



Research Paper

 [10.29252/IJFP.2023.557407.1130](https://doi.org/10.29252/IJFP.2023.557407.1130)

The Effectiveness of Schema-based Family Education Program on Emotion Management in Maladapted Adolescents

Hosein Karimi Moghadam¹, Sogand Ghasemzadeh^{2*}, Ali Akbar Arjmandnia³

1. MSc. Student of Psychology and Education of Exceptional Children, Faculty of Psychology and Education, University of Tehran, Tehran, Iran.
2. Assistant Professor, Department of Psychology and Education of Exceptional Children, Faculty of Psychology and Education, University of Tehran, Tehran, Iran.
3. Associate Professor, Department of Psychology and Education of Exceptional Children, Faculty of Psychology and Education, University of Tehran, Tehran, Iran.

Article Info.	Abstract
<p>Received: 07.08.2022</p> <p>Accepted: 07.10.2022</p>	<p>Abstract</p> <p>The present study aimed to investigate the effectiveness of schema-based family education programs in emotion management in maladapted adolescents. The present study is applied research regarding the purpose and quasi-experimental regarding the data collection method, with a randomly selected two-group design and pre-test and post-test. The statistical population of this study consisted of adolescents with behavioral problems of Bojnord city. Participants were the students who received the highest scores in the Achenbach system of empirically-based assessment (CBCL) among the students of three schools. They were then randomly divided into two groups of control and experiment, with 15 people in each group. The cohabitation of parents, general health of participating parents, and exclusion criteria, including acute or chronic physical illness or any other medical illness that precluded attendance in meetings, receiving other psychological interventions, undergoing a similar program, and receiving medication. Participants in both groups received CERQ and BERQ questionnaires as pre-test and post-tests to complete before and after the intervention program. The experimental group was trained in schema-based family education for 13 sessions. The control group did not receive any intervention during this period. The results of research on behavioral emotion regulation showed that schema-based family education program was significantly effective at $p= 0.01$ on the components of "withdrawal" and "seeking social support" and, at $p= 0.05$, did not affect the components of "seeking distraction," "actively approaching," and "ignoring." Findings also showed a significant effect on the components of cognitive emotion regulation, "adapted strategies," and "non-adapted strategies" at $p= 0.01$. Schema-based family education programs can sometimes enhance the components of emotion management in adolescents with behavioral problems and can be effective in prevention and rehabilitation. The results showed that the schema-based family education programs were effective in both components of cognitive emotion regulation and some components of behavioral emotion regulation (withdrawal and actively approaching).</p>
<p>Keywords:</p> <p><i>schema-based family education, emotion regulation, emotion management, maladapted adolescents</i></p>	
<p>*Corresponding author Email: s.ghasemzadeh@ut.ac.ir.</p>	
<p>How to Cite: Karimi Moghadam, H., Ghasemzadeh, S., Arjmandnia, A. (2022). The Effectiveness of Schema-based Family Education Program on Emotion Management in Maladapted Adolescents. <i>Journal of Family Psychology</i>. 9(2), 54-68.</p>	



اثربخشی برنامه آموزش خانواده بر طرحواره بر مدیریت هیجان در نوجوانان ناسازگار

حسین کریمی مقدم^۱، سوگند قاسم‌زاده^{۲*}، علی‌اکبر ارجمندنیا^۳

۱. دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

۲. استادیار گروه روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

۳. دانشیار گروه روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

چکیده

اطلاعات مقاله

چکیده

مدیریت هیجان یکی از چالش‌های نوجوانان در جهان امروز است که می‌تواند با شیوه‌های فرزندپروری در خانواده مرتبط باشد. پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره بر مدیریت هیجان در نوجوانان ناسازگار انجام گرفته است. پژوهش حاضر از نظر هدف، جزء پژوهش‌های کاربردی است و برحسب نحوه گردآوری داده‌ها، از نوع پژوهش‌های نیمه‌آزمایشی با طرح دوگروهی و انتساب تصادفی با پیش‌آزمون، پس‌آزمون است. جامعه آماری این تحقیق شامل نوجوانان با مشکلات رفتاری دوره اول متوسطه شهر بجنورد می‌باشد. شرکت‌کننده‌ها، بالاترین نمره ناسازگاری را در پرسشنامه مبتنی بر تجربه آخنباخ فرم والدین (CBCL) کسب کرده و سپس در دو گروه کنترل و آزمایش با تعداد ۱۵ نفر در هر گروه به صورت تصادفی قرار گرفتند. شرکت‌کنندگان دو گروه، قبل و بعد از اجرای برنامه مداخله، پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان (CERQ) و پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان (BERQ) را به عنوان پیش‌آزمون و پس‌آزمون دریافت و تکمیل کردند. افراد گروه آزمایش طی ۱۳ جلسه مورد آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره قرار گرفتند و گروه کنترل در این مدت هیچ گونه مداخله‌ای دریافت نکرد. نتایج تحقیق در رابطه با تنظیم رفتاری هیجان نشان می‌دهد که برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره به‌طور معناداری در سطح $p=0/01$ بر مولفه‌های «کناره‌گیری» و «جستجوی حمایت اجتماعی» موثر بوده و در سطح $p=0/05$ بر مولفه‌های «اقدام به کارهای دیگر»، «رویارویی فعال» و «نادیده گرفتن» تأثیری نداشته است. همچنین یافته‌ها در رابطه مولفه‌های تنظیم شناختی هیجان، یعنی «راهبردهای سازش‌یافته» و «راهبردهای سازش‌نیافته» در سطح $p=0/01$ معنادار است. آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره می‌تواند در برخی موارد موجب بهبود و افزایش مولفه‌های مدیریت هیجان در نوجوانان با مشکلات رفتاری شود و از پیشگیری تا توانبخشی تأثیرگذار باشد.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۴/۱۷

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۷/۱۵

کلیدواژه‌ها:

آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره،

تنظیم هیجان،

مدیریت هیجانات،

نوجوانان ناسازگار

*نویسنده مسئول:

پست الکترونیکی: s.ghasemzadeh@ut.ac.ir

استناد به این مقاله:

کریمی مقدم، حسین، قاسم‌زاده، سوگند، ارجمندنیا، علی‌اکبر (۱۴۰۱). اثربخشی برنامه آموزش خانواده بر طرحواره بر مدیریت هیجان در نوجوانان ناسازگار. *روانشناسی خانواده*، ۹(۲)، ۵۴-۶۸.

نوجوانی دوره‌ای است که سراسر با فراز و نشیب و همچنین تغییرات جسمی و روانی خاص همراه بوده که باعث متمایز شدن این دوره با دوره‌های دیگر و منحصر به فرد شدن یک نوجوان با دیگران می‌شود. در این دوره والدین و فرزندان باید بتوانند روابط مثبت و تازه‌ای با یکدیگر برقرار نمایند؛ ضمن اینکه والدین باید شرایطی را فراهم کنند تا فرزندان بتوانند در محیطی امن تصمیمات مهم زندگی خود را اخذ کنند (Anari et al., 2018). با توجه به اینکه مطالعات نشان داده است که ۱۰ تا ۲۵ درصد نوجوانان، علائمی از مشکلات روانی، مانند اعتماد به نفس پایین، افکار افسردگی، و رفتارهای تکانشی یا ناسازگار دارند (Theunissen et al., 2019)، افراد دارای مشکلات رفتاری، رفتاری نامناسب با سن خود بروز می‌دهند که از لحاظ فرهنگی نیز قابل قبول نیست. نوجوانان دارای مشکلات رفتاری، در خودکنترلی رفتار و همچنین هیجانات دچار مشکل هستند. مشکلات رفتاری، مشکلاتی از قبیل نافرمانی، پرخاشگری، مشکلات توجه، لجبازی، رفتار مخرب، مصرف مواد، گوشه‌گیری، شکایات جسمانی، افسردگی، و اضطراب را شامل می‌شوند (Arjmandnia et al., 2020). نوجوانانی که مشکلات هیجانی و رفتاری دارند و از آنها با عنوان نوجوانان ناسازگار، دشوار، و مسئله‌دار یاد می‌شود، در خانواده‌هایی زندگی می‌کنند که با نام خانواده‌های بحرانی نام برده می‌شوند (Motamedi Shark et al., 2016). سلامت روانی والدین، شیوه‌های فرزندپروری متناقض، وضعیت اجتماعی و اقتصادی نامناسب و شدت نظارت والدین، با شکل‌گیری مشکلات رفتاری در کودک ارتباط دارد (Arjmandnia et al., 2020). از سویی دیگر عدم موفقیت تحصیلی، مشکلات در روابط، سوءمصرف مواد مخدر و الکل، بیکاری، بزهکاری و مشکلات بهداشت روانی در بزرگسالی از جمله مواردی است که با مشکلات عاطفی در ارتباط است. نوجوانان با مشکلات عاطفی به طور معمول در سطح بالایی از مشکلات رفتاری و عملکرد اجتماعی ضعیف قرار دارند (Wiley et al., 2010) مشکلات عاطفی و رفتاری می‌تواند رشد یک نوجوان را به خطر انداخته و به مشکلات جدی روانی در آینده تبدیل گردد (Theunissen et al., 2019).

یکی از این موارد که بسیار با شرایط عاطفی خانواده ارتباط تنگاتنگ دارد، تنظیم هیجان است. زمینه عاطفی خانواده در سازگاری نوجوان دخیل است و می‌تواند تاثیر بسزایی در روابط و احساسات و همچنین تنظیم هیجانات نوجوان بگذارد (Cheung et al., 2020). در تحقیق صورت گرفته در رابطه با کودکان دارای اختلال کم‌توجهی - بیش‌فعالی، سطح اضطراب/عصبانیت والدین را که در فرزندپروری خود را نمایانگر می‌کند با تنظیم هیجان کودک مورد بررسی قرار دادند و یافته‌ها حاکی از ارتباط نسبتاً قوی بین این دو متغیر است و بیانگر تاثیر خانواده بر تنظیم هیجان است (Melnick & Hinshaw, 2000). هیجانات نوعی حالات پیچیده روانشناختی هستند که از سه عنصر تجربه ذهنی، واکنش هیجانی، و رفتار آشکار تشکیل شده‌اند، تنظیم شناختی هیجان به توانایی مواجه شدن با هیجان منفی و درک همراه با شفقت به منظور دستیابی به اهداف مهم گفته می‌شود (Ashori et al., 2020). تنظیم هیجان یک فرایند است که افراد در آن تحت تاثیر قرار می‌گیرند که چه احساسی دارند، چه زمانی احساس می‌کنند و چگونه این احساسات را تجربه و بیان می‌کنند و در واقع فرایندی است که مسئول شروع، نگهداری، اصلاح و تغییر حالت‌های عاطفی است (Torrence & Connelly, 2019). همچنین تنظیم هیجان به توانایی فرد در نظارت، ارزیابی و مدیریت طیف وسیعی از احساسات و به تلاش‌های یک فرد برای مدیریت تجربه درونی و تجربه بیرونی احساسات اشاره دارد (Gao et al., 2021; Te Brinke et al., 2021). تحقیقات گذشته بر اهمیت رویارویی و درگیری با محرک‌های عاطفی تاکید کرده‌اند (Sheppes et al., 2011). هرچند در تحقیقات دیگر تاکید بر کاهش پاسخ و رویارویی فعال در برابر محرک‌های عاطفی بوده و این پژوهشگران به این نتیجه رسیده‌اند که این عمل گاهی اوقات در بلندمدت باعث افزایش و بهبود عملکرد می‌شود (Bonanno & Keltner, 1997). راهبردهای تنظیم هیجان می‌تواند شامل راهبردهای شناختی و یا رفتاری باشد و بسته به نوع تاثیر آنها

1. maladapted
2. disobedience
3. aggression
4. depression
5. anxiety
6. emotional problems
7. emotion regulation

می تواند سازگار یا در نقطه مقابل آن ناسازگار تلقی شود (Naragon-Gainey et al., 2017). که با توجه به این نکته می توان گفت که چهار نوع راهبرد خواهیم داشت که بدین شرح است: ناسازگاری شناختی، ناسازگاری رفتاری، سازگاری شناختی و سازگاری رفتاری (Te Brinke et al., 2018).

تنظیم هیجان هم با مشکلات درونی^۱ مانند افسردگی و اضطراب و هم با مشکلات بیرونی^۲ مثل پرخاشگری و قانون شکنی در ارتباط است (Aldao et al., 2016). برای سنین نوجوانی، پیوند روشنی بین مشکلات تنظیم هیجان و مشکلات بیرونی وجود دارد و در واقع کودکانی که مشکلات برونی سازی دارند در تحول شناخت، زبان و تنظیم هیجان دچار مشکل می شوند، احتمال مشکلات ارتباطی با معلم، والدین، و همسالان نیز افزایش می یابد (Compas et al., 2017). راهبردهای تنظیم رفتاری هیجان در پاسخ به رویدادهای تهدیدکننده زندگی بر اساس عواملی از قبیل موارد زیر می باشند: اقدام به کارهای دیگر^۳ یعنی فرد حواس خود را با انجام یک کار دیگر پرت کند؛ کناره گیری^۴ یعنی فرد از موقعیت هایی که استرس آور هستند دوری کند؛ رویارویی فعال^۵ یعنی رفتار فعال در برابر شرایط استرس آور؛ جستجوی حمایت اجتماعی^۶ یعنی فرد هیجانان خود را با دیگران به اشتراک بگذارد و در مقابل درخواست حمایت داشته باشد؛ و نادیده گرفتن^۷ یعنی فرد به گونه ای رفتار کند که گویی اتفاقی نیفتاده است (Ashori et al., 2020).

یکی از این مسائل مرتبط با خانواده فرزندپروری است. شیوه ها و مهارت های فرزندپروری در جلوگیری از مشکلات عاطفی و همچنین مشکلات رفتاری بسیار کمک کننده است (Borden et al., 2014). در پژوهشی که با عنوان تاثیر فرزندپروری بر تنظیم هیجانان در دوران کودکی و نوجوانی انجام شد، به این نتیجه رسیدند که تنظیم مناسب هیجانان برای ارتقای سلامت اجتماعی و عاطفی در کودکان و نوجوانان بسیار مهم است که والدین در این بین نقش برجسته و والایی در چگونگی رشد تنظیم هیجانان در این دوره های سنی، دارا هستند (Morris et al., 2017). همچنین در پژوهشی دیگر که در این زمینه انجام گرفته است نیز تاثیر فرزندپروری بر تنظیم هیجان مورد بررسی قرار گرفته و اثربخشی مناسب برنامه مداخله ای فرزندپروری بر تنظیم هیجان گزارش شده است (Saadati et al., 2020). اما یکی از عواملی که بر این مهارت ها و شیوه های فرزندپروری تاثیر می گذارد، طحاره ها هستند. طحاره ها عمدتاً در نتیجه تجارب ناگوار دوران کودکی شکل می گیرند و به آن ها طحاره های ناسازگار اولیه نیز گفته می شود. طحاره ها در اوایل دوران کودکی یا نوجوانی بازنمایی هایی دقیق از محیط پیرامون ایجاد می کنند. طحاره های افراد تاحدودی بازتابی دقیق از محیط زندگی اولیه شان است (Young et al., 2003). مرور پژوهش های انجام شده نشان می دهد، فرزندپروری و نقش والدین در تنظیم هیجان فرزندشان مشهود است. با توجه به اینکه ریشه بسیاری از مشکلات به دوران کودکی و به خانواده برمی گردد، کمک به اصلاح شیوه های فرزندپروری و همچنین کمک به شناخت بهتر والدین در رابطه با طحاره هایشان به آنها کمک کرده تا تاثیرات مثبت بر مدیریت هیجان و رفتار فرزندشان بگذارند. فرزندپروری مبتنی بر طحاره نوعی روش فرزندپروری مبتنی بر نظریه طحاره درمانی است و مفروضه اصلی این نظریه بر این اساس است که ریشه شکل گیری طحاره های ناسازگار برخاسته از نیازهای عاطفی اساسی تامین نشده در فرزندپروری اداراک شده دوران کودکی و نوجوانی است و این نظریه توضیح می دهد چرا تامین این نیازها برای پرورش سالم فرزندان از نظر روانی لازم و واجب است. نتایج پژوهش بر روی کودکان و نوجوانان با مشکلات رفتاری نشان داد که برنامه مداخله مبتنی بر خانواده می تواند مهارت های فرزندپروری مقتدرانه مادران را بهبود بخشد و همچنین می تواند علائم بالینی کودکان را کاهش دهد (Ghasemzadeh et al., 2019). همچنین در پژوهشی دیگر که بر روی کودکان ۹ تا ۱۱ ساله انجام شده است، نتایج حاکی از اثربخشی پروتکل های یکپارچه درمان فراتشخیصی در کاهش اضطراب کودکان مبتلا به دیابت نوع ۱ و همچنین بهبود تنظیم هیجانی مادرانشان داشت

1. internal problems
2. external problems
3. seeking distraction
4. withdrawal
5. actively approaching
6. seeking social support
7. ignoring

(Ghasemzadeh & naghsh, 2020). مهمترین نیازهای عاطفی اساسی که لازم است در مسیر فرزندپروری توسط والدین تأمین شوند عبارتند از: رابطه و پذیرش، خودگردانی و عملکرد سالم، پذیرش محدودیت‌های معقول و انتظارات واقع‌بینانه (Louis & Louis, 2015). در این پژوهش تلاش شده است تا به سوال پژوهشی پاسخ داده شود که عبارت است از: آیا برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره بر مدیریت شناختی هیجان و مدیریت رفتاری هیجان در نوجوانان ناسازگار اثرگذار است؟

روش

پژوهش حاضر از نظر هدف، جزء پژوهش‌های کاربردی و برحسب نحوه گردآوری داده‌ها، از نوع پژوهش‌های نیمه‌آزمایشی با طرح دوگروهی و انتساب تصادفی با پیش‌آزمون، پس‌آزمون بود. جامعه آماری این تحقیق شامل نوجوانان با مشکلات رفتاری دوره اول متوسطه (۱۲ تا ۱۵ ساله) شهر بجنورد در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ بودند. برای انتخاب گروه نمونه سه مدرسه به شیوه نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب و جهت غربال اولیه پرسشنامه مبتنی بر تجربه آنبایخ^۱ به دو صورت الکترونیکی و کاغذی در اختیار والدین قرار گرفت. از بین افرادی که نمره حدنصاب پرسشنامه را کسب کرده و داوطلب شرکت در پژوهش بودند و همچنین ملاک‌های ورود را داشتند، ۳۰ نفر به عنوان نمونه نهایی انتخاب شدند. ملاک‌های ورود شامل دریافت نمره حدنصاب در پرسشنامه مبتنی بر تجربه آنبایخ، سن بین ۱۲ تا ۱۵ سال، زندگی کردن والدین با هم، سلامت عمومی برای والد شرکت‌کننده و همچنین ملاک‌های خروج شامل ابتلا به بیماری جسمی حاد یا مزمن و یا هر بیماری طبی دیگری که مانع حضور در جلسات شود، دریافت مداخله روانشناختی دیگر، گذراندن برنامه مشابه و تحت دارودرمانی قرار گرفتن شرکت‌کنندگان بودند. والدین در دو گروه کنترل و آزمایش با تعداد ۱۵ نفر در هر گروه به صورت تصادفی قرار گرفتند. گروه آزمایش پس از اجرای پیش‌آزمون به مدت ۱۳ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای، آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره را دریافت کرد، اما گروه کنترل پس از انجام پیش‌آزمون، هیچ‌گونه مداخله‌ای دریافت نکرد. البته به علت رعایت اصول اخلاقی، بعد از پایان پژوهش و انجام پس‌آزمون، برای گروه کنترل نیز مداخله صورت گرفت.

ابزارهای سنجش

نظام سنجش مبتنی بر تجربه آنبایخ (ASEBA) - فرم والدین

یکی از پرکاربردترین مقیاس‌های همه‌جانبه در زمینه سنجش وضعیت روان‌شناختی کودکان و نوجوانان، نظام سنجش مبتنی بر تجربه آنبایخ است که مهارت‌ها و مشکلات رفتاری کودک و نوجوان را در دو گروه پسر و دختر می‌سنجد. آنبایخ (۲۰۰۱) به منظور جمع‌آوری اطلاعات درباره مشکلات رفتاری افراد، نظام سنجش مبتنی بر تجربه را طراحی کرد (Shokoohi-Yekta & Parand, 2006). این نظام شامل مجموعه‌ای از فرم‌ها برای ارزیابی شایستگی‌ها، کارکرد انطباقی و مشکلات رفتاری است که عبارتند از: فهرست نشانه‌های رفتاری کودک/نوجوان^۲، فرم گزارش معلم^۳ و پرسشنامه خودسنجی^۴. این پرسشنامه در ۲۵ الی ۳۰ دقیقه تکمیل می‌شود. سه مقیاس اضطراب/افسردگی^۵، گوشه‌گیری/افسردگی و شکایات جسمانی^۶ گروه‌بندی

1. Achenbach system of empirically based assessment
2. child behavior checklist (CBCL)
rteacher's report form (TRF)
- ۴ youth self-report (YSR)
5. anxiety/depression
6. physical complaints

در دامنه ۰/۷۰ تا ۰/۸۰ نشان داده شده است. همچنین آلفای کرونباخ در خرده مقیاس‌ها نیز در دامنه ۰/۶۲ تا ۰/۸۵ گزارش شده است (Garnefski & Kraaij, 2006). بشارت و بزازیان، پایایی پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان را بر روی ۴۷۸ نفر که متشکل از ۲۲۶ مرد و ۲۵۲ زن بودند، به روش آلفای کرونباخ در دامنه ۰/۸۷ تا ۰/۹۳ و روایی آن در دامنه ۰/۷۳ تا ۰/۸۷ گزارش کرده‌اند. پایایی پرسشنامه نیز به روش آلفای کرونباخ در دامنه ۰/۸۵ تا ۰/۹۱ و روایی آن نیز در دامنه ۰/۷۴ تا ۰/۹ به دست آمد (Besharat & Bazzazian, 2014). این پرسشنامه جهت سنجش تنظیم شناختی هیجان نوجوانان با مشکلات رفتاری، و توسط نوجوان تکمیل شده است.

پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان (BERQ)^۱ این پرسشنامه ابزاری جدید است که توسط کرایج و گارنفسکی در سال ۲۰۱۹، برای ارزیابی سبک‌های رفتاری افراد طراحی شده و شامل ۲۰ گویه می باشد (Kraaij & Garnefski, 2019). این پرسشنامه، راهبردهای تنظیم رفتاری هیجان را در پاسخ به رویدادهای تهدیدکننده زندگی بر اساس عواملی از قبیل اقدام به کارهای دیگر^۲ (گویه‌های ۱ تا ۴)، کناره‌گیری^۳ (گویه‌های ۵ تا ۸)، رویارویی فعال^۴ (گویه‌های ۹ تا ۱۲)، جستجوی حمایت اجتماعی^۵ (گویه‌های ۱۳ تا ۱۶) و نادیده گرفتن^۶ (گویه‌های ۱۷ تا ۲۰) ارزیابی میکند. نمره گذاری این پرسشنامه در اندازه‌های پنج درجه‌ای لیکرتی از نمره ۱ (هرگز) تا نمره ۵ (همیشه) است. با توجه به این نکته که هر خرده مقیاس از ۴ گویه تشکیل شده است، پس نمره کل در هر خرده مقیاس بین ۴ تا ۲۰ است. نمرات خرده مقیاس‌ها قابل جمع نیستند پس نمره کل درکار نیست. هرچه آزمودنی در خرده مقیاس‌های اقدام به کارهای دیگر، رویارویی فعال، و جستجوی حمایت اجتماعی نمره بیشتر و در خرده مقیاس کناره‌گیری و نادیده گرفتن نمرات کمتری دریافت کند وضعیت او از لحاظ تنظیم رفتاری هیجان مطلوب‌تر است. پایایی این پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ توسط کرایج و گارنفسکی (۲۰۱۹) در دامنه ۰/۸۹ تا ۰/۹۳ و از طریق بازآزمایی در دامنه ۰/۴۷ تا ۰/۷۵ به دست آمد و روایی آن از طریق ضریب همبستگی برای خرده مقیاس‌های اقدام به کارهای دیگر، رویارویی فعال، و جستجوی حمایت اجتماعی به ترتیب ۰/۵۳، ۰/۶۷ و ۰/۵۱ به دست آمده است. ترجمه و هنجاریابی آن در ایران توسط عاشوری، قاسم‌زاده و صفرپور انجام گرفت که در آن نمونه‌ای به حجم ۴۶۱ نفر از شهرهای تهران، اصفهان، نجف آباد و شهرضا انتخاب شد. روایی صوری و محتوایی مناسب گزارش شد. شاخص روایی محتوایی کل ۰/۸۴ گزارش شده است و برای هر یک از خرده مقیاس‌های اقدام به کارهای دیگر، کناره‌گیری، رویارویی فعال، جستجوی حمایت اجتماعی و نادیده گرفتن به ترتیب ۰/۸۲، ۰/۸۷، ۰/۸۶، ۰/۷۸، ۰/۸۳ بود. همچنین پایایی هر یک از خرده مقیاس‌ها نیز به ترتیب ۰/۸۸، ۰/۹۰، ۰/۹۱، ۰/۸۹ و ۰/۸۷ و با روش بازآزمایی در دامنه ۰/۵۹ تا ۰/۶۶ گزارش شده است. پس به طور کلی پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان، ابزاری روا و پایا است و می‌توان آن را در مداخلات روانشناختی به منظور ارزیابی تنظیم رفتاری هیجان در جامعه ایرانی استفاده کرد (Ashori et al., 2020). این پرسشنامه جهت سنجش تنظیم رفتاری هیجان نوجوانان با مشکلات رفتاری و توسط نوجوان تکمیل شده است.

روش اجرای پژوهش

آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره، نوعی روش مبتنی بر نظریه طرحواره درمانی (Young et al., 2003; Louis & Louis, 2015) است، مفروضه اصلی این نظریه این هست که ریشه شکل‌گیری طرحواره‌های ناسازگار برخاسته از نیازهای عاطفی اساسی تامین نشده در فرزندپروری اداراک شده دوران کودکی و نوجوانی است و این نظریه توضیح می‌دهد چرا تامین این نیازها برای پرورش سالم فرزندان از نظر روانی لازم است. این برنامه شامل ۱۳ جلسه متوالی است که در ده جلسه عمومی، دو جلسه

1. Behavioral emotion regulation questionnaire
2. seeking distraction
3. withdrawal
4. actively approaching
5. seeking social support
6. ignoring

کریمی مقدم و همکاران: اثربخشی برنامه آموزش خانواده بر طرحواره بر مدیریت هیجان...

خصوصی و یک جلسه جمع‌بندی تنظیم شده است (جدول شماره ۱). والدین گروه آزمایش این جلسات را به صورت حضوری گذرانده‌اند. هر بخش از این جلسات دارای دستورالعمل‌های خاص خود است. این جلسات به صورت یک روز در هفته و به مدت ۹۰ دقیقه انجام شده است.

جدول ۱. محتوای جلسات آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره

جلسات	محتوا
جلسه اول: معرفی دوره و طول دوره، ایجاد انگیزه در شرکت‌کنندگان، آشنایی با دوره نوجوانی، آشنایی با مشکلاتی که نوجوانان با والدین دارند، آشنایی با مشکلات رفتاری و هیجانی شایع نوجوانان	
جلسه دوم: آشنایی با علل تداوم‌بخش مشکلات رفتاری، عواملی که بر رفتار یک فرد تاثیر می‌گذارد، آشنایی با مثلث فرزندپروری که متشکل از همسر، والدین فرد، و خود فرد به عنوان والد است، انواع شیوه‌های فرزندپروری، آشنایی با مناسب‌ترین شیوه فرزندپروری	
جلسه سوم: تاثیرات والدین نابالغ هیجانی بر فرزندان، بررسی دو مفهوم احساس تنهایی عاطفی و احساس صمیمیت عاطفی، بررسی نقش والدین و تاثیرات در دسترس بودن آنها، بررسی مشکلات نوجوانانی که با تجربه احساس تنهایی بزرگ می‌شوند، شناسایی والدین نابالغ هیجانی، همدلی و شوخ طبعی دو اسلحه افراد بالغ هیجانی، آشنایی با ویژگی‌های والدین نابالغ هیجانی از مستبد بودن تا هیجان‌ات سفید یا سیاه	
جلسه چهارم: تجربه احساسات در ارتباط با والد نابالغ هیجانی، آشنایی با مفاهیم استحقاق نقش و اجبار در نقش، انواع والدین نابالغ هیجانی، واکنش فرزندان به نسبت والدین نابالغ هیجانی، آشنایی با درون‌سازی و برون‌سازی	
جلسه پنجم (خصوصی): بحث اختصاصی در رابطه با مشکلات نوجوان هر خانواده، بحث درباره مثلث فرزندپروری هر والد، بحث در رابطه با امکان فرارگیری والدین در دسته‌ای از والدین نابالغ هیجانی	
جلسه ششم: شناخت نیازهای هیجانی اساسی برای هر فرد، آشنایی با نیاز امنیت، شناخت نیاز عزت نفس، شناخت نیاز آزادی در بیان نیازها، آشنایی با نیاز ارتباط سالم با دیگران، آشنایی با نیاز اساسی خودمختاری، آشنایی با نیاز اساسی محدودیتهای واقع بینانه، بررسی نتایج هیجانی منفی بر اثر عدم توجه به ارضای نیازها، شناخت مشکلاتی که در پی برطرف نشدن نیازهای هیجانی اساسی پیش می‌آید بررسی محیط و نقش آن در شکل‌گیری تله‌های عاطفی، بررسی خلق و خو و نقش آن در شکل‌گیری تله‌های عاطفی	
جلسه هفتم: آشنایی والدین با نیاز هیجانی اساسی رابطه و پذیرش، شناخت والدین از اهمیت رابطه، درک بوم‌رنگ رفتاری، آشنایی والدین با مفهوم همدلی، شناخت تله‌های مربوطه، آشنایی والدین با نشانه‌های تله‌ها و شرایط محیطی ایجادکننده و مراحل تغییر آنها	
جلسه هشتم: آشنایی والدین با نیاز خودگردانی، آشنایی والدین با تله وابستگی، آشنایی والدین با نشانه‌های تله و شرایط محیطی ایجادکننده و مراحل تغییر آن	
جلسه نهم: آشنایی والدین با نیاز محدودیتهای معقول، شناخت تله استحقاق/خود بزرگ بینی، آشنایی والدین با نشانه‌های تله و شرایط محیطی ایجادکننده و مراحل تغییر آن	
جلسه دهم: آشنایی والدین با نیاز انتظارات واقع‌بینانه، آشنایی والدین با تله معیارهای سختگیرانه، آشنایی والدین با نشانه‌های تله و شرایط محیطی ایجادکننده و مراحل تغییر آن	
جلسه یازدهم (خصوصی): صحبت پیرامون تله‌های عاطفی اختصاصی مرتبط با هر والد	
جلسه دوازدهم: آشنایی با والدین بالغ هیجانی، حرکت والدین به سوی ترمیم	
جلسه پایانی: ذکر نکاتی مهم در رابطه با کل دوره، جمع‌بندی نیازهای اساسی هیجانی، تاکید بر نقش خود فرد در راه تغییر، آشنایی با سدهای راه تغییر، پاسخدهی به سوالات و ابهامات والدین	

1. causes of continuity
2. emotional loneliness
3. emotional intimacy
4. empathy
5. entitlement
6. autonomy

یافته‌ها

در این تحقیق فرض بر این بود که برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره بر مولفه های اقدام به کارهای دیگر، کناره‌گیری، رویارویی فعال، جستجوی حمایت اجتماعی و نادیده گرفتن از مولفه‌های تنظیم رفتاری هیجان نوجوانان ناسازگار تاثیر دارد. همچنین فرض بر این بود که برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره بر مولفه راهبردهای سازش‌یافته و مولفه راهبردهای سازش‌نیافته تنظیم شناختی هیجان نوجوانان ناسازگار تاثیر دارد.

با توجه به جدول (۲) و با تأکید بر اینکه تفاوت اندکی بین نما، میانه و میانگین در تمام مولفه‌های تنظیم رفتاری هیجان و تنظیم شناختی هیجان وجود دارد و از آنجائیکه میزان ضریب کجی و ضریب کشیدگی نیز در تمام مولفه‌های مذکور کمتر از رقم ۱ است، می‌توان مطرح نمود که توزیع فوق، مفروضه نرمال بودن را داراست و می‌توان از میانگین به‌عنوان معرف شاخص گرایش مرکزی استفاده نمود و از مدل‌های آمار پارامتریک استفاده به عمل آورد.

جدول ۲. شاخص‌های گرایش مرکزی و شاخص‌های توزیع

گروه	متغیر	نوبت آزمون	میانگین	خطای معیار	ضریب کجی	ضریب کشیدگی	
آزمایش	اقدام به کارهای دیگر	پیش آزمون	۱۳/۵۳	۱/۱۹	-۰/۲۹	-۰/۴۱	
		پس آزمون	۱۳/۹۳	۰/۹۵	۰/۴۳	-۰/۷۹	
	کناره‌گیری	پیش آزمون	۸/۸۰	۱/۱۳	۰/۴۲	-۰/۵۲	
		پس آزمون	۷/۴۶	۰/۶۳	۰/۳۱	-۰/۶۲	
	تنظیم رفتاری هیجان	پیش آزمون	۱۰/۹۳	۰/۸۵	-۰/۵۰	-۰/۲۱	
		پس آزمون	۱۲/۹۳	۰/۷۸	۰/۴۹	-۰/۵۹	
	جستجوی حمایت اجتماعی	پیش آزمون	۱۳/۶۶	۱/۰۹	-۰/۱۷	-۰/۵۳	
		پس آزمون	۱۴/۵۳	۰/۷۶	۰/۷۸	-۰/۷۷	
	کنترل	نادیده گرفتن راهبردهای سازش یافته	پیش آزمون	۱۰/۲۶	۰/۹۳	۰/۳۴	۰/۱۹
			پس آزمون	۱۰/۷۳	۰/۸۹	۰/۸۸	۰/۷۳
تنظیم شناختی هیجان		پیش آزمون	۳/۳۳	۰/۱۴	۰/۳۶	-۰/۳۱	
		پس آزمون	۳/۶۷	۰/۱۷	۰/۵۴	-۰/۷۷	
سازش نایافته		پیش آزمون	۳/۱۹	۰/۱۵	۰/۶۵	۰/۳۲	
		پس آزمون	۲/۴۳	۰/۱۳	۰/۷۴	-۰/۵۶	
اقدام به کارهای دیگر		پیش آزمون	۱۱/۶۶	۰/۷۹	۰/۱۲	-۰/۵۴	
		پس آزمون	۱۱/۹۳	۰/۸۰	۱/۱۵	-۰/۷۶	
کناره‌گیری		پیش آزمون	۹/۸	۱/۲۱	۰/۴۶	-۰/۱۵	
		پس آزمون	۱۰/۴۰	۱/۰۶	۰/۳۹	-۰/۸۸	
تنظیم رفتاری هیجان	پیش آزمون	۱۳/۶۰	۰/۴۶	-۰/۳۱	-۰/۳۶		
	پس آزمون	۱۳/۶۶	۰/۴۸	-۰/۴۱	-۰/۷۰		
جستجوی حمایت اجتماعی	پیش آزمون	۱۲/۲۰	۰/۷۵	۰/۸۳	۰/۵۵		
	پس آزمون	۱۲/۱۳	۰/۶۴	۰/۴۰	۰/۵۵		
نادیده گرفتن	پیش آزمون	۱۱	۰/۷۲	-۰/۱۵	۰/۲۰		
	پس آزمون	۱۰/۸۶	۰/۶۸	۰/۰۸	۰/۲۶		
	پیش آزمون	۳/۵۶	۰/۱۰	-۰/۶۰	-۰/۲۷		

کریمی مقدم و همکاران: اثربخشی برنامه آموزش خانواده بر طرحواره بر مدیریت هیجان...

تنظیم	راهبردهای	پس آزمون	۳/۵۰	۰/۱۰	-۰/۴۵	-۰/۶۴
شناختی	سازش یافته					
هیجان	راهبردهای	پیش آزمون	۳/۰۸	۰/۱۴	-۰/۰۱	-۰/۱۳
	سازش نایافته	پس آزمون	۳/۰۶	۰/۱۱	-۰/۰۹	-۰/۵۶

با توجه به نتایج، تفاوت معنی‌داری در سطح $\alpha=0/05$ بین میانگین‌های مؤلفه‌های «تنظیم رفتاری هیجانی» و همچنین بین میانگین‌های مؤلفه‌های «تنظیم شناختی هیجان» در دو گروه آزمایش و کنترل در مرحله پیش‌آزمون وجود ندارد. از این‌رو، می‌توان عنوان نمود که واریانس‌ها در دو گروه آزمایش و کنترل در مرحله پیش‌آزمون همگن می‌باشند.

با توجه به جدول (۴) و با تأکید بر میزان مقادیر F بدست آمده، مشخص می‌شود که ارتباط معنی‌داری بین متغیر وابسته (در تمام مؤلفه‌ها) و متغیر همپراش (پیش‌آزمون)، در سطح $P=0/01$ وجود دارد. بنابراین، با توجه به اینکه اثر معنی‌دار متغیر پیش‌آزمون، مورد همپراش قرار گرفته است و به‌عنوان متغیر کنترل عنوان می‌شود، میتوان به اثرات متغیر آزمایشی برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره با عنوان منبع تغییرات، تأکید نمود. با توجه به جدول (۴) در رابطه با مؤلفه «اقدام به کارهای دیگر» و با توجه به میزان $F=0/89$ در منبع تغییرات برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره که در راستای شناسایی اثربخشی برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره بر مؤلفه «اقدام به کارهای دیگر» می‌پردازد و در سطح $P=0/05$ معنی‌دار نیست، می‌توان مطرح نمود که برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره بر مؤلفه «اقدام به کارهای دیگر» مؤثر نیست؛ اما در رابطه با مؤلفه «کناره‌گیری»، با توجه به میزان $F=8/35$ در منبع تغییرات برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره که در راستای شناسایی اثربخشی برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره بر مؤلفه «کناره‌گیری» می‌پردازد و در سطح $P=0/01$ معنی‌دار است، می‌توان مطرح نمود که برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره بر مؤلفه «کناره‌گیری» مؤثر می‌باشد. لازم به ذکر است، از آنجایی که میزان شدت اثر $0/23$ است، باید گفت که میزان اثربخشی برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره بر مؤلفه «کناره‌گیری»، متوسط است. در رابطه با مؤلفه «رویارویی فعال» و با توجه به میزان $F=0/53$ در منبع تغییرات برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره که در راستای شناسایی اثربخشی برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره بر مؤلفه «رویارویی فعال» می‌پردازد و در سطح $P=0/05$ معنی‌دار نیست، می‌توان مطرح نمود که برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره بر مؤلفه «رویارویی فعال» مؤثر نمی‌باشد. در رابطه با مؤلفه «نادیده گرفتن» هم به همین صورت با توجه به میزان $F=0/30$ در منبع تغییرات برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره که در راستای شناسایی اثربخشی برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره بر مؤلفه «نادیده گرفتن» می‌پردازد و در سطح $P=0/05$ معنی‌دار نیست، می‌توان مطرح نمود که برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره بر مؤلفه «نادیده گرفتن» مؤثر نمی‌باشد. در نهایت در رابطه با مؤلفه «جستجوی حمایت اجتماعی» با توجه به میزان $F=4/71$ در منبع تغییرات برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره که در راستای شناسایی اثربخشی برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره بر مؤلفه «جستجوی حمایت اجتماعی» می‌پردازد و در سطح $P=0/01$ معنی‌دار است، می‌توان مطرح نمود که برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره بر مؤلفه «جستجوی حمایت اجتماعی» مؤثر می‌باشد. لازم به ذکر است، از آنجایی که میزان شدت اثر $0/14$ است، باید گفت که میزان اثربخشی برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره بر مؤلفه «جستجوی حمایت اجتماعی»، کم است.

در رابطه با مؤلفه‌های تنظیم شناختی هیجان نیز طبق جدول (۴) و با توجه به میزان $F=11/92$ در منبع تغییرات برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره که در راستای شناسایی اثربخشی برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره بر مؤلفه «راهبردهای سازش‌یافته» می‌پردازد و در سطح $P=0/01$ معنی‌دار است، می‌توان مطرح نمود که برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره بر مؤلفه «راهبردهای سازش‌یافته» مؤثر می‌باشد. لازم به ذکر است، از آنجایی که میزان شدت اثر $0/30$ است، باید گفت که میزان اثربخشی برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره بر مؤلفه «راهبردهای سازش‌یافته»، متوسط است. همچنین با توجه به میزان $F=26/89$ در منبع تغییرات برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره که در راستای شناسایی اثربخشی برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره بر مؤلفه «راهبردهای سازش‌یافته» می‌پردازد و در سطح $P=0/01$ معنی‌دار است، می‌توان

گفت که برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره بر مؤلفه «راهبردهای سازش‌نایافته» مؤثر می‌باشد. لازم به ذکر است، از آنجایی که میزان شدت اثر ۰/۵۰ است، باید گفت که میزان اثربخشی برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره بر مؤلفه «راهبردهای سازش‌نایافته»، متوسط است.

جدول ۴. تحلیل کواریانس یکطرفه مولفه‌های «تنظیم رفتاری هیجان» و «تنظیم شناختی هیجان»

مقیاس‌ها	زیر مقیاس‌ها	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معناداری	شدت اثر
	پیش‌آزمون	۱۳۴/۹۶	۱	۱۳۴/۹۶	۰/۰۰۱			
	گروه	۶/۴۵	۱	۶/۴۵	۰/۳۵۳			۰/۰۳
	خطا	۱۹۴/۹۰	۲۷	۷/۲۱				
	کل	۵۳۷۸	۳۰					
	پیش‌آزمون	۱۸۷/۶۹	۱	۱۸۷/۶۹	۰/۰۰۱			
	گروه	۴۱/۳۷	۱	۴۱/۳۷	۰/۰۰۷			۰/۲۳
	خطا	۱۳۳/۶۴	۲۷	۴/۹۵				
	کل	۲۷۸۰	۳۰					
	پیش‌آزمون	۵۳/۳۶	۱	۵۳/۳۶	۰/۰۰۲			
	گروه	۲/۴۹	۱	۲/۴۹	۰/۴۶۹			۰/۰۲
	خطا	۱۲۴/۸۹	۲۷	۴/۶۲				
	کل	۵۴۸۹	۳۰					
	پیش‌آزمون	۹۶/۸۶	۱	۹۶/۸۶	۰/۰۰۱			
	گروه	۱۹/۶۵	۱	۱۹/۶۵	۰/۰۳۹			۰/۱۴
	خطا	۱۱۲/۶۰	۲۷	۴/۱۷				
	کل	۵۵۸۶	۳۰					
	پیش‌آزمون	۱۵۹/۷۸	۱	۱۵۹/۷۸	۰/۰۰۱			
	گروه	۱/۲۲	۱	۱/۲۲	۰/۵۸۷			۰/۰۱
	خطا	۱۰۸/۹۰	۲۷	۴/۰۳				
	کل	۳۷۶۸	۳۰					
	پیش‌آزمون	۶/۴۴	۱	۶/۴۴	۰/۰۰۱			
	گروه	۱/۰۸	۱	۱/۰۸	۰/۰۰۲			۰/۳۰
	خطا	۲/۴۶	۲۷	۰/۰۹				
	کل	۳۹۵/۰۶	۳۰					
	پیش‌آزمون	۲/۹۵	۱	۲/۹۵	۰/۰۰۱			
	گروه	۳/۵۸	۱	۳/۵۸	۰/۰۰۱			۰/۵۰
	خطا	۳/۶۰	۲۷	۰/۱۳				
	کل	۲۳۶/۴۳	۳۰					

بحث

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره بر مدیریت هیجان در نوجوانان ناسازگار انجام گرفت. یافته‌ها در رابطه با تنظیم رفتاری هیجان نشان می‌دهد که برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره به طور معناداری در سطح $P=0/01$ بر مولفه‌های «کناره‌گیری» و «جستجوی حمایت اجتماعی» مؤثر بوده و در سطح $P=0/05$ بر مولفه‌های

«اقدام به کارهای دیگر»، «رویارویی فعال» و «نادیده گرفتن» تاثیری نداشته است. همچنین یافته‌ها در رابطه با دو مولفه‌ی تنظیم شناختی هیجان، یعنی «راهبردهای سازش‌یافته» و «راهبردهای سازش‌نیافته» در سطح $P=0/01$ معنادار است. نتایج این پژوهش با مطالعات دیگری که تاثیر خانواده و فرزندپروری بر تنظیم هیجان را مورد بررسی قرار می‌دهند (Melnick & Hinshaw, 2000; Morris et al., 2017)، همسو بوده و نتایج آنها را تایید می‌کند. در مطالعات صورت‌گرفته نشان داده شده است که زمینه عاطفی خانواده در سازگاری نوجوان دخیل است و می‌تواند تاثیر بسزایی در روابط و احساسات و همچنین تنظیم هیجان نوجوان بگذارد (Cheung et al., 2020). یکی از این مسائل مرتبط با خانواده، فرزندپروری است. نشان داده شده، شیوه‌ها و مهارت‌های فرزندپروری در جلوگیری از مشکلات عاطفی و همچنین مشکلات رفتاری بسیار کمک‌کننده است (Borden et al., 2014) موضوعی که با یافته پژوهش حاضر مبنی بر اثربخشی آموزش خانواده بر برخی از مولفه‌های تنظیم هیجان تاثیرگذار بوده است.

اما اتفاقات و رویدادهای گذشته افراد و بازنمایی‌های دوران کودکی که بر مهارت‌های فرزندپروری تاثیر می‌گذارد در تحقیقات گذشته مورد بررسی قرار نگرفته است. یکی از عواملی که بر این مهارت‌ها و شیوه‌های فرزندپروری تاثیر می‌گذارد، طرحواره‌ها هستند. طرحواره‌ها عمدتاً در نتیجه تجارب ناگوار دوران کودکی شکل می‌گیرند و به آن‌ها طرحواره‌های ناسازگار اولیه نیز می‌گویند (Young et al., 2003). به ویژه تا جاییکه مطالعات پیشینه به ما آگاهی بخشیده است، این اولین پژوهش است که در رابطه با تاثیر فرزندپروری مبتنی بر طرحواره بر تنظیم هیجان در نوجوانان ناسازگار به مطالعه می‌پردازد. نتایج تحقیق ما شواهد محکمی از تاثیرپذیری تنظیم شناختی هیجان در دو مولفه راهبردهای سازش‌یافته و راهبردهای سازش‌نیافته نشان می‌دهد که بر ضرورت آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره‌ها که در طول سالیان تشکیل شده است برای والدین نوجوانان ناسازگار تاکید می‌کند.

همچنین نتایج تحقیق حاکی از تغییرات و بهبودی در دو مولفه کناره‌گیری و جستجوی حمایت اجتماعی از مولفه‌های تنظیم رفتاری هیجان است که نشان از تاثیرات درک اجتماعی به جای طرد اجتماعی و وجود همدلی بر تنظیم هیجان و مشکلات رفتاری نوجوانان دارد که از جمله موارد آموزشی در برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره است که در تحقیقات صورت گرفته توسط پژوهشگران بر همبستگی بین همدلی و سبک‌های دلبستگی و تنظیم هیجان تاکید شده است (Amiri & Jamali, 2019) که همچنین می‌توان اشاره کرد که سبک‌های دلبستگی نیز در پروتکل آموزشی ما مورد بحث قرار گرفته است و تاثیرگذاری هر دو مورد در قالب برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره بر تنظیم هیجان در تحقیق ما تایید شده است و همسو با تحقیقات گذشته است.

در نتایج به دست آمده، این مداخله بر مولفه‌ی اقدام به کارهای دیگر که مرتبط با حواسپرتی هست تاثیر معناداری نداشته است. در تبیین آن باتوجه به تحقیق صورت‌گرفته می‌توان گفت که افراد در زمانی که شدت احساسات منفی بالا است از این مولفه استفاده می‌کنند (Sheppes et al., 2011) پس عدم تغییر آن می‌تواند برگرفته از این موضوع باشد که فرد بسیار کم از این مولفه در تنظیم هیجان استفاده کرده است به همین دلیل نمرات در پیش آزمون و پس آزمون بدون تغییر محسوس و در سطح پایین باقی مانده است. همچنین با توجه به نتایج به دست آمده، این مداخله بر مولفه‌ی رویارویی فعال نیز تاثیر معناداری نداشته است هرچند تحقیقات گذشته بر اهمیت رویارویی و درگیری با محرک‌های عاطفی تاکید کرده اند (Sheppes et al., 2011). هرچند در تحقیقات دیگر تاکید بر کاهش پاسخ و رویارویی فعال در برابر محرک‌های عاطفی بوده و این پژوهشگران به این نتیجه رسیده‌اند که این عمل گاهی اوقات در بلندمدت باعث افزایش و بهبود عملکرد می‌شود (Bonanno & Keltner, 1997).

به طور کلی نتایج تحقیق نشان داد که آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره می‌تواند در برخی موارد موجب بهبود و افزایش مولفه‌های مدیریت هیجان در نوجوانان با مشکلات رفتاری شود. نتایج نشان داد که هر دو مولفه‌ی تنظیم شناختی هیجان و همچنین برخی از مولفه‌های تنظیم رفتاری هیجان (کناره‌گیری و رویارویی فعال)، از برنامه آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره تاثیر می‌پذیرد از جمله محدودیت‌های این مطالعه می‌توان به شرایط کرونا اشاره کرد که دسترسی ما به افراد شرکت‌کننده بیشتر را تحت تاثیر قرارداد و همچنین جمع‌آوری داده‌های پیگیری و بررسی‌های بیشتر نیز در این شرایط برای ما مقدور نبود. پس با توجه به نتایج این پژوهش به والدین و درمانگران پیشنهاد می‌شود که از پیشگیری تا توانبخشی نوجوانان ناسازگار، از برنامه

آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره استفاده کنند. در تحقیقات آینده پیشنهاد می‌شود که در کنار آموزش خانواده مبتنی بر طرحواره برای والدین، از مداخلات طراحی شده برای نوجوانان هم استفاده شود و هر دو گروه به طور موازی مورد آموزش و مداخله قرار گیرند تا نتایج مثبت افزایش داشته باشد.

پیروی از اصول اخلاق پژوهش

رعایت اصول اخلاقی در این پژوهش توسط دانشگاه تهران با کد اخلاق به شماره (IR.UT.PSYEDU.REC.1400.061) تایید شده است. کلیه اصول اخلاقی در این مطالعه رعایت شده است. شرکت‌کنندگان آزادانه در این مطالعه شرکت کردند و به همه آنها اطمینان داده شد که اطلاعاتشان محرمانه خواهد ماند.

تشکر و قدردانی

مطالعه حاضر در مدارس شهر بجنورد و با همکاری دانش‌آموزان این مدارس و والدین آنها انجام شده است. بدین‌وسیله نویسندگان این مقاله از کلیه والدین و نوجوانان شرکت‌کننده در این پژوهش، قدردانی می‌نمایند.

تعارض منافع

این مقاله هیچ‌گونه تعارض منافی ندارد.

References

- Achenbach, T. M., & Rescorla, L. (2007). Achenbach system of empirically based assessment. Retrieved from *Mental Measurements Yearbook via EBSCOhost*.
- Aldao, A., Gee, D. G., De Los Reyes, A., & Seager, I. (2016). Emotion regulation as a transdiagnostic factor in the development of internalizing and externalizing psychopathology: Current and future directions. *Development and psychopathology*, 28(4pt1), 927-946. <https://doi.org/https://doi.org/10.1017/S0954579416000638>
- Amiri, S., & Jamali, Y. (2019). The Mediating Role of Empathy and Emotion Regulation in Attachment Styles and Dark Personality Traits in Adolescents [Original Research]. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, 25(3), 292-307. [In Persian] <https://doi.org/10.32598/ijpcp.25.3.292>
- Anari, A., Mazaheri, M. A., Tahmassian, K., Chun, H. S., & Jamshidi, M. (2018). Effectiveness of Family Drama Therapy on Reducing Parent-Adolescent Conflict: A Single Subject Study. *Strategy for Culture* 11(42), 33-59. [In Persian] <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.22034/jsfc.2018.82695>
- Arjmandnia, A., Hasanzadeh, S., Kakabaraee, k., Pourmohamadrezaye-Tajrishi, M., & Ashoori, M. (۲۰۲۰). *Psychology and Education of Children with Special Needs*. SAMT. [In Persian]
- Ashori, M., Ghasemzadeh, S., & Safarpour, F. (2020). Investigating Psychometric Properties of the Persian Version of Behavioral Emotion Regulation Questionnaire. *Psychology of Exceptional Individuals*, 10(38), 117-142. [In Persian] <https://doi.org/10.22054/JPE.2020.50962.2133>
- Besharat, M. A. (2017). Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: Instruction and Scoring. *Developmental Psychology*, 13(50), 221-223. [In Persian] <https://www.magiran.com/paper/1677513>

- Besharat, M. A., & Bazzazian, S. (2014). Psychometri properties of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire in a sample of Iranian population. *Advances in Nursing & Midwifery*, 24(84), 61-70. [In Persian] <https://www.magiran.com/paper/1332176>
- Bonanno, G. A., & Keltner, D. (1997). Facial expressions of emotion and the course of conjugal bereavement. *Journal of abnormal psychology*, 106(1), 126.
- Borden, L. A., Herman, K. C., Stormont, M., Goel, N., Darney, D., Reinke, W. M., & Webster-Stratton, C. (2014). Latent profile analysis of observed parenting behaviors in a clinic sample. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 42(5), 731-742. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s10802-013-9815-z>
- Cheung, R. Y., Chan, L. Y., & Chung, K. K. (2020). Emotion dysregulation between mothers, fathers, and adolescents: Implications for adolescents' internalizing problems. *Journal of Adolescence*, 83, 62-71. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2020.07.001>
- Compas, B. E., Jaser, S. S., Bettis, A. H., Watson, K. H., Gruhn, M. A., Dunbar, J. P., . . . Thigpen, J. C. (2017). Coping, emotion regulation, and psychopathology in childhood and adolescence: A meta-analysis and narrative review. *Psychological bulletin*, 143(9), 939-991. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/bul0000110>
- Gao, D., Bullock, A., & Liu, J. (2021). Cross-lagged panel analyses of maternal psychological control and young adolescents' emotion regulation. *Journal of Adolescence*, 87, 52-62. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2021.01.001>
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2006). Cognitive emotion regulation questionnaire–development of a short 18-item version (CERQ-short). *Personality and Individual Differences*, 41(6), 1045-1053.
- Ghasemzadeh, S., Afrooz, G. A., Beh-Pajooh, A., & Shokoohi-Yekta, M. (2019). Effect of family-based intervention program on parenting skills of mothers and clinical symptoms of children with behavioral disorder [Orginal Article]. *Journal of Research and Health*, 9(2), 156-168. <https://doi.org/10.29252/jrh.9.2.156>
- Ghasemzadeh, s., & naghsh, z. (2020). Effectiveness of Unified Protocols for Transdiagnostic Treatment in Emotion Regulation of Mothers and Anxiety of Children with Type I Diabetes. *Iranian Red Crescent Medical Journal*, 22(11). <https://doi.org/10.32592/ircmj.2020.22.11.145>
- Kraaij, V., & Garnefski, N. (2019). The behavioral emotion regulation questionnaire: development, psychometric properties and relationships with emotional problems and the cognitive emotion regulation questionnaire. *Personality and Individual Differences*, 137, 56-61. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.07.036>
- Louis, J. P., & Louis, K. M. (2015). *Good Enough Parenting: An In Depth Perspective on Meeting Core Emotional Needs And Avoiding Exasperation* (S. M., Mousavimovahed, Trans.) Arjmand. [In Persian]
- Melnick, S. M., & Hinshaw, S. P. (2000). Emotion regulation and parenting in AD/HD and comparison boys: Linkages with social behaviors and peer preference. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 28(1), 73-86. <https://doi.org/https://doi.org/10.1023/A:1005174102794>
- Minaee, A. (2006). Adaptation and standardization of Child Behavior Checklist, Youth Self-report, and Teacher's Report Forms [Applicable]. *Journal of Exceptional Children*, 6(1), 529-558. [In Persian] <http://joec.ir/article-1-416-fa.html>
- Morris, A. S., Criss, M. M., Silk, J. S., & Houlberg, B. J. (2017). The impact of parenting on emotion regulation during childhood and adolescence. *Child Development Perspectives*, 11(4), 233-238. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/cdep.12238>
- Motamedi Shark, F., Beh Pajooh, A., Shokoohi Yekta, M., Afrooz, G. A., & Ghobari Bonab, B. (2016). Developing An Emotional Intelligence Program And Its Effectiveness On Decreasing Behavior

- Problems Of Adolescents With Emotional And Behavioral Problems That Living In Single-Parent Families. *APPLIED PSYCHOLOGICAL RESEARCH QUARTERLY*, 7(2 #P00126), -. [In Persian] <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.22059/japr.2016.57924>
- Naragon-Gainey, K., McMahon, T. P., & Chacko, T. P. (2017). The structure of common emotion regulation strategies: A meta-analytic examination. *Psychological bulletin*, 143(4), 384. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/bul0000093>
- Saadati, N., Yousefi, Z., & Golparvar, M. (2020). Effectiveness of Systematic Training of Effective Parenting (STEP) on Parenting Stress, Emotion Regulation, and Cognitive Flexibility on Mothers of Male Adolescents. *Journal of Applied Psychology*, 14(2), 100-177. [In Persian]
- Sheppes, G., Scheibe, S., Suri, G., & Gross, J. J. (2011). Emotion-regulation choice. *Psychological science*, 22(11), 1391-1396.
- Shokoohi-Yekta, M., & Parand, A. (2006). *Assessment Educational & Psychological Tests*. Teimourzadeh,. [In Persian]
- Te Brinke, L., Schuiringa, H., Menting, A. T., Deković, M., & De Castro, B. (2018). A cognitive versus behavioral approach to emotion regulation training for externalizing behavior problems in adolescence: Study protocol of a randomized controlled trial. *BMC psychology*, 6(1), 1-12. <https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s40359-018-0261-0>
- Te Brinke, L. W., Schuiringa, H. D., & Matthys, W. (2021). Emotion regulation and angry mood among adolescents with externalizing problems and intellectual disabilities. *Research in Developmental Disabilities*, 109, 103833. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ridd.2020.103833>
- Theunissen, M. H., de Wolff, M. S., & Reijneveld, S. A. (2019). The strengths and difficulties questionnaire self-report: a valid instrument for the identification of emotional and behavioral problems. *Academic pediatrics*, 19(4), 471-476. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.acap.2018.12.008>
- Torrence, B. S., & Connelly, S. (2019). Emotion regulation tendencies and leadership performance: an examination of cognitive and behavioral regulation strategies. *Frontiers in psychology*, 1486. <https://doi.org/https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01486>
- Wiley, A. L., Siperstein, G. N., Forness, S. R., & Brigham, F. J. (2010). School context and the problem behavior and social skills of students with emotional disturbance. *Journal of Child and Family Studies*, 19(4), 451-461. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s10826-009-9316-4>
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2003). *Schema Therapy: A Practitioners Guide* (H, Hamidpour., Z, Andouz. Trans.). Arjmand. [In Persian]

COPYRIGHTS

©2022 by the authors. Licensee Family Psychology Association of Iran. This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

