

به نام خدا

اثر بخشی فرزند پروری مثبت در حل تعارضات نوجوانان

مؤلف :

رقیه میرزاده

انتشارات ارسطو

(سازمان چاپ و نشر ایران - ۱۴۰۲)

نسخه الکترونیکی این اثر در سایت سازمان چاپ و نشر ایران و اپلیکیشن کتاب رسان موجود می باشد

chaponashr.ir

سرشناسه : میرزاده، رقیه، ۱۳۶۲
عنوان و نام پدیدآور : اثربخشی فرزندپروری مثبت در حل تعارضات نوجوانان /
مؤلف رقیه میرزاده.
مشخصات نشر : انتشارات ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)، ۱۴۰۲.
مشخصات ظاهری : ۱۰۵ ص.
شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۴۰۸-۰۸۸-۲
وضعیت فهرست نویسی : فیبا
موضوع : فرزندپروری مثبت - اثربخشی - حل تعارضات نوجوانان
رده بندی کنگره : LB۱۰۲۷/۲۵
رده بندی دیویی : ۳۷۱/۴۱
شماره کتابشناسی ملی : ۹۶۶۶۰۰۶
اطلاعات رکورد کتابشناسی : فیبا

نام کتاب: اثربخشی فرزندپروری مثبت در حل تعارضات نوجوانان
مؤلف: رقیه میرزاده
ناشر: انتشارات ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)
صفحه آرای، تنظیم و طرح جلد: پروانه مهاجر
تیراژ: ۱۰۰۰ جلد
نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۲
چاپ: زبرجد
قیمت: ۱۰۵۰۰۰ تومان
فروش نسخه الکترونیکی - کتاب‌رسان:
<https://chaponashr.ir/ketabresan>
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۴۰۸-۰۸۸-۲
تلفن مرکز بخش: ۰۹۱۲۰۲۳۹۲۵۵
www.chaponashr.ir



فهرست مطالب

| صفحه | عنوان |
|------|---|
| ۵ | فصل اول: مقدمه |
| ۱۵ | فصل دوم: نوجوانی |
| ۱۷ | نوجوانی و خانواده |
| ۱۹ | مفهوم و ماهیت تعارض |
| ۲۱ | منابع و نظریه های مربوط به تعارض |
| ۲۳ | تعارضات والد- نوجوانی و دیدگاه های موجود |
| ۲۵ | هرم تعارض والد - فرزند |
| ۲۶ | فرایندهای مولد در تعارض والد فرزند |
| ۲۷ | تاریخچه طر حواره |
| ۳۰ | مفهوم و تعریف طر حواره |
| ۳۲ | الگوی شناخت درمانی طر حواره: الگوی مفهومی یانگ |
| ۳۲ | طر حواره های ناسازگار اولیه |
| ۳۴ | حوزه های طر حواره و طر حواره های ناسازگار اولیه |
| ۴۲ | مفهوم و تعریف فرزند پروری |
| ۴۴ | ابعاد شیوه های فرزند پروری |
| ۴۸ | الگوهای فرزند پروری |
| ۶۰ | روش های مثبت فرزند پروری |
| ۶۲ | سطوح 3P |
| ۶۴ | اصول اساسی برنامه فرزند پروری مثبت |
| ۶۶ | پیشینه کتاب |
| ۷۳ | فصل سوم: طرح کتاب |
| ۷۳ | جامعه آماری |
| ۷۴ | نمونه و روش نمونه گیری |
| ۷۴ | ابزار گردآوری اطلاعات |
| ۷۷ | روش اجرای کتاب |
| ۷۷ | روش تجزیه و تحلیل اطلاعات |

| | |
|-----|---------------------------------|
| ۷۸ | فصل چهارم: یافته های کتاب |
| ۷۹ | آمار توصیفی |
| ۸۳ | آمار استنباطی |
| ۹۳ | فصل پنجم: نتیجه گیری |
| ۹۷ | منابع و مآخذ |
| ۹۷ | منابع فارسی |
| ۱۰۳ | منابع لاتین |

فصل اول

مقدمه

در میان انواع مختلف ارتباط که در طول گستره زندگی شکل می‌گیرد رابطه والد فرزندی^۱ یکی از مهم‌ترین آن‌هاست. خانواده اولین پایه‌گذار شخصیت، ارزش‌ها و معیارهای فکری فرد است که نقش مهمی در تعیین سرنوشت و سبک و خط‌مشی زندگی فرد در آینده دارد (زارع سلطانی و قمری، ۱۳۹۵). علاوه بر این، نوجوانی^۲ مرحله‌ای از زندگی است که با تغییرات -هورمونی، فیزیکی، روان‌شناختی و اجتماعی همراه است (بلاک‌مور و رابینز^۳، ۲۰۱۲). نتایج مطالعات تصویربرداری تشدید مغناطیس کارکردی^۴ بیانگر این است که در طول این دوره در شبکه‌های اجتماعی مغز (مربوط به شناخت اجتماعی) تغییراتی رخ می‌دهد، این تغییرات شامل تغییر در قشر پیشانی میانی^۵، محل اتصال قطعه گیجگاهی و آهیانه‌ای^۶، شیار پستی منطقه‌ی گیجگاهی برتر^۷ و قشر گیجگاهی پیشانی^۸ است (میلز و همکاران^۹، ۲۰۱۴). این تغییرات در شبکه‌های اجتماعی مغز ممکن است بر رفتارهای نوجوان تأثیر بگذارد؛ در واقع دوره نوجوانی با تغییرات متعدد و

-
1. Parent-child relationship
 2. Youth
 3. Blakemore & Robbins
 4. Functional Magnetic Resonance Imaging (fMRI)
 5. Medial prefrontal cortex
 6. Temporoparietal junction
 7. Posterior superior temporal sulcus
 8. Anterior temporal cortex
 9. Mills

چندگانه برای نوجوانان، والدین آن‌ها و ارتباطاتشان مشخص شده است (ویموت و بوهرلر^۱، ۲۰۱۶). در طول این دوره نوجوانان تلاش می‌کنند به صورت مستقل از والدین تصمیم بگیرند و بیشتر تحت تأثیر همسالان خود هستند (بلاکمرور و رابینز، ۲۰۱۲، به نقل از حسینی و همکاران، ۱۳۹۴).

در این راستا توجه به والدین و فرزندان می‌تواند از اهمیت بالایی برخوردار باشد. داده‌های کتابی متعدد نشان می‌دهند که تعامل والد-فرزند مثبت و ایمن زمینه ساز رشد سالم فرزند را فراهم می‌سازد (استاک^۲ و همکاران، ۲۰۱۰؛ ساندرز^۳ و همکاران، ۲۰۱۴). در این راستا یکی از این مسائل تأثیر گذار تعارض^۴ است. تعارض امری اجتناب‌ناپذیر در زندگی خانوادگی است و می‌تواند سازنده، یا مخرب باشد. هرچند میزانی از تعارض، می‌تواند به عملکرد مناسب‌تر این نهاد کمک کند، اما تعارض نامناسب می‌تواند زمینه‌ساز انواع مختلف مشکلات را فراهم سازد. اگرچه وجود تعارض در روابط بین والدین و فرزندان طبیعی است ولی با ورود به دوره نوجوانی، تعارضات میان نوجوانان و والدین افزایش می‌یابد و باعث ایجاد تشویش و نگرانی در نوجوانان و والدین می‌شود و هردوی آن‌ها ممکن است برای اتفاقات خوبی که در گذشته رخ داده است احساس نگرانی کنند (قمری و قمری گندوانی، ۱۳۹۳).

یکی از جنبه‌های تأثیرگذار و مهم دیگر در این زمینه طرح‌واره‌ها^۵ هستند. مفهوم طرح‌واره در اصل ریشه یونانی کلمه Scheen به معنای "داشتن" و یا "شکل گرفتن" است. پیازه^۶ در سال ۱۹۵۴ و بالبی^۷ در سال ۱۹۶۹ بیان کردند که عملکرد والدین سبب ایجاد و گسترش مدل‌هایی در درون سازمان شناختی فرد به نام طرح‌واره می‌شود. این طرح‌واره‌ها در زندگی فرد به عنوان عدسی‌هایی عمل می‌کنند که تفسیر، انتخاب و ارزیابی فرد از تجارب وی را شکل می‌دهند (گانتی و

1. Weymouth & Buehler

2. Stack

3. Sanders

4. Conflict

5. Schemas

6. Piaget

7. Bowlby

بوری^۱، (۲۰۰۸). متعاقب این دیدگاه، یانگ^۲ (۱۹۹۴) نظری را در رابطه با طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه^۳ گسترش داد. وی معتقد بود که طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، الگوها یا درون‌مایه‌های عمیق و فراگیری هستند که از خاطرات، هیجان‌ها، شناختواره‌ها و احساسات بدنی تشکیل شده‌اند و طی دوران کودکی و نوجوانی شکل گرفته و در سیر زندگی تداوم‌یافته، در مورد خود و رابطه با دیگران هستند و به‌شدت ناکارآمدند. برخی از این طرح‌واره‌ها، به‌ویژه آن‌هایی که در نتیجه تجارب ناگوار دوران کودکی شکل می‌گیرند، ممکن است هسته اصلی اختلالات شخصیت^۴، مشکلات منش شناختی خفیف‌تر و بسیاری از اختلالات مزمن محور یک قرار بگیرند (یانگ و همکاران، ۲۰۰۳).

با توجه به این، یکی از جهت‌گیری‌های تحقیقی مهم در این زمینه، تمرکز بر والدین است. در این راستا، مفهوم فرزند پروری^۵ مطرح می‌گردد. بهبود سبک‌های فرزند پروری یک شیوه معمول در ارتقای رشد و بهزیستی کودکان و والدین است (ساندرز و همکاران، ۲۰۱۴). شیوه‌های فرزند پروری مجموعه‌ای از نگرش‌های والدین نسبت به فرزندان است که منجر به ایجاد جو هیجانی می‌شود که در آن جو رفتارهای والدین بروز می‌نماید. این رفتارها، هم‌دربرگیرنده رفتارهای مشخصی است که از طریق آن‌ها، والدین به وظایف والدینی‌شان عمل می‌کنند و در جهت هدف والدین است و هم‌دربرگیرنده رفتارهای غیر مرتبط باهدف‌های والدینی که شامل ژست‌ها، تغییر تن صدا یا بیان هیجان‌های غیرارادی است (گلاسگو^۶ و همکاران، ۱۹۹۷). برنامه فرزند پروری مثبت^۷ توسط ساندرز و همکارانش ابداع شده و بر اساس اصول یادگیری اجتماعی^۸ شکل گرفته و متشکل از پنج سطح است (برینکروز^۹ و همکاران، ۲۰۱۱). ساندرز و همکاران

1. Gunty & Buri
2. Young
3. Early maladaptive schemas
4. Personality disorders
5. Parenting
6. Glasgow
7. Positive Parenting Program (3P)
8. Social learning
9. Breitzkreuz

در سال ۲۰۰۳، این برنامه را مختصر، مقرون به صرفه و با اثرات چشمگیر بر مهارت های درمانگر، اعتماد به نفس وی و رضایتمندی از مشاوره ی والدین کودکان مبتلا به مشکلات رفتاری توصیف کرد و به کارگیری آن را در سطح بهداشت عمومی و در راستای پیشگیری از سایکوپاتولوژی کودکان پیشنهاد داده اند (عابدی، ۱۳۹۲). این الگو با تکیه بر ارتقای سطح دانش، مهارت ها و اعتماد به نفس والدین، تلاش می کند از مشکلات رفتاری، هیجانی و رشدی جلوگیری نماید (ساندرز، ۱۹۹۹). این برنامه به طور خاص و از طریق آموزش والدین، مهارت های مدیریت مثبت کودک را به عنوان جایگزینی برای روش های ناکارآمد فرزند پروری مطرح می سازد (ساندرز و همکاران، ۲۰۰۲). با توجه به این موارد هدف تحقیق حاضر بررسی اثربخشی آموزش شیوه های فرزند پروری مثبت بر طرحواره های ناسازگار والدین و تاکتیک های حل تعارض با نوجوانان بود.

نتایج تحقیقات نشان می دهند که نوجوانان در این دوره دچار مشکلات متعدد و تعارض با والدین خود می شوند. تعارض، یک خصیصه اجتناب ناپذیر از تعاملات بشر است. به خصوص در دوره نوجوانی، تعارض با والدین در خصوص مسائل زندگی روزمره و مسائل عادی یکی از مهم ترین این تعارضات است (میسوتن^۱ و همکاران، ۲۰۱۶). البته این موضوع با توجه به این که این تعارضات در مسیر خودمختاری، استقلال و بازشناسی نقش ها و مسئولیت های نوجوان قرار دارد، خیلی هم تعجب آور نیست (سمنتانا^۲ و همکاران، ۲۰۰۵). در واقع تعارضات یک خصیصه اساسی و نرمال از ارتباط والد-نوجوان در تبدیل ارتباطات عمودی به افقی است (کالینز و استینبرگ^۳، ۲۰۰۶). با وجود این شواهد فراوانی وجود دارد که نشان می دهند که تعارضات مکرر و خصمانه تأثیری منفی بر عملکرد نوجوانان دارد (ویموت^۴ و همکاران، ۲۰۱۶). در واقع، فرض می شود که سبک های مدیریت تعارض نوجوانان با والدین، تأثیر مهمی بر کیفیت ارتباط والد-نوجوان و رشد روان شناختی نوجوانان دارد (میسوتن و همکاران، ۲۰۱۷). سبک های حل

-
1. Missotten
 2. Smetana
 3. Collins & Steinberg
 4. Weymouth

تعارض در واقع اشاره به رفتارهایی دارد که افراد در خلال تعارض از خود نشان می‌دهند. در همین راستا، تاکتیک‌های حل تعارض با مسائل مختلف دوره نوجوانی همچون مسائل درون‌سازی و برون‌سازی و شایستگی اجتماعی نوجوانان مرتبط است (برانج^۱ و همکاران، ۲۰۰۹؛ بوچولدت^۲ و همکاران، ۲۰۱۴). علاوه بر این مهارت‌های حل تعارض نوجوانان با والدین بر عملکرد اجتماعی نوجوان در حیطه‌های مختلف زندگی همچون تحصیلات، ارتباطات با همکلاسی و هم سن و سال و همچنین روابط عاشقانه مؤثر هستند (میسوتن و همکاران، ۲۰۱۶).

با توجه به روشن بودن نقش مؤثر والدین در تعامل با فرزندان و شکل‌گیری شخصیت آنان که گاه به دلیل اختلاف در ارزش‌ها به تعارض می‌انجامد، چنین به نظر می‌رسد که آموزش والدین برای استفاده از راهبرد استدلال به‌جای پرخاشگری کلامی و بدنی، می‌تواند در بهبود روابط و حل تعارض با فرزندانشان مؤثر باشد که این خود گامی است در جهت داشتن خانواده و جامعه‌ای سالم‌تر (کرمی زاده و همکاران، ۱۳۹۳).

علاوه بر این، متغیرهای شناختی نیز ممکن است نقش کلیدی در ارتباط با پیوند والدینی مختل و آسیب‌پذیری یا پریشانی عاطفی داشته باشند (اینگرام و همکاران، ۲۰۰۱).^۳ در رویکرد شناختی- رفتاری^۴ اعتقاد بر این است که رفتار و شناخت بر یکدیگر تأثیر می‌گذارند. بک^۵ (۱۹۷۹) معتقد بود که فرایندهای شناختی، رفتار را تحت تأثیر قرار می‌دهند و طرح‌واره را به‌عنوان ساختار، قالب یا چارچوب شناختی تعریف می‌کند که بر اساس واقعیت یا تجربه شکل می‌گیرند تا تجارب خود را تبیین کند. به عبارتی دیگر، طرح‌واره‌ها، مفروضه‌ها یا قانون‌های

-
1. Branje
 2. Buckholdt
 3. Ingram
 4. Cognitive-behavioral approach
 5. Beck

زیربنایی هستند که افکار و رفتارهای فرد را تحت کنترل خود دارند و در طول زندگی فرد تحول و گسترش یافته‌اند (فریمن و فاسکو^۱، ۲۰۰۴).

در این راستا، تحقیقات مختلف گویای این موضوع هستند که الگوها و رفتارهای نادرست والدین موجب شکل‌گیری تجارب نامطلوب با مراقبان اولیه می‌گردد، در مدل‌های کارکرد درونی ذخیره می‌شود، شناخت‌های فرد را تحت تأثیر قرار داده و بر عقاید و باورهای نسبت به خود و دیگران اثر می‌گذارد. در نتیجه مانع یک مکانیسم مهم برای تنظیم عواطف و پریشانی‌ها می‌گردد (رولوفس و همکاران^۲، ۲۰۱۲). به نظر می‌رسد یکی از عوامل شناختی با اهمیت که در چگونگی سبک فرزند پروری والدین و تعاملات آن‌ها با فرزندان نقش داشته باشد، طرح‌واره‌های ناسازگارانه اولیه والدین است. چنانچه در کتاب‌هایی بین سبک فرزندپروری و طرح‌واره‌ها ارتباط معناداری مشاهده شده است (کلوت^۳ و همکاران، ۲۰۱۵؛ رودریگز^۴، ۲۰۱۸؛ حاجی کاظم تهرانی و همکاران، ۱۳۹۳).

به‌طور خاص برخی روانشناسان بیان کرده‌اند که افراد با پیوند والدینی ضعیف طرح‌واره‌هایی را رشد می‌دهند که شناخت‌های ناکارآمد را شکل می‌دهند. برای مثال اینگرام و همکاران (۲۰۰۱) بیان می‌کنند که قرار گرفتن در معرض تجارب دردناک کودکی با طرح‌واره‌های ناکارآمد درباره خود مرتبط است، طرح‌واره‌هایی که برای مقابله با رویدادهای استرس‌زای زندگی بی‌فایده هستند.

با توجه به این که بنیاد شخصیت سالم در نوجوانی به‌وسیله والدین پی‌ریزی می‌شود و همچنین روابط نادرست با نوجوانان از لحاظ میزان محبت، روابط عاطفی و سخت‌گیری‌های بیش‌ازحد باعث ایجاد تعارضات می‌گردد، لزوم طراحی و اجرای برنامه‌هایی برای والدین در جهت کاهش این مشکلات بسیار کمک‌کننده است. یکی از این مداخله‌ها، آموزش شیوه‌های فرزند پروری مثبت است. درواقع، بهبود شیوه‌های فرزند پروری شیوه‌ای مناسب برای ارتقای رشد و بهزیستی والد و فرزندان می‌باشد (ساندرز و همکاران، ۲۰۱۴).

1. Freeman & Fusco

2. Roelofs

3. Calvete

4. Rodriguez

در این راستا، برنامه فرزند پروری مثبت در سراسر جهان و در ارتباط با والدین از فرهنگ های مختلف مورد بررسی قرار گرفته است. تحقیق در والدین استرالیایی نشان داد که تغییرات مثبتی در سبکهای فرزند پروری، سازگاری والدین، اعتماد به نفس در فرزند پروری و مشکلات رفتاری کودک را در پی پیاده سازی برنامه فرزند پروری مثبت گزارش کرده اند (ساندرز و همکاران، ۲۰۰۸). در واقع اثربخشی شیوه های فرزند پروری مثبت در مطالعات مختلف بر جنبه های مختلف والدین و فرزندان مورد تأیید قرار گرفته است (دی گراف^۱ و همکاران، ۲۰۰۸ الف و ب؛ ساندرز و همکاران، ۲۰۱۴؛ نر^۲ و همکاران، ۲۰۱۳). برنامه فرزندپروری مثبت همچنین واکنشهای عاطفی و ناخوشایند والدین که شامل افسردگی، خشم، اضطراب و سطوح بالایی از استرس خصوصاً در هنگام ایفای نقش والدگری میباشد را هدف قرار میدهد (ساندرز و همکاران، ۲۰۰۳). در تحقیق حاضر هدف این است که تأثیر آموزش فرزند پروری مثبت بر طرحواره های ناسازگار والدین و تاکتیک های حل تعارض فرزندان مورد بررسی قرار گیرد. به طور کلی مساله تحقیق حاضر این است که آیا آموزش شیوه های فرزند پروری مثبت بر اصلاح طرحواره های ناسازگار والدین تأثیر دارد؟ و اینکه آیا این آموزش می تواند سبب بهبود تاکتیک های حل تعارض با نوجوانان گردد؟

خانواده به عنوان نخستین محیط اجتماعی که کودک در آن قدم می گذارد، نقش اساسی در پدیدآیی ویژگی های فردی و اجتماعی وی دارد. در این میان نقش محوری پدر و مادر در شکل گیری این خصوصیات غیرقابل انکار است؛ اما چگونگی این تأثیرگذاری نیاز به کتاب عمیق و گسترده پیرامون روابط والدین با یکدیگر و فرزندان نشان دارد. کتاب های مختلف تأثیرپذیری انواع رفتارهای فرزندان از تعاملات و ارتباطات میان پدر و مادر را صحنه گذاشته اند. روابط نامناسب والدین موجب شکل گیری رفتارهای اجتماعی نامناسب ناخواسته ای در نوجوانان می گردد که سهم عمده ای در چگونگی روابط آنان با دوستان و همسالانشان و به طور کلی

1. De Graaf

2. Knerr

نحوه پاسخ‌های آنان به موقعیت‌های مختلف اجتماعی خواهد داشت (بیزدان پناه و همکاران، ۱۳۹۱).

از جمله مواردی که ضرورت چنین کتاب‌هایی را ملموس می‌کند توجه به خانواده و ارتباطات درونی آن و هماهنگ کردن این ارتباطات با اجتماع می‌باشد. اگر خانواده در درون خود ارتباطات مؤثر و مفیدی داشته باشد فضا را برای رشد فرزندان و متمر ثمر بودن آن‌ها برای اجتماع و فعالیت‌های انسانی به وجود می‌آورد. همچنین از بروز هزینه‌های اضافی که جامعه برای کنترل و آسیب‌های مربوط به افراد ضداجتماعی در نظر می‌گیرد کاهش می‌دهد. همچنین مطالعه و بررسی نوجوانان و رفتارهای متقابل اعضا بخصوص والدین با نوجوانان میزان تأثیر هر کدام را در رشد نوجوان نشان می‌دهد که به نوبه خود باعث می‌شود تا در برنامه‌ریزی دقیق و رشد محتوی آموزشی طراحی‌های بهتری صورت پذیرد و هم خانواده و هم مسئولان جامعه با دید بهتر و عمیق تری به تربیت و مسائل نوجوانان نگاه کنند.

تعارض والد - فرزندی: تعارض به موقعیتی گفته می‌شود فرد هم‌زمان با دو تمایل متعارض روبه‌رو باشد و یا دارای دو انگیزه باشد که یک مانع از بروز انگیزه‌ی دیگری باشد حال اگر این تنگنا در ارتباط بین والدین و کودکان ایجاد شود تعارض والد - فرزندی نام دارد (گیتی پسند و همکاران، ۱۳۸۷).

طرح‌واره‌های ناسازگار: طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه اساساً مضمون‌های تلویحی و ناهشیار هستند که توسط افراد حفظ می‌شوند. این طرح‌واره‌ها به عنوان یک الگو برای پردازش تجارب به کار می‌روند و نتیجتاً در سرتاسر زندگی گسترش می‌یابند و در رفتارها، افکار، احساسات و روابط با سایر مردم را تعیین می‌کنند. وقتی این طرح‌واره‌ها برانگیخته می‌شوند، هیجان‌های منفی شدیدی ایجاد می‌کنند (یانگ و همکاران، ۱۳۹۴).

سبک‌های فرزند پروری: منظور از شیوه‌های فرزند پروری، روش‌هایی است که والدین برای تربیت فرزندان خود به کار می‌گیرند و بیانگر نگرش‌هایی است که آن‌ها نسبت به فرزندان خود دارند و همچنین شامل معیارها و قوانینی است که برای فرزندان خویش وضع می‌کنند. ولی باید پذیرفت که رفتارهای فرزند پروری