

اثربخشی آموزش فراهیجانی والد محور بر کاهش پرخاشگری و رفتارهای مخل کودکان پیش دبستانی

زهرا محمدزاده^۱، ملوک خادمی اشکذری^۲، خدیجه ابوالمعالی الحسینی^۳

مقاله پژوهشی

چکیده

مقدمه: پژوهش حاضر، با هدف اثربخشی آموزش فراهیجانی والد محور بر کاهش پرخاشگری و رفتارهای مخل کودکان پیش دبستانی انجام شد.

روش پژوهش: پژوهش از نوع کاربردی و روش نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون-پس آزمون با پیگیری ۲ ماه با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش کودکان دختر پیش دبستانی شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ بود. با روش نمونه گیری هدفمند و به صورت تصادفی از بین آنها، با استفاده از جدول کوهن ۰۳ کودک دختر دارای رفتارهای مخل و پرخاشگری به همراه والدینشان انتخاب شدند. والدین در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) جایدهی شدند. والدین کودکان گروه آزمایش ۷ جلسه تحت آموزش فراهیجانی قرار گرفتند و گروه کنترل مداخله ای دریافت نکرد. برای جمع آوری داده ها از پرسشنامه مشکلات رفتاری راتر فرم والدین (۱۹۷۵) و مقیاس پرخاشگری کودکان پیش دبستانی (۲۰۰۸) استفاده شد. داده ها با استفاده از آزمون تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر و نرم افزار SPSS19 پردازش شدند.

یافته‌ها: نتایج نشان دهنده این بود که آموزش فراهیجانی والد محور به عنوان یک مداخله در کاهش پرخاشگری و رفتارهای مخل کودکان موثر است

بحث و نتیجه گیری: در آموزش فراهیجانی والد محور از طریق کمک به والدین برای اهمیت دادن به احساسات و هیجانات کودک و اتخاذ دیدگاه پذیرا نسبت به آن، بهبود توانایی کودک در ابراز هیجانات خود و در نتیجه کاهش احتمال بروز رفتار پرخاشگرانه و مخل در وی تسهیل شد.

^۱ دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی- واحد علوم و تحقیقات. تهران، ایران

^۲ دانشیار گروه روانشناسی تربیتی دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه الزهرا (س)، تهران، ایران
mkhademi@alzahra.ac.ir

^۳ دانشیار گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی- واحد تهران شمال. تهران، ایران

۱۶ فصل نامه سلامت و آموزش در اوان کودکی؛ سال سوم، شماره دوم، شماره پیاپی (۸)، تابستان ۱۴۰۱

کلید واژه‌ها: آموزش فراهیجانی والد محور، پرخاشگری، رفتارهای مخل، کودکان پیش دبستانی
تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۴/۰۷ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۵/۲۸

دوران پیش دبستانی سالهای مناسبی برای تشخیص مشکلات کودکان، مداخله بهنگام و پیش گیری از مشکلات عاطفی، اجتماعی و تحصیلی آینده آنان است. مداخله بهنگام و تغییر رفتارهای ناسازگار کودک در این دوره حساس، موجب افزایش مهارتهای اجتماعی و محبوبیت نزد همسالان و بزرگسالان شده و کودک را برای پذیرش مسئولیتهای تحصیل دبستانی آماده میسازد. (چراغی، بیدقی، اکبری دهکردی، ۲۰۱۶). رفتارهای مخل و پرخاشگری آیزاز جمله مشکلات روانشناختی رایج در این دوران می باشد؛ که می تواند هم برای کودک و هم افراد دیگر همچون والدین و مربیان وی دارای پیامدهای بسیاری باشد و در نهایت ارتباط کودک با آنها را به گونه ای منفی تحت تاثیر قرار دهد (گاو، پا سکو و پویی، ۲۰۱۵). منظور از رفتارهای مخل کودکان رفتارهایی مثل نافرمانی مقابله ای، اعتراضات کلامی، سرسختی، قهر، خشم، پرخاشگری و یا تخریب اموال خود یا دیگران، است که میتواند بخشی از رشد طبیعی دوران کودکی را تشکیل دهند و در افرادی که به طور بهنجار رشد می کنند نیز ممکن است روی دهند (راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی، ۲۰۱۳ ترجمه ی سیدمحمدی ۲۰۱۴). رفتارهای مخل دوران کودکی میتوانند آثار زبان باری برای کودک و والدین او به همراه داشته باشند. کودکانی که سطوح بالایی از رفتارهای مخل را به نمایش میگذارند در خطر افزایش مشکلات رفتاری مداوم قرار میگیرند اغلب کودکان و نوجوانان با مشکلات رفتاری، احساسات منفی دارند و با دیگران بدر رفتاری می کنند و در بیشتر موارد، معلمان و همکلاسی ها، آنان را طرد می کنند و در نتیجه فرصت های آموزشی آنان، کاهش می یابد (مانسینی و مانسینی، ۲۰۱۴) از سوی دیگر، پرخاشگری نیز به عنوان رفتاری شناخته می شود که احتمالاً منجر به آسیب به یک شخص یا یک شی می گردد. رفتار پرخاشگرانه دوران کودکی می تواند به عنوان یک عامل پیش بینی کننده برای بزهکاری، سوء مصرف مواد، افسردگی و افت تحصیلی باشد (هاوز و همکاران، ۲۰۲۱۵). در همین راستا، پژوهش ها نشان داده اند که پذیرش والدینی می تواند یکی از عوامل تأثیرگذار بر کاهش رفتارهای مخل و پرخاشگری کودکان باشد چرا که، روابط درون خانواده علاوه بر اهمیتی که در تحول روانی اجتماعی کودکان دارد، در پیشگیری از مشکلات رفتاری کودکان نیز نقش بسزایی ایفا میکند؛ روابط کودک و والدین و سایر اعضای خانواده، چون شبکه و نظامی در هم پیچیده است که افراد آن در کنش متقابل با یکدیگرند. بنابراین پاسخ مناسب والدین به رفتارهای کودک، میتواند عامل مهمی در ایجاد و تداوم رفتارهای مثبت کودکان باشد. در آموزش رفتاری والدین فرض بر این است که رفتار کودک (اعم از رفتارهای بهنجار یا نابهنجار) با اطرافیان به ویژه با

∇Disruptive behaviors

∇Aggression

∇Gao Z., &colleague

∇Mancini A., & Mancini.F

∇Hawes S. W., & colleague

والدینش، رابطه دارد. (امان اللهی، شادفر، اصلانی، ۲۰۱۸) بنابراین اگر بخواهیم رفتار کودک عوض شود باید رفتار اطرافیان کودک را عوض کنیم. در واقع میتوان گفت عدم نظارت و عدم حساسیت والدین در دوران کودکی با ایجاد مشکلات رفتاری در دوران بعدی زندگی بچه‌ها ارتباط دارد (ترابیان، ۲۰۱۷) بنابراین، یکی از عناصری که در خانواده ممکن است مشکلات کودک با رفتارهای مخمل و پرخاشگری را تشدید نماید، مسئله فراهیجان در اعضای خانواده است. این سازه هیجان‌هایی را در بر می‌گیرد که در پاسخ به هیجان‌های دیگر رخ می‌دهند مثل احساس شرم درباره خشم یا احساس خشم درباره اضطراب (بیلن، وو و تامپسون، ۲۰۱۹) به نقل از اعلم الهدی و زینالی، ۲۰۲۱) همچنین تمرکز فراهیجان بر هدایتگری والدین و ابزارهایی است که آنها استفاده می‌کنند تا به فرزند خود برای ابراز در ست هیجان‌ها کمک کنند (دامیکو و گراسی، ۲۰۲۳). استیت و ترنر (۲۰۱۹) بر نقش والدین در شکل‌گیری هیجان‌ها و تاثیر آگاهی بخشی و هدایت والدین در موقعیت‌های هیجانی فرزندان تاکید می‌کنند و معتقدند فرزندان با دریافت آموزش‌هایی در حیطه هیجان‌ها از سوی والدین، در مواجهه با موانع و استرس‌های بیرونی احساس شایستگی بیشتری می‌نمایند. نجاتی فر، عابدی و قمرانی (۲۰۲۰) در پژوهشی با هدف بررسی اثربخشی مداخله والد محور مبتنی بر فلسفه فراهیجان گاتمن بر تنظیم شناختی هیجان کودکان با مشکلات رفتاری برونی شده پرداختند و نتایج این امر نشان از تاثیر مثبت مداخله والد محور بر متغیرهای تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، ارزیابی مجدد مثبت، دیدگاه‌پذیری، ملامت خویش، پذیرش، نشخوارگری، تمرکز مجدد مثبت، فاجعه‌سازی و ملامت دیگران بود. مرکنت، بیلر و تومپانسون (۲۰۱۹) در مطالعه خود نشان داد که مربیگری هیجان والدین مبتنی بر تئوری‌های فلسفه فراهیجان روشی مؤثر برای کمک به افزایش توانایی کودکان برای تنظیم هیجانی و بهبود سبک دلبستگی و مهارت اجتماعی، عاطفی و شناختی آنها است. کوهدهس، چن و لیبرمان (۲۰۱۹) در بررسی خود نشان دادند که آموزش فلسفه فراهیجان شامل آگاهی، پذیرش و مربیگری عواطف کودکان به مادران در کاهش مشکلات رفتاری کودک اعم از رفتارهای درونی و بیرونی، علائم افسردگی، اضطراب و استرس پس از سانحه مؤثر است. مختاری مصیبی، درتاج، دلاور و حاجی‌علیزاده (۲۰۲۱) پژوهشی با هدف اثربخشی درمان مبتنی بر تعامل والد-کودک بر تنظیم هیجان دختران پایه پنجم ابتدایی دارای اضطراب انجام دادند نتایج حاکی از تاثیر معنادار یک دوره درمان مبتنی بر تعامل والد کودک بر تنظیم هیجان دانش‌آموزان دختر در مراحل پس‌آزمون و پیگیری بود. پارسایی (۲۰۱۰) در پژوهشی به بررسی رابطه سبک‌های فراهیجانی والدین با خودکارآمدی و هوش عاطفی دانش‌آموزان دبیرستانی پرداخته است. نتایج نشان داد که خودکارآمدی و هوش عاطفی نوجوانان تحت تاثیر

Meta-emotion

¶Bilen, N. H., & colleague

¶D'Amico, A., & Geraci A.

¶Stets J E, & Turner J. H

¶Merchant, E. K., & colleague

¶Cohodes, E., & colleague

سبک های فراهیجانی والدین متفاوت است. امان الاهی و همکاران (۲۰۱۸) در پژوهش خود نشان دادند که رابطه درمانی والد-کودک منجر به افزایش پذیرش والدینی مادران و کاهش رفتارهای مخل در دانش آموزان مقطع ابتدایی می گردد. بنابراین با توجه به اهمیت و ضرورت نقش موثر خانواده و رابطه والد-فرزند در ایجاد و یا رفع و درمان اختلالات و مشکلات رفتاری و هیجانی کودکان؛ انتظار می رود که از طریق مداخلات خانواده محور و بهبود رابطه والد- فرزند، بتوان نسبت به درمان مؤثر پرخاشگری و رفتارهای مخل در کودکان اقدام نمود. از سوی دیگر مطالعه متغیر فراهیجانی در زمینه تعامل کودک و والد در دوره اوان کودکی با محدودیت پژوهش روبروست و بیشتر پژوهش ها در زمینه روابط زوجین و مقاطع سنی بالاتر مورد توجه و برر سی قرار گرفته است. لذا هدف پژوهش حاضر برر سی اثر بخشی آموزش فراهیجانی والد محور بر کاهش پرخاشگری و رفتارهای مخل کودکان پیش دبستانی است.

روش پژوهش

پژوهش حاضر از نوع نیمه آزمایشی و با طرح پیش آزمون-پس آزمون با پیگیری گروه آزمایش و گواه بود. آزمودنی ها، شامل کودکان دختر پیش دبستانی بود که در مراکز پیش دبستانی شهر تهران در سال ۱۴۰۱-۱۴۰۰ حضور داشتند. برای نمونه گیری، از بین این کودکان پس از غربالگری، یک مرکز پیش دبستانی انتخاب و بر اساس ملاک های ورود و اجرای پیش آزمون از سوی والدین، برابری میانگین ها و همتا کردن آزمودنی ها، بر اساس جدول کوهن ۳۰ کودک در گروه سنی ۴-۶ ساله به همراه والدین آنها؛ با روش نمونه گیری هدفمند انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه کنترل و آزمایش گمارده شدند. هر کدام از گروه ها به تفکیک شامل ۱۵ نفر بود. والدین (مادران) گروه آزمایش ۷ جلسه تحت آموزش فراهیجانی والد محور قرار گرفتند و گروه کنترل هیچ گونه مداخله ای دریافت نکرد.

در پژوهش حاضر، از دو پرسشنامه مشکلات رفتاری راتر فرم والدین (۱۹۷۵) و مقیاس پرخاشگری کودکان پیش دبستانی (۲۰۰۸) استفاده شد. پرسشنامه مشکلات رفتاری راتر: توسط مایکل راتر در سال ۱۹۷۵ ساخته شده پرسشنامه دارای ۱۸ سوال که از سوی والدین در حدود ۲۰ دقیقه با توجه به رفتارهای کودک در چند ماه گذشته تکمیل می گردد. پاسخ سوالات پرسشنامه، به صورت ۳ درجه ای از نوع مقیاس لیکرت از اصلا درست نیست (۰) تا حدی درست است (۲) درجه بندی شده است. دامنه نمره ها بین صفر تا ۳۶ و نمره ۱۳ نقطه برش است. کودکانی که نمره ۱۳ یا بالاتر بگیرند دارای مشکل رفتاری شناخته می شوند (گودینی، پورمحمدرضای تجریشی، طهماسبی و بیگلریان، ۲۰۱۶). راتر و کاکس (۱۹۷۵) پایایی بازآزمایی و پایایی درونی این پرسشنامه را با فاصله زمانی دو ماه ۰/۷۴ گزارش کرده اند. میزان توافق پرسشنامه نیز ۰/۷۶ به دست آمد. توکلی زاده، بوالهروی، مهریار و دژکام (۱۹۹۷) در ایران نیز پایایی این پرسشنامه را با روش دو نیمه کردن و بازآزمایی به ترتیب ۰/۶۸ و ۰/۸۵ گزارش کردند. راتر و کاکس (۱۹۷۵) روایی سازه این ابزار را با شاخصهای برآزش مناسب مورد تایید قرار دارند و همچنین ضریب همبستگی بین سوالات پرسشنامه را ۰/۶۷ به دست آوردند که بیانگر روایی همزمان آن بود. توکلی زاده و همکاران (۱۹۹۷) در ایران نیز پایایی این پرسشنامه را با روش دو نیمه کردن و بازآزمایی به ترتیب ۰/۶۸ و ۰/۸۵ گزارش

کردند. آنها همچنین با تایید روایی صوری و محتوایی این ابزار، روایی سازه پرسشنامه را از طریق آزمون تحلیل عاملی اکتشافی و عاملی مورد بررسی قرار داده و ساختار عاملی آن را برازش یافته گزارش دادند. پرسشنامه پرخاشگری کودکان پیش دبستانی (۲۰۰۸): برای سنجش میزان پرخاشگری کودکان پیش دبستانی دارای ۴۳ سؤال و ۴ مولفه (پرخاشگری کلامی - تهاجمی، پرخاشگری فیزیکی - تهاجمی، پرخاشگری رابطه ای و خشم تکانشی) است. پاسخ سوالات به صورت ۵ درجه ای از نوع مقیاس لیکرت از ۱ صلا (۰) تا اغلب روزها (۴) درجه بندی شده است. در نهایت، تمامی مولفه ها با هم جمع می گردند. نمره کل ابزار برای هر فرد در بازه ۰-۱۷۲ قرار میگیرد و نمرات بالاتر نشان دهنده میزان پرخاشگری بیشتر است. ضریب پایایی آلفای کرونباخ در کل پرسشنامه ۰/۹۸ و در عاملهای چهارگانه پرخاشگری کلامی - تهاجمی، فیزیکی - تهاجمی، رابطه ای و خشم تکانشی شامل: ۰/۸۸٪، ۰/۹۴٪، ۰/۹۳٪ و ۰/۹۳٪ در پژوهش حاضر نیز، ضریب پایایی آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس های پرخاشگری کلامی - تهاجمی، پرخاشگری فیزیکی - تهاجمی، پرخاشگری رابطه ای و نمره کل مقیاس پرخاشگری به ترتیب برابر با ۰/۷۹، ۰/۷۴، ۰/۷۴ و ۰/۸۴ به دست آمد. واحدی و همکاران (۲۰۰۸) روایی سازه پرسشنامه را از طریق آزمون تحلیل عاملی اکتشافی و عاملی مورد بررسی قرار داده و ساختار چهار عاملی آن را با شاخصهای برازش مناسب گزارش یافته گزارش دادند. همچنین ضرایب همبستگی بین خرده مقیاسها برابر با مقدار ۰/۶۱ به دست آمد که نشان دهنده روایی همزمان آن بود. همچنین، این پرسشنامه برای اولین بار در سال ۲۰۰۸ توسط واحدی، فتحی آذر، حسینی نسب و مقدم با بهره گیری از پرسشنامه پرخاشگری کودکان دبستانی شهیم و پرسشنامه پرخاشگری اهواز به منظور سنجش ابعاد مختلف پرخاشگری در کودکان سنین پیش دبستانی طراحی گردید.

معیارهای ورود انتخاب نمونه برای پژوهش عبارت بودند از: کودکان سنین ۶-۴ سال، داشتن رفتارهای مخل بر اساس پرسشنامه مشکلات رفتاری راتر فرم والدین (۱۹۷۵)، داشتن پرخاشگری بر اساس پرسشنامه پرخاشگری کودکان پیش دبستانی (۲۰۰۸)، رضایت والدین برای شرکت در پژوهش، نداشتن بیماری جسمی و نداشتن اختلال عمده روانپزشکی در مورد کودک. معیارهای خروج: غیبت بیش از دو جلسه از جلسات مداخله و عدم تمایل برای ادامه شرکت در مطالعه بود. برای تحلیل داده های پژوهش از آزمون تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر با نرم افزار SPSS 19 در سطح ۰/۰۵ استفاده شد

برنامه مداخله مبتنی بر آموزش فرایه جانی در این پژوهش برگرفته از اصول فرایه جانی گاتمن (و همکاران ۱۹۹۶) بود. این برنامه به صورت گروهی و طی ۷ جلسه دو ساعته برای والدین برگزار شد.

جدول ۱: شرح جلسات مداخله مبتنی بر آموزش فراهیجانی

جلسه	اهداف	محتوا
اول	برقراری ارتباط اولیه و بررسی اهمیت و نقش هیجان‌ها	ارتباط و آشنایی با والدین / آشنا سازی والدین به اهمیت و نقش هیجان‌ها در سلامت جسمی و روانی / تاکید بر درک این موضوع که هیجان‌ها یک قسمت طبیعی و ارزشمند زندگی هر انسانی هستند / بررسی عملکرد انواع هیجان / بررسی و بحث در خصوص کارکرد هیجان‌ها / ارزیابی و شناسایی عملکرد هیجان‌ها در فرایند سازگاری انسان،
دوم	آموزش آگاهی هیجانی	توضیح و تبیین انواع هیجان‌ها و شناخت آنها / بحث در مورد اهمیت آگاهی و فهم هیجان‌ها و شناخت انواع هیجان‌ها خود و کودک / شناسایی موقعیت‌های برانگیزاننده انواع هیجان‌ها در خود و کودک / استفاده از راهبردهای مختلف تنظیم هیجان توسط والدین / آگاه ساختن والدین از نوع پاسخشان به هیجان‌ها خود و کودکشان و تاثیر آن در فرایند رشد کودکان
سوم	آموزش آگاهی هیجانی (از نقطه نظر علایم رفتاری و شناختی و جسمی هیجان‌ها)	شناسایی نشانه‌های کلامی و غیر کلامی انواع هیجان‌ها مختلف و دادن اطلاعات راجع به ابعاد مختلف هیجان و آموزش نشانه‌های فیزیکی و رفتاری و شناختی انواع هیجان‌ها / یک رویداد ویژه منجر به بروز چه تغییراتی جسمی و تغییرات حالت چهره خاصی در فرد می‌شوند / آموزش آگاهی هیجانی از هیجان‌های خود و هیجان‌های کودک در قالب آموزش نام گذاری هیجان‌ها بر اساس شناسایی انواع علایم رفتاری و شناختی و جسمی هیجان‌ها و آگاهی از تغییرات در چهره، زبان بدن و تن صدا
چهارم	آموزش راهبردهای فراهیجانی به والدین	بررسی و آموزش راهبردهای فراهیجانی به والدین شامل راهبردهای هدایتگری، برنامه ریزی و کنترلی و تاکید بر نقش این راهبردها در تسهیل فراخواندن هیجان‌ها و کمک به فرزند برای ابراز هیجان‌هاش به شکل مدیریت شده
پنجم	آموزش هدایتگری برنامه ریزی و کنترلی هیجانی به والدین	شناخت و آموزش هدایتگری، برنامه ریزی و کنترلی هیجانی، متقاعد کردن والدین در راستای ابراز مناسب و مثبت هیجان‌های فرزندان، آموزش روش‌های هدایتگری هیجانی

ششم	آموزش سبک های فراهیجانی	آشنایی شرکت کنندگان با سبک های فراهیجانی قابل رخداد: سبک بی توجه: هدایتگری و آگاهی پایین؛ سبک رد کننده: هدایتگری بالا و آگاهی پایین سبک تأییدگر: آگاهی بالا و هدایتگری پایین سبک هدایتگر: هدایتگری و آگاهی بالا
هفتم	جمع بندی و مرور مطالب	مرور مطالب آموزش داده در جلسات قبل / گرفتن بازخورد ارزیابی تغییرات ایجاد شده در سبک های فراهیجانی والدین و بررسی اثرات آن در بروز خشم کودکان و کاهش پرخاشگری و رفتارهای مخل آنها/ پاسخ به سوالات احتمالی والدین

برای اجرای پژوهش، در مرحله اول پس از مشخص شدن مرکز پیش دبستانی مورد نظر و جلب موافقت آنها و بیان اهداف پژوهشی؛ پرسشنامه مشکلات رفتاری راتر فرم والدین (۱۹۷۵) و مقیاس پرخاشگری کودکان پیش دبستانی (۲۰۰۸) در مورد تعدادی از کودکان، در اختیار والدین کودکان دختر ۴-۶ ساله قرار داده شد تا آنها با شناختی که از کودکانشان دارند؛ پرسشنامه ها را تکمیل نمایند، از بین این کودکان دختر آنهایی که نمرات لازم در این ابزار ارزیابی و سایر ملاک-های ورود و خروج مطالعه را برآورده نمودند؛ تعداد ۳۰ کودک دختر به همراه والدینشان برای شرکت در مطالعه انتخاب شدند به عبارت دیگر، از کودکان پیش آزمون به عمل آمد. در مرحله دوم، پس از بیان اهمیت و اهداف پژوهشی برای والدین گروه های مورد نظر، و جلب موافقت والدین، کودکان مورد نظر به همراه والدین مادران (۲۰ نفر) و پدران (۱۰ نفر) بودند به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) جایدهی شدند. والدین گروه آزمایش تحت آموزش فراهیجانی والد محور قرار گرفتند. در ادامه از گروه والدین مورد مداخله درخواست شد حدود ۲ ماه در آموزش فراهیجانی والد محور شرکت کنند و از گروه کنترل خواسته شد تا پایان این دوره در لیست انتظار بمانند. در مرحله سوم، والدین برای آموزش فراهیجانی، در ۷ جلسه و در هر هفته ۲ جلسه به صورت غیر حضوری و حضوری با رعایت پروتکل های بهداشتی، شرکت نمودند. در مرحله آخر یک هفته پس از پایان جلسه های آموزش، مجدداً پرسشنامه های مشکلات رفتاری راتر و پرخاشگری کودکان پیش دبستانی، برای انجام پس آزمون توسط والدین کودکان هر دو گروه (آزمایش و کنترل) تکمیل گردید. در یک دوره ۲ ماه و در مرحله پیگیری نیز پرسشنامه ها توسط گروه های مورد نظر تکمیل گردید. در پایان اجرای مداخله، برای رعایت اصول اخلاقی گروه کنترل نیز تحت مداخله درمانی قرار گرفت.

جدول ۲. شاخص‌های توصیفی متغیرها در پیش-آزمون و پس‌آزمون و پیگیری

متغیرها	موقعیت	گروه کنترل		آموزش فراهیجانی والد محور	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
رفتارهای مخل	پیش آزمون	۲۲/۳۰	۴/۰۶	۲۰/۱۳	۲/۴۱
	پس آزمون	۲۰/۹۷	۳/۲۷	۱۲/۰۶	۲/۱۲
	پیگیری	۲۲/۰۴	۳/۲۹	۱۳/۰۱	۲/۹۰
پرخاشگری	پیش آزمون	۱۲۰/۰۶	۱۰/۲۸	۱۲۱/۸۶	۱۳/۹۲
	پس آزمون	۱۲۲/۵۳	۱۱/۵۰	۱۰۴/۱۲	۱۲/۳۵
	پیگیری	۱۱۹/۸۷	۹/۷۱	۱۰۲/۷۴	۱۲/۲۴

در جدول (۲) مقایسه میانگین‌های درج شده نشان‌دهنده آن است که میانگین نمرات گروه‌های مداخله در رفتارهای مخل و پرخاشگری در کودکان در پس-آزمون و پیگیری نسبت به پیش‌آزمون تغییر یافته است. در حالی که در گروه کنترل چنین تغییری قابل ملاحظه نیست. در ادامه با استفاده از آزمون تحلیل واریانس با اندازه-گیری مکرر به مقایسه تفاوت نمرات پرخاشگری بر حسب موقعیت بین گروهی و درون گروهی پرداخته شد. قبل از آن پیش فرض نرمال بودن توزیع فراوانی متغیرها بررسی شد و نتایج آزمون کالموگروف-اسمیرنوف حاکی از نرمال بودن توزیع فراوانی داده‌ها بود ($P < 0.05$). نتایج آزمون لوین بیانگر برقراری همگنی ماتریس-های واریانس ($P = 0.47$) بود. نتایج آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره در جدول ۲ آورده شده است. این تحلیل در ابتدا ترکیب خطی نمره پرخاشگری را در بین گروه‌ها، بر حسب زمان و نیز اثرات تعاملی گروه و زمان به طور جداگانه مورد مقایسه قرار می‌دهد

جدول ۳. نتایج آزمون چندمتغیره نمره پرخاشگری

منبع تغییرات	لامبدای ویلکز	F	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی درجه آزادی خطا	P	اندازه اثر
زمان	۰/۸۲	۲/۸۸	۲	۲۷	۰/۰۷۳	۰/۲۹
گروه × زمان	۰/۷۴	۴/۶۵	۲	۲۷	۰/۰۱۸	۰/۴۰

در جدول (۳) آن چنان که نشان داده شده است، بین نمره پرخاشگری در سه بار اجرای پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری تفاوت معناداری وجود ندارد ($p > 0/05$). بخش دوم نتایج این جدول نشان می‌دهد که بین نمره پرخاشگری در سه بار اجرای پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری در گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود دارد. به عبارتی بین زمان و گروه تعامل وجود دارد. بعد از اینکه مشخص شد بین سه بار اجرا (پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری) تفاوت معنی داری وجود دارد، نتایج آزمون اثرات درون آزمودنی برر سی می شود. اما قبل از آن نیاز است تا مفروضه آزمون کرویت موچلی ۱- برر سی همسانی ماتریس کوواریانس خطا- آزمون شود که نتایج آن نشان داد که این فرض در مورد پرخاشگری رعایت شده است ($P > 0/05$).

جدول ۴ نتایج آزمون تحلیل واریانس برای بررسی الگوهای تفاوت در نمره پرخاشگری

منبع تغییرات	SS	Df	MS	F	P	η^2
زمان	۴۰۷۵/۳۰	۲	۲۰۳۷/۶۵	۱۴/۶۱	۰/۰۰۱	۰/۲۵
گروه × زمان	۴۲۳۱/۱۴	۴	۱۰۵۷/۷۸	۷/۵۸	۰/۰۰۱	۰/۲۶
گروه‌ها	۴۶۲۷/۰۵	۲	۲۳۳۶/۰۳	۲۴/۰۸	۰/۰۰۱	۰/۵۳

در جدول (۴) آزمون اثرهای درون گروهی نشان داده شده است. همانطور که در جدول بالا مشخص شده است، اثر زمان ($47/31=F, P=0/001$) معنادار است و بین سطح مشکلات رفتاری در زمان پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری تفاوت معناداری وجود دارد. همچنین در این جدول اثر تعاملی بین زمان و گروه نیز نشان داده شده است؛ که این اثر ($58/7=F, P=0/001$) معنادار است. بنابراین میزان پرخاشگری با سطوح گروه‌ها تعامل دارد. یعنی میزان پرخاشگری در سطوح مختلف گروه‌ها متفاوت است. جدول (۴) نشان می‌دهد که بین نمرات پرخاشگری ($08/24=F, P=0/001$) در بین گروه‌ها تفاوت معناداری وجود دارد. با در نظر گرفتن نتایج آزمون بین گروهی و درون گروهی و در ادامه تحلیل آماری، آزمون تعقیبی بونفرونی نیز محاسبه گردید.

جدول ۵ نتایج آزمون تعقیبی بونفرونی پرخاشگری برای سه بار اجرای پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری

متغیر وابسته	مقایسه گروه	تفاوت میانگین	P
پرخاشگری	پس آزمون-پیش آزمون	۱۱/۳۵	۰/۰۰۱

Mochli's sphericity test

۲۵ اثر بخشی آموزش فراهیجانی والد محور بر کاهش ...

۰/۰۰۱	۱۱/۹۳	پیش آزمون-پیگیری
۱/۰۰	۰/۵۷	پس آزمون-پیگیری

جدول (۵) آزمون تعقیبی بونفرونی برای بررسی تفاوت بین مراحل سه گانه نیز محاسبه گردید. نتایج آن در جدول ۶ نشان می‌دهد که برای پرخاشگری که تفاوت نمرات متغیر وابسته در پس آزمون با پیش آزمون ۱۱/۳۵ و در پیگیری با پیش آزمون ۱۱/۹۳ است که این مقدار از نظر آماری تأیید شده است ($P=0/001$). تفاوت نمرات پرخاشگری در زمان پیگیری با پس آزمون ۰/۵۷ بوده که این مقدار از نظر آماری تأیید نشده است ($P>0/05$).

جدول ۶ نتایج آزمون چندمتغیره نمره رفتارهای مخل

منبع تغییرات	لامبدای ویلکز	F	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	P	اندازه اثر
زمان	۰/۳۴	۲۵/۴۸	۲	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۶۵
گروه × زمان	۰/۵۶	۱۰/۵۴	۲	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۴۳

جدول (۶) آن چنان که در جدول فوق نشان داده شده است، بین نمره رفتارهای مخل در سه بار اجرای پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری تفاوت معناداری وجود دارد. بخش دوم نتایج این جدول نشان می‌دهد که بین نمره رفتارهای مخل در سه بار اجرای پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری در دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود دارد. به عبارتی بین زمان و گروه تعامل وجود دارد. بعد از اینکه مشخص شد بین سه بار اجرا (پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری) تفاوت معنی‌داری وجود دارد، نتایج آزمون اثرات درون آزمودنی بررسی می‌شود. اما قبل از آن نیاز است تا مفروضه آزمون کرویت موچلی - بررسی همسانی ماتریس کوواریانس خطا- آزمون شود که نتایج آن نشان داد که این فرض در مورد رفتارهای مخل رعایت شده است ($P>0/05$).

جدول ۷ نتایج آزمون تحلیل واریانس تک متغیری برای بررسی الگوهای تفاوت در رفتارهای مخل

منبع تغییرات	SS	Df	MS	F	P	η^2
زمان	۴۱۷۷/۵۲	۲	۲۰۸۸/۰۶	۱۵/۰۲	۰/۰۰۱	۰/۲۶
گروه × زمان	۴۱۹۷/۹۴	۴	۱۰۴۹/۴۸	۷/۵۵	۰/۰۰۱	۰/۲۶
گروه‌ها	۴۶۲۰/۹۹	۲	۲۳۱۰/۴۹	۲۲/۹۴	۰/۰۰۱	۰/۵۲

جدول (۷) همانطور که در جدول بالا مشخص شده است، اثر زمان در مورد متغیر رفتارهای مخل معنادار است. ($F=28/76, P<0/001$) در این جدول اثر تعاملی بین زمان و گروه نیز نشان داده شده است که این اثر از نظر آماری معنادار است ($F=11/73, P<0/001$)، بنابراین میزان رفتارهای مخل با سطوح گروه ها تعامل دارد. یعنی میزان رفتارهای مخل در سطوح مختلف گروه ها متفاوت است. جدول ۷ نشان می دهد که بین نمرات رفتارهای مخل ($F=22/94, P<0/001$) در بین گروه ها تفاوت معناداری وجود دارد. با در نظر گرفتن نتایج آزمون بین گروهی و درون گروهی و در ادامه تحلیل آماری، آزمون تعقیبی بونفرونی نیز محاسبه گردید.

جدول ۸ نتایج آزمون تعقیبی بونفرونی رفتارهای مخل برای سه بار اجرای پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری

متغیر وابسته	مقایسه گروه	تفاوت میانگین	P
رفتارهای مخل	پس آزمون-پیش آزمون	۱۱/۳۶	۰/۰۰۱
	پیش آزمون-پیگیری	۱۲/۲۰	۰/۰۰۱
	پس آزمون-پیگیری	۰/۸۴	۱/۰۰

جدول (۸) آزمون تعقیبی بونفرونی برای بررسی تفاوت بین مراحل سه گانه نیز محاسبه گردید. نتایج آن نشان می دهد که برای رفتارهای مخل نشان داد که تفاوت نمرات متغیر وابسته در پس آزمون با پیش آزمون ۱۱/۳۶ و در پیگیری با پیش آزمون ۱۲/۲۰ است که این مقدار از نظر آماری تایید شده است ($P=0/001$). تفاوت نمرات رفتارهای مخل در زمان پیگیری با پس آزمون ۰/۸۴ بوده که این مقدار از نظر آماری تأیید نشده است ($P>0/05$).

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر، با هدف بررسی اثر بخشی آموزش فراهیجانی والد محور بر کاهش پرخاشگری و رفتارهای مخل کودکان در مقطع پیش دبستانی انجام شد. نتایج پژوهش حاکی از آن بود که آموزش فراهیجانی به والدین به عنوان یک مداخله می تواند شدت پرخاشگری و رفتارهای مخل کودکان را کاهش دهد. نتایج پژوهش حاضر با نتایج پژوهشهای پیشین نیز هماهنگ است: پژوهش های استیت و ترنر (۲۰۱۴) نجاتی فر و همکاران (۲۰۲۰) مرکنت و همکاران (۲۰۱۹) کوهس و همکاران (۲۰۱۷)، مختاری مصیبی و همکاران (۲۰۲۱) پار سایی (۲۰۱۰)، امان الهی و همکاران (۲۰۱۸). به عبارت دیگر، نتایج پژوهش حاضر با نتایج پژوهش های بیان شده همسویی دارد. استیت و ترنر (۲۰۱۴) بر نقش والدین در شکل گیری هیجانات و تاثیر آگاهی بخشی و هدایت والدین در موقعیت های هیجانی فرزندان تاکید می کنند. نجاتی فر و همکاران (۲۰۲۰) در پژوهشی خود نشان دادند که مداخله والد محور مبتنی بر فلسفه فراهیجانی

گاتمن بر تنظیم شناختی هیجان کودکان با مشکلات رفتاری برونی شده موثر است. مرکنت و همکاران (۲۰۱۹) نیز در مطالعه ای دیگر به اثربخشی مربیگری هیجان والدین مبتنی بر تئوری های فلسفه فراهیجان به عنوان روشی مؤثر برای کمک به افزایش توانایی کودکان برای تنظیم هیجانی و بهبود سبک دلبستگی و مهارت اجتماعی، عاطفی و شناختی آنها اشاره نمودند. در پژوهشی دیگر، کوهس و همکاران (۲۰۱۷) نشان دادند که آموزش فلسفه فراهیجان شامل آگاهی، پذیرش و مربیگری عواطف کودکان به مادران در کاهش مشکلات رفتاری کودک اعم از رفتارهای درونی و بیرونی، علائم افسردگی، اضطراب و استرس پس از سانحه موثر است. همچنین، نتایج پژوهش مختاری مصیبی و همکاران (۱۴۰۰) حاکی از آن بود که یک دوره درمان مبتنی بر تعامل والد کودک بر تنظیم هیجان دانش آموزان بر کاهش اضطراب موثر است. پارسایی (۲۰۱۰) به این نتیجه در پژوهش خود دست یافت که خودکارآمدی و هوش عاطفی نوجوانان تحت تاثیر سبک های فراهیجانی والدین متفاوت است. امان الهی و همکاران (۲۰۱۸) نیز در پژوهش خود نشان دادند که رابطه درمانی والد-کودک منجر به افزایش پذیرش والدینی مادران و کاهش رفتارهای مخل در دانش آموزان مقطع ابتدایی می گردد.

بنابراین در تبیین یافته ها می توان گفت در این پژوهش، والدین با آموزش دیدگاه فراهیجانی در شناسایی هیجانات منفی از جمله خشم در خود و کودکان و همچنین ارزیابیهای غلط و تاثیر آنها روی حالت های هیجانی مهارت یافتند و همچنین یاد گرفتند تا چگونه با استفاده از راهبرد بازاریابی به تغییر ارزیابیهای شناختی خود کمک کنند. در واقع فراهیجان میتواند احساس کنترل فرد بر امور را بیشتر نموده و باور فرد به اثرگذاری در موقعیتها را تقویت کرده و کارآمدی او را تقویت کند. همچنین آموزش شناسایی میزان و نحوه استفاده از راهبردهای بازدارنده و بررسی پیامدهای هیجانی آن، آموزش مواجهه با هیجان و ابزار آن، اصلاح رفتار از طریق تقویت کنندههای محیطی، آموزش تخلیه هیجانی، آرمیدگی و عمل معکوس، اجتناب تجربه ای به والدین به میزان قابل توجهی در افزایش دانش آنها در زمینه هیجانات و مدیریت مناسب آن موثر بود و نتیجه آن بهبود رفتار مخل در کودکان بود. در رویکرد درمانی فراهیجانی، درمان با تکیه بر سامانه فراهیجانی و تعدیل هیجانات منفی و مثبت در طول تعارض شروع میشود و پس از ارتباط دادن این هیجانات با تناقضات فراهیجانی و سوق دادن افراد به سوی ایجاد معنای مشترک پایان می یابد. فراهیجان به عنوان یک توانایی رفتاری و شناختی میتواند با هماهنگ کردن فرایندهای ذهنی، زیستی و انگیزشی موجب تثبیت ارتباط فرد با محیط شده، او را به پاسخ های کارآمد و مناسب در برخورد با موقعیتها تجهیز نماید. ناتوانی در آگاهی از هیجانات و مدیریت آن به کودک احساس غیرقابل کنترل بودن هیجانات را می دهد که این با بروز رفتارهای پرخا شگرانه بیشتر در ارتباط است. آموزش فراهیجان با کمک به والدین برای آگاهی از هیجانات خود و فرزندان، تشخیص هیجانات، گوش دادن به فرزندان از روی همدلی، نامگذاری هیجانات و ایجاد محدودیت های رفتاری برای فرزندان آنها رادر مهار رفتارهای پرخا شگرانه یاری رساند در این مطالعه، طبق مدل مداخله فراهیجانی والدین با استفاده از ابزارهایی مانند دستورهای مستقیم و صحبت کردن با فرزندان در مورد هیجانهایشان و اهمیت دادن به آن هیجانات، به پذیرش و احترام به تجربیات هیجانی فرزندان خود دست یافتند (دامیکو و گراسی، ۲۰۲۲). در فرایند

آموزش فراهیجانی توانایی تنظیم و مدیریت هیجانات افزایش یافته و این فرایند فرد را قادر می‌سازد تا هیجان را در خود و دیگران تشخیص دهد و از برخورد نامناسب با هیجانانی که معمولاً از آنها به عنوان هیجان منفی یاد می‌شود مانند غم، خشم و اضطراب آگاه شود. دیدگاه فراهیجانی والدین به عنوان یک متغیر محافظت کننده از کودکان، در برابر اثرات زیانبار موقعیت‌های غیرقابل تحمل عمل میکند و منجر به کاهش رفتارهای ناپهتجار در آنها میشود. بنابراین مدیریت هیجانات میتواند به کاهش پرخاشگری نیز منجر شود.

محدودیت ها و پیشنهادات

محدودیت ها:

پژوهش های علوم انسانی در هر مرحله به دلیل عدم پیش بینی رفتارهای انسانی و پیچیده بودن ابعاد مختلف انسانی، با محدودیت هایی مواجه خواهند شد. پژوهش حاضر نیز، از این امر جدا نبوده و پژوهشگر با مشکلاتی روبرو بود از جمله: محدود شدن جامعه پژوهش به کودکان یک پیش دبستانی شهر تهران لذا در تعمیم پذیری نتایج باید دقت کرد. وجود بیماری کرونا نیز یکی از محدودت های پژوهش حاضر بود.

پیشنهادات:

برخی از پیشنهاد های پژوهشی عبارتند از: انجام پژوهش در سایر مقاطع تحصیلی و سنین مختلف، مقایسه تاثیر آموزش فراهیجانی با دیگر روش های آموزشی مانند قصه گویی،...، اجرای پژوهشی در زمینه ارتباط رفتارهای پرخاشگرانه و مخل با مهارت های حل مساله و سایر ویژگی های شخصیتی. همچنین در مطالعات آتی به بررسی اثربخشی آموزش فراهیجانی والد محور بر سایر متغیرهای مربوط به کودکان و همچنین کودکان با مشکلات رشدی و تحولی و اختلالات یادگیری و غیره پرداخته شود. برخی از پیشنهاد های کاربردی مبتنی بر یافته های پژوهش عبارتند از مداخلات مبتنی بر آموزش فراهیجانی والد محور به منظور کاهش شدت رفتار پرخاشگرانه و رفتارهای مخل در کودکان توسط پژوهشگران طراحی شود. والدین به ویژه مادر بتواند با کودک و سایر اعضای خانواده مهارت خوب گوش دادن را تمرین و تقویت نماید. بردن کودکان در میان همسالان و محیط های مختلف آموزشی به منظور تمرین و تقویت کنترل خشم و کاهش رفتارهای مخل. گفتن قصه و انجام بازی های هدفمند به منظور کاهش شدت رفتارهای مخل و پرخاشگرانه.

تضاد منافع

هیچگونه تضاد منافی بین نویسندگان نیست.

تشکر و قدردانی

مقاله حاضر برگرفته از رساله دکتری روانشناسی تربیتی است. از کلیه افرادی که در تحقق اهداف پژوهشی ما را یاری کردند کمال تشکر و قدردانی را داریم .

- Aalam Al-Hadi, Mehssa; Zinali Ali. (۲۰۲۲). The role of metacognition, metamemory and meta-excitement in predicting students' self-directed learning. *Journal of Education and Evaluation* (Educational Sciences), 14(53), 108-93. [Persian]
- Amanullahi, Abbas; Shadfar, Afrooz; Aslani, Khalid. (2017). The effectiveness of parent-child relationship therapy (CPRT) in increasing mothers' parental acceptance and reducing children's disruptive behaviors. *Journal of Culture of Counseling and Psychotherapy*, 163-184-36. . [Persian]
- American Psychological Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. Translated by Yahya Seyed Mohammadi (2013), Tehran: Rovay Publishing House. [Persian]
- Cheraghi, Farshad; Baideghi, Mahnaz; Akbari Dehkordi, Ali (2015). Teaching emotion management skills on children's aggression. *The third national congress of social psychology* of Iran. Tehran . [Persian].
- Cohodes, E., Chen, S., & Lieberman, A. (2017). Maternal meta-emotion philosophy moderates effect of maternal symptomatology on preschoolers exposed to domestic violence. *Journal of Child and Family Studies*, 26(7), 1831-1843.
- D'Amico, A., & Geraci, A. (2022). Sex differences in emotional and meta-emotional intelligence in pre-adolescents and adolescents. *Acta Psychologica*, 227, 103594.
- Hawes, S. W., Waller, R., Byrd, A. L., Bjork, J. M., Dick, A. S., Sutherland, M. T., ... & Gonzalez, R. (2021). Reward processing in children with disruptive behavior disorders and callous-unemotional traits in the ABCD study. *American Journal of Psychiatry*, 178(4), 333-342
- Gao, Z., Chen, S., Pasco, D., & Pope, Z. (2015). A meta-analysis of active video games on health outcomes among children and adolescents. *Obesity reviews*, 16(9), 783-794.
- Mokhtari Musaibi, Maryam; Dartaj, Fariborz; Delaware, Ali; Haji Alizadeh, Kobri. (۲۰۲۲). Effectiveness of treatment based on parent-child interaction on emotional regulation of girls with anxiety. *Behavioral Science Research*, 19 (1), 161-171.
- Mancini, A., & Mancini, F. (2018). Rescripting memory, redefining the self: A meta-emotional perspective on the hypothesized mechanism (s) of imagery rescripting. *Frontiers in psychology*, 9, 581.
- Merchant, E. K., Borders, L. D., & Henson, R. A. (2019). Attachment, Parental Meta-Emotion, and Emotion Regulation in Adoptive Mother-Child Dyads. *The Family Journal*, 27(4), 387-393.
- Nejatifar, Sara; Abedi, Ahmed; Qumrani, Amir. (2019). The effectiveness of parent-centered intervention based on Gutman's meta-emotional philosophy on

the cognitive regulation of emotion in children with externalizing behavior problems. *Exceptional Children Quarterly*, 20 (4), 25-36.

- Parsai, Ain Allah. (۲۰۱۰). The relationship between hyperemotional styles of parents and self-efficacy and emotional intelligence of middle school students. *Educational Psychology Studies*, 11(2), 1-23 [Persian].

- Stets J E, Turner J. H. (Eds.). (2014). Handbook of the Sociology of Emotions (Vol. 2). Springe

- Tarabian, Nesa. (2016). The role of parents in controlling children's disruptive behaviors (parent-child interaction education in the form of games. *Tahseh Journal*, 9, (38), 32-30. [Persian].