



Journal Website

Article history:

Received 21 January 2026

Revised 11 June 2026

Accepted 18 June 2026

Initial Publication 12 July 2026

Final Publication 21 March 2027

Journal of Psychological Dynamics in Mood Disorders

Volume 6, Issue 1, pp 1-22



E-ISSN: 2981-1759

Development and Evaluation of a Mother–Child Interaction Training Package Based on Lived Experience on Empathy in Adolescent Girls with Emotional–Behavioral Problems

Zaynab. Ghaznavi Kashani¹, Farahnaz. Noormohammadi^{2*}, Hamidreza. Rezazadeh Bahadoran²

¹ Department of Psychology, CT.C., Islamic Azad University, Tehran, Iran

² Department of Counseling, CT.C., Islamic Azad University, Tehran, Iran

* Corresponding author email address: f.noormohammadi@iauctb.ac.ir

Article Info

Article type:

Original Research

How to cite this article:

Ghaznavi Kashani, Z., Noormohammadi, F., & Rezazadeh Bahadoran, H. (2027). Development and Evaluation of a Mother–Child Interaction Training Package Based on Lived Experience on Empathy in Adolescent Girls with Emotional–Behavioral Problems. *Journal of Psychological Dynamics in Mood Disorders*, 6(1), 1-22.



© 2027 the authors. Published by Maher Talent and Intelligence Testing Institute, Tehran, Iran. This is an open access article under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0) License.

ABSTRACT

Objective: This study aimed to develop and evaluate the effectiveness of a mother–child interaction training package based on mothers’ lived experiences in improving empathy among adolescent girls with emotional–behavioral problems.

Methodology: This exploratory mixed-method study included a qualitative phase involving 20 mothers of adolescent girls with emotional–behavioral problems selected through purposive and snowball sampling and assessed via semi-structured interviews, analyzed through coding procedures. In the quantitative phase, 16 participants were assigned to experimental and control groups in a quasi-experimental pretest–posttest and two-month follow-up design. Instruments included the CBCL, Basic Empathy Scale, and Parent–Child Interaction Questionnaire. Data were analyzed using mixed ANOVA.

Findings: Results indicated significant main effects of time, group, and time×group interaction on empathy scores ($p < 0.001$). The experimental group demonstrated significantly higher empathy scores at posttest and follow-up compared to the control group, with sustained effects over time. Effect sizes indicated a strong impact of the intervention on outcome variables.

Conclusion: The mother–child interaction training package based on lived experience is an effective intervention for enhancing empathy in adolescent girls with emotional–behavioral problems and may be applied in family-based mental health programs.

Keywords: empathy, mother–child interaction, training package, adolescent girls, emotional–behavioral problems

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

Adolescence is a critical developmental period in which individuals experience rapid biological, cognitive, emotional, and social changes. During this transition, adolescents gradually move toward autonomy, identity formation, peer-oriented socialization, and more complex emotional understanding. For adolescent girls, this period may be especially sensitive because emotional responsiveness, interpersonal expectations, social comparison, and family relationships often become more salient. Emotional-behavioral problems during adolescence can therefore disrupt not only psychological well-being but also academic adjustment, family functioning, peer relationships, and long-term social development. These problems are commonly conceptualized as internalizing and externalizing difficulties. Internalizing problems include anxiety, depression, withdrawal, somatic complaints, and emotional distress, whereas externalizing problems include aggression, rule-breaking, impulsivity, and oppositional behaviors (Shokouhi Yekna & Parand, 2022). Since such difficulties frequently emerge and persist within relational contexts, understanding the family environment, particularly the mother-child relationship, is essential for designing effective interventions.

The family is the first and most enduring context for emotional socialization, behavioral regulation, and interpersonal learning. In adolescence, the quality of family functioning can either buffer developmental stress or intensify emotional and behavioral difficulties. Studies have shown that family functioning, school climate, empathy, and attachment-related variables are associated with aggressive and maladaptive behaviors among students (Hojati et al., 2022). Similarly, research on families with adolescent children has emphasized that communication, cohesion, support, and problem-solving patterns are important components of adolescent adjustment (Hsieh et al., 2023). Daily stressors may also contribute to behavioral problems, but their effects vary depending on the quality of family functioning and the broader social environment (Wu et al., 2021). Therefore, emotional-behavioral problems in adolescent girls should not be interpreted merely as individual symptoms; rather, they should be understood within the broader relational system in which the adolescent develops.

Among family relationships, the mother-daughter relationship has a particularly important role in the emotional and social development of adolescent girls. Mothers often function as primary sources of emotional security, support, communication modeling, and affect regulation. Supportive maternal interaction may help adolescent girls understand their emotions, express their needs, regulate conflicts, and build healthier interpersonal relationships. Prior research has highlighted the role of mothers in adolescent girls' emotional and social development, showing that maternal responsiveness and emotional support are closely linked to girls' psychological and social outcomes (Bertelsen et al., 2019). However, adolescence can also create tension in the mother-daughter relationship because the adolescent's need for independence may conflict with maternal concerns about protection, discipline, and behavioral control. When mothers lack effective communication, empathy, emotional regulation, and problem-solving skills, this developmental tension may become a source of conflict, distance, criticism, overcontrol, or emotional disconnection.

Empathy is one of the core psychological capacities that supports healthy family and peer relationships. It includes the ability to understand another person's perspective and respond affectively to another person's emotional state. Cognitive empathy refers to perspective-taking and understanding

others' mental states, whereas affective empathy refers to emotional responsiveness to others' feelings. Recent findings suggest that reflective functioning and the ability to understand mental states are associated with adolescent social behavior and psychological functioning (Derome et al., 2025). Empathy is also a protective capacity that can reduce aggression, improve interpersonal sensitivity, support prosocial behavior, and strengthen emotional bonds. Experimental and experiential learning programs have been shown to improve adolescent empathy, prosocial behavior, and subjective well-being (Chan et al., 2021). In addition, empathy may mediate the relationship between parent-child relationships and behavioral disorders in adolescents, suggesting that improving relational patterns may reduce behavioral difficulties through the enhancement of empathic capacities (Alikhani et al., 2022).

Parent-child interaction-based approaches provide a strong theoretical and practical foundation for addressing emotional and behavioral problems. Parent-Child Interaction Therapy and related interventions emphasize improving the quality of parent-child communication, increasing positive parental attention, reducing coercive interaction cycles, strengthening emotional responsiveness, and teaching constructive discipline strategies. Meta-analytic evidence has supported the efficacy of Parent-Child Interaction Therapy for child behavior problems (Thomas et al., 2017), and later meta-analytic findings have confirmed its effectiveness and practical value in reducing behavioral difficulties (Aguayo et al., 2021). Comparative evidence also suggests that structured parent-child programs, including shorter and more accessible models, can improve family interaction and child outcomes (Timmer et al., 2023). In the Iranian context, parent-child interactive therapy has been shown to reduce parenting stress and enhance parenting self-efficacy among mothers, indicating that such interventions can improve both parental functioning and child-related outcomes (Hashemi & Einy, 2021). Furthermore, social skills training has been found to improve strengths and reduce behavioral difficulties among girls, supporting the importance of skill-based intervention for emotional-behavioral adjustment (Esmaeili et al., 2014).

A growing body of research further indicates that empathy and supportive interaction may have intergenerational significance. Maternal and peer support during adolescence can influence later parenting behaviors and child outcomes, suggesting that empathy is not only a short-term developmental capacity but also part of a broader relational pattern transmitted across generations (Stern et al., 2024). Meanwhile, technological and structured interactive tools, such as parent-child collaborative storytelling systems, show that guided parent involvement can enrich parent-child communication and create new opportunities for relational learning (Zhang et al., 2024). Despite this evidence, many intervention packages are designed from general theoretical models and do not sufficiently incorporate the lived experiences of mothers who directly face the challenges of raising adolescent girls with emotional-behavioral problems. Therefore, the present study aimed to develop and evaluate a mother-child interaction training package based on mothers' lived experiences and to examine its effectiveness on empathy among adolescent girls with emotional-behavioral problems.

Methods and Materials

This study employed an exploratory mixed-method design. In the qualitative phase, mothers of adolescent girls with emotional-behavioral problems were selected through purposive and snowball sampling. Semi-structured interviews were conducted until theoretical saturation was reached. The qualitative sample consisted of 20 mothers. The interview data were analyzed through theoretical coding, including open, axial, and selective coding. Based on the themes extracted from the lived experiences of

mothers, a mother-child interaction training package was developed. The validity of the package was examined by experts using content validity procedures, including content validity ratio and content validity index.

The quantitative phase used a quasi-experimental design with a pretest, posttest, two-month follow-up, experimental group, and control group. The statistical population included mothers of adolescent girls with emotional-behavioral problems in seventh, eighth, and ninth grades. Initially, 50 mothers completed screening measures, and those whose daughters met the criteria for emotional-behavioral problems were invited to participate. After attrition and matching procedures, 16 participants remained in the study and were randomly assigned to experimental and control groups, with 8 participants in each group. The experimental group received the mother-child interaction training package in 10 weekly sessions, each lasting approximately 120 minutes. The control group did not receive the intervention during the study period. The instruments included the Child Behavior Checklist, the Parent-Child Relationship Assessment, and the Basic Empathy Scale. Quantitative data were analyzed using descriptive statistics and mixed analysis of variance with SPSS version 25.

Findings

The qualitative findings showed that mothers' lived experiences of interaction with adolescent girls with emotional-behavioral problems could be organized into three main selective categories: interaction, perception, and strategy. The interaction category included problems such as ineffective verbal communication, inappropriate tone, criticism, humiliation, emotional distance, weak nonverbal communication, limited intimate interaction, and difficulty maintaining a balanced relationship with the adolescent. The perception category included inadequate understanding of adolescence, limited awareness of the adolescent's emotional needs, parental worries, fear of ineffective parenting, insufficient recognition of the adolescent's strengths and weaknesses, and weak understanding of the importance of empathy. The strategy category included ineffective problem-solving, poor emotional regulation, excessive control, unrealistic rules, weak conflict management, lack of respect for privacy, and difficulty balancing protection with autonomy. These findings formed the basis for developing the training package.

The quantitative findings indicated that the intervention was effective in improving empathy among adolescent girls in the experimental group. Descriptive results showed that the mean empathy score in the experimental group increased from 58.22 at pretest to 72.33 at posttest and 73.33 at follow-up. In contrast, the control group showed only minor changes, with mean scores of 58.67 at pretest, 59.11 at posttest, and 58.00 at follow-up. The mixed ANOVA results showed a significant main effect of time, a significant group effect, and a significant time-by-group interaction. The time effect was significant, indicating that scores changed across measurement stages. The interaction effect was also significant, demonstrating that the pattern of change differed between the experimental and control groups. The between-group effect was significant as well, confirming that the experimental and control groups differed meaningfully after the intervention. Effect sizes were large, showing that a substantial proportion of changes in empathy could be attributed to time, group membership, and especially the interaction between time and group.

Bonferroni post-hoc comparisons showed that, in the experimental group, the difference between pretest and posttest was statistically significant, as was the difference between pretest and follow-up. However, the difference between posttest and follow-up was not significant, indicating that the intervention effect remained stable during the follow-up period. In the control group, none of the pairwise

comparisons reached statistical significance. These findings suggest that the mother-child interaction training package led to a meaningful and lasting improvement in empathy among adolescent girls with emotional-behavioral problems.

Discussion and Conclusion

The findings demonstrate that a mother-child interaction training package developed from mothers' lived experiences can effectively enhance empathy in adolescent girls with emotional-behavioral problems. The qualitative results showed that mothers faced multiple challenges in understanding, communicating with, and responding to their adolescent daughters. These challenges included emotional misattunement, ineffective communication, excessive worry, weak problem-solving skills, and difficulty balancing control with autonomy. By identifying these lived challenges, the intervention was able to target the actual relational difficulties experienced in daily mother-daughter interactions rather than relying only on abstract theoretical assumptions.

The quantitative results confirmed the effectiveness of the package. The improvement in empathy among adolescents in the experimental group can be explained by changes in the relational environment created by mothers. When mothers learn to listen actively, reflect emotions, understand adolescent developmental needs, reduce criticism, manage conflict constructively, and respond more empathically, adolescent girls are more likely to feel understood and emotionally secure. This experience can strengthen their own ability to understand and respond to the emotions of others. In this sense, empathy develops not only through direct instruction but also through repeated exposure to empathic interaction within the family.

The stability of the intervention effect at follow-up is particularly important. It suggests that the package did not merely produce temporary changes immediately after training but helped create more durable shifts in interaction patterns. Because the intervention included practical exercises, role-playing, emotional reflection, problem-solving activities, and home assignments, mothers had opportunities to practice new skills in real-life situations. These repeated experiences may have helped consolidate new patterns of communication and emotional responsiveness. Overall, the study supports the value of family-based, experience-informed, and skill-oriented interventions for adolescent emotional-behavioral problems. The mother-child interaction training package can be considered a practical intervention for improving empathy, strengthening family relationships, and supporting the emotional development of adolescent girls. Future application of this package in schools, counseling centers, and family mental health settings may help reduce relational conflict and promote healthier developmental outcomes.



وبسایت مجله

تاریخچه مقاله

دریافت شده در تاریخ ۱ بهمن ۱۴۰۴

اصلاح شده در تاریخ ۲۱ خرداد ۱۴۰۵

پذیرفته شده در تاریخ ۲۸ خرداد ۱۴۰۵

اولین انتشار در تاریخ ۲۱ تیر ۱۴۰۵

انتشار نهایی در تاریخ ۱ فروردین ۱۴۰۶

پویایی‌های روانشناختی در اختلال‌های خلقی

دوره ۶، شماره ۱، صفحه ۱-۲۲



شاپای الکترونیک: ۱۷۵۹-۲۹۸۱

تدوین و ارزیابی بسته آموزشی تعامل مادر-فرزند بر اساس تجربه زیسته آنان بر همدلی در نوجوانان دختر دارای مشکلات عاطفی-رفتاری

زینب غزنوی کاشانی^۱، فرح ناز نورمحمدی^{۲*}، حمیدرضا رضازاده بهادران^۲

۱. گروه روانشناسی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

۲. گروه مشاوره، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

*ایمیل نویسنده مسئول: f.noormohammadi@iauctb.ac.ir

چکیده

اطلاعات مقاله

نوع مقاله

پژوهشی/اصیل

نحوه استناد به این مقاله:

غزنوی کاشانی، زینب، نورمحمدی، فرح ناز، و رضازاده بهادران، حمیدرضا. (۱۴۰۶). تدوین و ارزیابی بسته آموزشی تعامل مادر-فرزند بر اساس تجربه زیسته آنان بر همدلی در نوجوانان دختر دارای مشکلات عاطفی-رفتاری. *پویایی‌های روانشناختی در اختلال‌های خلقی*، ۱(۶)، ۱-۲۲.



© ۱۴۰۶ تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است. انتشار این مقاله به صورت دسترسی آزاد مطابق با گواهی (CC BY-NC 4.0) صورت گرفته است.

هدف: هدف پژوهش حاضر تدوین و ارزیابی اثربخشی یک بسته آموزشی تعامل مادر-فرزند مبتنی بر تجربه زیسته مادران بر میزان همدلی در نوجوانان دختر دارای مشکلات عاطفی-رفتاری بود. **روش‌شناسی:** این پژوهش به صورت آمیخته اکتشافی انجام شد. در بخش کیفی، ۲۰ مادر دارای دختران نوجوان با مشکلات عاطفی-رفتاری با روش نمونه‌گیری هدفمند و گلوله‌برفی و مصاحبه نیمه‌ساختاریافته بررسی شدند و داده‌ها با کدگذاری تحلیل گردید. در بخش کمی، ۱۶ شرکت‌کننده در قالب گروه آزمایش و کنترل (هر گروه ۸ نفر) در طرح شبه‌آزمایشی با پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری دومه‌ماه قرار گرفتند. ابزارهای پژوهش شامل CBCL، پرسشنامه همدلی و مقیاس تعامل والد-فرزند بود. داده‌ها با تحلیل واریانس آمیخته تحلیل شدند. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد اثر زمان، گروه و تعامل زمان×گروه بر همدلی معنادار است ($p < 0.001$). گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل افزایش معناداری در نمرات همدلی در پس‌آزمون و پیگیری نشان داد و اثر مداخله پایدار باقی ماند. اندازه اثرها نشان‌دهنده سهم قابل توجه مداخله در تغییرات متغیر وابسته بود. **نتیجه‌گیری:** بسته آموزشی تعامل مادر-فرزند مبتنی بر تجربه زیسته می‌تواند به طور معناداری موجب افزایش همدلی در نوجوانان دختر دارای مشکلات عاطفی-رفتاری شود و به عنوان یک مداخله مؤثر در حوزه سلامت روان خانواده قابل استفاده است.

کلیدواژگان: همدلی، تعامل مادر-فرزند، بسته آموزشی، نوجوان دختر، مشکلات عاطفی-رفتاری



مقدمه

نوجوانی یکی از حساس‌ترین و تعیین‌کننده‌ترین دوره‌های تحول روانی، اجتماعی و هیجانی انسان است؛ دوره‌ای که در آن فرد از وابستگی‌های کودکی فاصله می‌گیرد و به تدریج در مسیر شکل‌دهی هویت، استقلال، خودتنظیمی، روابط اجتماعی پیچیده‌تر و درک عمیق‌تر از خود و دیگران قرار می‌گیرد. در این مرحله، تغییرات زیستی، شناختی، عاطفی و اجتماعی هم‌زمان رخ می‌دهند و همین هم‌زمانی می‌تواند نوجوان را در برابر آشفتگی‌های هیجانی، تعارض‌های خانوادگی، مشکلات رفتاری، افت عملکرد تحصیلی و دشواری در روابط بین‌فردی آسیب‌پذیر سازد. در میان نوجوانان، دختران به دلیل ویژگی‌های خاص تحول هیجانی، حساسیت بیشتر نسبت به روابط، انتظارات اجتماعی و فشارهای هویتی ممکن است در مواجهه با مسائل عاطفی و رفتاری نیازمند حمایت خانوادگی و روان‌شناختی بیشتری باشند. مشکلات عاطفی-رفتاری در این گروه نه تنها بر سلامت روان فردی اثر می‌گذارد، بلکه می‌تواند کیفیت رابطه با والدین، همسالان، محیط مدرسه و حتی مسیر رشد اجتماعی و تحصیلی آنان را تحت تأثیر قرار دهد. اختلالات و مشکلات رفتاری کودکان و نوجوانان معمولاً به دو دسته کلی مشکلات درونی‌سازی‌شده و برونی‌سازی‌شده تقسیم می‌شوند؛ مشکلات درونی‌سازی‌شده بیشتر با اضطراب، افسردگی، انزوا، شکایات جسمانی و کناره‌گیری اجتماعی همراه‌اند، درحالی‌که مشکلات برونی‌سازی‌شده در قالب پرخاشگری، قانون‌شکنی، نافرمانی، تکانشگری و رفتارهای ناسازگارانه آشکار می‌شوند (Shokouhi Yekna & Parand, 2022). اهمیت توجه به این مشکلات زمانی بیشتر می‌شود که بدانیم استمرار آن‌ها می‌تواند زمینه‌ساز آسیب‌های جدی‌تر در روابط اجتماعی، سازگاری تحصیلی و سلامت روان آینده نوجوان شود.

مشکلات عاطفی-رفتاری در نوجوانان معمولاً پدیده‌ای تک‌عاملی نیستند، بلکه در نتیجه تعامل عوامل فردی، خانوادگی، مدرسه‌ای و اجتماعی شکل می‌گیرند. خانواده نخستین و پایدارترین زمینه رشد روانی و اجتماعی کودک و نوجوان است و کیفیت روابط درون خانواده می‌تواند نقش محافظتی یا خطرزا در مسیر تحول ایفا کند. در این میان، عملکرد خانواده، سبک‌های تعاملی والدین، میزان حمایت عاطفی، شیوه پاسخ‌دهی به نیازهای نوجوان، نحوه حل تعارض و الگوهای ارتباطی والد-فرزند از جمله متغیرهایی هستند که با بروز یا کاهش مشکلات رفتاری و هیجانی ارتباط دارند. مطالعات نشان داده‌اند که کارکرد خانواده در کنار سایر عوامل روان‌شناختی و مدرسه‌ای می‌تواند در پرخاشگری دانش‌آموزان نقش داشته باشد و متغیرهایی مانند همدلی، دلبستگی مدرسه‌ای و باور به پرخاشگری در این رابطه نقش میانجی ایفا کنند (Hojati et al., 2022). همچنین بررسی خانواده‌های دارای فرزند نوجوان نشان داده است که کیفیت عملکرد خانواده در زمینه‌هایی مانند ارتباط، انسجام، حمایت و حل مسئله، برای سازگاری نوجوانان اهمیت اساسی دارد (Hsieh et al., 2023). ازاین‌رو، تحلیل مشکلات عاطفی-رفتاری نوجوانان بدون توجه به نظام خانواده و به‌ویژه رابطه والد-فرزند، تحلیلی ناقص خواهد بود.

در میان روابط خانوادگی، رابطه مادر با دختر نوجوان جایگاه ویژه‌ای دارد. مادر معمولاً یکی از نخستین و مهم‌ترین منابع امنیت هیجانی، حمایت روانی، الگوی ارتباطی و تنظیم هیجان در زندگی فرزند است. کیفیت رابطه مادر-دختر می‌تواند بر رشد عاطفی، خودپنداره، توانایی ابراز احساسات، تنظیم روابط بین‌فردی و شیوه مواجهه نوجوان با تعارض‌ها اثرگذار باشد. مطالعات درباره نقش مادران در رشد هیجانی و اجتماعی دختران نوجوان نشان داده‌اند که حضور عاطفی، حمایت، پاسخ‌دهی و الگوهای ارتباطی مادر می‌تواند در شکل‌گیری مهارت‌های اجتماعی، احساس امنیت و رشد روان‌شناختی دختران نوجوان مؤثر باشد (Bertelsen et al., 2019). در عین حال، رابطه مادر و دختر در دوره نوجوانی اغلب با چالش‌هایی همراه است؛ زیرا نوجوان در پی استقلال، خودمختاری و پذیرش از سوی همسالان است، درحالی‌که مادر ممکن است همچنان بر کنترل، مراقبت و هدایت مستقیم تأکید کند. اگر این تعارض تحولی با مهارت‌های ارتباطی مناسب، همدلی، گفت‌وگوی مؤثر



و انعطاف‌پذیری همراه نباشد، می‌تواند به تنش، فاصله عاطفی، سوءتفاهم، کنترل‌گری افراطی یا کناره‌گیری نوجوان منجر شود. بنابراین، تقویت تعامل مادر-فرزند در دوره نوجوانی نه تنها برای کاهش مشکلات رفتاری، بلکه برای ارتقای رشد سالم هیجانی و اجتماعی ضروری است. یکی از سازه‌های بنیادین در کیفیت روابط بین‌فردی و خانوادگی، همدلی است. همدلی به‌طور کلی به توانایی درک، شناسایی و پاسخ‌دهی مناسب به حالات هیجانی و ذهنی دیگران اشاره دارد. این سازه معمولاً دارای دو بعد شناختی و عاطفی دانسته می‌شود؛ همدلی شناختی به توانایی فهم دیدگاه، افکار و وضعیت ذهنی دیگری مربوط است، درحالی‌که همدلی عاطفی به واکنش هیجانی فرد نسبت به احساسات دیگران اشاره دارد. در پژوهش‌های جدید، کارکرد تأملی و توانایی درک حالات ذهنی خود و دیگران به‌عنوان یکی از بنیان‌های مهم رفتار اجتماعی و همدلی مورد توجه قرار گرفته است و شواهد عصب‌روان‌شناختی نشان می‌دهد که نقص در عملکردهای بازتابی و ارتباطات کارکردی مغزی می‌تواند با دشواری در درک حالات ذهنی دیگران و رفتارهای ناسازگارانه در نوجوانان همراه باشد (Derome et al., 2025). از این منظر، همدلی صرفاً یک ویژگی اخلاقی یا عاطفی ساده نیست، بلکه ظرفیت پیچیده‌ای است که با رشد شناختی، تنظیم هیجان، تجربه‌های رابطه‌ای و کیفیت محیط خانوادگی ارتباط دارد. نوجوانی نیز دوره‌ای مهم برای تحول این ظرفیت است؛ زیرا فرد در این سنین بیش از گذشته وارد روابط اجتماعی پیچیده می‌شود و نیازمند درک دیدگاه‌ها، نیازها و احساسات دیگران است.

همدلی در نوجوانان می‌تواند نقش مهمی در کاهش رفتارهای ناسازگارانه، بهبود روابط با همسالان، کاهش پرخاشگری و افزایش رفتارهای جامعه‌پسند داشته باشد. پژوهش‌های مرتبط با برنامه‌های یادگیری تجربی نشان داده‌اند که مداخله‌هایی که نوجوانان را درگیر تجربه، بازاندیشی، تعامل اجتماعی و فعالیت‌های معنادار می‌کنند، می‌توانند رفتارهای جامعه‌پسند، همدلی و بهزیستی ذهنی آنان را ارتقا دهند (Chan et al., 2021). از سوی دیگر، پژوهش‌های خانوادگی نیز نشان می‌دهند که همدلی می‌تواند در رابطه میان کیفیت رابطه والد-فرزند و مشکلات رفتاری نقش واسطه‌ای داشته باشد. برای مثال، در مطالعه‌ای درباره نوجوانان ۱۲ تا ۱۵ ساله مشخص شد که رابطه والد-فرزند از طریق نقش میانجی همدلی می‌تواند مشکلات رفتاری نوجوانان را پیش‌بینی کند (Alikhani et al., 2022). این یافته بیانگر آن است که بهبود رابطه والد-فرزند احتمالاً از مسیر افزایش ظرفیت نوجوان برای درک خود، والدین و دیگران، به کاهش رفتارهای مشکل‌زا کمک می‌کند. بنابراین، هر مداخله‌ای که بتواند هم‌زمان تعامل والد-فرزند و مهارت همدلی را هدف قرار دهد، از نظر نظری و کاربردی می‌تواند برای نوجوانان دارای مشکلات عاطفی-رفتاری ارزشمند باشد.

تجربه‌های حمایتی در خانواده، به‌ویژه از سوی مادر، می‌توانند آثار بلندمدتی بر الگوهای همدلانه و فرزندپروری نسل بعدی داشته باشند. پژوهش‌های تحولی نشان داده‌اند که همدلی در طول نسل‌ها منتقل می‌شود و حمایت مادرانه و حمایت همسالان در نوجوانی می‌تواند با کیفیت فرزندپروری بزرگسالی و پیامدهای کودک در نسل بعد ارتباط داشته باشد (Stern et al., 2024). این یافته نشان می‌دهد که همدلی و رابطه حمایتی صرفاً پیامدهای کوتاه‌مدت ندارند، بلکه بخشی از الگوی بین‌نسلی تعاملات عاطفی و اجتماعی را شکل می‌دهند. بر این اساس، کار با مادران نوجوانان دارای مشکلات عاطفی-رفتاری می‌تواند اثری فراتر از کاهش نشانه‌های جاری داشته باشد و به بازسازی الگوهای ارتباطی، افزایش امنیت هیجانی و توسعه ظرفیت‌های همدلانه در خانواده کمک کند. زمانی که مادر بتواند نیازهای عاطفی دختر نوجوان خود را بهتر درک کند، به هیجان‌های او اعتبار بخشد، در موقعیت‌های تعارض‌آمیز گفت‌وگوی همدلانه داشته باشد و به جای سرزنش یا کنترل افراطی از راهبردهای حمایتی استفاده کند، نوجوان نیز فرصت بیشتری برای تجربه رابطه امن و یادگیری الگوهای همدلانه خواهد داشت.

در کنار اهمیت همدلی، باید به نقش تعامل والد-فرزند در کاهش مشکلات رفتاری نیز توجه کرد. رویکردهای درمانی و آموزشی مبتنی بر تعامل والد-فرزند، به‌ویژه درمان تعامل والد-کودک، بر این فرض استوارند که بسیاری از مشکلات رفتاری کودکان و نوجوانان در بستر الگوهای تعاملی ناکارآمد شکل گرفته یا تداوم می‌یابند و اصلاح این الگوها می‌تواند به کاهش مشکلات منجر شود. فراتحلیل‌ها نشان داده‌اند که



درمان تعامل والد-کودک در کاهش مشکلات رفتاری کودکان اثربخش است و می‌تواند کیفیت رابطه والد-فرزند را بهبود بخشد (Thomas et al., 2017). همچنین شواهد فراتحلیلی جدیدتر نیز اثربخشی و کارآمدی این رویکرد را در مشکلات رفتاری کودک تأیید کرده‌اند و نشان داده‌اند که مداخله‌های مبتنی بر تعامل والد-فرزند ظرفیت قابل توجهی برای کاهش نشانه‌های رفتاری دارند (Aguayo et al., 2021). اگرچه بسیاری از این مداخلات در ابتدا برای کودکان خردسال طراحی شده‌اند، منطق نظری آن‌ها یعنی اصلاح الگوهای ارتباطی، افزایش پاسخ‌دهی والدین، کاهش تعاملات منفی و تقویت رفتارهای مثبت، برای کار با خانواده‌های دارای نوجوان نیز اهمیت دارد.

مداخلات نوین در حوزه والد-فرزند تلاش کرده‌اند با کوتاه‌تر، قابل‌دسترس‌تر و سازگارتر کردن برنامه‌ها، پاسخ‌گوی نیاز خانواده‌های مختلف باشند. مقایسه برنامه‌های مراقبت والد-فرزند و درمان تعامل والد-کودک نشان داده است که الگوهای کوتاه‌مدت و ساختاریافته نیز می‌توانند در بهبود تعاملات و کاهش مشکلات رفتاری مؤثر باشند (Timmer et al., 2023). این موضوع از نظر کاربردی اهمیت دارد؛ زیرا بسیاری از خانواده‌ها به دلیل محدودیت زمانی، هزینه، فشارهای روزمره یا مقاومت نسبت به درمان‌های طولانی‌مدت، امکان حضور مستمر در برنامه‌های درمانی گسترده را ندارند. افزون بر این، مطالعات داخلی نشان داده‌اند که مداخله‌های تعاملی والد-فرزند می‌توانند استرس فرزندپروری را کاهش داده و خودکارآمدی والدین را ارتقا دهند (Hashemi & Einy, 2021). افزایش خودکارآمدی والدین به‌ویژه برای مادرانی که در مواجهه با مشکلات عاطفی-رفتاری دختران نوجوان خود احساس ناتوانی، سردرگمی یا ناکامی می‌کنند، اهمیت زیادی دارد؛ زیرا این احساس کارآمدی می‌تواند زمینه استفاده از راهبردهای تربیتی مثبت‌تر و ارتباطی‌تر را فراهم کند.

از سوی دیگر، آموزش مهارت‌های اجتماعی و هیجانی می‌تواند در کاهش مشکلات رفتاری و تقویت توانمندی‌های نوجوانان نقش داشته باشد. شواهد نشان داده‌اند که آموزش گروهی مهارت‌های اجتماعی می‌تواند بر توانمندی‌ها و دشواری‌های رفتاری دختران اثرگذار باشد و زمینه بهبود سازگاری اجتماعی و کاهش مشکلات رفتاری را فراهم کند (Esmaeili et al., 2014). با این حال، تمرکز صرف بر نوجوان بدون اصلاح زمینه خانوادگی ممکن است اثرات محدودی داشته باشد؛ زیرا نوجوان بخش مهمی از تجربه هیجانی و رفتاری خود را در رابطه با والدین و محیط خانه تجربه می‌کند. در همین راستا، پژوهش درباره فشارهای روزمره و مشکلات رفتاری کودکان نشان داده است که عملکرد خانواده و محیط کلاس می‌توانند نقش تعدیل‌کننده داشته باشند؛ یعنی اثر استرس‌های روزمره بر مشکلات رفتاری بسته به کیفیت زمینه‌های حمایتی خانوادگی و مدرسه‌ای متفاوت است (Wu et al., 2021). بنابراین، مداخله‌های مؤثر باید هم به مهارت‌های فردی نوجوان و هم به بسترهای ارتباطی و حمایتی پیرامون او توجه کنند.

تحولات فناوری و شیوه‌های نوین تعامل نیز چشم‌انداز تازه‌ای برای مداخله‌های والد-فرزند فراهم کرده‌اند. در سال‌های اخیر، ابزارهای هوشمند و برنامه‌های مشارکتی برای تقویت روایت‌گری، گفت‌وگو و تعامل والد-فرزند طراحی شده‌اند. برای نمونه، پژوهش مربوط به چت‌بات مشارکتی انسان-هوش مصنوعی برای داستان‌گویی تعاملی والد-فرزند نشان داده است که فناوری می‌تواند با فراهم کردن فرصت‌های انعطاف‌پذیر برای مشارکت والدین، به غنی‌تر شدن تعاملات والد-فرزند کمک کند (Zhang et al., 2024). هرچند استفاده از فناوری جایگزین رابطه انسانی و حضور عاطفی والدین نیست، اما این نوع پژوهش‌ها نشان می‌دهد که برنامه‌های آموزشی و مداخله‌ای می‌توانند با بهره‌گیری از محتوای ساختاریافته، تمرین‌های کاربردی، بازخورد و ابزارهای کمکی، فرصت یادگیری و تمرین تعامل مؤثر را افزایش دهند. در زمینه مادران دارای دختران نوجوان با مشکلات عاطفی-رفتاری، تدوین بسته آموزشی می‌تواند به‌عنوان یک روش منظم، قابل اجرا و قابل ارزیابی، راهبردهای لازم برای بهبود ارتباط، همدلی، حل مسئله و کاهش تنش را در اختیار مادران قرار دهد.

با وجود شواهد گسترده درباره اهمیت تعامل والد-فرزند، همدلی و مداخله‌های خانوادگی، هنوز خلأهایی در این حوزه وجود دارد. نخست آنکه بسیاری از برنامه‌های آموزشی بر اساس مدل‌های از پیش تعیین‌شده و بدون اتکا به تجربه زیسته خانواده‌ها طراحی می‌شوند؛



درحالی‌که مادران دارای دختران نوجوان با مشکلات عاطفی-رفتاری در زندگی روزمره با چالش‌هایی مواجه‌اند که ممکن است در الگوهای عمومی مداخله کمتر دیده شود. تجربه زیسته آنان می‌تواند نشان دهد که تعارض‌ها چگونه شکل می‌گیرند، مادران در چه موقعیت‌هایی احساس ناکارآمدی می‌کنند، نوجوانان به چه نوع ارتباطی نیاز دارند، چه عواملی موجب تشدید تنش می‌شود و چه راهبردهایی از نظر فرهنگی و خانوادگی قابل پذیرش‌تر است. دوم آنکه در بسیاری از پژوهش‌ها، تمرکز بر کاهش نشانه‌های رفتاری است و به ظرفیت‌های روان‌شناختی مثبت مانند همدلی کمتر توجه می‌شود. سوم آنکه بخش مهمی از پژوهش‌های موجود درباره تعامل والد-فرزند بر کودکان خردسال متمرکز است و نیاز به طراحی بسته‌های مناسب برای دوره نوجوانی، به‌ویژه برای دختران نوجوان دارای مشکلات عاطفی-رفتاری، همچنان وجود دارد.

از این منظر، تدوین بسته آموزشی تعامل مادر-فرزند بر اساس تجربه زیسته مادران می‌تواند پاسخی به نیازهای نظری و کاربردی این حوزه باشد. چنین بسته‌ای از یک سو بر مبنای داده‌های کیفی و واقعیت‌های زیسته خانواده‌ها شکل می‌گیرد و از سوی دیگر می‌تواند در قالب یک مداخله ساختاریافته، اثربخشی خود را بر متغیرهای روان‌شناختی مهم مانند همدلی نشان دهد. اگر مادران در این بسته آموزشی مهارت‌هایی مانند گوش دادن فعال، انعکاس احساسات، گفت‌وگوی همدلانه، حل مسئله، شناخت ویژگی‌های نوجوانی، مدیریت هیجان، رعایت حریم شخصی، ایجاد تعادل میان کنترل و آزادی، و استفاده از روش‌های تربیتی سازنده را بیاموزند، احتمالاً کیفیت رابطه مادر-دختر بهبود می‌یابد و نوجوان فرصت بیشتری برای تجربه درک شدن، پذیرش، امنیت و تعامل مثبت خواهد داشت. در نتیجه، افزایش همدلی در نوجوانان می‌تواند هم پیامد مستقیم یادگیری الگوهای ارتباطی جدید و هم پیامد غیرمستقیم تجربه رابطه گرم‌تر و حمایت‌گرانه‌تر با مادر باشد. بنابراین، هدف پژوهش حاضر تدوین و ارزیابی بسته آموزشی تعامل مادر-فرزند بر اساس تجربه زیسته مادران بر همدلی در نوجوانان دختر دارای مشکلات عاطفی-رفتاری بود.

مواد و روش پژوهش

پژوهش حاضر از نظر هدف، کاربردی و از نظر شیوه گردآوری و تحلیل داده‌ها، پژوهشی آمیخته با طرح اکتشافی کیفی - کمی بود. در مرحله نخست، برای شناسایی ابعاد تجربه زیسته مادران دارای دختر نوجوان با مشکلات عاطفی - رفتاری، از رویکرد کیفی استفاده شد و داده‌ها از طریق مصاحبه نیمه‌ساختاریافته گردآوری گردید. یافته‌های حاصل از این مرحله مبنای تدوین بسته آموزشی تعامل مادر - فرزند قرار گرفت. در مرحله دوم، برای بررسی اثربخشی بسته آموزشی تدوین‌شده، از طرح شبه‌آزمایشی با گروه آزمایش و گروه گواه، همراه با پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری دوماهه استفاده شد. جامعه آماری پژوهش شامل مادران دارای دختر نوجوان با مشکلات عاطفی - رفتاری در پایه‌های هفتم، هشتم و نهم بود. در ابتدا ۵۰ نفر از مادران در فرایند غربالگری شرکت کردند و پرسشنامه سیاهه رفتاری کودک آخنباخ را تکمیل نمودند. سپس مادرانی که بر اساس نتایج این پرسشنامه دارای دختر نوجوان با مشکلات عاطفی - رفتاری تشخیص داده شدند، وارد مرحله مصاحبه شدند و فرایند مصاحبه تا رسیدن به اشباع نظری ادامه یافت. در بخش کمی، ۲۰ نفر از مادران واجد شرایط به روش نمونه‌گیری هدفمند و بر اساس ملاک‌های ورود و خروج انتخاب شدند و به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه قرار گرفتند. با توجه به ریزش دو نفر از گروه آزمایش به دلیل غیبت بیش از حد مجاز و حذف دو نفر از گروه گواه برای حفظ هم‌تاسازی گروه‌ها، حجم نمونه نهایی شامل ۱۶ نفر بود که در دو گروه ۸ نفره آزمایش و گواه قرار گرفتند. ملاک‌های ورود شامل رضایت آگاهانه برای شرکت در پژوهش، تکمیل پرسشنامه CBCL، تشخیص وجود مشکلات عاطفی - رفتاری در دختر نوجوان بر اساس نتایج پرسشنامه، تمایل به شرکت منظم در جلسات آموزشی و امضای فرم رضایت‌نامه بود. ملاک‌های خروج نیز شامل غیبت بیش از دو جلسه در برنامه آموزشی و عدم تمایل به ادامه همکاری در هر مرحله از اجرای پژوهش بود.



مصاحبه نیمه‌ساختاریافته به‌عنوان ابزار اصلی گردآوری داده‌ها در بخش کیفی پژوهش مورد استفاده قرار گرفت. هدف از اجرای مصاحبه‌ها، کشف تجربه زیسته مادران در زمینه تعامل با دختران نوجوان دارای مشکلات عاطفی - رفتاری و شناسایی الگوهای تعاملی، شناختی و راهبردی آنان بود. مصاحبه‌ها با پرسش‌های باز و انعطاف‌پذیر آغاز شد و بر اساس پاسخ‌های مشارکت‌کنندگان، پرسش‌های پیگیر برای تعمیق داده‌ها مطرح گردید. برای اعتباربخشی به داده‌های کیفی، از معیارهای قابلیت اعتبار، قابلیت انتقال، قابلیت اعتماد و قابلیت تأیید استفاده شد. همچنین فرایند تحلیل داده‌ها تا مرحله اشباع نظری ادامه یافت تا اطمینان حاصل شود که مقوله‌های اصلی مرتبط با تجربه زیسته مادران به‌طور کافی شناسایی شده‌اند.

پرسشنامه اطلاعات جمعیت‌شناختی محقق‌ساخته برای گردآوری اطلاعات زمینه‌ای مشارکت‌کنندگان مورد استفاده قرار گرفت. این پرسشنامه با هدف ثبت ویژگی‌هایی مانند سن مادر، وضعیت تحصیلی، پایه تحصیلی دختر نوجوان، وضعیت خانوادگی و سایر اطلاعات مرتبط با زمینه پژوهش طراحی شد. اطلاعات به‌دست‌آمده از این ابزار برای توصیف نمونه پژوهش و بررسی ویژگی‌های اولیه شرکت‌کنندگان در دو گروه آزمایش و گواه به کار رفت.

سیاهه رفتاری کودک آخنباخ یا CBCL برای غربالگری و شناسایی نوجوانان دارای مشکلات عاطفی - رفتاری استفاده شد. این ابزار از مجموعه فرم‌های نظام‌سنجش مبتنی بر تجربه آخنباخ است و مشکلات کودکان و نوجوانان را در ابعاد مختلفی از جمله اضطراب/افسردگی، انزوا/افسردگی، شکایت‌های جسمانی، مشکلات اجتماعی، مشکلات تفکر، مشکلات توجه، نادیده گرفتن قواعد و رفتار پرخاشگرانه ارزیابی می‌کند. دو مؤلفه نادیده گرفتن قواعد و رفتار پرخاشگرانه، شاخص مشکلات برونی‌سازی‌شده را تشکیل می‌دهند و برخی مؤلفه‌های دیگر با مشکلات درونی‌سازی‌شده ارتباط دارند. در مطالعات پیشین، ضرایب اعتبار کلی این ابزار با استفاده از آلفای کرونباخ و بازآزمایی در سطح مطلوب گزارش شده است. نسخه فارسی این ابزار نیز در ایران ترجمه و هنجاریابی شده و شاخص‌های روانی و پایایی آن برای استفاده در جمعیت کودکان و نوجوانان ایرانی مناسب گزارش شده است.

پرسشنامه ارزیابی رابطه والد - فرزند فاین و همکاران برای سنجش کیفیت رابطه میان والد و فرزند به کار رفت. این پرسشنامه شامل ۲۴ گویه است و برای ارزیابی ابعاد مختلف ارتباط والدین و فرزندان طراحی شده است. در نسخه مربوط به مادر، مؤلفه‌هایی مانند احساسات مثبت، تنفر یا گم‌گشتگی نقش، تعیین هویت و ارتباطات بررسی می‌شود. این ابزار از همسانی درونی مطلوبی برخوردار است و در پژوهش‌های داخلی نیز پایایی مناسبی برای فرم مادر و فرم پدر آن گزارش شده است. استفاده از این پرسشنامه در پژوهش حاضر به منظور ارزیابی کیفیت تعامل مادر - فرزند و بررسی تغییرات احتمالی ناشی از مداخله آموزشی انجام شد.

مقیاس همدلی اساسی جولیف و فارینگتون برای سنجش همدلی در نوجوانان مورد استفاده قرار گرفت. این مقیاس شامل ۲۰ گویه است و دو بعد اصلی همدلی، یعنی همدلی شناختی و همدلی عاطفی را اندازه‌گیری می‌کند. همدلی شناختی به توانایی درک دیدگاه، افکار و حالت‌های ذهنی دیگران اشاره دارد، در حالی که همدلی عاطفی به توانایی تجربه و پاسخ‌دهی هیجانی نسبت به احساسات دیگران مربوط است. روایی و پایایی این مقیاس در مطالعات مختلف داخلی و خارجی بررسی و تأیید شده است. در پژوهش حاضر نیز برای بررسی همسانی درونی این مقیاس از آلفای کرونباخ استفاده شد و ضریب به‌دست‌آمده نشان‌دهنده پایایی قابل قبول ابزار بود.

پرسشنامه توانایی حل مسئله اجتماعی نیز به منظور ارزیابی مهارت‌های مرتبط با حل مسئله در موقعیت‌های اجتماعی مورد استفاده قرار گرفت. با توجه به اینکه یکی از محورهای اصلی بسته آموزشی حاضر، آموزش شیوه‌های سازنده حل مسئله، تشخیص مسئله، کاهش واکنش‌های تنش‌زا و استفاده از راهبردهای کارآمد در ارتباط مادر - فرزند بود، استفاده از این ابزار امکان بررسی وضعیت شرکت‌کنندگان در



زمینه توانایی حل مسئله اجتماعی را فراهم کرد. این ابزار در کنار سایر پرسشنامه‌ها به پژوهشگر کمک کرد تا ابعاد شناختی، تعاملی و راهبردی مرتبط با مداخله را دقیق‌تر ارزیابی کند.

بسته آموزشی تعامل مادر - فرزند بر اساس داده‌های حاصل از مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته، تحلیل تجربه زیسته مادران، استخراج کدهای باز، محوری و انتخابی، و همچنین بررسی نیازهای تعاملی مادران دارای دختر نوجوان با مشکلات عاطفی - رفتاری تدوین شد. برای بررسی روایی محتوایی بسته آموزشی، از نظر ۱۰ نفر از اعضای هیئت علمی و متخصصان حوزه روان‌شناسی کودک و نوجوان استفاده شد و شاخص‌های CVI و CVR برای ارزیابی ضرورت و تناسب محتوای جلسات به کار رفت. محتوای بسته آموزشی در قالب ۱۰ جلسه آموزشی طراحی شد و برای گروه آزمایش طی ۱۰ هفته، به‌صورت هفته‌ای یک جلسه ۱۲۰ دقیقه‌ای اجرا گردید. اجرای کامل برنامه با احتساب تعطیلات نوروزی حدود ۹۰ روز به طول انجامید. بسته آموزشی شامل جزوات PDF، فیلم‌های آموزشی، کلیپ‌ها، تصاویر مرتبط، اسلایدها، تکالیف خانگی، کاربرگ‌های تمرینی، ایفای نقش، گفت‌وگوی مشارکتی، تحلیل فیلم، تمرین‌های کلاسی، آموزش مشاهده‌ای، بارش فکری و بازخورد گروهی بود. برای افزایش تداوم یادگیری و ارتباط آموزشی میان جلسات، یک گروه واتس‌اپی برای اعضای گروه آزمایش تشکیل شد تا شرکت‌کنندگان بتوانند پرسش‌های خود را درباره محتوای جلسات و تکالیف مطرح کنند و بازخورد لازم را دریافت نمایند. هر جلسه به‌صورت صوتی و تصویری ضبط شد و فایل آموزشی و مطالب تکمیلی جلسه برای تمرین بیشتر در اختیار شرکت‌کنندگان قرار گرفت. در جلسه نخست، مفهوم همدلی، ضرورت همدلی کردن، تفاوت همدلی و همدردی، و شیوه انجام رفتار همدلانه آموزش داده شد و شرکت‌کنندگان از طریق تمرین نقش، آموزش مشاهده‌ای و تحلیل فیلم با مؤلفه‌های اولیه همدلی آشنا شدند. در جلسه دوم، مراحل همدلی، موانع همدلی کردن و شیوه‌های گوش دادن فعال آموزش داده شد و مادران با استفاده از ایفای نقش، داستان و تکالیف کلاسی، موقعیت‌هایی را که در آنها رفتار همدلانه داشته‌اند، شناسایی و یادداشت کردند. در جلسه سوم، انعکاس احساسات، انعکاس محتوا و گفت‌وگوی همدلانه آموزش داده شد و مادران با کمک آموزش اکتشافی، نقش‌آفرینی و اسلاید، تمرین کردند که چگونه احساسات نوجوان را شناسایی و با دیالوگ مناسب به آن پاسخ دهند. در جلسه چهارم، مفهوم حل مسئله، مراحل شناسایی مشکل و سطوح حل مسئله مطرح شد و مادران از طریق یادداشت‌برداری، گفت‌وگوی تعاملی و پرسش و پاسخ، مشکلات رایج خود در ارتباط با نوجوان را بررسی کردند. در جلسه پنجم، سبک‌های حل مسئله، راهکارهای ناسازگارانه، و سبک‌های سازنده حل مسئله آموزش داده شد و از ابزارهایی مانند فیلم، اسلاید، بازی نقش، تکلیف همزمان و فعالیت‌های تمرینی برای شناسایی الگوی درست حل مشکلات استفاده شد. در جلسه ششم، تغییرات دوره نوجوانی، از جمله تغییرات جسمانی و شناختی، به مادران آموزش داده شد تا آنان بتوانند درکی واقع‌بینانه‌تر از نیازها و ویژگی‌های دختر نوجوان خود پیدا کنند. در این جلسه از ایفای نقش، بارش فکری و گفت‌وگوی مشارکتی استفاده شد. در جلسه هفتم، تغییرات هیجانی و عاطفی نوجوانی و شیوه برقراری ارتباط صمیمانه‌تر با نوجوان بررسی شد و مادران از طریق بازی نقش و تمرین مشترک، رفتارهای صمیمانه را تمرین کردند. در جلسه هشتم، میزان استقلال‌طلبی نوجوان، فراهم کردن بستر مناسب برای افزایش اعتمادبه‌نفس، و کاهش تنش و تعارض میان والدین و نوجوان آموزش داده شد و تحلیل تصاویر، فیلم و بازی نقش برای درک بهتر موقعیت‌های تعاملی به کار رفت. در جلسه نهم، رفتارهای ناکارآمد مادران در تعامل با نوجوان شناسایی شد و آموزش خودنظارتی، سرخ‌بایی و اصلاح الگوی رفتاری مورد تأکید قرار گرفت. در جلسه دهم، مفهوم مادر کافی، تفاوت مادر کافی و مادر خوب، خودمراقبتی مادران و شناسایی تله‌های مادر خوب آموزش داده شد تا شرکت‌کنندگان بتوانند احساس ناکافی بودن، اضطراب والدگری و فشارهای کمال‌گرایانه در نقش مادری را بهتر مدیریت کنند. در پایان هر جلسه، تکالیفی برای تمرین در محیط خانه ارائه شد و در ابتدای جلسه بعد، بازخوردها و تجربه‌های مادران بررسی گردید. پس از پایان جلسه دهم، دسترسی شرکت‌کنندگان گروه آزمایش به فایل‌های ضبط‌شده و محتوای آموزشی گروه واتس‌اپی قطع شد تا از ادامه غیررسمی مداخله در دوره پیگیری جلوگیری شود. گروه گواه در طول اجرای پژوهش



هیچ مداخله‌ای دریافت نکرد، اما برای رعایت ملاحظات اخلاقی، پس از پایان مرحله پیگیری، محتوای آموزشی در قالب یک دوره فشرده ۲۰ ساعته برای آنان نیز ارائه شد.

در بخش کیفی، داده‌های حاصل از مصاحبه‌ها با استفاده از فرایند کدگذاری نظری تحلیل شدند. ابتدا متن مصاحبه‌ها بازخوانی، پالایش و آماده‌سازی شد. سپس در مرحله کدگذاری باز، مفاهیم اولیه و گزاره‌های معنادار استخراج گردید. در مرحله کدگذاری محوری، کدهای مشابه و مرتبط در قالب مقوله‌های منسجم سازمان‌دهی شدند. در نهایت، در مرحله کدگذاری انتخابی، مقوله‌های اصلی با نظارت خبرگان بررسی و در قالب محورهای کلی تعامل، شناخت و راهبرد طبقه‌بندی شدند. در بخش کمی، داده‌ها ابتدا با استفاده از شاخص‌های توصیفی مانند میانگین و انحراف معیار خلاصه‌سازی شدند. سپس برای بررسی اثربخشی بسته آموزشی تعامل مادر - فرزند بر همدلی نوجوانان دختر دارای مشکلات عاطفی - رفتاری، از تحلیل واریانس دوعاملی آمیخته استفاده شد. پیش از اجرای تحلیل اصلی، مفروضه‌های آماری شامل طبیعی بودن توزیع داده‌ها با آزمون شاپیرو - ویلک، همگنی واریانس‌ها با آزمون لوین، برابری ماتریس‌های کوواریانس با آزمون M باکس، و کرویت ماتریس واریانس - کوواریانس با آزمون موچلی بررسی شد. در مواردی که مفروضه کرویت برقرار نبود، از اصلاح گرین‌هاوس - کیسر استفاده شد و با توجه به نتایج آزمون M باکس، برای گزارش اثرهای چندمتغیری از شاخص پی illai's Trace بهره گرفته شد. همچنین برای مقایسه‌های زوجی میان مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری، آزمون تعقیبی بونفرونی به کار رفت. تمامی تحلیل‌های آماری بخش کمی با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۵ انجام شد.

یافته‌ها

در این پژوهش، ابتدا به تحلیل کدهای باز، کدهای محوری و کدهای انتخابی استخراج شده از متن مصاحبه‌ها پرداخته می‌شود. در ابتدا به پالایش متن مصاحبه پرداخته شد. بعد از اتمام مرحله پالایش و ادغام، مفاهیم مستخرج با یکدیگر مقایسه شده و مفهیمی که از لحاظ معنایی با یکدیگر تناسب داشتند و بر موضوع واحدی دلالت می‌کردند به صورت یک مقوله درآمدند و نامی برای آن‌ها در نظر گرفته شد و در نهایت در کدگذاری انتخابی، پس از انجام کدگذاری باز و یافته‌های حاصل از کدگذاری محوری که همان مقوله‌ها هستند، کدهای محوری بررسی و با نظارت خبرگان در قالب کدگذاری انتخابی شامل مقوله‌های تعامل، شناخت و راهبرد انجام شد. کدهای به دست آمده در بخش کیفی در جدول ۱ نشان داده شده است.

جدول ۱

کدهای به دست آمده در بخش کیفی

کدهای باز	کدهای محوری	کدهای انتخابی
استفاده از کلمات ناخوشایند در بیان جملات، ضعف توجه به تأثیر لحن و بیان، ضعف در به کارگیری شیوهی کارآمد برای آگاهی از خطا در نوجوان، ناکارآمدی مادر در تنظیم هیجان	سرزنش و تحقیر	تعامل
برقراری رابطه صمیمی و عاطفی، اهمیت رابطه‌ی عمیق، ایجاد اعتماد، ایجاد فضایی امن برای گفتگو، توجه به موضوعات مورد علاقه نوجوان، حفظ تعادل صمیمیت و اقتدار	اهمیت ارتباط صمیمی با نوجوان	ادراک
ضعف ارتباط کلامی، ضعف‌های شخصیتی، کمبود آگاهی از نحوه‌ی برقراری ارتباط مؤثر کلامی، اهمیت شناخت روحیات و موضوعات مورد خوشایند نوجوان	ارتباطات کلامی	تعامل
ضعف آگاهی و شناخت از دوره‌ی نوجوانی، اهمیت توجه به افکار نوجوان، وسواس و اجبار در برقراری محدودیت‌های غیرواقع‌بینانه	توجه به خواسته‌ها و انتظارات معقول نوجوان	راهبرد
نادیده گرفتن احساسات فرزند، ضعف در همدلی	درک احساسات نوجوان	ادراک



اهمیت تغییرات خلق و خوی نوجوانی، رشد شناختی متناسب با سن، توجه به نشانه‌های رشدی، دغدغه‌های روانی و رشدی، کنجکاوی‌های متناسب، ریسک‌پذیری‌های نوجوانی، توجه به پیگیری‌های آموزشی و مشاوره‌ای، توجه به لذت‌های دوره نوجوانی	اهمیت آگاهی از تحول ادراک شناختی در نوجوانی
توجه به راهبردهای تعاملی مطلوب، شناخت هیجانات- توجه به هیجانات، تنظیم هیجانات در بحران و تنش	مدیریت و تنظیم هیجان راهبرد
سختگیری در بازی کردن و همراهی با نوجوان، باورهای غلط از شرکت و همراهی کردن در کارهایی که خوشایند فرزند است، ضعف در مدیریت زمان، کمبود انرژی و صبر و حوصله برای همراهی فرزند	ارتباطات غیرکلامی تعامل
ضعف اقتدار، عدم آگاهی از روش‌های درست، استفاده از روش‌های چکشی، استیصال و کلافگی، عدم خلاقیت در استفاده از راهکارها، استفاده از تحقیر و سرزنش به جای استفاده از روش‌های کارآمد، تنش بیش‌ازحد	ناتوانی در تعیین قوانین لازم در خانه راهبرد
ضعف آگاهی از راهبردهای سازشی، ضعف در خودآگاهی، استفاده از پند و اندرز، استفاده از راهکارهای تنش‌زا، بیش‌ازاندازه تذکر دادن	عدم مهارت حل مسئله راهبرد
ضعف توجه به محدودیت‌های واقع‌بینانه، اهمیت توجه به استقلال‌طلبی نوجوان	رعایت حریم شخصی نوجوان راهبرد
سخت‌گیری و کنترل‌گری، ضعف توجه به نیاز نوجوان در یادگیری مهارت تصمیم‌گیری، عدم توجه به خودمختاری در نوجوان، عدم آگاهی از نیازهای نوجوان، ضعف در برقراری ارتباط متقابل و متناسب، وجود تنش در ارتباط والدین، ضعف برقراری تناسب روش در شیوه فرزندپروری	اهمیت فراهم کردن بستر تجربه راهبرد
ضعف در برقراری ارتباط متقابل و متناسب، وجود تنش در ارتباط والدین، ضعف برقراری تناسب روش در شیوه فرزندپروری	دوسوگرایی والدین یا تربیت تک والدی راهبرد
استفاده از راهکارهای غیر سازشی در موقعیت‌های بحرانی، استفاده از مکانیزم دفاعی اجتناب یا پرخاش، ضعف مادر در تنظیم هیجان، ضعف مادر در مدیریت بحران، ضعف در مدیریت احساسات	قدرت حل مسئله در موقعیت‌های بحرانی راهبرد
ضعف در آگاهی از ویژگی‌های فرزند، ضعف آگاهی از ویژگی‌های فردی، ضعف آگاهی از تفاوت‌های فردی	اهمیت شناسایی نقاط قوت و ضعف در نوجوان ادراک
تأثیر تابوهای فرهنگی، سخت‌گیری مادر در بیان مطالب مرتبط با مسائل جنسی، ناآگاهی از نیاز به تربیت جنسی در کودک و نوجوان، آگاهی و شناخت مسائل جنسی، روش‌های آموزش، واکنش‌های والدینی	اهمیت آموزش مسائل جنسی راهبرد
محدودیت‌های مالی، ضعف توجه به ارزش آگاهی از روش‌های تربیتی، ضعف در انعطاف‌پذیری، وجود تعارض‌های والدین، وجود تنش‌های شدید بین والدین، ضعف شناخت کافی از تأثیر رفتار بر دیگران، ضعف در درک احساسات فرزند، ضعف در درک طبیعی بودن تجربه‌ی انواع احساسات در فرزند	اهمیت آگاهی و مطالعه ادراک
اهمیت حضور، امنیت حضور، امنیت رابطه، هماهنگی تربیتی، قطعیت در نقش، حضور باکیفیت	نقش پدر تعامل، ادراک و راهبرد
نادیده گرفتن نیاز ارتباط با همسالان در نوجوان، عدم توافق والدین در برقراری ارتباط با همسالان، سختگیری در ارتباط با همسالان	ارتباط با همسالان تعامل
استفاده از رسانه‌ها، چگونگی کسب آگاهی و اطلاعات از رسانه‌ها، سختگیری در استفاده از رسانه، عدم آگاهی والدین از برخورد درست در استفاده نوجوان از رسانه	تأثیر رسانه ادراک و راهبرد
استفاده از فضای مجازی و فناوری، چگونگی دسترسی به فضاهای مجازی، کسب آگاهی و اطلاعات از فضای مجازی و فناوری، شیوه برخورد والدین	تأثیر فضای مجازی و فناوری ادراک و راهبرد
ارتباط با همکلاسی‌ها، حضور در اجتماع، روش برخورد با دیگران، رفتار در محیط مدرسه، رفتار با کادر مدرسه، عامل با خویشاوندان	تعامل اجتماعی تعامل
ترس از دست دادن نوجوان، ترس از عدم امنیت برای نوجوان، ترس از قضاوت شدن، ترس از والد خوب نبودن، ترس از آینده نوجوان، ترس از غلط بودن روش‌های تربیتی، وجود افکار منفی-احساس گناه داشتن، احساس ناکافی بودن، وسواس در عقب‌ماندگی تحصیلی، ترس از برقراری ارتباط جنسی، ترس از دست دادن رابطه‌ی خواهری برادری، همراه نبودن پدر، کمبود حضور پدر، عدم هماهنگی تربیتی پدر	دغدغه‌های والدگری ادراک
برقراری تعادل بین محافظت و آزادی عمل، توجه به خودگردانی و استقلال، ایجاد حدودمرزهای واقع‌بینانه، برقراری تعادل بین کنترل و انعطاف‌پذیری، انتظارات واقع‌بینانه، توجه به تفاوت نسل‌ها، هماهنگی در سبک تربیتی، ایجاد فضای امن در خانواده، قطعیت داشتن در نقش مادری و پدری، توجه به الگوی مطلوب بودن، توجه به تفاوت‌های فردی، عدم مقایسه با همسالان، عدم مقایسه با خواهر و برادر، تأکید بر تشویق به موقع توجه به تنبیه متناسب،	استفاده از روش‌های تربیتی راهبرد



توجه به توانمندی‌ها و نقاط ضعف و قوت، ایجاد بستری مناسب برای کسب تجربه، ایجاد محیط خانوادگی بدون قضاوت		
اهمیت دانش و آگاهی لازم، آموزش بدون تنش، توجه به مشارکت نوجوان در آموزش	اهمیت آموزش به نوجوان	راهبرد
دغدغه‌های ارتباط با جنس مخالف، قضاوت همسالان، قضاوت والدین، ترس از قضاوت خواهر و برادر، ارزش‌ها و قوانین، پذیرش هویتی	توجه به مسائل جنسی در نوجوان	ادراک
اهمیت تأثیرگذاری بر رفتارهای نوجوان، الگوپذیری، سبک تغییر رفتار، توجه به افکار و رفتار به عنوان الگو، شیوه‌های الگوسازی	اهمیت الگوپذیری در نوجوان	راهبرد
افراط در نگرانی و اضطراب، اغراق و بزرگ کردن، قضاوت کردن، افکار منفی و ناخوشایند	اضطراب و نگرانی	ادراک و راهبرد
ضعف شناخت کافی از تأثیر رفتار بر دیگران، ضعف در درک احساسات فرزند، ضعف در درک طبیعی بودن تجربه‌ی انواع احساسات در فرزند	اهمیت همدلی	ادراک و راهبرد

به منظور بررسی اثربخشی الگوی فرهنگ مدرسه‌ای حمایتی بر حمایت، رشد حرفه‌ای و نگهداشت معلمان تازه‌کار، ابتدا شاخص‌های توصیفی متغیر اصلی پژوهش در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری در دو گروه آزمایش و گواه محاسبه شد. نتایج در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲

شاخص‌های توصیفی فرهنگ مدرسه‌ای حمایتی در پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری

زمان	گروه	میانگین	انحراف معیار
پیش‌آزمون	آزمایش	۵۸.۲۲	۸.۱۷
	گواه	۵۸.۶۷	۶.۵۸
	کل	۵۸.۴۴	۷.۲۰
پس‌آزمون	آزمایش	۷۲.۳۳	۵.۳۴
	گواه	۵۹.۱۱	۶.۶۲
	کل	۶۵.۷۷	۸.۹۶
پیگیری	آزمایش	۷۳.۳۳	۵.۱۵
	گواه	۵۸.۰۰	۶.۲۲
	کل	۶۵.۶۷	۹.۶۴

بررسی شاخص‌های توصیفی نشان می‌دهد که میانگین نمرات فرهنگ مدرسه‌ای حمایتی در گروه آزمایش از ۲۲/۵۸ در مرحله پیش‌آزمون به ۳۳/۷۲ در پس‌آزمون و ۳۳/۷۳ در مرحله پیگیری افزایش یافته است. در مقابل، میانگین نمرات گروه گواه در سه مرحله اندازه‌گیری تقریباً ثابت باقی مانده و تغییر محسوسی مشاهده نمی‌شود. این الگو به صورت اولیه بیانگر اثربخشی مداخله در بهبود متغیر مورد مطالعه و پایداری آثار آن در مرحله پیگیری است.

پیش از اجرای تحلیل واریانس آمیخته، مفروضه‌های آماری مورد بررسی قرار گرفت. نتایج آزمون شاپیرو-ویلک نشان داد که توزیع داده‌ها در تمامی گروه‌ها و مراحل اندازه‌گیری از نرمال بودن برخوردار است ($p > 0/05$). همچنین نتایج آزمون لوین نشان داد که فرض همگنی واریانس‌ها در پیش‌آزمون ($p = 0/667$)، پس‌آزمون ($p = 0/561$) و پیگیری ($p = 0/612$) برقرار است. با این حال، آزمون M باکس نشان داد که فرض برابری ماتریس‌های کوواریانس برقرار نیست ($p = 0/010$). افزون بر این، آزمون کرویت موچلی نیز معنادار بود ($p < 0/001$) و نشان داد



که فرض کروییت رعایت نشده است. بنابراین، برای تحلیل اثرات درون گروهی از اصلاح گرین-هاوس-گیسر و برای بررسی اثرات چندمتغیری از شاخص پیلای استفاده شد.

در ادامه، به منظور بررسی اثر زمان، اثر گروه و تعامل زمان و گروه بر متغیر فرهنگ مدرسه‌ای حمایتی، تحلیل واریانس آمیخته انجام شد. نتایج این تحلیل در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳

نتایج تحلیل واریانس آمیخته برای متغیر فرهنگ مدرسه‌ای حمایتی

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	اندازه اثر
زمان	۶۳۰.۷۷۸	۱.۱۶۵	۵۴۱.۳۴۸	۵۷.۶۸۳	۰.۰۰۱	۰.۷۸۳
زمان × گروه	۶۶۰.۲۵۹	۱.۱۶۵	۵۶۶.۶۵۰	۶۰.۳۷۹	۰.۰۰۱	۰.۷۹۱
خطا (درون گروهی)	۱۷۴.۹۶۳	۱۸.۶۴۳	۹.۳۸۵	-	-	-
گروه	۱۱۸۵.۳۵۲	۱	۱۱۸۵.۳۵۲	۱۰.۵۰۴	۰.۰۰۵	۰.۳۹۶
خطا (بین گروهی)	۱۸۰۵.۴۸۱	۱۶	۱۱۲.۸۴۳	-	-	-

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که اثر اصلی زمان بر متغیر فرهنگ مدرسه‌ای حمایتی معنادار است ($F=۵۷/۶۸۳$, $p=۰/۰۰۱$). همچنین اثر تعاملی زمان و گروه نیز معنادار به دست آمد ($F=۶۰/۳۷۹$, $p=۰/۰۰۱$) که بیانگر تفاوت روند تغییرات دو گروه در طول زمان است. علاوه بر این، اثر بین گروهی نیز معنادار بود ($F=۱۰/۵۰۴$, $p=۰/۰۰۵$) که نشان می‌دهد میانگین نمرات دو گروه آزمایش و گواه با یکدیگر تفاوت معناداری دارند. اندازه اثرهای به دست آمده نیز نشان می‌دهد که ۷۸ درصد از تغییرات متغیر به وسیله عامل زمان، ۷۹ درصد به وسیله تعامل زمان و گروه و حدود ۴۰ درصد به وسیله عضویت در گروه آزمایش تبیین می‌شود که بیانگر قدرت بالای مداخله است.

به منظور تعیین محل تفاوت‌ها و بررسی پایداری اثر مداخله، مقایسه‌های زوجی با استفاده از آزمون بونفرونی انجام شد. نتایج در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴

نتایج مقایسه میانگین‌های زوجی (آزمون بونفرونی)

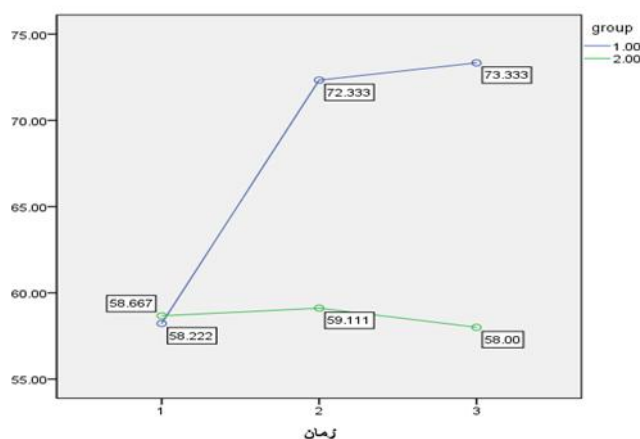
گروه	مقایسه زمان‌ها	تفاوت میانگین	انحراف استاندارد	سطح معناداری
آزمایش	پیش‌آزمون - پس‌آزمون	-۷.۱۱۱	۰.۹۲۰	۰.۰۰۱
آزمایش	پیش‌آزمون - پیگیری	-۷.۵۰۰	۰.۹۱۲	۰.۰۰۱
آزمایش	پس‌آزمون - پیگیری	-۰.۳۸۹	۰.۱۸۲	۰.۱۴۶
گواه	پیش‌آزمون - پس‌آزمون	-۰.۴۴۴	۰.۳۷۷	۰.۸۱۶
گواه	پیش‌آزمون - پیگیری	۰.۶۶۷	۰.۴۴۱	۰.۵۰۷
گواه	پس‌آزمون - پیگیری	۱.۱۱۱	۰.۵۳۹	۰.۲۱۹

نتایج مقایسه‌های زوجی نشان داد که در گروه آزمایش، میانگین نمرات فرهنگ مدرسه‌ای حمایتی در پس‌آزمون و پیگیری نسبت به پیش‌آزمون به طور معناداری افزایش یافته است ($p < 0.001$). با این حال، تفاوت میان پس‌آزمون و پیگیری معنادار نبود ($p = 0.146$) که بیانگر پایداری اثر مداخله در طول زمان است. در مقابل، در گروه گواه هیچ‌یک از مقایسه‌های زوجی به سطح معناداری نرسید و نمرات شرکت‌کنندگان در سه مرحله اندازه‌گیری تقریباً بدون تغییر باقی ماند. این یافته‌ها نشان می‌دهد که الگوی فرهنگ مدرسه‌ای حمایتی تدوین‌شده توانسته است به طور مؤثر موجب ارتقای حمایت حرفه‌ای، رشد شغلی و تقویت شرایط نگهداشت معلمان تازه‌کار شود و آثار این مداخله در دوره پیگیری نیز حفظ شده است.

همچنان که نتایج جدول فوق نشان می‌دهد، نمره کل متغیر همدلی در گروه آزمایش حدود ۹ نمره بالاتر از گروه کنترل بود و این تفاوت‌ها معنادار بود. ($p < 0.001$). در آخر می‌توان روابط متقابل بین گروه‌های مورد مطالعه و زمان را در نمودار ۱ مشاهده نمود.

شکل ۱

مقایسه میانگین متغیر همدلی در پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری در گروه‌های آزمایش و کنترل



بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر تدوین و ارزیابی بسته آموزشی تعامل مادر-فرزند بر اساس تجربه زیسته مادران و بررسی اثربخشی آن بر همدلی در نوجوانان دختر دارای مشکلات عاطفی-رفتاری بود. یافته‌های بخش کیفی نشان داد که تجربه زیسته مادران در تعامل با دختران نوجوان دارای مشکلات عاطفی-رفتاری حول سه محور اصلی «تعامل»، «ادراک» و «راهربرد» قابل سازمان‌دهی است. در محور تعامل، ضعف در ارتباط کلامی و غیرکلامی، استفاده از لحن نامناسب، سرزنش، تحقیر، ناکارآمدی در ایجاد رابطه صمیمی و ناتوانی در حفظ تعادل میان اقتدار و صمیمیت برجسته بود. در محور ادراک، مادران با دشواری‌هایی مانند ضعف در شناخت ویژگی‌های دوره نوجوانی، نادیده گرفتن احساسات فرزند، نگرانی‌های افراطی والدگری و شناخت ناکافی نسبت به نیازهای عاطفی و اجتماعی نوجوان مواجه بودند. در محور راهبرد نیز مشکلاتی مانند ضعف در حل مسئله، دشواری در مدیریت هیجان، تعیین قواعد ناکارآمد، سخت‌گیری افراطی، کنترل‌گری، ناتوانی در رعایت حریم شخصی نوجوان و استفاده از شیوه‌های تربیتی ناسازگارانه مشاهده شد. این یافته‌ها نشان می‌دهد که مشکلات عاطفی-رفتاری نوجوانان دختر را نمی‌توان صرفاً در سطح نشانه‌های فردی تحلیل کرد، بلکه باید آن‌ها را در بستر روابط خانوادگی، کیفیت تعامل مادر-فرزند و الگوهای ارتباطی و تربیتی مادران فهم کرد.



یافته‌های بخش کمی نیز نشان داد که بسته آموزشی تعامل مادر-فرزند بر همدلی نوجوانان دختر دارای مشکلات عاطفی-رفتاری اثربخش بوده است. بر اساس نتایج تحلیل واریانس آمیخته، تغییرات نمرات همدلی در گروه آزمایش از پیش‌آزمون به پس‌آزمون و پیگیری معنادار بود و تفاوت روند تغییرات میان گروه آزمایش و گروه گواه نیز معنادار گزارش شد. به بیان دیگر، نوجوانانی که مادران آنان در بسته آموزشی تعامل مادر-فرزند شرکت کرده بودند، در مقایسه با گروه گواه افزایش معناداری در همدلی نشان دادند. همچنین عدم تفاوت معنادار میان پس‌آزمون و پیگیری در گروه آزمایش بیانگر آن است که اثر مداخله در طول زمان پایدار باقی مانده است. این الگو نشان می‌دهد که بسته آموزشی تدوین‌شده نه تنها توانسته است تغییر اولیه در کیفیت همدلی نوجوانان ایجاد کند، بلکه این تغییر در دوره پیگیری نیز حفظ شده است. از نظر کاربردی، پایداری اثر اهمیت زیادی دارد؛ زیرا بسیاری از مداخله‌های کوتاه‌مدت ممکن است تنها به تغییرات موقتی منجر شوند، اما حفظ نتایج در پیگیری نشان می‌دهد که آموزش مهارت‌های تعاملی به مادران می‌تواند زمینه تغییرات نسبتاً پایدار در فضای ارتباطی خانواده و تجربه عاطفی نوجوان فراهم کند.

این یافته با مبانی نظری مربوط به مشکلات عاطفی-رفتاری کودکان و نوجوانان همسو است. مشکلات عاطفی-رفتاری معمولاً در قالب مشکلات درونی‌سازی‌شده و برونی‌سازی‌شده ظاهر می‌شوند و می‌توانند با اضطراب، افسردگی، انزوا، پرخاشگری، قانون‌شکنی، دشواری در روابط اجتماعی و افت عملکرد تحصیلی همراه باشند (Shokouhi Yekna & Parand, 2022). از آنجا که این مشکلات اغلب در بستر روابط روزمره نوجوان با خانواده و مدرسه آشکار می‌شوند، مداخله بر الگوهای ارتباطی مادر-فرزند می‌تواند به‌طور غیرمستقیم بر سازگاری هیجانی و اجتماعی نوجوان اثر بگذارد. یافته‌های پژوهش حاضر همچنین با مطالعه وو و همکاران همسو است که نشان دادند فشارهای روزمره و مشکلات رفتاری کودکان تحت تأثیر نقش تعدیل‌کننده عملکرد خانواده و محیط کلاس قرار دارند (Wu et al., 2021). بنابراین، هنگامی که عملکرد خانواده و کیفیت رابطه مادر-فرزند بهبود می‌یابد، نوجوان احتمالاً در مواجهه با فشارهای روزمره از حمایت عاطفی بیشتری برخوردار می‌شود و این امر می‌تواند از شدت واکنش‌های هیجانی و رفتاری ناسازگارانه بکاهد.

نتایج پژوهش حاضر از این جهت نیز قابل تبیین است که خانواده، به‌ویژه رابطه مادر با دختر نوجوان، یکی از زمینه‌های اصلی رشد همدلی است. مادران از طریق شیوه گفت‌وگو، پاسخ‌دهی عاطفی، نحوه برخورد با خطا، توانایی گوش دادن، انعکاس احساسات، احترام به استقلال نوجوان و مدیریت تعارض، الگوهای اولیه رابطه همدلانه را به فرزندان خود منتقل می‌کنند. پژوهش برتلسن و همکاران نیز نشان داده است که مادران در رشد عاطفی و اجتماعی دختران نوجوان نقش اساسی دارند و کیفیت حمایت، حضور عاطفی و ارتباط مادرانه می‌تواند مسیر تحول اجتماعی و هیجانی دختران را تحت تأثیر قرار دهد (Bertelsen et al., 2019). بر این اساس، می‌توان گفت بسته آموزشی حاضر با تمرکز بر مهارت‌هایی مانند همدلی، گفت‌وگوی مؤثر، گوش دادن فعال، شناخت ویژگی‌های نوجوانی، حل مسئله و مدیریت هیجان، توانسته است کیفیت تجربه ارتباطی نوجوانان با مادران را بهبود بخشد و از این طریق زمینه ارتقای همدلی را فراهم کند.

همچنین یافته‌ها با پژوهش عالی‌خانی و همکاران همخوان است که نشان دادند رابطه والد-فرزند می‌تواند از طریق نقش میانجی همدلی با مشکلات رفتاری نوجوانان ارتباط داشته باشد (Alikhani et al., 2022). در تبیین این همسویی می‌توان گفت زمانی که رابطه والد-فرزند از حالت تنش‌آلود، سرزنش‌گرانه یا کنترل‌گر به رابطه‌ای گفت‌وگومحور، پذیرنده و همدلانه تبدیل می‌شود، نوجوان فرصت بیشتری برای درک احساسات خود و دیگران پیدا می‌کند. همدلی شناختی از طریق فهم دیدگاه دیگری و همدلی عاطفی از طریق تجربه پاسخ هیجانی مناسب نسبت به احساسات دیگران تقویت می‌شود. در چنین شرایطی، نوجوان نه تنها احساس می‌کند که از سوی مادر دیده و شنیده می‌شود، بلکه به تدریج همین الگو را در روابط خود با دیگران بازتولید می‌کند. پژوهش دروم و همکاران نیز با تأکید بر ارتباط کارکرد تأملی و درک

حالات ذهنی دیگران، اهمیت ظرفیت‌های شناختی و هیجانی زیربنای همدلی را برجسته می‌کند (Derome et al., 2025). بنابراین، آموزش مادران برای درک بهتر حالات ذهنی و عاطفی نوجوان می‌تواند بستری برای تقویت ظرفیت بازتابی و همدلانه نوجوان نیز فراهم آورد. یافته حاضر با نتایج مطالعات مربوط به مداخله‌های تعامل والد-فرزند نیز همسو است. فراتحلیل توماس و همکاران نشان داد که درمان تعامل والد-کودک بر کاهش مشکلات رفتاری و بهبود کیفیت رابطه والد-فرزند اثرگذار است (Thomas et al., 2017). همچنین فراتحلیل آگوآیو و همکاران اثربخشی و کارآمدی درمان تعامل والد-کودک را در کاهش مشکلات رفتاری کودکان تأیید کرده است (Aguayo et al., 2021). اگرچه پژوهش حاضر بر نوجوانان دختر و نه کودکان خردسال متمرکز بود، منطق مداخله‌ای آن با این رویکردها همخوان است؛ زیرا فرض اساسی آن است که اصلاح رابطه والد-فرزند، کاهش تعاملات منفی، افزایش پاسخ‌دهی هیجانی والدین و تقویت راهبردهای مثبت تربیتی می‌تواند به کاهش مشکلات و ارتقای توانمندی‌های روان‌شناختی فرزند منجر شود. بسته آموزشی حاضر نیز با آموزش مهارت‌های همدلی، حل مسئله، تعامل مؤثر و شناخت ویژگی‌های نوجوانی، به مادران کمک کرد تا به جای واکنش‌های هیجانی، سرزنش‌آمیز یا کنترل‌گرانه، از راهبردهای آگاهانه‌تر و سازنده‌تر استفاده کنند.

نتایج پژوهش حاضر با یافته‌های تیمر و همکاران نیز قابل مقایسه است که در بررسی اثربخشی برنامه مراقبت والد-فرزند و درمان تعامل والد-کودک نشان دادند مداخله‌های ساختاریافته و حتی کوتاه‌مدت می‌توانند به بهبود تعاملات و کاهش مشکلات رفتاری کمک کنند (Timmer et al., 2023). این همسویی نشان می‌دهد که برای ایجاد تغییر در الگوهای ارتباطی خانواده، همواره نیاز به مداخله‌های بسیار طولانی نیست، بلکه برنامه‌های منظم، هدفمند، تمرین‌محور و متناسب با نیاز خانواده می‌توانند آثار معنادار داشته باشند. پژوهش هاشمی و عینی نیز نشان داد که درمان تعاملی والد-فرزند می‌تواند استرس فرزندپروری را کاهش داده و خودکارآمدی والدین را افزایش دهد (Hashemi & Einy, 2021). از این منظر، بخشی از اثربخشی بسته آموزشی حاضر احتمالاً از مسیر افزایش احساس کفایت مادران در مواجهه با مسائل نوجوانی قابل توضیح است. مادرانی که پیش‌تر در برابر رفتارهای عاطفی-رفتاری فرزند احساس سردرگمی یا ناکارآمدی می‌کردند، با یادگیری مهارت‌های ارتباطی و تربیتی توانستند واکنش‌های مؤثرتری نشان دهند و همین تغییر در سبک واکنش مادرانه، تجربه عاطفی نوجوان را نیز تغییر داد. افزون بر این، نتایج این پژوهش با شواهد مربوط به برنامه‌های یادگیری تجربی و آموزش مهارت‌های اجتماعی همخوان است. چنان و همکاران در مرور نظام‌مند و فراتحلیل خود نشان دادند که برنامه‌های یادگیری تجربی می‌توانند رفتارهای جامعه‌پسند، همدلی و بهزیستی ذهنی نوجوانان را بهبود دهند (Chan et al., 2021). بسته آموزشی حاضر نیز بر پایه تجربه زیسته و تمرین‌های کاربردی تدوین شد و صرفاً به انتقال نظری مفاهیم محدود نبود. استفاده از تمرین نقش، تحلیل موقعیت، گفت‌وگوی تعاملی، تمرین همدلی، شناسایی احساسات و تکالیف خانگی احتمالاً به مادران کمک کرد تا مفاهیم را در موقعیت‌های واقعی رابطه با فرزند تمرین کنند. از سوی دیگر، پژوهش اسماعیلی و همکاران نشان داده است که آموزش گروهی مهارت‌های اجتماعی می‌تواند در بهبود توانمندی‌ها و کاهش دشواری‌های رفتاری دختران مؤثر باشد (Esmaeili et al., 2014). بر این اساس، می‌توان گفت که هرچند مداخله حاضر مستقیماً مادران را هدف قرار داد، اما از طریق تغییر محیط ارتباطی خانواده، فرصت یادگیری مهارت‌های اجتماعی و همدلانه را برای نوجوانان نیز تقویت کرد.

از منظر عملکرد خانواده، یافته‌های پژوهش حاضر با پژوهش‌های هسیه و همکاران و حجتی و همکاران نیز همسو است. هسیه و همکاران نشان دادند که عملکرد خانواده در خانواده‌های دارای فرزند نوجوان نقش مهمی در کیفیت سازگاری نوجوانان دارد (Hsieh et al., 2023). حجتی و همکاران نیز در مدل‌سازی پرخاشگری دانش‌آموزان نشان دادند که عملکرد خانواده، روان‌رنجورخوبی و جو مدرسه با نقش میانجی باور به پرخاشگری، همدلی و دلبستگی مدرسه‌ای در ارتباط هستند (Hojati et al., 2022). بر این اساس، افزایش همدلی در پژوهش حاضر را می‌توان نتیجه بهبود زمینه خانوادگی و کاهش الگوهای ارتباطی تنش‌زا دانست. هنگامی که مادر بتواند در تعامل با نوجوان خود به



جای قضاوت، تهدید، مقایسه یا سخت‌گیری افراطی از گفت‌وگوی همدلانه، شنیدن فعال، بازتاب احساسات و حل مسئله استفاده کند، نوجوان نیز با احتمال بیشتری رفتارهای مبتنی بر درک متقابل، پذیرش دیگری و کنترل هیجان را تجربه و درونی می‌کند.

یافته‌های پژوهش حاضر همچنین با دیدگاه‌های بین‌نسلی درباره همدلی قابل توضیح است. استرن و همکاران نشان دادند که همدلی می‌تواند در طول نسل‌ها انتقال یابد و حمایت مادرانه و حمایت همسالان در نوجوانی با فرزندپروری بزرگسالی و پیامدهای فرزندان در نسل بعد ارتباط دارد (Stem et al., 2024). بر این اساس، افزایش همدلی در نوجوانان دختر در نتیجه بهبود تعامل مادر-فرزند می‌تواند صرفاً یک پیامد کوتاه‌مدت نباشد، بلکه ممکن است بر الگوهای بلندمدت رابطه‌ای آنان نیز اثر بگذارد. دختر نوجوانی که در رابطه با مادر تجربه شنیده شدن، فهمیده شدن و پذیرش عاطفی را کسب می‌کند، احتمالاً در روابط آینده خود نیز ظرفیت بیشتری برای درک احساسات دیگران، پاسخ‌دهی عاطفی مناسب و مدیریت تعارض نشان خواهد داد. همچنین پژوهش ژانگ و همکاران درباره روایت‌گری تعاملی والد-فرزند با حمایت فناوری نشان می‌دهد که فراهم کردن فرصت‌های ساختاریافته برای مشارکت والدین در فعالیت‌های تعاملی می‌تواند کیفیت ارتباط والد-فرزند را غنی‌تر سازد (Zhang et al., 2024). این یافته از ایده پژوهش حاضر حمایت می‌کند که تعامل والد-فرزند نیازمند آموزش، ساختار، تمرین و فرصت‌های هدفمند برای گفت‌وگو و مشارکت است.

در مجموع، نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد که بسته آموزشی تعامل مادر-فرزند مبتنی بر تجربه زیسته مادران می‌تواند به‌عنوان مداخله‌ای مؤثر برای ارتقای همدلی در نوجوانان دختر دارای مشکلات عاطفی-رفتاری مورد استفاده قرار گیرد. اهمیت این بسته در آن است که از یک سو بر داده‌های کیفی و تجربه واقعی مادران مبتنی بود و از سوی دیگر در قالب یک مداخله ساختاریافته، مهارت‌هایی را آموزش داد که مستقیماً با نیازهای رابطه مادر-دختر در دوره نوجوانی ارتباط دارند. تبیین کلی یافته‌ها نشان می‌دهد که بهبود همدلی نوجوانان احتمالاً از مسیر تغییر در الگوی تعامل مادرانه، افزایش پاسخ‌دهی عاطفی، کاهش سرزنش و کنترل‌گری، افزایش گفت‌وگوی همدلانه، تقویت حل مسئله و ایجاد فضای امن‌تر در خانواده رخ داده است. بنابراین، آموزش مادران در زمینه تعامل مؤثر با دختران نوجوان می‌تواند یکی از مسیرهای مهم پیشگیری و مداخله در مشکلات عاطفی-رفتاری و ارتقای ظرفیت‌های مثبت روان‌شناختی مانند همدلی باشد.

محدودیت‌ها: این پژوهش با وجود نتایج معنادار، با محدودیت‌هایی همراه بود. نخست، حجم نمونه در بخش کمی محدود بود و این موضوع می‌تواند تعمیم‌پذیری نتایج را کاهش دهد. دوم، نمونه پژوهش صرفاً شامل مادران دارای دختران نوجوان با مشکلات عاطفی-رفتاری بود؛ بنابراین نتایج را نمی‌توان بدون احتیاط به پسران نوجوان، پدران یا خانواده‌هایی با ساختارهای متفاوت تعمیم داد. سوم، بخشی از داده‌ها بر اساس پرسشنامه‌های خودگزارشی گردآوری شد و امکان اثرگذاری سوگیری پاسخ‌دهی، تمایل به ارائه تصویر مطلوب و برداشت ذهنی شرکت‌کنندگان وجود دارد. چهارم، اگرچه مرحله پیگیری انجام شد، اما مدت پیگیری محدود بود و درباره ماندگاری بلندمدت اثرات مداخله نمی‌توان نتیجه‌گیری قطعی داشت. پنجم، شرایط فرهنگی، خانوادگی و اجتماعی شرکت‌کنندگان ممکن است بر نحوه دریافت و اجرای آموزش‌ها اثر گذاشته باشد و کنترل کامل این عوامل امکان‌پذیر نبود.

پیشنهادهای برای پژوهش‌های آینده: پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های بعدی با حجم نمونه بزرگ‌تر و در بافت‌های فرهنگی و جغرافیایی متنوع‌تر انجام شوند تا امکان تعمیم نتایج افزایش یابد. همچنین بهتر است اثربخشی این بسته آموزشی در مورد پسران نوجوان، پدران، خانواده‌های تک‌والد و خانواده‌هایی با سطوح متفاوت مشکلات رفتاری بررسی شود. استفاده از طرح‌های طولی با دوره‌های پیگیری شش‌ماهه یا یک‌ساله می‌تواند به روشن‌تر شدن پایداری اثرات مداخله کمک کند. همچنین پیشنهاد می‌شود در کنار پرسشنامه‌های خودگزارشی، از روش‌هایی مانند مشاهده تعامل مادر-فرزند، مصاحبه با نوجوان، ارزیابی معلمان و گزارش پدران استفاده شود تا تصویری جامع‌تر از تغییرات



حاصل از مداخله به دست آید. افزون بر این، مقایسه این بسته آموزشی با سایر مداخله‌های والدگری، آموزش مهارت‌های اجتماعی یا درمان‌های خانواده‌محور می‌تواند جایگاه اثربخشی آن را دقیق‌تر مشخص کند.

پیشنهادهای برای عمل: پیشنهاد می‌شود مراکز مشاوره خانواده، مدارس، فرهنگسراها و مراکز خدمات روان‌شناختی از بسته آموزشی تعامل مادر-فرزند به‌عنوان یک برنامه کاربردی برای مادران دارای دختران نوجوان با مشکلات عاطفی-رفتاری استفاده کنند. اجرای کارگاه‌های گروهی برای مادران با محورهایی مانند شناخت دوره نوجوانی، گوش دادن فعال، همدلی، حل مسئله، مدیریت تعارض، تنظیم هیجان و حفظ تعادل میان حمایت و استقلال می‌تواند به بهبود کیفیت رابطه مادر-دختر کمک کند. همچنین مشاوران مدارس می‌توانند با شناسایی دانش‌آموزان دارای مشکلات عاطفی-رفتاری، مادران آنان را به برنامه‌های آموزشی ساختاریافته ارجاع دهند. استفاده از تمرین‌های خانگی، کاربرگ‌های تعاملی، گفت‌وگوی هدایت‌شده مادر و دختر و جلسات بازخورد می‌تواند اثربخشی برنامه را افزایش دهد. در نهایت، لازم است متخصصان سلامت روان خانواده در طراحی مداخله‌ها به تجربه زیسته مادران و نوجوانان توجه کنند تا برنامه‌ها با نیازهای واقعی خانواده‌ها هماهنگ‌تر باشند.

تشکر و قدردانی

از تمامی کسانی که در این پژوهش ما را یاری نمودند تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

موازین اخلاقی

در انجام این پژوهش تمامی موازین و اصول اخلاقی رعایت گردیده است.

شفافیت داده‌ها

داده‌ها و مآخذ پژوهش حاضر در صورت درخواست از نویسنده مسئول و ضمن رعایت اصول کپی رایت ارسال خواهد شد.

حامی مالی

این پژوهش حامی مالی نداشته است.

References

- Aguayo, L. V., Bocanegra, M. R., García, R. F., & Velasco, L. A. (2021). Meta-Analysis of the Efficacy and Effectiveness of Parent Child Interaction Therapy (PCIT) for Child Behaviour Problems. *Psicothema*, 33(4), 544-555. <https://doi.org/10.7334/psicothema2021.70>



- Alikhani, M., Shoa'a Kazemi, M., & Khalatbari, J. (2022). Predicting the Parent-Child Relationship on Behavioral Disorders with Empathy Mediated in Adolescents 12 to 15 Years Old. *A New Approach to Education of Children*, 4(3), 153-161.
- Bertelsen, H., Hayes, L., White, J., & Williams, P. (2019). The Role of Mothers in Adolescent Girls' Emotional and Social Development. *Journal of Adolescent Research*, 34(5), 521-538.
- Chan, H. H. K., Kwong, H. Y. C., Shu, G. L. F., Ting, C. Y., & Lai, F. H. Y. (2021). Effects of Experiential Learning Programmes on Adolescent Prosocial Behaviour, Empathy, and Subjective Well-Being: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Frontiers in psychology*, 12, 709699. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.709699>
- Derome, M., Morosan, L., Heller, P., & Debbané, M. (2025). Atypical Functional Connectome Is Associated with Low Reflective Functioning in Incarcerated Adolescents. *Frontiers in Psychiatry*, 15, 1385782. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1385782>
- Esmaili, M., Tavakoli, M., Yaghobian, F., Esmaili, L., & Mahdavi, S. (2014). Effectiveness of Social Skills Group Training on Strengths and Behavioral Difficulties in Daughters of Veterans and Martyrs Families. *Knowledge & Research in Applied Psychology*, 15(2), 86-95.
- Hashemi, Z., & Einy, S. (2021). The Effectiveness of Parent-Child Interactive Therapy on Parenting Stress and Parenting Self-Efficacy of Mothers of Children with Learning Disabilities. *Journal of Learning Disabilities*, 10(3), 380-393. <https://doi.org/10.32598/JLD.10.3.7>
- Hojati, M., Abasi, M., & Ghadampour, E. (2022). Modeling of Aggression in School Based on Family Functioning, Neuroticism, School Climate: The Mediating Role of Belief to Aggression, Empathy, and School Attachment. *Social Psychology Research*, 12(47), 77-98. <https://doi.org/10.22034/spr.2022.348821.1763>
- Hsieh, H. F., Mistry, R., Kleinsasser, M. J., Puntambekar, N., Gupta, P. C., Raghunathan, T., McCarthy, W., Córdova, D., Maharjan, G., Desai, M. B., Narake, S., & Pednekar, M. S. (2023). Family Functioning within the Context of Families with Adolescent Children in Urban India. *Family Process*, 62(1), 287-301. <https://doi.org/10.1111/famp.12784>
- Shokouhi Yekna, M., & Parand, A. (2022). *Behavioral Disorders of Children and Adolescents* (3rd ed.). Timourzadeh Publications.
- Stern, J. A., Bailey, N. A., Costello, M. A., Hellwig, A. F., Mitchell, J., & Allen, J. P. (2024). Empathy across Three Generations: From Maternal and Peer Support in Adolescence to Adult Parenting and Child Outcomes. *Child development*, 95(5), 1628-1640. <https://doi.org/10.1111/cdev.14109>
- Thomas, R., Abell, B., Webb, H., Avdagic, E., & Zimmer-Gembeck, M. (2017). Parent-Child Interaction Therapy: A Meta-Analysis. *Pediatrics*, 140, e20170352. <https://doi.org/10.1542/peds.2017-0352>
- Timmer, S. G., Hawk, B., Usacheva, M., Armendariz, L., Boys, D. K., & Urquiza, A. J. (2023). The Long and the Short of It: A Comparison of the Effectiveness of Parent-Child Care (PC-CARE) and Parent-Child Interaction Therapy (PCIT). *Child Psychiatry & Human Development*, 54(1), 255-265. <https://doi.org/10.1007/s10578-021-01257-9>
- Wu, L., Ding, F., Hu, T., Cheng, G., & Chen, X. (2021). Daily Stress and Behavioral Problems in Chinese Children: The Moderating Roles of Family Functioning and the Classroom Environment. *Frontiers in psychology*, 12, 742293. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.742293>
- Zhang, Z., Xu, Y., Wang, Y., Yao, B., Ritchie, D., Wu, T., & Li, T. J. J. (2024). Storybuddy: A Human-AI Collaborative Chatbot for Parent-Child Interactive Storytelling with Flexible Parental Involvement. Proceedings of the 2024 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems, <https://doi.org/10.1145/3491102.3517479>