تابعی از تأثیر متقابل والدین و کودک دانسته (Wu et al., 2019). بنابراین برنامه‌های مؤثر فرزندپروری، با تشویق تعامل و مشارکت فعال میان والدین و فرزندان، ضمن تقویت یادگیری، با ترغیب کودکان به بیان افکار و استدلال‌های خود، موجب پرورش تفکر انتقادی در آنان نیز می‌شود (Hussin et al., 2019). همانطور که مدل هانف (Hanf, 1969) نشان داد والدین ابتدا با آموختن مهارت ایجاد رابطه و سپس مدیریت رفتار، می‌توانند با تقویت تعامل با کودک، تأثیرات مدیریت رفتار را نیز تقویت کنند (Leijten & Gardner, 2022). بدین ترتیب، برنامه‌های متنوع آموزش والدین با تأکید بر کل نظام خانواده کمک می‌کنند تا والدین در پرتو دستیابی به اطلاعات جدید بتوانند مشکلات کودکان را بهتر درک کرده و از طریق دریافت آموزش‌های لازم، به این مهارت‌های مدیریتی تجهیز گردند (میرزایی تبار و دیگران، ۱۳۹۹).

برنامه فرزند پروری مثبت برگرفته از نظریه یادگیری اجتماعی بندورا مجموعه‌ای از شیوه‌های مشاوره را توصیه می‌کند که هدف آن ایجاد هم‌زمان یک رابطه همکاری و مشترک و تقویت مهارت‌های خودتنظیمی والدین است و با این مداخلات مبتنی بر خانواده افراد می‌توانند حس کنترل شخصی و تسلط بیشتری بر زندگی خود به دست آورند (Sanders & Mazzucchelli, 2013). این نظریه با تأکید بر اهمیت یادگیری مشاهده‌ای کودکان ضمن الگوسازی رفتارهای مثبت از سوی والدین، موجب تقویت رشد شناختی و مهارت‌های تفکر انتقادی در کودکان می‌شود (Hutchings et al., 2023).

این برنامه فرزندپروری با آموزش مهارت‌های فعال یا مربی‌گری (Sanders, 2012) مهارت‌های رفتاری مانند الگوسازی، تمرین و بازخورد را به کار می‌برد (Sun, 2022).

مهارت‌های رفتاری نقش مهمی در یادگیری و حل مسئله ایفا کرده و تأثیر مثبتی بر ارتباط مؤثر، همکاری و کار تیمی، مدیریت هیجانی، تفکر انتقادی، مدیریت زمان و سازماندهی و اعتماد به نفس دارند. با پرورش این مهارت‌ها، افراد آمادگی بیشتری برای مقابله با چالش‌ها، تعامل سازنده با دیگران، مدیریت مناسب هیجانات، تفکر نقادانه، استفاده بهینه از زمان و سازماندهی امور، و رویارویی با مسائل با اعتماد به نفس و تاب‌آوری خواهند داشت (Jouali et al., 2024:10). بدین ترتیب، این برنامه به‌عنوان یک نظام حمایتی مبتنی بر شواهد با هدف ارتقای شایستگی والدین، بهبود روابط والد-کودک و کاهش مشکلات رفتاری و هیجانی کودکان، با رویکردی پیشگیرانه، چند سطحی و انعطاف‌پذیر (Sanders, 2023: 880) با شیوه‌های فرزندپروری مثبت، می‌تواند نقش حمایت هیجانی در پرورش محیطی سالم برای شکوفایی خلاقیت داشته باشد (Li & Zhu, 2024)

از طرفی گاهی، برقراری ارتباط عاطفی با فرزندان دشوار می‌شود و لازم است والدین به‌جای تمرکز بر کنترل رفتار به پاسخ هیجانی (مانند گرمی، حساسیت، همدلی) متمرکز شوند (Wilson et al. 2012: 57). مربی‌گری هیجانی به‌عنوان یک استراتژی جهانی با ایجاد روابط پرورشی و داربست‌سازی (Gus et al. 2015)، با تمرکز بر نحوه صحبت والدین با کودکان در مورد هیجان‌اتشان (Katz et al, 2020: 14) شامل پنج گام است: الف) آگاهی از هیجانات کودک، ب) به رسمیت شناختن هیجانات کودک به‌عنوان فرصت صمیمیت و راهنمایی، ج) گوش دادن همدلانه و پذیرش و اعتبار بخشیدن به هیجانات و احساسات کودکان. د) کمک به کودک در استفاده از کلمات برای توصیف هیجان و ابراز احساسات خود؛ و ه) در صورت لزوم کمک به آن‌ها در حل مسئله (در حین تعیین محدودیت (Gottman et al., 1996). این رویکرد با حمایت از بهزیستی هیجانی و رفتاری پایدار در جامعه و بافت‌های آموزشی، می‌تواند مهارت‌های مدیریت مؤثر استرس را افزایش دهد (Gus et al. 2015).

برنامه «همگام‌سازی با کودک» (Tuning In To Kids) مبتنی بر یادگیری اجتماعی هیجانی والدین، برنامه‌ای با آموزش مهارت‌های مربی‌گری هیجانات (Wilson et al. 2012: 57) یکی از بهترین برنامه‌های مستند و ارزیابی‌شده؛ از برنامه‌های فرزندپروری متمرکز بر هیجان، بر اساس نظریه‌های اجتماعی شدن هیجانی (به‌معنای یادگیری، ابراز و تنظیم هیجانات) است (Burkhardt et al., 2024:1). در این برنامه والدین با ارائه فلسفه فراهیجانی (Meta-emotional philosophy)، با آگاهی از هیجانات و تنظیم آن، با بهبود بهزیستی، فضای عاطفی خانواده و نگرش‌ها و باورهای مثبت در مورد فرزندپروری، مهارت‌های خود را در مربیگری هیجانات تقویت می‌کنند (ibid:3). فلسفه فراهیجانی به موازات فراشناخت، اشاره به کارکردهای اجرایی هیجانات دارد و در

مقایسه تأثیر فرزندپروری مثبت و مربی‌گری ... (فهیمة صادقی زمانی و دیگران) ۱۵۵

مربیگری هیجانی پنج مؤلفه دارد: والدین (الف) از هیجانات خفیف خود و فرزندشان آگاه هستند؛ (ب) احساسات منفی کودک را فرصتی برای صمیمیت یا آموزش می‌دانند؛ (ج) هیجانات فرزند خود را تأیید می‌کنند؛ (د) به کودک در نامگذاری کلامی هیجانات کودک کمک می‌کنند؛ و (ه) مشکل را با کودک حل می‌کنند، محدودیت‌های رفتاری تعیین می‌کنند و اهداف و راهبردهایی را برای مقابله با موقعیتی که منجر به احساسات منفی شده را مورد بحث قرار می‌دهند (Gottman et al. 1996)

با وجود اینکه برنامه‌های آموزشی والدین کودکان ناتوان ذهنی در دهه‌های اخیر افزایش یافته (میرزایی تبار و دیگران، ۱۳۹۹)، همچنان این آموزش‌ها به اندازه کافی به این والدین ارائه نشده است (Barlow & Coren, 2018) و یافته‌های پژوهشی درباره اثربخشی مداخلات فرزندپروری، نتایج متناقضی را نشان می‌دهند. پژوهش‌های مبتنی بر مداخلات رفتاری، افزایش خودکارآمدی والدین، ارتقای تعاملات مثبت کودک و مراقب و کاهش استرس و ارتقاء بهزیستی کودک و مادر و خانواده را نشان دادند (Rohacek et al, 2023). با این حال، برخی مطالعات با گزارش تأثیر محدود این روش، بر کاهش بار خانواده و فرزندپروری منفی (Kostulski et al., 2021) و رفتار والدین (Ruane & Carr, 2019) یا بدون تأثیر معنی دار آموزش فرزندپروری مثبت برای کودکان با نیازهای ویژه (Tellegen & Sanders, 2014; Kleefman et al., 2013) را نشان دادند. همچنین برخی مطالعات اثربخشی مربی‌گری هیجانی را بر مادران (مانند دوستان و قمرانی ۱۴۰۰، آقای میبیدی و دیگران ۱۹۹۶؛ edrissi et al. 2019, Chan et al., 2021، woo et al. 2019، Lauw et al. 2014) نشان دادند، ولی پژوهش‌هایی مانند آقای میبیدی و همکاران (۱۳۹۶) و (Wilson et al., 2012) تأثیر معنی داری در مؤلفه‌های مختلف را گزارش نکردند.

بنابراین یافته‌های متناقض و با توجه به لزوم بررسی آموزش‌های تربیتی در کودکان با ویژگی‌های متفاوت، خصوصاً دارای نیازهای ویژه و چالش‌های فراوان مادران کودکان ناتوان ذهنی و نیز با توجه به فقدان پژوهش‌هایی که دو آموزش فرزندپروری مثبت و مربیگری هیجانی را مقایسه کرده باشند، این مطالعه بررسی می‌کند که آیا تأثیر این دو روش بر کاهش استرس والدگری و افزایش بهزیستی روانی مادران دارای کودکان ناتوان ذهنی تفاوت دارند؟

۲. فرضیه‌های پژوهش

الف) فرضیه اصلی

تأثیر آموزش فرزندپروری مثبت و مربیگری هیجانی بر بهزیستی روانشناختی و استرس والدگری مادران دارای کودکان ناتوان ذهنی متفاوت است.

ب) فرضیه‌های فرعی

ب-۱) تأثیر آموزش فرزندپروری مثبت و مربیگری هیجانی بر بهزیستی روانشناختی مادران دارای کودکان ناتوان ذهنی متفاوت است.

ب-۲) تأثیر آموزش فرزندپروری مثبت و مربیگری هیجانی بر استرس والدگری مادران دارای کودکان ناتوان ذهنی متفاوت است.

۳. روش‌شناسی پژوهش

۱.۳ روش پژوهش

پژوهش حاضر از نوع کمی و از لحاظ هدف در زمره طرح‌های کاربردی قرار دارد. از نظر ماهیت و شیوه جمع‌آوری داده‌ها از نوع شبه آزمایشی و استفاده از طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری یک‌ماهه است.

۲.۳ جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه آماری همه مادران دختر ۷ تا ۱۲ ساله در مدارس استثنایی تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۳ بود که با روش نمونه‌گیری در دسترس، مجتمع دخترانه شهید صیاد شیرازی واقع در منطقه ۴ تهران انتخاب و از بین مادران دارای کودک سنین موردنظر، دو گروه آموزشی به‌صورت در دسترس (بر مبنای رجحان روز آموزشی) و سپس تصادفی به دو گروه ۱۱ نفره تقسیم شدند. انتساب گروه‌ها تصادفی بود. مادران واجد ملاک ورود شامل داشتن فرزند ۷ تا ۱۲ ساله ناتوان ذهنی شاغل در مدرسه، داشتن حداقل تحصیلات سیکل، رضایت مشارکت و ملاک خروج شامل داشتن بیماری بارز جسمی و روانی و شرکت در دوره‌های آموزشی مشابه

مقایسه تأثیر فرزندپروری مثبت و مربی‌گری ... (فهیمة صادقی زمانی و دیگران) ۱۵۷

و غیبت بیش از دو جلسه به دو گروه آموزشی تقسیم شدند. در نهایت پس از حذف افرادی که همکاری لازم را نداشتند، ۹ نفر در هر گروه باقی ماندند.

۳.۳ ابزارهای پژوهش

پرسشنامه استرس والدگری: برای اندازه‌گیری استرس در روابط والد-فرزند توسط آیدین (Abidin, 1995) تهیه شده است. فرم کوتاه این مقیاس (PSI-SF) مشتمل بر ۳۶ گویه با همان عبارت‌های فرم اصلی بلند ۱۰۱ گویه‌ای است. این مقیاس به منظور ارزیابی سه خرده مقیاس آشفتگی والدینی، تعاملات ناکارآمد والد-فرزند و ویژگی‌های کودک مشکل‌آفرین و همچنین نمره استرس کلی (مجموع همه گویه‌ها) طراحی شده است که شیوه نمره‌گذاری بر روی طیف لیکرت از ۱ تا ۵ (کاملاً موافق تا کاملاً مخالف) انجام می‌شود. ضریب آلفای کرونباخ بین ۰/۵۹ تا ۰/۸۶ برای کل پرسشنامه و خرده مقیاس‌ها و باز آزمایی ۰/۹۲ توسط شیرزادی و همکاران (۱۳۹۳) پایایی سنجیده و روایی ۰/۹۰ و باز آزمایی ۰/۷۵ حاصل شد.

پرسشنامه بهزیستی: فرم کوتاه پرسشنامه بهزیستی روان‌شناختی توسط کارول ریف (Ryff, 1989) ساخته شد و در سال ۲۰۰۲ مورد تجدید نظر قرار گرفت که ۱۸ گویه دارد. نمره‌گذاری پرسشنامه بهزیستی روان‌شناختی ریف بر اساس طیف لیکرت شش‌درجه‌ای از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۶ (کاملاً موافقم) می‌باشد. دارای ۶ مؤلفه خودمختاری، هدفمندی در زندگی، تسلط بر محیط، رشد شخصی، ارتباط مثبت با دیگران و پذیرش خود است و برای هر مؤلفه ۳ سؤال در نظر گرفته شده و دارای یک نمره کل می‌باشد. در پژوهش واحدی و غنی زاده (۱۳۸۸) مقدار پایایی و آلفای کرونباخ این مقیاس را به ترتیب ۰/۷۰ و ۰/۷۱ گزارش کرده‌اند و بیانی و همکاران (۱۳۸۸) ضریب پایایی به روش باز آزمایی این مقیاس ۰/۸۲ به دست آمد که از نظر آماری معنی‌دار بود.

۴.۳ روش اجرای پژوهش

در این پژوهش دو گروه قبل شروع آموزش، در پایان و یک ماه بعد به پرسشنامه‌های بهزیستی و استرس والدگری پاسخ دادند. برنامه‌های آموزشی در قالب ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای گروهی اجرا شد. در جلسات، ضمن مرور تمرین‌های جلسه قبل و استفاده از کاربرگ‌ها و ابزارهای کمک‌آموزشی، خلاصه مطالب و تکالیف خانگی نیز ارائه شد. یادآوری زمان جلسات و پیگیری انجام تکالیف از طریق پیامک انجام می‌گرفت. ملاحظات اخلاقی شامل اخذ مجوز رسمی از

اداره آموزش و پرورش و اداره کودکان استثنایی تهران، دریافت رضایت آگاهانه، رعایت محرمانگی اطلاعات و عدم اجبار در شرکت در جلسات آموزشی کاملاً رعایت شد. در راستای اجرای دقیق و هدفمند مداخلات، برای هر یک از دو برنامه «فرزندپروری مثبت» و «مربی‌گری هیجانی» محتوای جلسات آموزشی به صورت ساختاریافته و به گونه‌ای تنظیم شدند که متناسب با نیازهای مادران دارای کودکان ناتوان ذهنی باشند.

جدول ۱. خلاصه برنامه فرزندپروری مثبت
انطباق یافته برای کودکان ناتوان ذهنی

ردیف	هدف	محتوا
۱	ارزیابی اولیه و تعیین اهداف	معارفه، معرفی برنامه تعریفی از فرزندپروری مثبت، جمع‌آوری اطلاعات جمعیت شناختی در مورد والد و کودک. - تکمیل پرسشنامه‌های رفتاری و رشدی. - آموزش ثبت رفتار (جدول روزانه یا دفتر یادداشت)
۲	شناسایی کیفیت ارتباط والد-کودک و بهبود آن	تحلیل گزارش والدین از تعامل با کودک -بازخورد نتایج ارزیابی و تعیین اهداف مشترک
۳	تقویت رفتارهای مطلوب	مرور جلسه قبل، -آموزش انواع تقویت‌کننده‌ها (مانند تحسین کلامی، توجه مثبت) -معرفی تکنیک‌های آموزش مهارت‌های جدید به کودک (الگوسازی، تمرین گام‌به‌گام و اقتصاد ژتونی).
۴	مدیریت رفتارهای نامطلوب	آموزش پیامدهای منطقی -استفاده از سکوت و نادیده‌گیری انتخابی. -تنظیم قوانین واضح.
۵	مدیریت رفتار کارآمد در موقعیت‌های روزمره	شبیه‌سازی موقعیت‌های چالش‌برانگیز (مانند نافرمانی یا پرخاشگری). -تمرین عملی استراتژی‌های آموخته‌شده (نادیده‌گیری انتخابی، محرومیت کوتاه‌مدت -بازخورد فوری و اصلاح روش‌ها
۶	آموزش مهارت‌ها و رفتارهای جدید	-آموزش مهارت‌های سازگاران برای جایگزینی رفتارهای مشکل‌ساز - تکنیک تحلیل تکلیف و شکل دهی - آموزش مهارت‌های مراقبت از خود و مهارت‌های اجتماعی - استفاده از الگوسازی و ایفای نقش
۷	برنامه‌ریزی پیشگیرانه در موقعیت‌های پرخطر	- شناسایی موقعیت‌های چالش‌برانگیز و پرخطر (مانند رفتن به خرید یا مدرسه). - آموزش گام‌به‌گام طراحی برنامه پیشگیرانه: پیش‌بینی مشکلات احتمالی.

مقایسه تأثیر فرزندپروری مثبت و مربی‌گری ... (فهیمة صادقی زمانی و دیگران) ۱۵۹

شماره	هدف	محتوا
		تعیین قوانین واضح. استفاده از پاداش‌ها و تقویت مثبت. آماده‌سازی کودک از طریق توضیح انتظارات
۸	جمع‌بندی و پیگیری	ارزیابی نهایی ارائه راهکارهای بلندمدت برای تثبیت رفتارها تکمیل پرسشنامه‌ها و گرفتن پس‌آزمون

(سندرز و همکاران، ۲۰۰۳)

جدول ۲. خلاصه برنامه همگام‌سازی با کودک
انطباق یافته برای کودکان ناتوان ذهنی

شماره	اهداف	محتوا
۱	مقدمه	معرفی، آشنایی و ارتباط اولیه بین اعضا و محقق، مشکلات کودکان ناتوان ذهنی و چالش‌های رفتاری و هیجانی در مواجهه با آنان، هوش هیجانی و اهمیت آن، توضیح مربیگری هیجان و علت بهبودی رفتار کودک از طریق آن و ارتباط با کودکان حول محور هیجانات
۲	نام‌گذاری هیجانات	آگاهی از هیجانات، هماهنگی با هیجانات کودک، فرا هیجان و تأثیر آن بر فرزند پروری
۳	درک تجربه هیجانی کودک	توسعه همدلی، انعکاس احساسات، ایجاد مهارت‌های مربی‌گری هیجانات
۴	حل مسئله و مراقبت از خود هنگام مربی‌گری هیجانات	تحکیم مهارت‌های مربی‌گری هیجانات، سبک‌های فرزند پروری، حل مسئله
۵	مربی‌گری هیجان خشم کودک	زمانی که مربی‌گری هیجانات مناسب/نامناسب است، درک و پاسخ به خشم و رفتار عصبانیت
۶	فرزند پروری هوشمندانه هیجانی	بررسی و تقویت اصول و مهارت‌های مربیگری هیجان، بررسی برنامه
۷	تقویت و یادآوری	تجمع مهارت‌های آموخته‌شده و مرور جلسات قبل
۸	تقویت و یادآوری	تجمع مهارت‌های آموخته‌شده و مرور جلسات قبل و ارزشیابی نهایی (پس‌آزمون) و بحث در مورد جلسات و بررسی احساسات اعضای گروه نسبت به روند جلسات و پایان آن.

(هاویگهارست و هارلی، ۲۰۰۷)

برای اطمینان از روایی محتوایی برنامه‌های انطباق یافته برای کودکان ناتوان ذهنی، برگه‌های ارزیابی به ده متخصص حوزه کودکان استثنایی و فرزندپروری ارسال شد که شاخص‌های CVI و CVR به ترتیب ۰.۸۸ و ۰.۸۵ برای فرزندپروری مثبت و ۰.۸۱ و ۰.۸۳ برای مربی‌گری هیجانی، مطلوب بودن روایی را تأیید کرد. نتایج نشان‌دهنده روایی مطلوب برای هر دو برنامه مداخله‌ای بود.

علاوه بر سؤالات پرسشنامه‌های مذکور، اطلاعات جمعیت شناختی نیز جمع‌آوری شد. آزمون‌های کای دو نشان دادند که بین گروه‌ها از نظر تحصیلات مادر ($\chi^2(3)=1.11, p=.774$)، وضعیت اقتصادی ($\chi^2(3)=2.00, p=0/57$)، سرپرست بودن ماد ($\chi^2(1)=0.40, p=0/52$)، سن مادر ($\chi^2(4)=2.34, p=0/67$)، ترتیب تولد کودک ($\chi^2(3)=1.11, p=0/77$) و سن کودک ($\chi^2(4)=1.33, p=0/85$) تفاوت معناداری وجود نداشت ($p>.05$). این بررسی‌ها نشان داد دو گروه از نظر متغیرهای جمعیت شناختی همگن بودند.

۴. یافته‌ها

در این پژوهش با توجه به همگنی گروه‌ها و میانگین سنی کودکان گروه روش فرزند پروری مثبت ۹/۶۷ با انحراف استاندارد ۱/۴۱ و میانگین سنی کودکان گروه روش مربیگری هیجانی ۹/۴۴ با انحراف استاندارد ۱/۵۰ مورد بررسی و تحلیل قرار گرفتند. یافته‌های توصیفی مربوط به نمرات پیش‌آزمون- پس‌آزمون و پیگیری نمرات متغیرهای پژوهشی در دو گروه آزمایش در جدول ۳ و ۴ مشاهده می‌شود.

جدول ۳. نتایج آمار توصیفی نمرات مؤلفه‌های متغیر بهزیستی روان‌شناختی

مؤلفه	مرحله	روش فرزند پروری مثبت				روش مربیگری هیجانی			
		میانگین	انحراف معیار	چولگی	کشیدگی	میانگین	انحراف معیار	چولگی	کشیدگی
خودمختاری	پیش‌آزمون	۱۵/۳۳	۲/۰۶	-۰/۰۲	-۰/۹۸	۱۲/۸۹	۲/۳۷	-۰/۹۹	۱/۳۹
	پس‌آزمون	۱۱/۷۸	۲/۳۳	-۱/۳۳	۱/۱۶	۱۲/۵۶	۳/۴۷	۰/۷۴	-۱/۴۲
	پیگیری	۱۴/۷۸	۰/۹۷	-۰/۵۰	-۰/۰۱	۱۲/۵۶	۲/۱۹	۰/۸۳	-۰/۵۶
هدفمندی در زندگی	پیش‌آزمون	۱۲/۲۲	۱/۷۹	-۱/۹۵	۴/۱۴	۱۳/۳۳	۲/۲۹	۱/۰۸	۰/۸۳
	پس‌آزمون	۱۰/۸۹	۲/۳۲	۰/۶۴	-۰/۶۴	۱۲/۷۸	۳/۰۷	-۰/۳۳	-۱/۷۶
	پیگیری	۱۱/۱۱	۱/۵۴	-۰/۲۴	-۱/۳۱	۱۳/۳۳	۲/۲۹	-۱/۸۱	۳/۶۲

مقایسه تأثیر فرزند پروری مثبت و مربی‌گری ... (فهیمة صادقی زمانی و دیگران) ۱۶۱

مؤلفه	مرحله	روش فرزند پروری مثبت				روش مربیگری هیجانی			
		میانگین	انحراف معیار	چولگی	کشیدگی	میانگین	انحراف معیار	چولگی	کشیدگی
تسلط بر محیط	پیش‌آزمون	۱۶/۰۰	۱/۵۰	۰/۰۰	-۱/۰۸	۱۳/۶۷	۲/۰۶	۰/۲۵	-۰/۷۵
	پس‌آزمون	۱۵/۱۱	۱/۴۵	۰/۰۷	-۱/۵۰	۱۴/۸۹	۲/۲۱	-۰/۱۸	-۱/۵۰
	پیگیری	۱۵/۵۶	۲/۱۳	-۰/۵۵	-۰/۸۶	۱۴/۶۷	۱/۸۰	-۰/۰۲	-۱/۳۱
رشد شخصی	پیش‌آزمون	۱۲/۰۰	۲/۱۸	۰/۸۴	-۰/۵۶	۱۱/۱۱	۳/۸۲	۱/۲۴	۰/۱۴
	پس‌آزمون	۱۱/۷۸	۱/۳۰	۰/۰۸	-۰/۱۹	۱۳/۳۳	۲/۹۶	۰/۵۵	-۱/۲۱
	پیگیری	۱۰/۴۴	۲/۶۵	-۰/۱۰	-۰/۴۷	۱۲/۴۴	۱/۵۹	-۰/۹۵	۳/۱۴
ارتباط مثبت با دیگران	پیش‌آزمون	۱۳/۱۱	۳/۸۹	-۰/۳۵	-۰/۹۲	۱۳/۴۴	۲/۷۴	-۰/۲۷	-۱/۲۰
	پس‌آزمون	۱۳/۸۹	۲/۶۲	-۰/۴۴	-۰/۷۹	۱۴/۲۲	۳/۳۸	-۰/۴۰	-۱/۳۷
	پیگیری	۱۲/۶۷	۳/۱۲	-۰/۳۹	۱/۱۴	۱۴/۱۱	۱/۵۴	۱/۰۹	-۰/۲۲
پذیرش خود	پیش‌آزمون	۱۵/۶۷	۱/۸۷	-۰/۸۵	۰/۴۱	۱۲/۱۱	۳/۷۶	۰/۸۲	-۰/۶۷
	پس‌آزمون	۱۴/۰۰	۲/۱۸	-۰/۱۹	-۱/۲۷	۱۴/۰۰	۲/۷۴	۰/۳۸	-۱/۶۶
	پیگیری	۱۴/۲۲	۱/۷۹	-۰/۶۰	۰/۵۰	۱۳/۱۱	۱/۹۷	۰/۱۸	-۱/۷۵

جدول ۴. نتایج آمار توصیفی نمرات مؤلفه‌های متغیر استرس والدگری

مؤلفه	مرحله	روش فرزند پروری مثبت				روش مربیگری هیجانی			
		میانگین	انحراف معیار	چولگی	کشیدگی	میانگین	انحراف معیار	چولگی	کشیدگی
آشفته‌گی والدینی	پیش‌آزمون	۲۸/۷۸	۷/۲۶	-۰/۶۷	-۰/۹۳	۴۲/۱۱	۷/۳۶	-۰/۳۷	-۰/۴۳
	پس‌آزمون	۳۲/۱۱	۳/۵۲	۰/۰۶	۰/۴۶	۴۱/۴۴	۸/۰۵	-۰/۷۵	-۰/۶۶
	پیگیری	۳۵/۳۳	۵/۴۵	۰/۲۶	-۱/۲۴	۴۰/۳۳	۸/۲۵	-۰/۹۶	۱/۸۷
تعاملات ناکارآمد والد-فرزند	پیش‌آزمون	۲۷/۴۴	۸/۴۶	-۰/۷۷	-۰/۴۵	۳۴/۱۱	۹/۳۵	-۰/۰۵	۱/۰۶
	پس‌آزمون	۳۰/۳۳	۵/۴۱	۰/۰۶	۰/۲۷	۲۹/۶۷	۶/۱۴	-۰/۰۶	-۰/۷۰
	پیگیری	۳۶/۳۳	۴/۹۰	-۱/۶۷	۳/۵۹	۳۰/۶۷	۶/۴۴	۰/۳۸	-۱/۷۲
ویژگی‌های کودک مشکل‌آفرین	پیش‌آزمون	۳۰/۲۲	۷/۶۹	-۰/۸۴	-۰/۰۹	۴۱/۰۰	۱۰/۳۰	-۰/۶۱	۱/۸۹
	پس‌آزمون	۳۶/۷۸	۸/۲۷	۰/۵۵	-۰/۹۲	۳۸/۰۰	۸/۱۲	-۰/۰۹	۰/۹۴
	پیگیری	۴۱/۴۴	۲/۷۰	۰/۴۷	-۰/۱۶	۳۷/۰۰	۸/۳۲	-۰/۶۷	-۰/۱۸

در بررسی مفروضه‌های تحلیل واریانس آمیخته چندمتغیری بدون داشتن داده‌های گم‌شده، توزیع نمرات مؤلفه‌های خودمختاری، هدفمندی در زندگی، تسلط بر محیط، رشد شخصی، ارتباط مثبت با دیگران و پذیرش خود متغیر بهزیستی و مؤلفه‌های آشفته‌گی والدینی، تعاملات

ناکارآمد والد- فرزند و ویژگی‌های کودک مشکل‌آفرین متغیر استرس والدگری در پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری گروه‌های روش فرزند پروری مثبت و روش مربی‌گری هیجانی توسط آزمون شاپیرو و یلک بررسی و تأیید شد ($p > 0/05$).

جدول ۵. نتایج بررسی نرمال بودن توزیع نمرات مؤلفه‌های بهزیستی روان‌شناختی

مؤلفه	مرحله آزمون	روش فرزند پروری مثبت		روش مربیگری هیجانی	
		آماره	معنی‌داری	آماره	معنی‌داری
خودمختاری	پیش‌آزمون	۸۶/۱	۰۹/۱	۷۸/۱	۰۱/۱
	پس‌آزمون	۹۱/۱	۳۶/۱	۸۸/۱	۱۷/۱
	پیگیری	۹۵/۱	۷۹/۱	۸۵/۱	۰۷/۱
هدفمندی در زندگی	پیش‌آزمون	۷۵/۱	۰۵/۱	۸۸/۱	۱۹/۱
	پس‌آزمون	۹۲/۱	۴۵/۱	۸۲/۱	۰۶/۱
	پیگیری	۹۰/۱	۳۰/۱	۷۶/۱	۰۶/۱
تسلط بر محیط	پیش‌آزمون	۹۱/۱	۳۱/۱	۹۳/۱	۵۵/۱
	پس‌آزمون	۹۰/۱	۲۹/۱	۹۰/۱	۲۹/۱
	پیگیری	۹۱/۱	۳۳/۱	۹۳/۱	۵۲/۱
رشد شخصی	پیش‌آزمون	۹۲/۱	۴۵/۱	۹۴/۱	۵۸/۱
	پس‌آزمون	۸۳/۱	۰۵/۱	۸۳/۱	۰۵/۱
	پیگیری	۹۰/۱	۲۷/۱	۸۶/۱	۱۰/۱
ارتباط مثبت با دیگران	پیش‌آزمون	۹۲/۱	۴۳/۱	۹۳/۱	۵۵/۱
	پس‌آزمون	۸۸/۱	۱۹/۱	۹۱/۱	۳۷/۱
	پیگیری	۸۸/۱	۱۶/۱	۸۷/۱	۰۷/۱
پذیرش خود	پیش‌آزمون	۹۲/۱	۴۴/۱	۸۶/۱	۱۰/۱
	پس‌آزمون	۹۲/۱	۴۶/۱	۸۷/۱	۱۴/۱
	پیگیری	۹۰/۱	۲۵/۱	۸۸/۱	۱۷/۱

جدول ۶. نتایج بررسی نرمال بودن توزیع نمرات مؤلفه‌های استرس والدگری

مؤلفه	مرحله آزمون	روش فرزند پروری مثبت		روش مربیگری هیجانی	
		آماره	معنی‌داری	آماره	معنی‌داری
آشناگی والدینی	پیش‌آزمون	۸۸/۱	۱۶/۱	۹۶/۱	۸۱/۱
	پس‌آزمون	۹۷/۱	۸۹/۱	۹۰/۱	۲۹/۱

مقایسه تأثیر فرزندپروری مثبت و مربی‌گری ... (فهیمة صادقی زمانی و دیگران) ۱۶۳

مؤلفه	مرحله آزمون	روش فرزند پروری مثبت		روش مربیگری هیجانی	
		آماره	معنی‌داری	آماره	معنی‌داری
تعاملات ناکارآمد والد- فرزند	پیگیری	۹۰/	۲۶/	۹۲/	۴۶/
	پیش‌آزمون	۹۰/	۳۱/	۹۵/	۷۱/
	پس‌آزمون	۹۶/	۸۴/	۹۵/	۶۸/
	پیگیری	۸۱/	۳۵/۰	۸۷/	۱۳/
ویژگی‌های کودک مشکل‌آفرین	پیش‌آزمون	۹۲/	۴۳/	۹۱/	۳۲/
	پس‌آزمون	۹۲/	۴۴/	۹۲/	۴۴/
	پیگیری	۸۸/	۱۷/	۹۲/	۴۴/

سپس با استفاده از نمودار جعبه‌ای، داده‌های پرت بررسی و فقط یک مورد یافت و از روند تحلیل حذف شد. به‌منظور شناسایی داده‌های پرت چندمتغیری در مؤلفه‌های بهزیستی روان‌شناختی (خودمختاری، هدفمندی در زندگی، تسلط بر محیط، رشد شخصی، ارتباط مثبت با دیگران، پذیرش خود)، فاصله ماه‌الانویس (D^2) برای شرکت‌کنندگان محاسبه شد. فاصله ماه‌الانویس (D^2) برای شرکت‌کنندگان محاسبه شد. مقدار بحرانی برابر با $\chi^2(df=6, \alpha=.001)$ در 22/46 نظر گرفته شد. بیشینه مقدار D^2 در پیش‌آزمون ۱۱/۲۸، در پس‌آزمون ۱۲/۸۲ و در پیگیری ۱۲/۲۴ بود. در نتیجه داده‌ای به‌عنوان پرت چندمتغیری در این متغیر شناسایی نشد.

برای بررسی نقاط پرت چندمتغیری در سه مؤلفه استرس والدگری (آشفستگی والدینی، تعاملات ناکارآمد والد-فرزند و ویژگی‌های کودک مشکل‌آفرین)، فاصله ماه‌الانویس محاسبه و با مقدار بحرانی $\chi^2(df=3, \alpha=.001) = 16/27$ مقایسه شد. بیشینه مقدار D^2 در پیش‌آزمون ۹/۳۸، در پس‌آزمون ۷/۱۱ و در پیگیری ۱۰/۱۳ به‌دست آمد. در نتیجه، در هیچ مرحله‌ای مقدار D^2 بالاتر از آستانه نداشت و داده‌ای به‌عنوان پرت چندمتغیری در این متغیر مشاهده نشد.

در بخش آمار استنباطی قبل تحلیل واریانس آمیخته چندمتغیری بدون داشتن داده پرت و داشتن توزیع نورمال، ضریب همبستگی پیرسون برای بررسی رابطه خطی بین مؤلفه‌های متغیر بهزیستی و استرس والدگری در سه مرحله اندازه‌گیری بررسی شد.

و برای بررسی هم خطی چندگانه برای مؤلفه‌های بهزیستی مقدار تلورانس بیشتر از ۰/۴۷۹ و مقدار VIF کمتر از ۲/۰۸۷ در پیش‌آزمون، مقدار تلورانس بیشتر از ۰/۳۱۰ و مقدار VIF کمتر از ۳/۲۲۷ در پس‌آزمون و مقدار تلورانس بیشتر از ۰/۵۴۴ و مقدار VIF کمتر از ۱/۸۳۷ در پیگیری بودند که در محدوده قابل قبولی قرار داشتند.

۱۶۴ تفکر و کودک، سال ۱۶، شماره ۲، پاییز و زمستان ۱۴۰۴

شاخص‌های هم خطی در پژوهش برای مؤلفه‌های متغیر استرس والدگری شامل آشفستگی والدینی، تعاملات ناکارآمد والد-فرزند و ویژگی‌های کودک مشکل‌آفرین در مقدار تلورانس بیشتر از ۰/۱۷ و مقدار VIF کمتر از ۵/۷۰ در پیش‌آزمون، مقدار تلورانس بیشتر از ۰/۲۶ و مقدار VIF کمتر از ۳/۷۸ در پس‌آزمون و مقدار تلورانس بیشتر از ۰/۵۴ و مقدار VIF کمتر از ۱/۸۲ در پیگیری بودند که در محدوده قابل قبول قرار داشتند.

جدول ۷. بررسی عدم هم خطی متغیرهای وابسته تحلیل واریانس آمیخته چند متغیری

پیگیری		پس‌آزمون		پیش‌آزمون		متغیرهای وابسته
تلورانس	تورم واریانس	تلورانس	تورم واریانس	تلورانس	تورم واریانس	
۸۴	۱/۳۴	۴۵	۲/۱	۶۶	۱/۵۱	خودمختاری الف
۵۴	۱/۸۳	۵۱	۱/۹۵	۹۸	۱/۰۱	هدفمندی در زندگی الف
۸۱	۱/۴۰	۵۵	۱/۸۰	۴۷	۲/۰۸	تسلط بر محیط الف
۵۶	۱/۷۷	۳۱	۳/۲۲	۶۰	۱/۶۶	رشد شخصی الف
۸۳	۱/۱۹	۵۲	۱/۸۹	۸۱	۱/۲۲	ارتباط مثبت با دیگران الف
۵۸	۱/۷۱	۴۸	۲/۰۵	۵۳	۱/۸۵	پذیرش خود الف
۹۳	۱/۰۷	۸۴	۱/۳۵	۳۹	۲/۵۲	آشفستگی والدینی ب
۵۴	۱/۸۲	۳۰	۳/۳۰	۱۹	۵/۰۶	تعاملات ناکارآمد والد-فرزند ب
۵۶	۱/۷۶	۲۶	۳/۷۸	۱۷	۵/۷۰	ویژگی‌های کودک مشکل‌آفرین ب

موارد دارای حروف الف و ب باهم هم خطی آن‌ها بررسی شده است.

در همگنی واریانس بین گروه‌ها برای مؤلفه‌های خودمختاری، هدفمندی در زندگی، تسلط بر محیط، رشد شخصی، ارتباط مثبت با دیگران و پذیرش خود متغیر بهزیستی و مؤلفه‌های آشفستگی والدینی، تعاملات ناکارآمد والد-فرزند و ویژگی‌های کودک مشکل‌آفرین متغیر استرس والدگری با آزمون لوین بررسی و تأیید شد ($p > ۰/۰۵$).

جدول ۸. نتایج آزمون لوین مبنی بر پیش‌فرض تساوی واریانس بین گروه‌ها

متغیر	مؤلفه	مرحله	آماره لوین	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	سطح معناداری
خودمختاری	خودمختاری	پیش‌آزمون	۰/۰۰۱	۱	۱۶	۱
		پس‌آزمون	۳/۳۵	۱	۱۶	۰/۰۸
		پیگیری	۵/۰۳	۱	۱۶	۰/۰۳

مقایسه تأثیر فرزندپروری مثبت و مربی‌گری ... (فهیمة صادقی زمانی و دیگران) ۱۶۵

متغیر	مؤلفه	مرحله	آماره لوین	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	سطح معناداری
	هدفمندی در زندگی	پیش‌آزمون	۰/۷۷	۱	۱۶	۰/۳۹
		پس‌آزمون	۱	۱	۱۶	۰/۳۳
		پیگیری	۰/۴۸	۱	۱۶	۰/۴۹
	تسلط بر محیط	پیش‌آزمون	۱/۱۴	۱	۱۶	۰/۳۰۲
		پس‌آزمون	۳/۳۵	۱	۱۶	۰/۰۸
		پیگیری	۰/۲۱	۱	۱۶	۰/۶۴
	رشد شخصی	پیش‌آزمون	۱/۵۰	۱	۱۶	۰/۲۳
		پس‌آزمون	۷/۳۷	۱	۱۶	۰/۰۱
		پیگیری	۲/۴۶	۱	۱۶	۰/۱۳
	ارتباط مثبت با دیگران	پیش‌آزمون	۰/۷۴	۱	۱۶	۰/۴۰
		پس‌آزمون	۱/۶۱	۱	۱۶	۰/۲۲
		پیگیری	۱/۰۸	۱	۱۶	۰/۳۱
	پذیرش خود	پیش‌آزمون	۴/۲۷	۱	۱۶	۰/۰۵
		پس‌آزمون	۰/۵۶	۱	۱۶	۰/۴۶
		پیگیری	۰/۶۳	۱	۱۶	۰/۴۳
	آشناختگی والدینی	پیش‌آزمون	۰/۰۴	۱	۱۶	۰/۸۳
		پس‌آزمون	۶/۴۰	۱	۱۶	۰/۰۲
		پیگیری	۰/۵۹	۱	۱۶	۰/۴۵
	تعاملات ناکارآمد والد-فرزند	پیش‌آزمون	۰/۰۳	۱	۱۶	۰/۸۵
		پس‌آزمون	۰/۳۰	۱	۱۶	۰/۵۹
		پیگیری	۲/۶۴	۱	۱۶	۰/۱۲
	ویژگی‌های کودک مشکل‌آفرین	پیش‌آزمون	۰/۱۱	۱	۱۶	۰/۷۳
		پس‌آزمون	۰/۴۲	۱	۱۶	۰/۵۲
		پیگیری	۵/۷۶	۱	۱۶	۰/۰۲

سپس فرضیه‌های پژوهش مورد بررسی و تحلیل قرار گرفتند:

فرضیه الف) اثر روش فرزند پروری مثبت در مقایسه با روش مربیگری هیجانی در افزایش بهزیستی متفاوت است.

پیش از اجرای تحلیل واریانس آمیخته چند متغیری، همبستگی بین متغیرهای وابسته بررسی شد. مقدار آزمون کرویت بارتلت (بین گروهی: $p < ۰/۰۰۱$ ، $\chi^2 = ۲۵/۶۱$ ؛ درون گروهی: $p < ۰/۰۰۱$ ، $\chi^2 = ۳۲/۲۳$ ، $p < ۰/۰۰۱$) به لحاظ آماری معنی‌دار بود که نشان داد همبستگی کافی بین متغیرهای

وابسته وجود دارد. سپس برای آزمون همگنی ماتریس کوواریانس‌ها از آزمون باکس (Box's M) استفاده می‌گردد. چون تعداد مشاهده‌ها در هر سلول کمتر از دو بود، ماتریس کوواریانس آن سلول تکین (singular) آزمون باکس محاسبه نشد. به‌منظور بررسی یکسان بودن میزان خطای استاندارد تفاوت نمرات در اندازه‌گیری‌های متفاوت از آزمون کرویت موکلی استفاده شد (جدول ۹)

جدول ۹. نتایج آزمون کرویت موکلی در مؤلفه‌های متغیر بهزیستی در مراحل اندازه‌گیری

شاخص‌ها					مؤلفه
آماره موکلی	مجذور خی	درجه آزادی	سطح معنی‌داری	گرین هاوس گایسر	
۱/۶۹	۵/۳۹	۲	۱/۰۶	۱/۷۶	خودمختاری
۱/۹۰	۱/۴۶	۲	۱/۴۸	۱/۹۱	هدفمندی در زندگی
۱/۹۶	۱/۵۲	۲	۱/۷۶	۱/۹۶	تسلط بر محیط
۱/۹۸	۱/۲۶	۲	۱/۸۷	۱/۹۸	رشد شخصی
۱/۸۷	۲/۰۷	۲	۱/۳۵	۱/۸۸	ارتباط مثبت با دیگران
۱/۹۲	۱/۱۰	۲	۱/۵۷	۱/۹۳	پذیرش خود

به‌منظور بررسی یکسان بودن میزان خطای استاندارد تفاوت نمرات در اندازه‌گیری‌های متفاوت از آزمون کرویت موکلی استفاده شد (جدول ۱۰)

در تحلیل واریانس چندمتغیری مؤلفه‌های خودمختاری، هدفمندی در زندگی، تسلط بر محیط، رشد شخصی، ارتباط مثبت با دیگران و پذیرش خود متغیر بهزیستی به‌عنوان متغیر وابسته در نظر گرفته شدند.

شاخص لامبدای ویلکز نشان داد که اثر اصلی گروه بر ترکیب خطی تعامل مؤلفه‌های خودمختاری، هدفمندی در زندگی، تسلط بر محیط، رشد شخصی، ارتباط مثبت با دیگران و پذیرش خود معنی‌دار می‌باشد ($\eta^2 = ۰/۶۳$ ، $p = ۰/۰۴$ ، $F_{(۶,۱۱)} = ۳/۱۴$). این معنی‌داری نشان‌دهنده این می‌باشد که ترکیب مؤلفه‌های خودمختاری، هدفمندی در زندگی، تسلط بر محیط، رشد شخصی، ارتباط مثبت با دیگران و پذیرش خود در دو گروه فرزند پروری مثبت و مربیگری هیجانی متفاوت می‌باشد (جدول ۱۱).

مقایسه تأثیر فرزندپروری مثبت و مربی‌گری ... (فهیمة صادقی زمانی و دیگران) ۱۶۷

جدول ۱۱. تحلیل واریانس آمیخته چند متغیری ترکیب مؤلفه‌های متغیر بهزیستی

متغیر	آزمون	ارزش	F آماره	درجه آزادی متغیرها	درجه آزادی خطا	معنی‌داری	اندازه اثر	توان آزمون
گروه	لامبدای ویلکز	۰/۳۶	۳/۱۴	۶	۱۱	۰/۰۴	۰/۶۳	۰/۷۰
مرحله	لامبدای ویلکز	۰/۶۴	۱/۰۹	۱۲	۵۴	۰/۳۸	۰/۱۹	۰/۵۵
گروه * مرحله	لامبدای ویلکز	۰/۶۶	۱/۰۳	۱۲	۵۴	۰/۴۳	۰/۱۸	۰/۵۲

آزمون لامبدای ویلکز اثر اصلی گروه بر ترکیب خطی شش مؤلفه بهزیستی را معنادار نشان داد ($\Lambda = 0/63$)، $F(11, 6) = 3/14$ ، $p = /048$ ، $\eta^2 = /63$ در حالی که اثر مرحله ($\Lambda = 0/19$)، $F(12/54) = 1.091$ و تعامل گروه × مرحله ($\Lambda = 0.18$)، $F(12, 54) = 1.030$ ، $p = .436$ معنادار نبودند. تحلیل‌های تک متغیری نیز نشان داد تأثیر گروه بر مؤلفه تسلط بر محیط ($F(1, 16) = 5.56$)، $p = /031$ ، $\eta^2 = /258$ و هدفمندی در زندگی ($F(1, 16) = 6/59$)، $p = /21$ ، $\eta^2 = /29$ ، $MD = -1/74$ ، $SE = 0/678$ معنادار است (جدول ۱۲).

جدول ۱۲. آزمون تحلیل واریانس آمیخته تک متغیری مؤلفه‌های متغیر بهزیستی

منبع	متغیر وابسته	درجه آزادی	MS	F آماره	معنی‌داری	اندازه اثر	توان آزمون
گروه	خودمختاری	۱/۱۶	۲۲/۶۸	۲/۹۶	۱/۰	۱/۵	۳/۶
	هدفمندی در زندگی	۱/۱۶	۴۰/۹۰	۶/۵۹	۱/۰۲	۱/۲۹	۱/۶۷
	تسلط بر محیط	۱/۱۶	۱۷/۷۹	۵/۵۶	۱/۰۳	۱/۲۵	۱/۶۰
	رشد شخصی	۱/۱۶	۱۰/۶۶	۲/۲۶	۱/۱۵	۱/۱۲	۱/۲۹
	ارتباط مثبت با دیگران	۱/۱۶	۶/۶۸	۱/۵۴	۱/۴۷	۱/۰۳	۱/۱۰
	پذیرش خود	۱/۱۶	۳۲/۶۶	۳/۳۹	۱/۰۸	۱/۱۷	۱/۴۱
مرحله	خودمختاری	۲/۳۲	۱۸/۶۸	۴/۲۰	۰/۰۲	۰/۲۰	۰/۶۹
	هدفمندی در زندگی	۲/۳۲	۴/۰۵	۰/۸۷	۰/۴۲	۰/۰۵	۰/۱۸
	تسلط بر محیط	۲/۳۲	۰/۳۵	۰/۰۹	۰/۹۱	۰/۰۰۶	۰/۰۶
	رشد شخصی	۲/۳۲	۶/۷۴	۰/۹۰	۰/۴۱	۰/۰۵	۰/۱۹
	ارتباط مثبت با دیگران	۲/۳۲	۳/۱۸	۰/۴۴	۰/۶۴	۰/۰۲	۰/۱۱
	پذیرش خود	۲/۳۲	۰/۵۱	۰/۱۱	۰/۸۹	۰/۰۰۷	۰/۰۶
گروه * مرحله	خودمختاری	۲/۳۲	۱۴/۵۷	۳/۲۸	۰/۰۵	۰/۱۷	۰/۵۸
	هدفمندی در زندگی	۲/۳۲	۱/۴۶	۰/۳۱	۰/۷۳	۰/۰۱	۰/۰۹
	تسلط بر محیط	۲/۳۲	۵/۲۴	۱/۴۱	۰/۲۵	۰/۰۸	۰/۲۸
	رشد شخصی	۲/۳۲	۱۰/۸۸	۱/۴۵	۰/۲۴	۰/۰۸	۰/۲۸

منبع	متغیر وابسته	درجه آزادی	MS	آماره F	معنی داری	اندازه اثر	توان آزمون
	ارتباط مثبت با دیگران	۲/۳۲	۱/۸۵	۰/۲۶	۰/۷۷	۰/۰۱	۰/۰۸
	پذیرش خود	۲/۳۲	۱۴/۸۸	۳/۳۷	۰/۰۴	۰/۱۷	۰/۵۹

شاخص لامبدای ویلکز نشان داد که اثر تعامل مرحله* گروه بر ترکیب خطی تعامل مؤلفه‌های خودمختاری، هدفمندی در زندگی، تسلط بر محیط، رشد شخصی، ارتباط مثبت با دیگران و پذیرش خود معنی دار نمی‌باشد ($\eta^2 = 0/18$ ، $p = 0/43$ ، $F(12, 54) = 1/03$) (جدول ۱۱). این عدم معنی داری بیانگر این می‌باشد که میزان تغییرات ترکیب مؤلفه‌های خودمختاری، هدفمندی در زندگی، تسلط بر محیط، رشد شخصی، ارتباط مثبت با دیگران و پذیرش خود در دو گروه فرزند پروری مثبت و مربی‌گری هیجانی در پیگیری نسبت به پس‌آزمون و پیش‌آزمون متفاوت نمی‌باشد. با توجه به تفاوت معنی دار بین دو گروه فرزند پروری مثبت و مربی‌گری هیجانی می‌توان گفت که فرضیه تفاوت اثر این دو روش در متغیر بهزیستی تأیید می‌شود.

ب) اثر روش فرزند پروری مثبت در مقایسه با روش مربی‌گری هیجانی در کاهش استرس والدگری متفاوت است.

ابتدا همبستگی بین متغیرهای وابسته بررسی می‌شود و سپس برای آزمون همگنی ماتریس کوواریانس‌ها از آزمون باکس (Box's M) استفاده می‌گردد. به‌علت اینکه تعداد مشاهده‌ها در هر سلول کمتر از دو بود، ماتریس کوواریانس آن سلول تکین (singular) شده و آزمون باکس محاسبه نشد.

به‌منظور مقایسه اثر روش فرزند پروری مثبت با روش آموزش روش مربی‌گری هیجانی در کاهش استرس والدگری از روش تحلیل واریانس آمیخته چند متغیری استفاده شد. در بررسی همبستگی بین متغیرهای وابسته آزمون کرویت بارتلت بررسی شد و نتایج نشان داد که از لحاظ آماری معنی دار است. بنابراین همبستگی کافی بین متغیرهای وابسته وجود دارد (بین گروهی: $\chi^2 = 36/05$ ، $p < 0/001$ ؛ درون گروهی: $\chi^2 = 32/48$ ، $p < 0/001$).

به‌منظور بررسی یکسان بودن میزان خطای استاندارد تفاوت نمرات در اندازه‌گیری‌های متفاوت از آزمون کرویت موکلی استفاده شد.

مقایسه تأثیر فرزندپروری مثبت و مربی‌گری ... (فهیمة صادقی زمانی و دیگران) ۱۶۹

جدول ۱۲. بررسی آزمون موکلی در مؤلفه‌های متغیر استرس والدگری در مراحل اندازه‌گیری

اپسیلون			شاخص‌ها				مؤلفه
ریشه پایین	هون فیلد	گرین هاوس گایسر	سطح معنی‌داری	درجه آزادی	مجذور خی	آماره موکلی	
۰/۵۰	۱/۰۰	۰/۹۷	۰/۸۴	۲	۰/۳۴	۰/۹۷	آشفته‌گی والدینی
۰/۵۰	۰/۸۸	۰/۷۶	۰/۰۶	۲	۵/۴۸	۰/۶۹	تعاملات ناکارآمد والد-فرزند
۰/۵۰	۱/۰۰	۰/۸۹	۰/۴۰	۲	۱/۸۰	۰/۸۸	ویژگی‌های کودک مشکل‌آفرین

آزمون کرویت موکلی برای مؤلفه‌های آشفته‌گی والدینی ($W = 0/97, \chi^2(2) = 0/34, p = /84$)، تعاملات ناکارآمد والد-فرزند ($W = 0.69, \chi^2(2) = 5.48, p = .06$) و ویژگی‌های کودک مشکل‌آفرین ($W = 0/88, \chi^2(2) = 1/80, p = /40$) غیرمعنادار بود. مقادیر گرین‌هاوس-گایسر ϵ بین ۰/۷۶ و ۰/۹۷ قرار گرفت که نشان می‌دهد فرض کرویتی برای تحلیل تکرار اندازه‌ها برقرار است.

مؤلفه‌های آشفته‌گی والدینی، تعاملات ناکارآمد والد-فرزند و ویژگی‌های کودک مشکل‌آفرین متغیر استرس والدگری به‌عنوان متغیر وابسته تحلیل واریانس آمیخته چند متغیری در نظر گرفته شدند. شاخص لامبدای ویلکز نشان داد که اثر اصلی گروه بر ترکیب خطی تعامل مؤلفه‌های آشفته‌گی والدینی، تعاملات ناکارآمد والد-فرزند و ویژگی‌های کودک مشکل‌آفرین معنی‌دار می‌باشد ($\eta^2 = 0/73, p < 0/001, F(3,14) = 12/90$). این معنی‌داری نشان‌دهنده این می‌باشد که ترکیب مؤلفه‌های آشفته‌گی والدینی، تعاملات ناکارآمد والد-فرزند و ویژگی‌های کودک مشکل‌آفرین در دو گروه فرزند پروری مثبت و مربی‌گری هیجانی متفاوت می‌باشد (جدول ۱۳).

جدول ۱۳. تحلیل واریانس آمیخته چند متغیری ترکیب مؤلفه‌های متغیر استرس والدگری

متغیر	آزمون	ارزش	F آماره	درجه آزادی متغیرها	درجه آزادی خطا	معنی‌داری	اندازه اثر	توان آزمون
گروه	لامبدای ویلکز	۰/۲۶	۱۲/۹۰	۳	۱۴	< ۰/۰۰۱	۰/۷۳	۰/۹۹
مرحله	لامبدای ویلکز	۰/۸۲	۱/۰۳	۶	۶۰	۰/۴۱	۰/۰۹	۰/۳۷
گروه * مرحله	لامبدای ویلکز	۶۶۰/	۲/۴۱	۶	۵۸	۰/۰۳	۰/۲۰	۰/۷۷

تحلیل واریانس تک متغیری نشان داد که اثر گروه بر آشفته‌گی والدینی معناداری قابل‌توجه دارد ($F(1,16) = 19.51, p < .001, MD = -9.22, SE = 2.09, \eta^2 = .54$). آزمون لامبدای ویلکز اثر اصلی

مرحله را غیر معنادار ($\Lambda=0.09$, $F(6,60)=1.031$, $p=.41$). اما تعامل گروه \times مرحله را معنادار نشان داد ($\Lambda=.20$, $F(6,58)=2.41$, $p=.038$, $\eta^2=.20$) تعاملات ناکارآمد والد-فرزند ($F(2,32)=4.84$, $p=.015$, $\eta^2=.23$) و ویژگی‌های مشکل‌آفرین کودک ($F(2,32)=7.68$, $p=.002$, $\eta^2=0.32$) یافت که بر اساس آزمون LSD، کاهش‌های بالینی از پس‌آزمون تا پیگیری تنها در گروه فرزندپروری مثبت ادامه داشت (جدول ۱۴)

جدول ۱۴. آزمون تحلیل واریانس آمیخته تک متغیری مؤلفه‌های متغیر استرس والدگری.

منبع	متغیر وابسته	درجه آزادی	MS	آماره F	معنی‌داری	اندازه اثر	توان آزمون
گروه	آشفتگی والدینی	۱/۱۶	۱۱۴۸/۱۶	۱۹/۵۱	<۰/۰۰۱	۰/۵۴	۰/۹۸
	تعاملات ناکارآمد والد-فرزند	۱/۱۶	۱۶	۰/۰۲	۰/۹۶	<۰/۰۰۱	۰/۰۵
	ویژگی‌های کودک مشکل‌آفرین	۱/۱۶	۸۵/۶۳	۸/۲	۰/۴۰	۰/۰۴	۰/۱۲
مرحله	آشفتگی والدینی	۲/۳۲	۲۵/۸۹	۰/۶۲	۰/۵۴	۰/۰۳	۰/۱۴
	تعاملات ناکارآمد والد-فرزند	۲/۳۲	۶۰/۷۹	۱/۷	۰/۱۹	۰/۰۹	۰/۳۳
	ویژگی‌های کودک مشکل‌آفرین	۲/۳۲	۵۸/۶۸	۱/۶۹	۰/۲	۰/۰۹	۰/۳۲
گروه * مرحله	آشفتگی والدینی	۲/۳۲	۷۸/۱۶	۱/۹۰	۰/۱۶	۰/۱۰	۰/۳۶
	تعاملات ناکارآمد والد-فرزند	۲/۳۲	۱۷۳/۱۶	۴/۸۴	۰/۰۱۵	۰/۲۳	۰/۷۶
	ویژگی‌های کودک مشکل‌آفرین	۲/۳۲	۲۶۶/۳۵	۷/۶۸	۰/۰۰۲	۰/۳۲	۰/۹۲

آزمون تعقیبی LSD نشان داد که در نمره پیگیری مؤلفه‌های تعاملات ناکارآمد والد-فرزند و ویژگی‌های کودک مشکل‌آفرین در گروه فرزند پروری مثبت نسبت به پیش‌آزمون از لحاظ بالینی به صورت معنی‌داری کاهش یافته است (به ترتیب: $SE = ۳/۵۰$; $MD = -۸/۸۸$) و ($SE = -۱۱/۲۲$; $MD = -۱۱/۲۲$) در حالی این تغییر نمره در گروه مربیگری هیچانی معنی‌دار نمی‌باشد. آزمون تعقیبی LSD نشان داد که در نمره پیگیری مؤلفه تعاملات ناکارآمد والد-فرزند در گروه فرزند پروری مثبت نسبت به پس‌آزمون از لحاظ بالینی به صورت معنی‌داری کاهش یافته است ($SE = ۲/۲۷$; $MD = -۶/۰۰$) در حالی این تغییرات در گروه مربی‌گری هیچانی معنی‌دار نمی‌باشد. با توجه به معنی‌داری تفاوت دو گروه روش فرزند پروری مثبت و مربیگری هیچانی در متغیر استرس والدگری می‌توان فرضیه تفاوت اثر دو گروه در کاهش استرس والدگری تأیید می‌شود.

۵. بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف مقایسه اثربخشی فرزندپروری مثبت و مربی‌گری هیجانی بر بهزیستی روان‌شناختی و استرس والدگری مادران دارای کودکان ناتوان ذهنی انجام شد. در بررسی فرضیه اول نتایج نشان داد که فرزندپروری مثبت تأثیر معناداری بر بهزیستی روان‌شناختی مادران داشت که با پژوهش‌های دیگر (مانند Sanders et al. 2014; Nowak & Chen et al. 2019; Heinrichs 2008) و نیز حاجی بابایی راوندی و همکاران (۱۴۰۳)، پوردل و سودانی (۱۴۰۱) همسو بود. همچنین این تأثیر بر بهزیستی و سلامت مادران دارای کودکان با مشکلات ذهنی در مطالعات پیشین (مانند بنی نجاریان و دیگران ۱۴۰۳، میرزایی تبار و دیگران ۱۳۹۹، رفیعی و دیگران و عاشوری و دیگران ۲۰۱۹) همسو بود.

فرزندپروری مثبت با بهبود جنبه‌های جسمی، اضطراب و عملکرد اجتماعی مادرانی که کودکان ناتوان ذهنی دارند بر بهزیستی روانی آنان تأثیر معنی‌داری می‌گذارد (Ashori et al., 2019) و نیز مبتنی بر نظریه خودتعیین‌گری دسی و رایان (۲۰۱۱)، با ایجاد ساختار و تقویت خودمختاری در فرزندپروری مثبت، نیازهای روانی اساسی (خودمختاری، شایستگی و ارتباط) را تأمین و بهزیستی را افزایش می‌دهد و با توجه به اینکه فرزندپروری مثبت بر تقویت رفتارهای مطلوب فرزندان تأکید دارد، مبتنی بر اصول روانشناسی مثبت سلیگمن (۲۰۰۲) تأکید بر نقاط قوت کودک، سطح هیجانات مثبت افزایش یافته و به‌عنوان منبع بهزیستی می‌شود (Kyriazos & cited Stalikas 2018). مربی‌گری هیجانی نیز بهبود قابل‌توجهی در بهزیستی روانی مادران ایجاد کرد که همسو با یافته‌های پیشین (مانند Kim & Lee 2016, Gus et al. 2015, Gilbert et al. 2014, Havighurst et al. 2013, Gottman et al. 1996) همسو است. این روش از طریق بهبود ارتباطات، روابط، خودتنظیمی، دستاوردها، سلامتی و بهزیستی را ارتقا دهد (Gus et al., 2015).

در پژوهش حاضر، فرزندپروری مثبت در مؤلفه «تسلط بر محیط» برتری داشت ($p=0.031$) درحالی‌که مربی‌گری هیجانی در مؤلفه «هدفمندی در زندگی» تأثیر بیشتری نشان داد ($p=0.021$). روش فرزندپروری مثبت با داشتن چارچوب مشخص عملی با تکنیک‌های فرزندپروری مثبت بر کنترل رفتار کودک تأکید دارد و با تأکید بر خودتنظیمی، وقتی رفتارها از بیرون کنترل می‌شوند، خود‌آغازگری و مدیریتی آغاز می‌شود (cited Grolnik & Ryan 1989) و با دستیابی والدین به مهارت‌های خودتنظیمی افراد می‌توانند حس کنترل شخصی و تسلط بیشتری بر زندگی خود به دست می‌آورند (Sanders & Mazzucchelli, 2013) و با وجود ارتباط بین منبع کنترل درونی بهزیستی بیشتر (Mejia et al., 2016 : 187) به این هدف نائل می‌شوند. والدین با

آموزش و یادگیری حل مسئله مستقل در این روش با ارتقاء تعاملات والد-کودک، عاملیت و خودکارآمدی خود را تقویت می‌کنند (Nogueira et al., 2022) درحالی‌که مربی‌گری هیجانی با ایجاد ظرفیت‌هایی برای ارتقای خودتنظیمی هیجانی و رفتاری و حمایت از رفتارهای موافق اجتماعی، با راهنمایی و آموزش کودک در مورد پاسخ‌های مؤثرتر با افزایش لحظات هیجانی و رفتاری از طریق درگیر شدن همدلانه و تأیید کلامی و اعتبار سازی هیجانی، احساس امنیت و هیجان را ارتقاء داده و می‌تواند ابزاری توانمند برای ارتقاء سلامتی و بهزیستی باشد (Gus et al., 2015). بدین ترتیب با ایجاد محیط حمایتی و امن، به والدین فرصتی برای گفتگو و معنا بخشی داده که با تقویت بهزیستی روانی و احساس خودکارآمدی منجر می‌شود (Beighton & Wills, 2019). طبق نظریه امنیت هیجانی (Davies & Cummings, 1994) به علت تأثیر محیط خانوادگی بر حس حفاظت و امنیت عاطفی کودک، هنگام ضعف در مدیریت هیجان‌ات، می‌تواند مشکلات درونی و رفتاری بروز نماید (cited Ambrosi et al., 2025).

در بررسی فرضیه دوم، روش فرزندپروری مثبت به‌طور معناداری استرس والدگری را کاهش داد که با یافته‌های کسای اصفهانی و داوونیا ۱۳۹۸، رضایی و دیگران ۱۳۹۶، رفیعی و دیگران ۱۳۹۱ و پورمحمدرضای تجریشی و دیگران ۱۳۹۴ و (Ashori & Jalili-Abkenar 2019) همسو بود. این برنامه با یادگیری از طریق مشاهده مبتنی بر رویکرد یادگیری اجتماعی و تقویت و تمرین رفتارهای مثبت باعث کاهش مشکلات رفتاری فرزندان و در نتیجه کاهش استرس والدگری می‌شود. استرس فرزندپروری به‌عنوان ادراک والدین از دسترسی به منابع موجود برای برآوردن خواسته‌هایشان همچون دانش و شایستگی در مورد وظایف نقش والدگری با عدم تطابق انتظارات با ادراکات با منابع موجود ایجاد می‌شود (Deater-Deckard 1998) مبتنی بر مدل فرایندی استرس (Pearlin 1989) که استرس را فرایندی با اجزاء سه‌گانه اصلی استرس‌زاه‌ها، منابع و پیامدهای استرس در نظر می‌گیرد (cited Nomaguchi & Milkie 2020) آموزش مدیریت رفتار می‌تواند به والدین کمک کند تا تعادل بهتری بین خواسته‌ها و منابع برقرار کنند که به نوبه خود استرس فرزندپروری را کاهش می‌دهد (Weitlauf, 2020).

مربی‌گری هیجانی نیز طبق پژوهش حاضر و یافته‌های دیگر (مانند Chan Liu & Ren 2025; Gus et al. 2015, Wu et al., 2019 et al., 2021, 2021) استرس والدین را به‌طور مؤثر کاهش می‌دهد. مربی‌گری هیجان‌ات مبتنی بر شیوه‌های پاسخ‌دهی والدین به عواطف و هیجان‌ات -چه بصورت حمایتی با تشویق ابراز صحیح احساسات و ارائه بازخورد مثبت و یا تضعیف بصورت نادیده انگاشتن یا سرزنش احساسات فرزندان‌شان- تأثیر مثبتی بر توانمندی خودتنظیمی هیجانی

مقایسه تأثیر فرزندپروری مثبت و مربی‌گری ... (فهیمة صادقی زمانی و دیگران) ۱۷۳

کودکان دارند و با برنامه همگام‌سازی با کودکان نقش مؤثری در هدایت فرزندان خود در اجتماعی‌سازی هیجان‌ات (برگرفته از آیزنبرگ و دیگران، ۱۹۹۸) دارند (Ambrosi et al. 2025). طبق پژوهش‌های انجام گرفته، شیوه‌های اجتماعی‌سازی هیجانی والدین با کاهش استرس ارتباط دارد (Gurtovenko & Katz 2017). همچنین طبق مطالعات والدینی که از مربی‌گری هیجان‌ات استفاده می‌کنند ضمن گزارش آگاهی هیجانی بیشتر و بی‌اعتنایی هیجانی کمتر با بهبود روابط والد-کودک، استرس آن‌ها کاهش می‌یابد (Havighurst et al., 2010)

در بررسی فرضیه کلی پژوهش، هر دو روش فرزندپروری بر افزایش بهزیستی و کاهش استرس والدگری مادران دارای کودکان ناتوان ذهنی مؤثر بودند. در مورد فرزندپروری مثبت، پژوهش‌های مختلف اثرات آن را نشان دادند، اما پژوهش‌هایی مانند کلیفمن و دیگران (۲۰۱۴) نتایج متناقض عدم تأثیر برنامه فرزندپروری مثبت برای کودکان با نیازهای ویژه بر کاهش مشکلات روانی و اجتماعی آنان خصوصاً در بلندمدت یا عدم تفاوت معنی‌دار در فرزندپروری منفی (Michael Kostulski et al., 2021) را نشان دادند. طبق پژوهش حاضر فرزندپروری مثبت بر بهزیستی روان‌شناختی و استرس والدگری مؤثر بود. زیرا این برنامه مبتنی بر یادگیری اجتماعی و اصول شناختی-رفتاری با استفاده از نمایش یا مدل‌سازی زنده مهارت‌ها، تمرین مهارت‌ها، بازخورد پس از مشاهده مستقیم تعامل والدین-کودک و تکالیف بین جلسات و آموزش بکارگیری فرزندپروری مثبت (مانند تمجید توصیفی، آموزش اتفاقی، نمودارهای پاداش ساده، دستورالعمل‌های واضح) و اصول مدیریت تصادفی (مانند پیامدهای منطقی، مهلت زمانی غیر محدودکننده، و مهلت زمانی محرومیت) (Sanders, 2012) با کاهش مشکلات رفتاری و هیجانی کودکانی دارای ناتوانی ذهنی (Michael Kostulski et al., 2021) (Michael Kostulski et al 2021) (Ruane & Carr 2019, بهزیستی روان‌شناختی افزایش یافته (Chan et al. 2022; Sanders et al. 2014) و استرس والدگری کاهش می‌یابد (Conoley & Conoley, 2009)؛ (Mejia et al., 2016) و از آنجا که افزایش خودکارآمدی موجب کاهش استرس والدگری شده (Mejia et al., 2016) و کنترل درونی (یکی از جنبه‌های خودکارآمدی) با بهزیستی بیشتر مرتبط است (Sanders & Mazzucchelli, 2013) در روش فرزندپروری مثبت با افزایش خودکارآمدی والدین دارای کودکان ناتوان ذهنی (Ruane & Carr, 2019) افزایش بهزیستی افزایش و استرس والدگری کاهش می‌یابد.

مربی‌گری هیجانی نیز طبق پژوهش‌های مختلف که ذکر شد روشی اثرگذار است، اما نتایج متناقضی نشان دادند برخی از این برنامه‌ها مثل برنامه همگام‌سازی با کودکان تفاوت معنی‌داری در تنظیم هیجانی کودکان (آقایی میبیدی و دیگران ۱۳۹۶) و مادران (Edrissi et al., 2019) و

خودکارآمدی (آقایی میبدی و همکاران ۱۳۹۶) نداشته است. طبق پژوهش حاضر این برنامه بر هر دو متغیر بهزیستی و استرس والدگری مؤثر بود. از آنجاکه این رویکرد فرزندپروری ریشه در مفهوم فلسفه فرا هیجانی والدین دارد که بر آگاهی و تنظیم والدین از هیجانات خود و توانایی آن‌ها در هدایت تجربیات هیجانی فرزندانشان تأکید دارد (Gottman et al., 1996)، با بهبود سبک تربیتی هیجانی و ابراز هیجانات مثبت (Edrissi et al., 2019) و نیز کاهش تربیت تنبیهی و افزایش تشویق بیانی (چان و همکاران، ۲۰۲۱)؛ کاهش بی‌ثباتی و نیز باور والدین در مورد هیجانات (Dunsmore et al. 2016؛ Chan et al. 2021، Burkhardt et al. 2024) و باور سرکوب گرایانه هیجانی و حل مسئله (Liu & Ren 2025) به‌عنوان ابزاری ساده، مقرون‌به‌صرفه، توانمند و جهانی می‌تواند از طریق بهبود ارتباطات، روابط، خودتنظیمی، دستاوردها، سلامتی و تاب‌آوری، بهزیستی را ارتقا دهد (Gus et al. 2015). از آنجاکه استرس والدگری، تاب‌آوری و بهزیستی با یکدیگر ارتباط داشته (Arakkathara & Bance 2019) و این عوامل به کاهش استرس والدگری و افزایش بهزیستی مادران کمک می‌نماید. همچنین این برنامه نشان داده رفتارهای مخرب کودکان را کاهش می‌دهد (Chan et al. 2022، Lotto et al., 2024) و مبتنی بر نظریه امنیت هیجانی (Emotion security theory) به علت تأثیر محیط خانوادگی بر حس حفاظت و امنیت عاطفی کودک، هنگام ضعف در مدیریت هیجانات، ممکن است مشکلات درونی و رفتاری بروز نماید ولی اگر والدین فلسفه فرا هیجانی مثبت داشته باشند، با درک اهمیت ارزشمندی هیجانات و نقش آن‌ها در بهبود رشد عاطفی و اجتماعی کودکان، تمایل دارند هیجانات را به‌عنوان فرصتی برای یادگیری و رشد تلقی کرده و مطابق نظر گاتمن و دی‌کلیس (۲۰۰۱)، با تغییر نگرش نسبت به هیجانات، به ایجاد یک محیط عاطفی امن‌تر و حمایت‌گرانه‌تر برای کودکان کمک می‌نمایند (cited Ambrosi et al, 2025: 2).

همچنین، از آنجاکه آموزش‌ها به‌صورت گروهی برگزار شدند، طبق بررسی‌های مختلف تأثیر مثبتی بر مادران داشت. پژوهش‌های پیشین نشان دادند برگزاری جلسات گروهی برای مادرانی با شرایط و چالش‌های مشابه، از طریق ارائه تجربیات و حمایت اجتماعی، باعث کاهش استرس فرزندپروری شده و با ایجاد حمایت اجتماعی به‌عنوان قوی‌ترین استراتژی در خانواده‌های دارای کودک ناتوان ذهنی (Beighton & Wills, 2019) و با تقویت روابط بین فردی و کمک به درک یکدیگر (Kim & Lee, 2016)، به بهبود بهزیستی روانی، عزت‌نفس و خودکارآمدی کمک کرده و از نفوذ استرس بر فرد جلوگیری می‌کند (رفیعی و همکاران، ۱۳۹۱).

مقایسه تأثیر فرزندپروری مثبت و مربی‌گری ... (فهیمة صادقی زمانی و دیگران) ۱۷۵

پژوهش حاضر با محدودیت‌هایی نظیر محدودیت حجم و جنسیت و سن کودکان و تمرکز بر مادران مواجه بود که برای افزایش تعمیم‌پذیری آموزش به نمونه‌های بزرگ‌تر و رده‌های مختلف سنی و جنسیتی و آموزش هم‌زمان به هر دو والد پیشنهاد می‌شود. ضمن اینکه آموزش هر دو روش به صورت ترکیبی برای نتایج بهتر بهره‌مندی از دو رویکرد رفتاری و هیجانی کمک می‌نماید.

کتاب‌نامه

- آقای میبدی، فاطمه؛ محمدخانی، پروانه، پورشهباز، عباس و دولتشاهی، بهروز (۱۳۹۶). شناسایی راهبردهای جامعه‌پذیری هیجان در مادران و اثربخشی برنامه همگامی با کودک بر جامعه‌پذیری هیجان در مادران و کفایت هیجانی و رفتاری کودکان پیش‌دبستانی دچار مشکلات رفتاری. رساله دکتری تخصصی، تهران: گروه روانشناسی بالینی دانشگاه علوم بهزیستی و توان‌بخشی.
- بدیعی، الهام؛ امیرفخرایی، آریتا؛ سماوی عبدالوهاب و محمدی، کوروش (۱۳۹۹). مقایسه اثربخشی آموزش والدگری ذهن‌آگاهانه و والدگری مثبت بر تنظیم هیجان در والدین کودکان مضطرب. *مجله مطالعات ناتوانی*. ۱۳۳ (۱۰).
- پوردل، مژگان و سودانی، منصور (۱۴۰۱). اثربخشی آموزش مهارت‌های فرزند‌پروری بر افزایش بهزیستی روانشناختی مادران. چهارمین کنگره ملی انجمن روانشناسی خانواده ایران با عنوان ازدواج موفق و فرزند‌پروری سالم
- حاجی بابایی راوندی، عطیه؛ تجلی، پریسا؛ قنبری پناه، افسانه و شهریاری احمدی، منصوره (۱۴۰۳). مقایسه اثربخشی برنامه فرزند‌پروری مثبت و مهارت‌های تحمل‌پریشانی بر بهزیستی روان‌شناختی مادران دارای فرزندان مبتلا به اختلال نقص توجه/بیش‌فعالی. *روانشناسی افراد استثنایی*. ۵۳-۷۹ (۱۲) ۴۷.
- حسن‌زاده، سعید و مساح بوائی، علی. (۱۴۰۰). اثربخشی برنامه فرزند‌پروری مثبت بر ارتباط مادران با کودکان دارای اختلال طیف اوتیسم. فصل‌نامه پژوهش‌های کاربردی روان‌شناختی، ۱۲ (۲). ۴۳-۵۸.
- پور محمدرضا تجریشی، معصومه، عاشوری، محمد، افروز، غلامعلی، ارجمند نیا، علی‌اکبر و غباری بناب، باقر (۱۳۹۴). اثربخشی آموزش برنامه والدگی مثبت بر تعامل مادر با کودک کم‌توان ذهنی. *مجله توان‌بخشی*، ۱۶ (۲)، ۱۲۸.
- خلیل ارجمندی، فاطمه؛ کاشانی وحید، لیلا؛ وکیلی، سمیرا. (۱۴۰۳). تدوین مدل ساختاری بهزیستی روانشناختی مادران دارای کودک با کم‌توانی ذهنی بر اساس هسته ارزشیابی خود با میانجی‌گری احساس کهنتری *مجله علوم روانشناختی*، ۲۳ (۱۳۴)، ۱۳۱-۱۴۶

دوستانی، شهرزاد و قمرانی، امیر. (۱۴۰۰). مقایسه اثربخشی آموزش اجتماعی کردن هیجان‌ات و آموزش استعاره‌های فرزندپروری به مادران بر احساس شرم کودکان با مشکلات رفتاری درونی شده. *پژوهش‌های علوم شناختی و رفتاری*، ۱۱(۲)، ۲۷-۴۲.

رضایی، فاطمه؛ غضنفری، فیروزه و رضائیان، مهدی. (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش گروهی والدگری مثبت بر استرس و خودکارآمدی والدگری مادران و مشکلات رفتاری دانش آموزان کم‌توان ذهنی. *مجله دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه*، ۱(۱)، ۷-۱۶.

رفیعی، محبوبه؛ فتحی آشتیانی، علی و سلیمانی، علی‌اکبر (۱۳۹۱). اثربخشی فرزند پروری مثبت بر کاهش استرس فرزندپروری، افزایش بهزیستی روان‌شناختی و تغییر سبک‌های فرزند پروری مادران دارای کودکان کم‌توان ذهنی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، تهران: گروه خانواده درمانی دانشگاه علم و فرهنگ میرزایی تبار، فرزانه؛ ارجمند نیا، علی‌اکبر و افروز، غلامعلی. (۱۳۹۹). تأثیر آموزش برنامه فرزند پروری بر تعامل اجتماعی کودکان آهسته گام. *خانواده و بهداشت*، ۱۰(۳)، ۳۶-۴۸.

Ambrosi, C. C., Evans, S., & Havighurst, S. S. (2025). *Tuning in to Kids Together: Piloting an Emotion- - Focused Coparenting Program*. <https://doi.org/10.1111/famp.70002>

Arakkathara, J. G., & Bance, L. O. (2019). Promotion of Well-being , Resilience and Stress Management (POWER): An intervention program for mothers of children with intellectual disability : A pilot study. *Indian Journal of Positive Psychology*, 10(4), 294-299.

Ashori, M., Norouzi, G., & Jalil-Abkenar, S. S. (2019). The effect of positive parenting program on mental health in mothers of children with intellectual disability. *Journal of Intellectual Disabilities*, 23(3). <https://doi.org/10.1177/1744629518824899>.

Bighton, C., & Wills, J. (2019). How parents describe the positive aspects of parenting their child who has intellectual disabilities: A systematic review and narrative synthesis. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 32(5), 1255-1279. <https://doi.org/10.1111/jar.12617>

Burkhardt, S. C. A., Rösli, P., & Müller, X. (2024). The Tuning in to Kids parenting program delivered online improves emotion socialization and child behavior in a first randomized controlled trial. *Scientific Reports*, 1-15. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-55689-z>

Chan, R. F.-Y., Qiu, C., & Shum, K. K. (2021). Tuning in to Kids®: A Randomized Controlled Trial of an Emotion Coaching Parenting Program for Chinese Parents in Hong Kong. *Developmental Psychology*, 57(11).

Conoley, C. W., & Conoley, J. C. (2009). *Positive psychology and family therapy: Creative techniques and practical tools for guiding change and enhancing growth*. John Wiley & Sons.

Deater-deckard, K. (1998). Parenting Stress and Child Adjustment : Some Old Hypotheses and New Questions. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 5(3), 314-332. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2850.1998.tb00142.x>

- Edrissi, F., Havighurst, S. S., Aghebati, A., Habibi, M., & Arani, A. M. (2019). A Pilot Study of the Tuning in to Kids Parenting Program in Iran for Reducing Preschool Children's Anxiety. *Journal of Child and Family Studies*, 28(6), 1695–1702. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01400-0>
- Gottman, J. M., Katz, L. F., & Hooven, C. (1996). Parental meta-emotion philosophy and the emotional life of families: Theoretical models and preliminary data. *Journal of Family Psychology*, 10(3), 243–268. <https://doi.org/10.1037//0893-3200.10.3.243>
- Gus, L., Rose, J., & Gilbert, L. (2015). Emotion Coaching: A universal strategy for supporting and promoting sustainable emotional and behavioural well-being. *Educational and Child Psychology*, 32(1), 31–41. <https://doi.org/10.53841/bpsecp.2015.32.1.31>
- Havighurst, S. S., Wilson, K. R., Harley, A. E., Prior, M. R., & Kehoe, C. (2010). Tuning in to Kids : improving emotion socialization practices in parents of preschool children – findings from a community trial. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 51(12), 1342–1350. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2010.02303.x>
- Hussin, W. N. T. W., Harun, J., & Shukor, N. A. (2019). Online interaction in social learning environment towards critical thinking skill: A framework. *Journal of Technology and Science Education*, 9(1), 4–12. <https://doi.org/10.3926/jotse.544>
- Hutchings, J., Owen, D. A., & Williams, M. E. (2023). Development and initial evaluation of the COntident Parent INternet Guide program for parents of 3–8 year olds. *Frontiers in Psychology*, 14(July), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1228144>
- Jouali, Y., Jouali, J., & El Aboudi, S. (2024). Strengthening resilience and coping through coaching: the impact of behavioral, cognitive and emotional skills. *Environment and Social Psychology*, 9(8), 1–17. <https://doi.org/10.59429/esp.v9i8.2789>
- Kim, H.-E., & Lee, H.-J. (2016). The Effect of Emotion Coaching Group Counseling Program on Subjective Well-being and Interpersonal Rtions of University Students. *Journal of Digital Convergence*, 14(12), 625–632. <https://doi.org/10.14400/JDC.2016.14.12.625>
- Kleefman, M., Jansen, D. E. M. C., Stewart, R. E., & Reijneveld, S. A. (2014). The effectiveness of Stepping Stones Triple P parenting support in parents of children with borderline to mild intellectual disability and psychosocial problems: A randomized controlled trial. *BMC Medicine*, 12(1). <https://doi.org/10.1186/s12916-014-0191-5>
- Kostulski, M., Breuer, D., & Döpfner, M. (2021). Does parent management training reduce behavioural and emotional problems in children with intellectual disability? A randomised controlled trial. *Research in Developmental Disabilities*, 114, 103958.
- Leijten, P., & Gardner, F. (2022). *Research Review: The most effective parenting program content for disruptive child behavior – a network meta-analysis*. 2, 132–142. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13483>
- Li, G., & Zhu, J. (2024). Childhood trauma and malevolent creativity in Chinese college students: The chain mediation role of positive parenting and resilience. *Journal of Education and E-Learning Research*, 11(3), 622–631. <https://doi.org/10.20448/jeelr.v11i3.5972>
- Mejia, A., Ulph, F., & Calam, R. (2016). *Exploration of Mechanisms behind Changes after Participation in a Parenting Intervention : A Qualitative Study in a Low-Resource Setting*. 181–189.

- Nogueira, S., Catarina, A., Abreu-lima, I., & Teixeira, P. (2022). *Group Triple P Intervention Effects on Children and Parents : A Systematic Review and Meta-Analysis*.
- O'Connor, A., Nolan, A., Bergmeier, H., Hooley, M., Olsson, C., Cann, W., Williams-Smith, J., & Skouteris, H. (2017). Early childhood education and care educators supporting parent-child relationships: a systematic literature review. *Early Years*, 37(4), 400–422. <https://doi.org/10.1080/09575146.2016.1233169>
- Rivera, A. R., Gálvez-Mozo, A., & Tirado-Serrano, F. (2024). The imperative of happiness in positive psychology: Towards a psychopolitics of wellbeing. *New Ideas in Psychology*, 72, 101058.
- Rohacek, A., Baxter, E. L., Sullivan, W. E., Roane, H. S., & Antshel, K. M. (2023). A preliminary evaluation of a brief behavioral parent training for challenging behavior in autism spectrum disorder. *Journal of autism and developmental disorders*, 53(8), 2964-2974. <https://doi.org/10.1007/s10803-022-05493-3>
- Ruane, Ai., & Carr, A. (2019). Systematic Review and Meta-analysis of Stepping Stones Triple P for Parents of Children with Disabilities. *Family Process*, 58(1), 232–246. <https://doi.org/10.1111/famp.12352>
- Sanders, M. R. (2012). *Development , Evaluation , and Multinational Dissemination of the Triple P-Positive Parenting Program. November 2011*. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032511-143104>
- Sanders, M. R., & Mazzucchelli, T. G. (2013). The promotion of self-regulation through parenting interventions. *Clinical child and family psychology review*, 16(1), 1-17.
- Sun, X. (2022). Behavior skills training for family caregivers of people with intellectual or developmental disabilities: a systematic review of literature. *International Journal of Developmental Disabilities*, 68(3), 1–27. <https://doi.org/10.1080/20473869.2020.1793650>
- Tellegen, C. L., & Sanders, M. R. (2013). Stepping Stones Triple P-Positive Parenting Program for children with disability: A systematic review and meta-analysis. *Research in developmental disabilities*, 34(5), 1556-1571.
- Vilaseca, R., Rivero, M., Ferrer, F., & Bersabé, R. M. (2020). Parenting behaviors of mothers and fathers of young children with intellectual disability evaluated in a natural context. *PLoS ONE*, 15(10 October), 1–20. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0240320>
- Wilson, K. R., Havighurst, S. S., & Harley, A. E. (2012). Tuning in to kids: An effectiveness trial of a parenting program targeting emotion socialization of preschoolers. *Journal of Family Psychology*, 26(1), 56–65. <https://doi.org/10.1037/a0026480>
- Wu, Q., Feng, X., Hooper, E. G., Gerhardt, M., Ku, S., & Chan, M. H.-M. (2019). No Title Mother's emotion coaching and preschooler's emotionality: Moderation by maternal parenting stress. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 65. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2019.101066>