



## تعیین اثربخشی بسته‌ی آموزشی سبک فرزندپروری سلیگمن بر تعارضات مادر و دختر

دانشجوی دکتری، گروه مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران  
استادیار گروه روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران  
استادیار گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران

اکرم صادقی دهکردی <sup>ID</sup>

زهرا یوسفی\* <sup>ID</sup>

هاجر ترکان <sup>ID</sup>

z.yousefi@khuisf.ac.ir

ایمیل نویسنده مسئول:

پدیرش: ۱۴۰۱/۰۶/۱۱

دریافت: ۱۴۰۰/۱۲/۲۲

فصلنامه علمی پژوهشی  
خانواده درمانی کاربردی

شاپا (الکترونیکی) ۲۴۳۰-۲۷۱۷  
http://Aftj.ir

دوره ۴ | شماره ۱ | پیاپی ۱۵ | ۶۴۸-۶۳۸  
بهار ۱۴۰۲

نوع مقاله: پژوهشی

به این مقاله به شکل زیر استناد کنید:  
درون متن:

(صادقی دهکردی و همکاران، ۱۴۰۲)

در فهرست منابع:

صادقی دهکردی، اکرم، یوسفی، زهرا، و  
ترکان، هاجر. (۱۴۰۲). تعیین اثربخشی  
بسته‌ی آموزشی سبک فرزندپروری سلیگمن  
بر تعارضات مادر و دختر. *خانواده درمانی  
کاربردی*. ۴(۱)، ۶۴۸-۶۳۸.

### چکیده

**هدف:** هدف این پژوهش بررسی اثربخشی بسته آموزشی سبک فرزندپروری سلیگمن بر کاهش تعارضات مادر-دختر بود. **روش پژوهش:** این پژوهش از نوع آزمایشی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه‌ی آماری کلیه مادران دارای دختر نوجوان دانش‌آموز بود. نمونه شامل ۴۰ مادر دارای نوجوان بود که از طریق روش در دسترس انتخاب شدند و به شکل تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه جایگزین شدند. ابزار پژوهش مقیاس تعارضات مادر و دختر (یوسفی و سبزواری، ۱۳۹۸) بود که کلیه آزمودنی‌ها در پیش‌آزمون و پس‌آزمون پاسخ دادند. در حالیکه مادران گروه کنترل هیچگونه آموزشی دریافت نکردند مادران گروه آزمایش پانزده جلسه شصت دقیقه‌ای آموزش فرزندپروری سلیگمن را دریافت کردند. هر دو گروه قبل و بعد از دریافت آموزش‌ها توسط ابزار پژوهش مورد ارزیابی قرار گرفتند. داده‌های گردآوری شده در دو سطح توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) و استنباطی (تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر و آزمون تعقیبی بونفرونی) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت محاسبات آماری به کمک نرم افزار SPSS<sup>23</sup> انجام شد. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد که آموزش فرزندپروری سلیگمن در کاهش تعارضات مادر-دختر اثر معنادار دارد ( $p < 0/01$ ,  $F = 6/00$ ). همچنین نتایج آزمون تعقیبی بونفرونی نشان داد که در گروه آزمایش بین نمرات مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون اختلاف معناداری وجود دارد ( $p < 0/01$ ) اما بین مراحل پس‌آزمون و پیگیری تفاوت معناداری یافت نشد ( $p < 0/05$ ). همچنین در گروه کنترل تفاوت معناداری در طی مراحل آزمون یافت نشد ( $p < 0/05$ ). **نتیجه‌گیری:** بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که فرزندپروری سلیگمن اثربخشی معناداری بر تعارضات مادر و کودک داشته و این اثرات در مرحله پیگیری نیز پایدار بود.

**کلیدواژه‌ها:** بسته‌ی آموزشی سلیگمن، فرزندپروری، تعارضات مادر و دختر، مادران، دختران

نوجوان

## مقدمه

در چرخه تحول روانی، بین دوره کودکی و بزرگسالی، دوره بسیار مهم نوجوانی قرار دارد. این مرحله انتقالی از ۱۰-۱۲ سالگی آغاز و در حدود ۲۲-۱۸ سالگی تمام می‌شود نوجوانی دوره تغییرات عمیقی است که کودک را از بزرگسال جدا می‌کند و تغییرات قابل ملاحظه‌ای در مفهوم خود صورت می‌گیرد، نوجوانان بحران هویت<sup>۱</sup> را تجربه می‌کنند، مسائل و مشکلات عاطفی آن‌ها افزایش یافته، از نظر هوشی به مرحله‌ی تفکر انتزاعی می‌رسند و ارتباط آن‌ها با گروه‌های همسالان افزایش می‌یابد (ون لیسا و همکاران، ۲۰۱۷). گرایش به سمت همسالان، کم‌تجربه‌گی دست‌یابی به توانمندی‌های جسمانی و روانی و در عین حال میل به استقلال طلبی موجب اختلافات و تعارضاتی بین نوجوان و والدین آنان به خصوص مادران‌شان می‌گردد (سمتانا و همکاران، ۲۰۱۷). در این میان تعارضات مادر و دختران نوجوان ممکن است به رفتارهای پرخطری همچون فرار از خانه، ناسازگاری دختران، مشکلات رفتاری شامل پرخاشگری و درگیری، مشکلات رفتاری در مدرسه و کاهش عملکرد تحصیلی و افسردگی دختران، بزهکاری و کاهش عزت‌نفس دختران منجر شود (کاپتانویچ و همکاران، ۲۰۱۷). تعارضات شدید بین مادر و نوجوان هنگامی پدید می‌آید که تمایل نوجوان برای آزادی و تلاش مادر برای تنظیم رفتار آن‌ها تلاقی داشته باشد (تانگ و همکاران، ۲۰۲۱). تعارضات مادر و دختر به شکل بحث‌های کلامی تکرار شونده و الگوهای تعامل منفی بین دختران و مادران تکرار می‌شود (ژی و همکاران، ۲۰۱۹).

طبیعتاً در این دوران سبک فرزندپروری والدین از جمله مادر می‌تواند بر تولید یا کاهش تعارضات موثر باشد. در همین راستا پژوهش‌ها و نظریه‌های مختلفی در زمینه سبک فرزندپروری شکل گرفته است در سال‌های اخیر سبک فرزندپروری برای پرورش فرزند خوش بین را معرفی کرد وی معتقد است فرزندپروری دارای سه اصل مهم است (سلیگمن، ۲۰۱۰؛ مک‌ایننایر و آیرس-گلسی، ۲۰۲۱). نخستین اصل فرزندپروری، داشتن هیجان مثبت است این هیجان موجب ایجاد و بسط منابع فکری، اجتماعی و جسمی می‌شود که در حکم حساب‌های بانکی است که کودک در ادامه زندگی خود می‌تواند به آن‌ها اتکا کند. دومین اصل فرزندپروری تقویت هیجان مثبت در فرزندان به منظور شروع یک مارپیچ صعودی به سوی رشد است. سومین اصل جدی گرفتن هیجان مثبت کودک به اندازه هیجان منفی و همچنین جدی گرفتن قابلیت‌های کودک به اندازه نقاط ضعفش می‌باشد. لذا خصایص مثبت کودک درست به اندازه خصایص منفی او واقعی و اصیل هستند. کار اصلی والدین خصوصاً مادر باید ایجاد هیجان و خصایص مثبت در کودک به جای تمرکز صرف بر روی رفع هیجان منفی و خاموش‌سازی خصایص منفی باشد. طبق نظریه‌ی فرزند خوش‌بین، بهترین سبک فرزندپروری، پرورش فرزند خوش‌بین است که در آن چند محور اصلی مورد تأکید قرار می‌گیرد، از جمله: آشنایی با انواع مادران کارآمد و ناکارآمد، پرورش مردان و زنان قوی و اجتماع‌دوست، روش‌های غلط و درست فرزندپروری، نحوه انتقاد و سرزنش کودک، منابع بدبینی، آشنایی با خوش‌بینی، سبک‌های علت‌یابی مشکل و نحوه برخورد با مشکلات و شکست‌ها (سلیگمن و چیک‌سنت‌میهایی، ۲۰۱۴). افراد منفی‌نگر و بدبین به احتمال بیشتری در برابر درماندگی

تسلیم می‌شوند و همینطور احتمال بروز افسردگی و بیماری‌های جسمی در این افراد بیشتر از سایرین است اما افراد خوش‌بین و مثبت‌اندیش هرگاه با مشکلات حل‌نشده روبه‌رو می‌شوند در برابر درماندگی مقاومت می‌کنند و تسلیم نمی‌شوند. خوش‌بینی نوجوان او را در برابر همه‌گیری افسردگی و بیماری‌های جسمی ایمنی‌سازی روانی می‌کند و مانع رفتارهای پرخطر در وی می‌شود. والدین خوش‌بین می‌توانند اعتماد، ابتکار عمل، اشتیاق، مهربانی و غرور را به فرزندان‌شان آموزش دهند (سلیگمن، ۲۰۱۰؛ مک‌اینایر و آیرس-گلسی، ۲۰۲۱).

تاکنون پژوهش‌های گوناگونی به اثربخشی سبک‌های فرزند پروری پرداخته‌اند برای مثال پژوهشی نشان داد که از طریق آموزش به روش آدلری تعارضات مادر-دختری را کاهش دهند و به بهبود روابط آنان کمک کنند (یوسفی و سبزواری، ۲۰۱۸). همچنین، پژوهش دیگری نشان داد که آموزش گروهی اصلاح سبک فرزندپروری بر اساس اصلاح طحواره‌های ناسازگار به مادران بر بهبود مشکلات رفتاری موثر است (دانشمند خوراسگانی و یوسفی، ۲۰۱۸). به علاوه، پژوهش‌ها حاکی از اثربخشی آموزش سبک‌های فرزندپروری مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کاهش اختلالات رفتاری فرزندان (یوسفی و همایی، ۲۰۱۸)، اثربخشی آموزش فرزندپروری بر احساس تنهایی (سلیگمن، ۲۰۱۰؛ مک‌اینایر و آیرس-گلسی، ۲۰۲۱)، اثربخشی مهارت‌های فرزندپروری مثبت بر کاهش خشونت و توهین بین والدین و فرزندان (گرینو و همکاران، ۲۰۱۶) و اثربخشی آموزش فرزندپروری را بر بهبود رفتار فرزندان نشان دادند (یوسفی و سبزواری، ۲۰۱۹) اما، پژوهشی به موضوع اثربخشی فرزندپروری سلیگمن بر تعارضات مادران با دختران نوجوان نپرداخته است. امروزه یکی از مشکلاتی که جامعه بشری با آن روبه‌رو است افسردگی است که می‌تواند سنین مختلف را درگیر نماید در این میان خوش‌بینی عامل دفاعی مهم در مقابل افسردگی است (مک‌اینایر و آیرس-گلسی، ۲۰۲۱) بنابراین توجه به خوش‌بینی و پرورش آن در کودکان از همان سال-های اول کودکی به عنوان محور فرزندپروری ضرورتی قابل توجه است به نظر می‌رسد سبک فرزندپروری کودک خوش‌بین سلیگمن از ساز و کارهایی نظیر ویژگی انواع مادران کارآمد و ناکارآمد، پرورش مردان و زنان قوی و اجتماع‌دوست، روش‌های غلط و درست فرزندپروری، نحوه انتقاد و سرزنش فرزند، منابع بدبینی، آشنایی با خوش‌بینی، سبک‌های علت‌یابی مشکل و نحوه برخورد با مشکلات و شکست‌های فرزندان برخوردار است که می‌تواند خوش‌بینی را در مادر و فرزند هردو افزایش داده و ارتباط مادران با دختران نوجوان‌شان را بهبود بخشد و در همین راستا روابط مادران و دختران بهبود یابد. از این رو پژوهش حاضر درصدد پاسخگویی به این سوال بود که آیا آموزش فرزندپروری سلیگمن بر تعارضات مادران با دختران نوجوانان اثر دارد؟

### روش پژوهش

این پژوهش از نوع آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل و مرحله پیگیری بود. جامعه‌ی آماری پژوهش حاضر کلیه مادران دارای دختران نوجوان در حال تحصیل در مدرسه در سال تحصیلی ۹۹-۱۴۰۰ در شهر شهرکرد بود. تنها مادران انتخاب شدند زیرا پدران برای شرکت در دوره زمان لازم را نداشتند؛ نمونه شامل ۴۰ مادر دارای نوجوان دختر مقطع متوسطه بود که به شکل در دسترس انتخاب

شدند به این ترتیب که پس از دریافت مجوزهای لازم از دانشگاه و آموزش پرورش و دریافت مجوز برای ورود به مدرسه، برگزاری دوره آموزشی در مدارس مختلف مقطع متوسطه تبلیغ شد و ۴۵ مادر داوطلب شرکت در دوره پژوهشی شدند که ۴۰ مادر از ملاک‌های ورود و خروج برخوردار بودند. سپس به روش تصادفی ساده، منتخبین در دو گروه ۲۰ نفره کنترل و آزمایش گمارش شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش برای مادران عبارت بودند از: کلیه مادرانی که فرزند نوجوان دختر داشتند، داشتن سواد خواندن و نوشتن، عدم حضور همزمان در دوره‌ی آموزشی دیگر و خواهان همکاری در امر پژوهش، و ملاک‌های خروج عبارت بودند از: داشتن مشکلات روان‌شناختی (که به کمک یک مصاحبه کوتاه و مقدماتی بررسی شد) و ناتوانی برای حضور در تمام ساعات آموزشی در زمان مقرر بود.

### ابزار پژوهش

۱. **مقیاس تعارضات مادر و دختر**<sup>۱</sup>. به منظور اندازه‌گیری تعارضات مادر-دختر از مقیاس ۱۹ ماده‌ای تعارضات مادر-دختر (یار محمدیان و همکاران، ۲۰۱۲) استفاده شد که حاوی دو خرده مقیاس است؛ خرده مقیاس اول ویژه‌ی ادارک تعارضاتی است که دختران با مادران‌شان دارند و خرده مقیاس دوم ادارک مادران از تعارضات‌شان با دختران‌شان را اندازه‌گیری می‌کند. هر دو خرده مقیاس روی یک مقیاس ۵ درجه‌ای از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم نمره‌گذاری می‌شود. نمرات بالاتر تعارض شدیدتر را نشان می‌دهد. همسانی درونی این پرسشنامه از طریق آلفای کرونباخ برای هر دو خرده مقیاس توسط یوسفی و سبزواری (۱۳۹۸) محاسبه شد (برای خرده مقیاس تعارضات مادر-دختر  $\alpha = .76$  و برای خرده مقیاس تعارضات مادر-دختر  $\alpha = .73$  به دست آمده است). پایایی بازآزمایی از طریق همبستگی پیرسون (برای خرده‌مقیاس تعارضات مادر با دختر،  $r = .92$ ،  $P < .001$  و برای خرده‌مقیاس دختر-مادر برای خرده‌مقیاس ادارک تعارضات دختر-مادر،  $r = .86$ ،  $P < .001$ ) به دست آمده است.
۲. **فرزندپروری سلیگمن**. خلاصه آموزش سبک فرزندپروری سلیگمن در جدول (۱) آمده است.

### جدول ۱. خلاصه مداخلات مربوط به سبک فرزند پروری سلیگمن

جلسه	محتوای جلسات
جلسه اول	هدف: آشنا کردن مادران با طرح آموزشی؛ محتوا: بیان هدف دوره، ذهن‌انگیزی، معرفی انواع مادر؛ تکلیف: تفکر در مورد اینکه در کدامیک از قالب‌های مادران قرار می‌گیرید
جلسه دوم	هدف: آشنایی با انواع سبک‌های فرزندپروری؛ محتوا: انواع سبک‌های فرزندپروری و شیوه صحیح فرزندپروری؛ تکلیف: شما بیشتر در کدامیک از سبک‌های فرزندپروری جا می‌گیرید
جلسه سوم	هدف: شناخت مادران کارآمد و مادران ناکارآمد؛ محتوا: ویژگی مادران ناکارآمد، ویژگی مادران کارآمد، ۳ اشتباه مهم مادران؛ تکلیف: نحوه برخورد با شکست‌های کودک‌تان را یادداشت کنید، از نحوه برخورد صحیح استفاده کنید و در مورد این تجربه در گروه صحبت نمایید.
جلسه چهارم	هدف: آشنایی با انواع مادران؛ محتوا: انواع مادران و تاثیر این مادران بر نوجوان؛ تکلیف: بررسی کنید که چگونه با فرزندتان رفتار می‌کنید و تا آنجایی که می‌توانید به روش مادر موثر رفتار کنید و تاثیر آن را در گروه به اشتراک بگذارید

جلسه پنجم	هدف: پرورش مردان و زنان قوی و اجتماع دوست؛ محتوا: مراحل شکل‌گیری مردان و زنان قوی و اجتماع دوست؛ تکلیف: نکات این مراحل را یادداشت کنید و در برخورد با فرزندان از آن‌ها استفاده کنید
جلسه ششم	هدف: آشنایی با روش‌های غلط مادری کردن؛ محتوا: مواردی از اشتباه در مادری کردن و پیامدهای آن، انواع مادری کردن و پیامدهای آن؛ تکلیف: اشتباهات خود را در برخورد با نوجوانان یادداشت کنید
جلسه هفتم	هدف: آشنایی با روش درست مادری کردن؛ محتوا: روشن‌سازی مفهوم پایداری و پیامدهای آن، پیامدهای درست مادری کردن؛ تکلیف: بررسی کنید دچار درماندگی شدید و آن را در گروه به اشتراک بگذارید
جلسه هشتم	هدف: آشنایی با خوش‌بینی و سبک‌های علت‌یابی مشکل؛ محتوا: روشن‌سازی مفهوم خوش‌بینی، انواع سبک‌های علت‌یابی و تفاوت سبک‌های علت‌یابی مادران خوش‌بین و بدبین؛ تکلیف: سبک‌های علت‌یابی مشکل خود را یادداشت کنید تا مشخص شود بیشتر بدبینانه رفتار می‌کنید یا خوش‌بینانه
جلسه نهم	هدف: آموزش راه‌های درست سرزنش؛ محتوا: سرزنش رفتار به جای سرزنش شخصیت؛ تکلیف: هرگاه کودک خود را مورد سرزنش قرار دادید توجه داشته باشید تا رفتار اشتباه را سرزنش کنید نه شخصیت نوجوان‌تان را
جلسه دهم	هدف: آموزش نحوه‌ی درست انتقاد از فرزند؛ محتوا: روش درست انتقاد از فرزند؛ تکلیف: جدولی درست کنید و نحوه‌ی انتقاد از نوجوان‌تان را یادداشت کنید، هرگاه از روش صحیح استفاده کردید تیک سبز و هرگاه از روش غلط استفاده کردید ضربدر قرمز بگذارید
جلسه یازدهم	هدف: آشنایی با عواملی که در عملکرد مادر اختلال وارد می‌کند؛ محتوا: عوامل محل در عملکرد مادر؛ تکلیف: مقیاس درجه افسردگی را پاسخ دهید
جلسه دوازدهم	هدف: منابع ایجاد بدبینی در کودک؛ محتوا: منابع ایجاد بدبینی در کودک و مقابله با آن؛ تکلیف: اقدامات لازم برای تغییر بدبینی در کودک‌تان را شروع کنید و اقدامات خود را یادداشت کنید و یا تیک سبز موفقیت خود را ثبت کنید
جلسه سیزدهم	هدف: شناسایی فرزندانداز معرض خطر و آموزش به آن‌ها؛ محتوا: آموزش خوش‌بینی به فرزندانداز معرض خطر؛ تکلیف: با توجه به اینکه کودک شما در کدام دسته قرار دارد مهارت مورد نیاز او را تقویت کنید
جلسه چهاردهم	هدف: جمع‌بندی جلسات و حل مشکل احتمالی؛ محتوا: جمع‌بندی آموزش‌ها و بررسی مشکلات مادران (پاسخ به هر گونه سوال یا ابهام)
جلسه پانزدهم	هدف: جمع‌بندی و پایان جلسات؛ محتوا: پاسخگویی به سوالات و اجرای پس‌آزمون

**شیوه اجرا.** پس از گمارش مادران در گروه‌های پژوهشی، هر دو گروه در معرض پیش‌آزمون تعارضات مادر و دختر قرار گرفتند و سپس در حالیکه گروه گواه در لیست انتظار بود گروه آزمایش پانزده جلسه آموزش شصت دقیقه‌ای را هفته‌ای یکبار بعد از ظهر در فضای مدرسه دریافت کردند و در پایان هر دو گروه توسط مقیاس تعارضات مادر- دختر ارزیابی شدند. به منظور رعایت اخلاق پژوهش، ضمن توضیح اهداف پژوهش برای آزمودنی‌ها به آنان گفته شد که اسامی آنان محرمانه می‌ماند و داده‌ها برای تحلیل گروهی استفاده می‌گردد نه فردی، همچنین به گروه کنترل گفته شد پس از آموزش‌ها آنان نیز در صورت تمایل آموزش‌ها را دریافت خواهند کرد. پس از اجرای آموزش‌ها، داده در دو سطح توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) و استنباطی (تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر و آزمون تعقیبی بونفرونی) تحلیل شدند محاسبات آماری به کمک نرم افزار SPSS انجام شد.

### یافته‌ها

نمونه آماری شامل ۴۰ مادر دارای دختر نوجوان بود با میانگین (انحراف معیار)  $(41/13 \pm 4/69)$  سال که در بازه سنی ۳۷ تا ۴۷ قرار داشتند. در هر دو گروه بیشتر مادران در دامنه سنی ۳۸ تا ۴۵ بودند. همه آنها در حال زندگی مشترک با همسران‌شان بودند و هیچ یک در مرحله طلاق و متارکه و همگی تحصیلات بالاتر از دیپلم داشتند. از نظر شغلی ۱۲ نفر این مادران شاغل بودند و مابقی خانه‌دار و یا مشغول مشغول خانگی بودند. در جدول ۲ آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار) ابعاد تعارض مادر و دختر در دو گروه آزمایش و کنترل، در مراحل پیش آزمون و پس آزمون، آمده است.

جدول ۲. شاخصه‌های توصیفی نمرات تعارض مادر و دختر برای گروه‌های آزمایش و کنترل ( $n=40$ )

متغیر	شاخص‌های آماری	پیش آزمون		پس آزمون		پیگیری
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	
تعارض مادر و دختر	فرزندپروری سلیگمن	۵۴/۳۳	۲/۱۹	۴۸/۸۰	۲/۵۴	۴۹/۹۲
	کنترل	۵۳/۶۶	۳/۰۳	۵۳/۱۳	۳/۱۵	۵۳/۴۰

اطلاعات جدول ۲ حاکی از کاهش نمره تعارض مادر و دختر در مرحله پس‌آزمون در گروه آزمایش (آموزش فرزندپروری سلیگمن) در مقایسه با گروه کنترل بود. به منظور بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها از آزمون کولموگروف اسمیرنوف و برای بررسی پیشفرض تساوی واریانس‌های دو گروه در جامعه از آزمون لوین استفاده شد و نتایج حاصله در جدول ۳ قابل مشاهده است.

جدول ۳. نتایج آزمون توزیع طبیعی نمره‌ها و آزمون همگنی واریانس‌ها

متغیر	گروه	کولموگروف اسمیرنوف		آزمون لوین	
		درجه آزادی	سطح معنی داری	درجه آزادی	سطح معنی داری
تعارض مادر و دختر	آموزش سلیگمن	۲	۰/۱۳	۲	۱/۸۹
	کنترل	۲	۰/۰۹	۲	۰/۲۲

نتایج جدول ۳، نشان می‌دهد آزمون کولموگروف اسمیرنوف حاکی از برقراری شرط توزیع طبیعی نمره‌هاست. همچنین، چون سطح معنی‌داری آزمون لوین در متغیرهای مورد بررسی بزرگ‌تر از ۰/۰۵ است پس فرض صفر (شرط برابری واریانس‌ها) در این متغیرها تأیید می‌شود؛ بنابراین با ۹۵٪ اطمینان می‌توان نتیجه گرفت که بین واریانس متغیرهای مورد مطالعه تفاوت معنی‌داری وجود ندارد. جدول ۴ نتایج تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر را نشان می‌دهد.

## جدول ۴. نتایج آزمون تجزیه و تحلیل واریانس نمرات تعارض مادر و دختر

نوع آزمون	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری	اندازه اثر
سبک فرزندپروری سلیگمن	آزمون (تکرار اندازه گیری)	۹۸/۰۶	۱/۳۳	۷۳/۴۲	۱۳/۰۴	۰/۰۰۱	۰/۲۵
	تعامل آزمون* گروه	۱۸/۲۰	۱/۳۳	۱۳/۶۲	۲/۴۲	۰/۰۴۷	۰/۰۶
بین گروهی	گروه (متغیر آزمایشی)	۱۳۸/۶۷	۱	۱۳۸/۶۷	۶/۰۰	۰/۰۱۹	۰/۱۳

نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد که بین گروه آزمایش و گواه تغییر معناداری در میانگین نمره‌ی تعارض مادر-دختر وجود آمده است. اندازه اثر نیز نشان می‌دهد که ۱۳٪ از تغییرات تعارض مادر-دختر در گروه آزمایش برنامه آموزشی سبک فرزندپروری سلیگمن مربوط به مداخله آموزشی بوده است.

## جدول ۵. نتایج آزمونی تعقیبی بنفرونی

متغیر	گروه	مراحل	اختلاف میانگین	خطای معیار	معناداری
تعارض مادر و دختر	آزمایش	پیش آزمون - پس آزمون	۶/۳۹	۰/۷۸	۰/۰۰۱
	کنترل	پیش آزمون - پس آزمون	۰/۱۴	۰/۹۱	۱/۰۰
	کنترل	پیش آزمون - پس آزمون	۰/۳۴	۰/۸۰	۱/۰۰
	کنترل	پیش آزمون - پس آزمون	۰/۲۶	۰/۸۹	۱/۰۰

بر اساس مندرجات جدول فوق، نتایج آزمون تعقیبی بنفرونی نشان داد که در گروه آزمایش بین نمرات مراحل پیش آزمون و پس آزمون اختلاف معناداری وجود دارد ( $p < 0/01$ ) اما بین مراحل پس آزمون و پیگیری تفاوت معناداری یافت نشد ( $p < 0/05$ ). همچنین در گروه کنترل تفاوت معناداری در طی مراحل آزمون یافت نشد ( $p < 0/05$ ). بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که فرزندپروری سلیگمن اثربخشی معناداری بر تعارض مادر و کودک داشته و این اثرات در مرحله پیگیری نیز پایدار بود.

## بحث و نتیجه گیری

هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی بسته آموزشی-تربیتی فرزندپروری سلیگمن بر تعارض مادر و دختر بود. نتایج پژوهش حاضر نشان داد که آموزش فرزندپروری سلیگمن بر ابعاد تعارض مادر و دختر موثر بود.

گرچه پژوهشی به اثربخشی روش فرزندپروری سلیگمن بر تعارضات مادر-دختر نوجوان نپرداخته است که بتوان همسویی یا ناهمسویی آن را با سایر یافته‌های پژوهشی بررسی کرد اما این نتایج به لحاظ اثربخشی این روش با سایر یافته‌ها (یوسفی و سبزواری، ۲۰۱۹؛ یار محمدیان و همکاران، ۲۰۱۲) که اثربخشی سایر روش‌ها را بر روابط مادران و نوجوان نشان داده‌اند همسو است. نتایج حاکی از اثربخشی آموزش فرزندپروری سلیگمن بر ابعاد تعارضات مادران و دختران بود در تبیین این یافته می‌توان گفت آموزش-هایی که بتواند پذیرش دوران نوجوانی و مدیریت آن را برای مادران آسان‌تر سازد می‌تواند بر کاهش تعارضات و بهبود روابط موثر باشد (برانجی، ۲۰۰۸) بنابراین به نظر می‌رسد علت اثربخشی این روش را می‌توان بر سازوکارهای حاکم بر این روش دانست که عبارتند از آشنایی با انواع روش‌های کارآمد و ناکارآمد مادری کردن و پیامدهای آن بر رفتار نوجوان، چگونگی روبه رویی با شکست‌های نوجوان و چگونگی سرزنش و انتقاد؛ برای مثال واقعیت شکست را انکار نکنند به جای آن با ناراحتی نوجوان بخاطر شکست همدلی کنند، نوجوان را هدایت کنند تا شکست‌های خود را به گونه‌ای خوش‌بینانه و درست توصیف کند، پشتکار و حل مسئله فعالانه را به نوجوان آموزش دهند و این که در مواقع شکست یا عدم موفقیت به عقب برگردند و از نو تلاش کنند.

زمانی که می‌خواهند نوجوان را سرزنش کنند این نکته را در نظر بگیرند که به جای سرزنش شخصیت دخترشان به طور کلی، رفتار اشتباه را بشناسند و آن را سرزنش کنند چرا که سرزنش بیش از اندازه ایجاد کننده شرمساری و احساس گناه است و عدم سرزنش احساس مسئولیت نوجوان را خدشه‌دار می‌کند و تغییر رفتار را ضعیف می‌نماید. انتقاد باید تا جایی که واقعیت اجازه می‌دهد در قالب سبک خوش‌بینانه ارائه گردد، و به هنگام وقوع مشکل، علل تغییرپذیر و خاص در مسئله مورد توجه قرار گیرد، تا نوجوان خوش‌بینی را بیاموزد. همچنین مادران آموختند از تجربه احساسات بد در خودشان یا فرزندشان اجتناب نکنند چرا که با این وجود که تمام احساسات بد ناگزیر با درد همراه هستند، اما نتیجه خوبی در پی دارند، آن‌ها باعث می‌شوند مادر بهتری باشند. در کل احساس بد نسبت به یک موضوع باعث می‌شود، در صدد برآیند که بالاترین حد مهارت‌های‌شان را برای آن موقعیت استفاده کنند. این یافته همسو با پژوهش دیگر (بهادری خسروشاهی، ۲۰۱۷) نشان داد بهبود خودکارآمدی والدینی می‌تواند تعاملات آنان را با فرزندان-شان بهبود بخشد. به این ترتیب مادران، از طریق یادگیری فنون آموزش فرزندپروری مبتنی بر نظریه‌ی کودک خوش‌بین سلیگمن توانستند با افزایش دانش، مهارت، اعتماد بنفس و احساس خودکارآمدی و خوش‌بینی از مشکلات شدید رفتاری، احساسی و بد رفتاری با نوجوان جلوگیری کنند و در نتیجه تعارضات آنان با دخترانشان کاهش یافته است. به طور کلی، این پژوهش نشان داد که سبک فرزندپروری سلیگمن می‌تواند روش مناسبی برای کاهش تعارضات مادر-دختر باشد زیرا این روش حاوی دانش و فنونی است که موجب افزایش خلق مادر شده و خودکارآمدی او را در فرزندپروری افزایش می‌دهد همچنین به نوجوانی نگرشی می‌دهد که او نیز افزایش خلق و مسئولیت‌پذیری را نشان داده و در نتیجه ارتباطات بهبود می‌یابد.

این پژوهش همچون سایر پژوهش‌ها محدودیت‌هایی داشت از جمله اینکه انتخاب آزمودنی‌ها به شکل دسترس بود، تنها مادران در این پژوهش وارد شدند و پدران به عنوان شرکت کننده نبودند، جامعه آماری مادران شهر شهرکرد بودند و در تعمیم یافته‌ها به پدران و سایر گروه‌ها باید جانب احتیاط را رعایت کرد.



### موازن اخلاقی

در این پژوهش موازن اخلاقی شامل اخذ رضایت آگاهانه، تضمین حریم خصوصی و رازداری رعایت شد. با توجه به شرایط و زمان تکمیل پرسشنامه‌ها ضمن تأکید به تکمیل تمامی سؤال‌ها، شرکت‌کنندگان در مورد خروج از پژوهش مختار بودند. پس از اتمام پژوهش گروه گواه نیز تحت مداخله قرار گرفتند.

### سپاسگزاری

این مقاله بر گرفته از پایان‌نامه برای دریافت درجه دکتری نویسنده اول است که با کد ۱۶۲۲۹۳۹۳۱ در سامانه پژوهشی دانشگاه ثبت و دارای کد اخلاق با شماره IR.IAU.KHUISF.REC.1400 است. بدینوسیله از کلیه کسانی که ما را در انجام پژوهش یاری کردند سپاسگزاریم. این پژوهش هیچ‌گونه حمایت مالی نداشته است و مستخرج از پایان‌نامه دکتری دانشگاه آزاد اصفهان (خوراسگان) می‌باشد.

### مشارکت نویسندگان

پژوهش حاضر حاصل اقتباس از طرح پژوهشی نویسنده اول بود. نویسنده این پژوهش در طراحی، مفهوم‌سازی، روش‌شناسی، گردآوری داده‌ها، تحلیل آماری داده‌ها، پیش‌نویس، ویراستاری و نهایی سازی نقش داشت.

### تعارض منافع

بنا بر اظهار نویسندگان، این مقاله حامی مالی و تعارض منافع ندارد.

### References

- Van Lissa, C. J., Hawk, S. T., & Meeus, W. H. (2017). The effects of affective and cognitive empathy on adolescents' behavior and outcomes in conflicts with mothers. *Journal of Experimental Child Psychology*, 158, 32-45. doi: 10.1016/j.jecp.2016.11.012
- Smetana, J. G., Yau, J., Restrepo, A., & Braeges, J. L. (2017). Conflict and adaptation in adolescence: Adolescent-parent conflict. In *Adolescent Stress* (pp. 43-66). Routledge.
- Kapetanovic, S., Bohlin, M., Skoog, T., & Gerdner, A. (2017). Structural relations between sources of parental knowledge, feelings of being overly controlled and risk behaviors in early adolescence. *Journal of Family Studies*, 23(3), 1-16. doi: 10.1080/13229400.2016.1247649
- Tang, S., Xiang, M., Cheung, T., & Xiang, Y. T. (2021). Mental health and its correlates among children and adolescents during COVID-19 school closure: The importance of parent-child discussion. *Journal of Affective Disorders*, 279, 353-360. doi: 10.1016/j.jad.2020.10.070
- Xie, X., Chen, W., Zhu, X., & He, D. (2019). Parents' phubbing increases Adolescents' Mobile phone addiction: Roles of parent-child attachment, deviant peers, and gender. *Children and Youth Services Review*, 105, 104426. doi: 10.1016/j.chilyouth.2019.104426
- Seligman, M. (2010). Flourish: Positive psychology and positive interventions. *The Tanner lectures on human values*, 31(4), 1-56.

- MacIntyre, P. D., & Ayers-Glassey, S. (2021). Positive Psychology. In *The Routledge Handbook of the Psychology of Language Learning and Teaching* (pp. 61-73). Routledge.
- Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M. (2014). Positive psychology: An introduction. In *Flow and the foundations of positive psychology* (pp. 279-298). Springer, Dordrecht.
- Yousefi, Z., & Sabzevari, S. (2019). The Effectiveness of Adlerian Training on Improvement of Mother-daughter Relations and its Dimension in Vocational School Girls. *J Jiroft Univ Med Sci*, 5(2), 15-2. [In Persian]
- Daneshmand Khorasgani, M., & Yousefi, Z. (2018). The Effectiveness of Group Training of the Reforming Parenting Styles Based on Mothers, Maladjustment Schemas on Improving Behavioral Problems among Preschool Children in Isfahan City. *Knowledge & Research in Applied Psychology*, 19(4), 1-12. [In Persian]
- Yousefi, Z., & Homaie, F. (2018). The Effectiveness of Mood Improvement Training based on Acceptance and Commitment on Reducing Depression and Improving Mothers' Parenting Styles in Zarinshahr. *J Jiroft Univ Med Sci*, 4(2), 236-248. [In Persian]
- Mansoorian, M. R., Khosravan, S., Tavakolizadeh, J., Sajjadi, M., & Rivandi, Y. (2015). Effect of Teaching Parenting Styles to Parents on Adolescents Feeling of Loneliness. *Horizon Med Sci*, 21(4), 109-115. [In Persian]
- Knerr, W., Gardner, F., & Cluver, L. (2013). Improving positive parenting skills and reducing harsh and abusive parenting in low-and middle-income countries: A systematic review. *Prevention Science*, 14(4), 352-363. doi: 10.1007/s11121-012-0314-1
- Greeno, E. J., Lee, B. R., Uretsky, M. C., Moore, J. E., Barth, R. P., & Shaw, T. V. (2016). Effects of a foster parent training intervention on child behavior, caregiver stress, and parenting style. *Journal of Child and Family Studies*, 25(6), 1991-2000. doi: 10.1007/s10826-016-0406-6
- Yousefi, Z., & Sabzevari, S. (2019). The Effectiveness of Adlerian Training on Improvement of Mother-daughter Relations and its Dimension in Vocational School Girls. *J Jiroft Univ Med Sci*, 5(2), 15-2. [In Persian]
- Yar Mohammadian, A., Ghaderi, Z., & Chavoshi Far, N. (2012). The effectiveness of parental skills training on preschool's children behavior problems for 4-6 years old. *Psychological Methods and Models*, 2(6), 17-32. [In Persian]
- Branje, S. J. (2008). Conflict management in mother-daughter interactions in early adolescence. *Behaviour*, 162(11), 1627-1651. doi: 10.1163/156853908786131044
- Bahadori Khosro Shahi, J. (2017). Communication Parental Self-Efficacy and Self Forgiveness with Mother-Child Interaction in Mothers of Children with Mental Retardation. *Empowering Exceptional Children*, 8(2), 26-36. [In Persian]

## Determining the effectiveness of Seligman's parenting style education package on mother-daughter conflicts

Akram. Sadeghi Dehkordi<sup>1</sup>, Zahra. Yousefi<sup>2\*</sup> & Hajar. Torkan<sup>3</sup>

### Abstract

**Aim:** The aim of this study was to investigate the effectiveness of the Seligman parenting style training package in reducing mother-daughter conflicts. **Method:** This study had a pretest-posttest quasi-experimental design with a control group. The statistical population included all mothers with adolescent daughters. The sample consisted of 40 mothers with adolescent daughters who were selected by convenience sampling and randomly assigned to the experimental and control groups. The research tool was the Mother-Daughter Conflict Scale (Yousefi & Sabzevari, 2019), which all participants completed in the pretest and posttest. While the control group received no training, the experimental group received fifteen 60-minute sessions of Seligman parenting style training. Both groups were evaluated before and after the training using the research tool. The collected data were analyzed at descriptive (mean and standard deviation) and inferential (analysis of variance with repeated measurements and Bonferroni post-hoc test) levels using SPSS23 software. **Results:** The results showed that Seligman parenting style training had a significant effect on reducing mother-daughter conflicts ( $F=6.00$ ,  $p<0.01$ ). The Bonferroni post-hoc test also showed a significant difference between the pretest and posttest scores in the experimental group ( $p<0.01$ ), but no significant difference was found between the posttest and follow-up stages ( $p>0.05$ ). In addition, no significant difference was found in the control group during the test stages ( $p>0.05$ ). **Conclusion:** Therefore, it can be concluded that Seligman parenting style training has a significant effectiveness in reducing mother-child conflicts, and these effects are also stable in the follow-up stage.

**Keywords:** *Seligman's parenting style, mother-daughter conflict, mothers, adolescence girls.*

1. PhD Student in Counseling, Faculty of Educational Sciences, Islamic Azad University, Isfahan Branch (Khorasgan), Isfahan, Iran

2. **\*Corresponding author:** Assistant Professor, Department of Psychology, Isfahan Islamic Azad University (Khorasgan), Isfahan, Iran

Email: z.yousefi@khuisf.ac.ir

3. Assistant professor, clinical psychology group, education and psychology department, Islamic Azad university, Isfahan (khorasgan) branch, Isfahan, Iran