



تدوین بسته توانمندسازی روان‌شناختی والدین و ارزیابی اثربخشی آن بر پریشانی روان‌شناختی نوجوانان با تعامل والد-فرزند ناکارآمد*

Offering a Psychological Empowerment Package for Parents and Evaluating its Effectiveness on Psychological Distress in Students with Ineffective Parent-Child Interaction

Behrouz Mehrabian
Farideh Dokaneifard
Azam Fatahi Andabil

بهروز محرابیان**
فریده دوکانه ای فرد***
اعظم فتاحی اندبیل****

Abstract

The present study was conducted to codify the psychological empowerment package for parents and evaluate its effectiveness on the psychological distress of students with ineffective parent-child interaction. The research method is practical and the study was analyzed thematically by a comparative method in the qualitative part and quasi-experimentally with pretest, posttest, control group design and two-month follow-up period in the quantitative part. The statistical population included the students with ineffective parent-child interaction in Tehran city in 2019-2020, who were selected by purposive sampling method and randomly divided into an experimental group and a control group (each group consisted of 20 individuals). Parents of students in the experimental group received ten sessions of the psychological empowerment package. 4 individuals in the experimental group and 3 in the control group terminated their participation in the study. The questionnaires used in this study included the Parent-Child Relationship Questionnaire (PCRQ) and the Psychological Distress Questionnaire (PDQ). The data of the study were analyzed using the mixed ANOVA method. The results showed that the psychological empowerment package had adequate content validity from the experts' viewpoint. Moreover, this package had an impact on the psychological distress of students with ineffective parent-child interaction ($F=39.22$; $\text{Eta}=0.54$; $P<0001$). According to the results of the present study, the psychological empowerment package can be used as an effective method to reduce students' psychological distress by training mental flexibility, normal parenting style, and emotional involvement with the child. In a practical proposal, it is suggested that the psychological empowerment package is used in psychological clinics.

Keywords: Psychological Empowerment, Psychological Distress, Inefficient Parent-Child Interaction.

چکیده

پژوهش حاضر با هدف تدوین بسته توانمندسازی روان‌شناختی والدین و ارزیابی اثربخشی آن بر پریشانی روان‌شناختی دانش‌آموزان با تعامل والد-فرزند ناکارآمد انجام گرفت. روش پژوهش، کاربردی و در بخش کیفی، تحلیل مضمون به روش قیاسی و در قسمت کمی نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه و دوره پیگیری دو ماهه بود. جامعه آماری را دانش‌آموزان با تعامل والد-فرزند ناکارآمد شهر تهران در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۳۹۸ و والدین آنان تشکیل دادند. ۴۰ دانش‌آموز با تعامل والد-فرزند ناکارآمد به روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند و با گمارش تصادفی در گروه‌های آزمایش و گواه قرار گرفتند (هر گروه ۲۰ نفر). والدین دانش‌آموزان حاضر در گروه آزمایش توانمندسازی روان‌شناختی (۱۰ جلسه) را دریافت کردند. پس از شروع مداخله، ۴ نفر در گروه آزمایش و ۳ نفر در گروه گواه از پژوهش انصراف دادند. پرسشنامه‌های این پژوهش شامل پرسشنامه رابطه والد-فرزند (PCRQ) و پریشانی روان‌شناختی (PDQ) بود. داده‌های حاصل از پژوهش به شیوه تحلیل واریانس آمیخته تجزیه و تحلیل شد. نتایج نشان می‌دهد بسته توانمندسازی روان‌شناختی از نظر متخصصان دارای روایی محتوایی کافی است. همچنین این بسته بر پریشانی روان‌شناختی ($P<0.001$) تأثیر داشته است. براساس یافته‌های حاصل از پژوهش حاضر، بسته توانمندسازی روان‌شناختی با بهره‌گیری از انعطاف‌پذیری روانی، آموزش سبک فرزندپروری بهنجار و مشارکت هیجانی روشی کارآمد برای کاهش پریشانی روان‌شناختی دانش‌آموزان است. در پیشنهادی کاربردی بیان می‌شود بسته توانمندسازی روان‌شناختی در کلینیک‌های روان‌شناختی استفاده شود.

واژه‌های کلیدی: توانمندسازی روان‌شناختی، پریشانی روان‌شناختی، تعامل والد-فرزند ناکارآمد.

* مقاله حاضر برگرفته از رساله دوره دکتری تخصصی است.

** دانشجوی دکتری مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد رودهن، تهران، ایران

*** نویسنده مسئول: دانشیار گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد رودهن، تهران، ایران

**** استادیار گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد رودهن، تهران، ایران

مقدمه

آغاز دوره نوجوانی دروازه ورود به دوره رشد و تحول اجتماعی محسوب می‌شود؛ زیرا فرزندان با ورود به این دوره از رشد، احساس استقلال از والدین خود دارند و مدت‌زمان بیشتری را با همسالان خود سپری می‌کنند. درحقیقت این گروه مرجع مهم تأثیرگذاری بر نوجوانان به شمار می‌رود (فولکس، لیونگ، فوهرمن، کنول و بلکمور، ۲۰۱۸). دوره نوجوانی چالش‌های بسیاری را برای فرد به‌همراه دارد؛ زیرا نوجوان از یک سو باید با تغییرات درونی خود (مانند تغییرات هورمونی، فیزیولوژیکی، هیجانی و شناختی) سازگار شود و از سوی دیگر با خانواده و گروه همسالان کنار بیاید. هرچند پیش از این می‌پنداشتند بیشتر نوجوانان به سلامت از استرس این دوره گذر می‌کنند، مطالعات دهه اخیر نشان می‌دهد هر روزه تعداد افرادی که نشانه‌های آسیب هیجانی یا رفتاری را از خود بروز می‌دهند، افزایش می‌یابد (رایس و همکاران، ۲۰۱۹؛ ترنت و همکاران، ۲۰۱۹). روند علائم دوره بلوغ و تغییرات هورمونی ناشی از آن موجب می‌شود کنش‌ها و تعاملات خانوادگی و اجتماعی نوجوانان دچار تغییرات زیادی شود (میتینگ و هائو، ۲۰۲۰). در این دوره تحولی، به دلیل استقلال‌طلبی نوجوانان، تعامل آنان با والدین ممکن است دچار آسیب‌هایی شود؛ زیرا از یک سو خانواده اولین نهادی است که نوجوانان در آن نمو می‌یابند و از حمایت مادی و معنوی بهره‌مند می‌شوند (زرلیفسکایا، ویزگینا و یاشینا، ۲۰۱۶) و از سوی دیگر تعارض بین استقلال‌خواهی و وابستگی به والدین، تعارضاتی را برای آنان پیش می‌آورد. باید توجه داشت که تعامل میان والدین و فرزندان، رابطه‌ای مهم و حیاتی را برای پدیدآیی امنیت و عشق رقم می‌زند. زمانی که صمیمیت و حمایت در روابط والدین با فرزندان وجود داشته باشد، فرزندان امکان بررسی عقاید و نقش‌های مختلف را پیدا می‌کنند و به‌سوی کسب هویتی مستقل گام برمی‌دارند. از سوی دیگر، حمایتگری از خودمختاری در رفتار نوجوانان، به رشد استقلال، توسعه خوداتکایی، شایستگی تحصیلی و حرمت نفس مطلوب در آنان منجر می‌شود (ژائو، لئو و لی، ۲۰۲۰).

ارتباط نزدیکی میان کیفیت رابطه والدین و فرزندان با رفتارهای سازگارانۀ آنها وجود دارد (سان و همکاران، ۲۰۲۰). نخستین مرحله دنیای ارتباطات برای فرزندان، تعامل با والدین است. ریشه پدیدآیی احساس امنیت، عشق و صمیمیت به‌طور مستقیم در این روابط نهفته است (دوموف و نایک، ۲۰۱۸). نمی‌توان به‌صورت قطعی مشخص کرد که در بروز تعارض میان والدین و فرزندان چه کسی مقصر است و بیشترین تأثیر را دارد (شان و همکاران، ۲۰۱۹)، اما می‌توان گفت نداشتن مهارت‌های ارتباطی و مهارت حل مسائل بین‌فردی، سبب بروز ناسازگاری‌ها و تعارض‌های میان والدین و فرزندان می‌شود (لئون، استیل، پلاکیوس، رومان و مورنو، ۲۰۱۸). براساس بررسی‌های اخیر، چگونگی ارتباط والدین و فرزندان با رفتارها و سازگاری روانی آنان ارتباط نزدیکی دارد. همچنین مشاهده شده است بین مشکلات رفتاری و هیجانات منفی در نوجوانان با افزایش تعارض والدین و فرزندان، رابطه مستقیمی وجود دارد (کیلدار و میدلمیس، ۲۰۱۷).

چنانچه تعامل والد-فرزند ناسازگارانه و ناکارآمد باشد، سلامت هیجانی و روان‌شناختی فرزندان با مخاطره مواجه می‌شود (میرزایی کوتنایی، حسین خانزاده، اصغری و شاکری‌نیا، ۱۳۹۴) و درنهایت موجب پربیشانی

روان‌شناختی^۱ در آن‌ها می‌شود؛ یعنی حالت هیجانی ویژه‌ای که افراد در پاسخ به استرس‌های خاص و درخواست‌های آسیب‌زا، به‌طور موقت یا دائم با آن مواجه می‌شوند (چوی، سالیوان، دی‌نیتو و کانیک، ۲۰۱۹). همچنین پریشانی روان‌شناختی با حالات ذهنی ناخوشایندی مانند افسردگی، اضطراب و استرس همراه است که این حالات ناخوشایند، با علائم هیجانی و فیزیولوژیکی آزارنده همراه هستند (تیزدل و آنتال، ۲۰۱۶). براساس پژوهش‌های اخیر، افرادی که پریشانی روانی بیشتری دارند، در مقایسه با دیگران، از علائم بیماری جسمانی بیشتری شکوه دارند که این خود پیش‌بینی‌کننده محکمی برای وقوع آسیب در کارکردهای جسمانی، روانی و اجتماعی است (مارچند و بلانس، ۲۰۱۰). همچنین نتایج مطالعه‌ای دیگر نشان می‌دهد پریشانی روان‌شناختی ممکن است بر عملکرد اجتماعی و زندگی روزمره افراد تأثیر بگذارد (گیاسی، ۲۰۱۹).

در اثر پریشانی روان‌شناختی، به‌تدریج تحمل پریشانی افراد نیز کاهش می‌یابد و رفتارهای ناسازگارانه بیشتری را از خود نشان می‌دهند (مک‌کیلوپ و دویت، ۲۰۱۳). افرادی که تحمل پریشانی کمتری دارند، آشفتگی هیجانی را تحمل‌ناپذیر و نپذیرفتنی توصیف می‌کنند؛ به‌طوری‌که برای تسکین حالت هیجانی منفی خود به هر کاری اقدام می‌کنند. مسئله دیگر اینکه قادر به توجه‌گردانی ذهن خود به موضوعی غیر از احساس پریشانی‌شان نیستند (چوودهاری و همکاران، ۲۰۱۸). به‌علاوه، این افراد توانایی‌های مقابله‌ای ضعیف‌تری در برابر پریشانی دارند و با به‌کارگیری راهبردهایی نامطلوب، با هدف کاهش حالت‌های هیجانی منفی تلاش می‌کنند از این هیجان‌ها اجتناب کنند (وردن و همکاران، ۲۰۱۹).

تاکنون از روش‌های درمانی مختلفی برای والدین و فرزندان دارای تعامل ناکارآمد استفاده شده است. با توجه به اینکه والدگری نابسندة موجب تعامل والد-فرزند ناکارآمد می‌شود، یکی از روش‌های مؤثر می‌تواند بر پایه آموزش والدگری باشد که تأثیر آن در پژوهش‌های مختلف مشاهده شده است (لورن، کوآتسیچ، رایبسنون، مک کوی و مک نیل، ۲۰۱۸؛ نازی، لاکاش، کلینوسکی و ایبر، ۲۰۱۸؛ لادمر، سالسباری، سارز و اندراد، ۲۰۱۷؛ فرشاد، نجارپوریان و شنیدی، ۱۳۹۷؛ رضایی، غضنفری و رضائیان، ۱۳۹۶؛ اصلانی، وارسته و امان‌الهی، ۱۳۹۵؛ روشن، آقاییوسفی، علی‌پور و رضایی، ۱۳۹۵)؛ بنابراین می‌توان گفت والدین دارای تعامل والد-فرزندی ناکارآمد، با گذشت زمان توانمندی‌های خود را در حیطه‌های فردی و خانوادگی از دست می‌دهند و این روند بر تمام ابعاد زندگی فردی، خانوادگی و اجتماعی آنان تأثیر می‌گذارد (خانزاده عباسعلی، طاهر، سیدنوری، یحیی‌زاده و عیسی‌پور، ۱۳۹۲). براین‌اساس یکی از روش‌های آموزشی که می‌توان با تهیه و تدوین آن، این نقیصه را به میزان زیادی کاهش داد، توانمندسازی روان‌شناختی^۲ والدین است؛ یعنی به افراد کمک شود تا اعتمادبه‌نفس خود را بازیابند، بر درماندگی و ناتوانی خود غلبه کنند و شور و شوق فعالیت پیدا کنند تا انگیزه‌های درونی برای انجام‌دادن وظایف در آنان مهیا شود.

توانمندسازی از دیدگاه‌های مختلف مدنظر قرار گرفته است که یکی از مهم‌ترین آن‌ها، توانمندسازی

1. psychological distress

2. psychological empowerment

روان‌شناختی است که به افزایش انگیزش درونی افراد منجر می‌شود (رضایی جندانی، هویدا و سماواتیان، ۱۳۹۴). معنای توانمندسازی روان‌شناختی مترادف با آزاد کردن نیروها و قدرت درونی افراد است. همچنین توانمندسازی روان‌شناختی موجب فراهم‌آوری بسترها و فرصت‌های مناسب برای شکوفایی استعدادها، توانایی‌ها و شایستگی‌های افراد مختلف می‌شود (ژانگ، یه و لیس، ۲۰۱۸). این نوع نگرش به توانمندسازی، با حالات و احساسات افراد به اطرافیان، خانواده و خود ارتباط پیدا می‌کند و انعکاسی از نقش بی‌بدیل و فعال افراد در خانواده و در اجتماع است. پنج بعد توانمندسازی روان‌شناختی افراد را می‌توان در شایستگی^۱، مؤثر بودن^۲، خودمختاری^۳، معنادار بودن^۴ و اعتماد^۵ خلاصه کرد (لی، کیم و کیم، ۲۰۲۱). شایستگی به میزانی اشاره می‌کند که فرد بتواند وظایف خود را با مهارت انجام دهد و باور داشته باشد که از عهده انجام آن به‌صورت موفقیت‌آمیز برمی‌آید. اگر فردی بتواند وظایف خود را با استفاده از مهارت‌هایش به‌خوبی انجام دهد، احساس شایستگی و کفایت نفس او نیز بهبود می‌یابد. افراد توانمند با داشتن ادراک شایستگی می‌توانند قابلیت و تبحر لازم برای انجام دادن موفقیت‌آمیز یک کار را در خود ایجاد کنند (اسدی، فرهادی و گل‌پرور، ۱۴۰۰). مؤلفه «مؤثر بودن» یا پذیرش نتیجه شخصی، معیاری است که فرد بر مبنای آن احساس تأثیرگذاری بر نتایج و پیامدهای وقایع را دارد؛ به بیانی دیگر «تأثیر» عبارت از میزان یا درجه‌ای است که رفتار فرد می‌تواند در دستیابی به اهداف خانوادگی و فردی تأثیرگذار باشد. همچنین مؤلفه «خودمختاری» بر احساس شخص از «خودتعیینی» اشاره دارد. چنین فردی خود را در کانون علیت می‌پندارد و به اعتقاد وی رفتارهایی که از او سر می‌زند، براساس اختیار خود است نه اجبار دیگران. بر مبنای «معنادار بودن» نیز افراد احساس می‌کنند اهداف مهم و بالارزشی را تعقیب می‌کنند؛ یعنی این احساس را دارند که در مسیر حرکت به‌سوی هدف، وقت و نیروی آنان ارزشمند است و به هدر نمی‌رود (منگ، جین و گائو، ۲۰۱۶).

با توجه به پیامدهای نامطلوب تعامل والد فرزند در دوره نوجوانی و نقش مخرب آن در سلامت روان و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان، همچنین تأثیرات گسترده آن بر روند زندگی فردی، اجتماعی و شغلی آینده نوجوانان و خانواده آن‌ها ضروری است اقدامات مقتضی برای بهبود مؤلفه‌های روان‌شناختی، هیجانی و ارتباطی این افراد صورت گیرد. همچنین این پیامدهای نامطلوب می‌تواند زندگی شخصی و خانوادگی نوجوانان را با آسیب جدی مواجه کند. براین اساس به‌کارگیری روش‌های درمانی روان‌شناختی مناسب که به بهبود قدرت روان‌شناختی آن‌ها منجر شود، اجتناب‌ناپذیر است؛ به همین دلیل پژوهش حاضر به تدوین بسته درمانی توانمندسازی روان‌شناختی برای والدین دارای فرزندان با تعامل والد-فرزند ناکارآمد پرداخته است. با توجه به این خلأ پژوهشی (تدوین‌نشدن بسته توانمندسازی روان‌شناختی برای این‌گونه والدین)، مسئله اصلی پژوهش حاضر تدوین بسته توانمندسازی روان‌شناختی والدین و ارزیابی اثربخشی آن بر پریشانی

1. competence
2. impact
3. self-determination
4. meaning
5. confidence

روان‌شناختی دانش‌آموزان با تعامل والد-فرزند ناکارآمد است. براین اساس فرضیه اصلی پژوهش حاضر این است که بسته توانمندسازی روان‌شناختی بر پریشانی روان‌شناختی دانش‌آموزان با تعامل والد-فرزند ناکارآمد مؤثر است.

روش

جامعه آماری، نمونه و روش اجرای پژوهش

روش پژوهش کاربردی و در بخش کیفی (تدوین بسته توانمندسازی روان‌شناختی والدین)، تحلیل مضمون به شیوه قیاسی و در قسمت کمی نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه و دوره پیگیری دو ماهه بود. جامعه آماری را دانش‌آموزان با تعامل والد-فرزند ناکارآمد شهر تهران در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۳۹۸ و والدین آنان تشکیل دادند. در پژوهش حاضر از روش نمونه‌گیری هدفمند استفاده شد؛ بدین صورت که از مناطق آموزش و پرورش شهر تهران، منطقه ۲ انتخاب شد. همچنین با مراجعه به ۱۰ آموزشگاه پسرانه دوره دوم متوسطه این منطقه، پرسشنامه تعامل والد-نوجوان در میان دانش‌آموزان این آموزشگاه‌ها اجرا شد. در این مرحله، توزیع ۳۰۱۱ پرسشنامه صورت گرفت. پس از جمع‌آوری و نمره‌گذاری این پرسشنامه‌ها، دانش‌آموزانی که تعامل والد-فرزند ناکارآمد داشتند، شناسایی شدند (نمره کمتر از ۲۰۰ در پرسشنامه رابطه والد-فرزند). در این مرحله، ۸۳ دانش‌آموز نمره کمتر از میانگین در پرسشنامه رابطه والد-فرزند به دست آوردند. سپس این با استفاده از مصاحبه بالینی نیز دوباره بررسی شدند تا از وجود تعامل والد-فرزند ناکارآمد در نزد آن‌ها اطمینان حاصل شود. از میان ۸۳ دانش‌آموز، ۶۳ دانش‌آموز تشخیص نهایی تعامل والد-فرزند ناکارآمد را کسب کردند. در مرحله بعد، ۴۰ نفر از این دانش‌آموزان که کمترین نمرات را در پرسشنامه رابطه والد-فرزند به دست آورده بودند (نمرات کمتر از میانگین و به صورت ترتیب‌بندی شده)، انتخاب و به صورت تصادفی در گروه‌های آزمایش و گواه جایدهی شدند (۲۰ دانش‌آموز در گروه آزمایش و ۲۰ دانش‌آموز در گروه گواه). سپس والدین این دانش‌آموزان برای دریافت مداخله در پژوهش حاضر شدند. در ابتدای دعوت از والدین، ۴ والد تمایلی به حضور در پژوهش نداشتند که با والدین دیگر جایگزین شدند. پس از شروع فرایند مداخله، ۴ والد در گروه آزمایش و ۳ والد در گروه گواه از ادامه حضور در پژوهش انصراف دادند. نحوه تعیین تعداد نمونه براساس کتاب‌های روش تحقیق در روان‌شناسی بود. چنانکه دلاور (۱۳۹۱) بیان داشته است در پژوهش‌های آزمایشی، ۱۵ نفر برای هر گروه مکفی هستند و می‌توان به تعمیم یافته‌ها دست زد. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل کسب نمره کمتر از میانگین (نمره پایین‌تر از ۲۰۰) در پرسشنامه رابطه والد-فرزند، اعلام رضایت و آمادگی برای شرکت در پژوهش، برخورداری از سلامت جسمی با بررسی پرونده تحصیلی، بودن در دوره متوسطه دوم، جنسیت پسر و داشتن ۱۸-۱۵ سال بود. ملاک‌های خروج از پژوهش نیز شامل غیبت بیش از دو جلسه، حضور نامنظم در جلسات درمان، همکاری نکردن با پژوهشگر و دریافت مداخله روان‌شناختی هم‌زمان بود.

ابزار سنجش

پرسشنامه پریشانی روان‌شناختی^۱ (PDQ)

این پرسشنامه که وضعیت روانی بیمار را طی یک ماه اخیر بررسی می‌کند، کسلر و همکاران (۲۰۰۲) به صورت مقیاسی ده‌سؤالی تنظیم کرده‌اند. پاسخ به سؤالات براساس طیف لیکرت پنج‌گزینه‌ای است؛ به طوری که تمام اوقات = ۴، بیشتر اوقات = ۳، بعضی اوقات = ۲، به ندرت = ۱ و هیچ وقت = ۰ در نظر گرفته است و بین صفر تا چهار نمره‌گذاری می‌شود و بالاترین امتیاز در آن ۴۰ است. نمرات بالاتر حاکی از پریشانی روان‌شناختی بیشتر در فرد است. براساس پژوهش‌های انجام‌شده روی پرسشنامه پریشانی روان‌شناختی کسلر، ارتباط محکمی میان نمرات بالا در پرسشنامه پریشانی روان‌شناختی کسلر و تشخیص بیماری‌های خلقی و اضطرابی وجود دارد. از سوی دیگر، ارتباط کوچک اما معناداری میان نمرات به‌دست‌آمده از این پرسشنامه و بیماری‌های روانی دیگر مشاهده می‌شود (واسیلیادیس، چادزینسکی، گوتیجو گارا و پرویل، ۲۰۱۵). همچنین پرسشنامه پریشانی روان‌شناختی کسلر برای غربال‌گری افراد مبتلا به اضطراب و افسردگی حساسیت لازم را داشت و از طرفی این ابزار برای مهار و نظارت‌های بعد از درمان نیز مناسب به نظر می‌رسد (کسلر و همکاران، ۲۰۰۲). همچنین مطالعه دیگری از اعتبار این پرسشنامه برای مطالعات تشخیصی و غربالگری اختلالات روانی حکایت دارد (گرین و کراکی، ۲۰۱۰)؛ به طوری که واسیلیادیس و همکاران (۲۰۱۵) و اندرسون و همکاران (۲۰۱۱) ضریب پایایی و روایی محتوایی این پرسشنامه را برای جمعیت سالمندان قابل قبول گزارش کرده‌اند. در ایران نیز یعقوبی (۱۳۹۴) در پژوهش خود، پایایی پرسشنامه را به روش آلفای کرونباخ، ۰/۸۳ محاسبه کرده است. براساس گزارش این پژوهشگر روایی محتوایی این پرسشنامه از مطلوبیت کافی برخوردار است. پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۸ به‌دست آمد.

پرسشنامه رابطه والد-فرزندی^۲ (PCRQ)

در این پژوهش، به منظور سنجش رابطه والد-فرزندی از پرسشنامه ۲۴ سؤالی رابطه والد-فرزندی (فاین، مورلند و شوبل، ۱۹۸۳) استفاده شد. این پرسشنامه شامل دو بخش به صورت رابطه با پدر و رابطه با مادر تنظیم شده است که در پژوهش حاضر از هر دو فرم مورد استفاده شده و مجموع نمره این دو فرم گزارش شده است. شیوه نمره‌گذاری این پرسشنامه براساس طیف لیکرت از ۱ تا ۷ (هیچ‌گاه تا همیشه) است. در هر دو فرم سؤالات ۱۱، ۱۲، ۱۳ و ۱۴ به شکل معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. در هر یک از زیرمقیاس‌های رابطه با پدر و رابطه با مادر، حداقل نمره (۲۴) و حداکثر نمره (۱۶۸) است؛ بنابراین حداقل نمره کل این پرسشنامه (مجموع نمرات رابطه با پدر و رابطه با مادر) ۴۸ و حداکثر نمره ۳۳۶ است. اگر نمرات کمتر از ۲۰۰ باشند،

-
1. Psychological Distress Questionnaire (PDQ)
 2. Parent-Child Relationship Questionnaire (PCRQ)

کیفیت پایین تعامل والد با نوجوان را نشان می‌دهد. برای تعیین روایی این پرسشنامه، فاین، مورلند و شوپل (۱۹۸۳) از روش تحلیل عاملی تأییدی بهره برده‌اند. براساس نتایج تحلیل عاملی تأییدی، ارتباط خوب و بالایی میان ماده‌ها وجود دارد. همچنین در پژوهش براتفورد و باربر (۲۰۰۸)، میزان پایایی این پرسشنامه برای دو زیرمقیاس تعارض با پدر ۰/۸۸ و تعارض با مادر ۰/۹۱ به‌دست آمد. در پژوهش شهنی بیلاق، عزیزی‌مهر و مکتبی (۱۳۹۳) که در ایران انجام شد، ضرایب آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس تعارض با پدر، ۰/۸۹ و برای خرده‌مقیاس تعارض با مادر، ۰/۹۲ گزارش شده است. همچنین ضرایب استاندارد در تحلیل عاملی تأییدی برای خرده‌مقیاس تعارض با پدر بین ۰/۶۴ تا ۰/۸۴ و برای خرده‌مقیاس تعارض با مادر بین ۰/۶۷ تا ۰/۷۸ در نوسان بود. در پژوهش فرازمنند (۱۳۹۷) ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه خرده‌مقیاس تعارض با مادر ۰/۸۹ و برای خرده‌مقیاس تعارض با پدر ۰/۸۸ به‌دست آمد. همچنین این پژوهشگر میزان روایی محتوایی پرسشنامه را مطلوب و به میزان ۰/۸۵ محاسبه کرد. پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس تعارض با مادر ۰/۸۸ و برای زیرمقیاس تعارض با پدر ۰/۸۵ محاسبه شد و به‌دست آمد.

روند اجرای پژوهش

پس از دریافت مجوزهای لازم و انجام فرایند نمونه‌گیری (مطابق با آنچه ذکر شد)، والدین انتخاب‌شده (۴۰ والد) به شیوه تصادفی در گروه‌های آزمایش و گواه جای‌دهی شدند (۲۰ والد در گروه آزمایش و ۲۰ والد در گروه گواه). گروه آزمایش مداخلات مربوط به بسته آموزشی توانمندسازی روان‌شناختی (۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای) را در طی دو ماه و نیم به‌صورت هفته‌ای یک جلسه دریافت کردند؛ درحالی‌که افراد گروه گواه هیچ‌گونه مداخله‌ای را در طول پژوهش دریافت نکردند. گفتنی است یکی از والدین در جلسات مداخله حاضر و محتویات آموزشی جلسه را ضبط و در اختیار دیگر والد قرار می‌داد. پس از شروع فرایند مداخله تعداد ۴ والد در گروه آزمایش و تعداد ۳ والد در گروه گواه از ادامه حضور در پژوهش انصراف دادند. تدوین بسته توانمندسازی روان‌شناختی والدین نیز با استفاده از روش تحلیل مضمون به روش قیاسی به این شرح بود:

در مرحله اول نیازهای روان‌شناختی، هیجانی و عاطفی در نوجوانان دارای تعامل والد-فرزند ناکارآمد، ویژگی‌های والدین دارای تعامل با فرزند کارآمد و همچنین مبانی نظری مؤلفه توانمندسازی مورد مطالعه و جمع‌آوری اختصاصی قرار گرفت؛ بدین‌صورت که پژوهشگر در مرحله اول مقالات، پایان‌نامه‌ها و کتاب‌های چاپ‌شده مرتبط را مطالعه و بررسی کرد. در این مرحله مقالات مربوط به پژوهش‌های زیر مطالعه شدند: شاه حیدری‌پور و کمالیان (۱۳۹۱)؛ عباسی و نشاط‌دوست (۱۳۹۲)؛ سالاری محمدآباد و مازیاری (۱۳۹۵)؛ حسینی، گودرزی و پورخلیل (۲۰۱۵)؛ کفاش‌پور و شکوری (۱۳۹۴)؛ اسدیان، ربیعی و قاسم‌زاده (۱۳۹۵)؛ عسگری و نیکوکار (۱۳۹۵)؛ اسحاقیان، کاظمی و شائمی (۱۳۹۵)؛ جعفری، جعفری و حسینی (۱۳۹۶)؛ فیروزفر، زم، منصور، ولی زیبایی (۱۳۹۶)؛ مسکین‌نواز، قربانی، نیلی‌پور طباطبایی و نیرومند (۱۳۹۶)؛ مؤمن‌پور، حسنی، قاسم‌زاده و مؤمن‌پور (۱۳۹۷)؛ کریمی و فاطمی عقدا (۱۳۹۷)؛ نیلی احمدآبادی، باقری و سلیمی بجستانی

(۱۳۹۸)؛ سربلند (۱۳۹۸)؛ علی قنواتی، شریفی، غضنفری، عابدی و نقوی (۱۳۹۸)؛ خان، ملیک و سلیم (۲۰۲۰)؛ لثو، جی، ژانگ، یو و فن (۲۰۱۹)؛ جنا، باتاچاریا و پرادان (۲۰۱۹) و آکسل، سرنیکان، اگلو و آکسوی (۲۰۱۳). در مرحله دوم مطالب جمع‌آوری شده در مرحله اول، مورد دسته‌بندی (کدبندی) محتوایی قرار گرفته و زیرگروه‌های مفهومی-محتوایی معطوف به نیازها و مسائل تشکیل شد. در مرحله سوم زیرگروه‌های مفهومی-محتوایی تشکیل شده در مرحله دوم به ده حوزه مهارتی (افزایش انگیزش درونی، انعطاف‌پذیری روانی، تبیین احساس معناداربودن، هدف‌های فرزندپروری، روش‌های انضباطی مثبت، احساس خودتعیینی، احساس مؤثربودن، شناخت نیازها و هیجانات فرزندان، مشارکت هیجانی با فرزند و ایجاد ارتباط مثبت با فرزند) معطوف به توانمندسازی روان‌شناختی و ایجاد و تقویت تاب‌آوری نوجوانان دارای تعامل والد-فرزندی ناکارآمد تبدیل شد و در نهایت بسته آموزشی توانمندسازی روان‌شناختی برای والدین دارای تعامل والد-فرزند ناکارآمد بر پایه فنون آموزشی استخراج‌شده از منابع به صورت اولیه تدوین شد.

در مرحله چهارم بسته اولیه آموزشی توانمندسازی روان‌شناختی برای والدین دارای تعامل والد-فرزند ناکارآمد به ۱۵ متخصص روان‌شناسی و درمانگر دوره نوجوانی ارائه و از آنان خواسته شد تا با مطالعه و اظهارنظر درباره ساختار، فرایند و محتوای هر یک از جلسات در قالب پرسشنامه نظرسنجی که همراه بسته آموزشی تدوین شده و در اختیار هر یک از متخصصان قرار گرفته بود، به تدوین بسته نهایی یاری رسانند. علاوه بر این در این مرحله لازم بود یک فرم اظهارنظر باز پاسخ به منظور ارائه پیشنهادها و نظرات اصلاحی هر یک از متخصصان برای ارتقای محتوا، ساختار و فرایند بسته آموزشی توانمندسازی روان‌شناختی برای والدین دارای تعامل والد-فرزند ناکارآمد در اختیار آن‌ها قرار گیرد که این فرایند انجام شد. در مرحله پنجم نظرات تخصصی ۱۵ متخصص بررسی و نظرات اصلاحی آن‌ها درباره بسته آموزشی توانمندسازی روان‌شناختی برای والدین دارای تعامل والد-فرزند ناکارآمد انجام و بسته آموزشی نهایی آماده شد. در مرحله ششم بسته آموزشی توانمندسازی روان‌شناختی همراه با فرم نظرسنجی نهایی و محاسبه ضریب توافق متخصصان درباره فرایند، ساختار و محتوای بسته آموزشی بار دیگر به ۱۵ متخصص ارائه شد. در این مرحله اگر کماکان متخصصان نظرات اصلاحی داشتند، به صورت موردی در بسته آموزشی اعمال شد. در این مرحله به منظور سنجش روایی درونی بسته آموزشی تدوین‌شده (بسته آموزشی توانمندسازی روان‌شناختی)، ضریب توافق ارزیاب‌ها درباره فرایند، ساختار و محتوای بسته آموزشی توانمندسازی روان‌شناختی محاسبه و میزان ۰/۸۸ به دست آمد. علاوه بر این به منظور اعتبار بیرونی نیز بسته روی ۴ والد، با طرح مقدماتی با قواعد پیش‌آزمون-پس‌آزمون انجام شد. نتایج حاکی از آن بود که بسته آموزشی توانمندسازی روان‌شناختی توانسته است موجب تغییر معنادار در میانگین نمرات پریشانی روان‌شناختی دانش‌آموزان با تعامل والد-فرزندی ناکارآمد شود. به منظور تأثیر نیز به این صورت بود که بسته آموزشی توانمندسازی روان‌شناختی توانسته به کاهش میانگین نمرات پریشانی روان‌شناختی دانش‌آموزان با تعامل والد-فرزندی ناکارآمد منجر شود. تفاوت بسته حاضر با بسته‌های مبتنی بر فرزندپروری والدینی موجود در این نکته است که بسته حاضر علاوه بر اصول فرزندپروری صرف بنا نهاده نشده است. این بسته با ایجاد حس درونی شایستگی، انعطاف‌پذیری

روانی، خودکارآمدی و احساس خودتعیینی برای والدین، علاوه بر بهبود اصول فرزندپروری والدین، حس توانمندی ارتباطی و روانی آنان را نیز بهبود می‌بخشد. به‌منظور رعایت اخلاق پژوهشی، رضایت دانش‌آموزان و والدین آنان برای شرکت در برنامه مداخله کسب شد و آنان از همه مراحل مداخله آگاه شدند. همچنین به افراد گروه گواه اطمینان داده شد که آنان نیز پس از اتمام فرایند پژوهشی، در صورت تمایل این مداخلات را دریافت خواهند کرد.

جدول ۱. خلاصه جلسات آموزش توانمندسازی روان‌شناختی

جلسه	هدف	محتوا
اول	آشنایی و معرفی مداخله	آشنایی و معارفه، بیان مقررات و اهداف جلسه، توضیح مختصری درباره توانمندسازی روان‌شناختی و رابطه والد-فرزندی و برگزاری پیش‌آزمون.
دوم	تبیین نقش توانمندی و پیامدهای آن	توضیح درباره توانمندی و پیامدهای آن (افزایش انگیزش درونی، احساس تسلط بر امور، احساس توانمندی و قدرت و انعطاف‌پذیری روانی) در تعاملات والد فرزند، تعیین تکلیف مربوط به انعطاف روانی و احساس تسلط بر امور.
سوم	پرداختن به احساس معنادار بودن	بررسی تکلیف جلسه گذشته، توضیح درباره مؤلفه‌های توانمندسازی روان‌شناختی، تبیین احساس معنادار بودن، توضیح درباره ارزش‌های خانواده و هدف‌های فرزندپروری، توضیح درباره سبک فرزندپروری و رابطه آن با مؤلفه معنادار بودن، تعیین تکلیف مربوط به پرداختن به ارزش‌های خانواده در گفت‌وگوی درون خانوادگی.
چهارم	شایستگی و نقش آن در فرزندپروری	بررسی تکلیف جلسه گذشته، توضیح درباره احساس شایستگی، ویژگی‌های افرادی که احساس شایستگی دارند و ارتباط آن با فرزندپروری مقتدرانه، تبیین فرزندپروری مقتدرانه و تعیین تکلیف مرتبط.
پنجم	پرداختن به نقش خودکارآمدی در فرزندپروری	بررسی تکلیف جلسه گذشته، توضیح درباره احساس خودکارآمدی و منابع آن، ارتباط دادن خودکارآمدی به روابط والد-فرزندی، ادامه فرزندپروری مقتدرانه: روش‌های انضباطی مثبت، تعیین تکلیف مربوط به استفاده از روش‌های انضباطی مثبت.
ششم	تبیین خودتعیینی به‌عنوان یکی از اهرم‌های توانمندی	بررسی تکلیف جلسه گذشته، توضیح درباره احساس خودتعیینی و مفاهیم مرتبط با آن، توضیح درباره خودمختاری و مؤلفه‌های آن و ارتباط دادن آن با روابط والد-فرزندی، تعیین تکلیف مربوط به بهبود ارتباط والد-فرزندی.
هفتم	چگونگی مؤثر بودن والدینی	بررسی تکلیف جلسه گذشته، توضیح درباره احساس مؤثر بودن و مفاهیم مرتبط با آن، چگونه والدین مؤثری باشیم؛ شناخت نیازها و هیجان‌های فرزندان، مشارکت هیجانی با فرزند شامل ابراز محبت و دلگرمی، داشتن تفریح و سرگرمی با فرزند، تعیین تکلیف مربوط به ابراز محبت و دلگرمی به فرزند.
هشتم	برقراری ارتباط مؤثر با فرزند	بررسی تکلیف جلسه گذشته، توضیح درباره احساس مؤثر بودن، چگونه والدین مؤثری باشیم؛ ایجاد ارتباط مثبت با فرزند (نحوه گوش کردن به فرزند)، تعیین تکلیف مربوط به استفاده از ارتباط مثبت با فرزند.
نهم	بررسی اعتماد به‌عنوان پایه بهبود تعامل والد-فرزندی	بررسی تکلیف جلسه قبل، توضیح درباره احساس اعتماد و قدرت‌دانی، ارتباط آن با تعامل والد-فرزندی و ایجاد احساس ارزشمندی در فرزند. تعیین تکلیف مربوط به ایجاد حس ارزشمندی در فرزند.
دهم	جمع‌بندی و اختتام جلسات	جمع‌بندی و خلاصه جلسات، پاسخگویی به مشکلات و پرسش‌ها و برگزاری پس‌آزمون.

روش تجزیه و تحلیل اطلاعات

در این پژوهش برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از دو سطح آمار توصیفی و استنباطی استفاده شد. در سطح آمار توصیفی از میانگین و انحراف استاندارد و در سطح آمار استنباطی از آزمون شاپیرو-ویلک برای بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها، آزمون لوین برای بررسی برابری واریانس‌ها، آزمون موچلی به منظور بررسی پیش فرض کرویت داده‌ها و همچنین از تحلیل واریانس آمیخته برای بررسی فرضیه پژوهش استفاده شد. نتایج آماری با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS23 تجزیه و تحلیل شد.

یافته‌ها

یافته‌های حاصل از داده‌های دموگرافیک نشان می‌دهد میانگین سن دانش‌آموزان در گروه آزمایش ۱۶/۲۵ و در گروه گواه ۱۵/۷۰ بود. همچنین میانگین سنی والدین حاضر در گروه آزمایش ۴۷/۲۵ و گروه گواه ۴۵/۵۵ بود. همچنین سطح تحصیلات دهم در هر دو گروه آزمایش (۷ نفر معادل ۴۳/۷۵ درصد) و گواه (۶ نفر معادل ۳۵/۲۹ درصد) بیشترین فراوانی را داشت. میانگین و انحراف استاندارد پریشانی روان‌شناختی در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری به تفکیک دو گروه آزمایش و گواه در جدول ۲ آمده است.

جدول ۲. میانگین و انحراف استاندارد پریشانی روان‌شناختی در دو گروه آزمایش و گواه

گروه‌ها	پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پیگیری	
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
گروه آزمایش	۲۷/۵۶	۳/۸۲	۱۹/۲۵	۳/۶۷	۱۷/۱۸	۳/۱۲
گروه گواه	۲۶/۷۶	۳/۹۲	۲۸/۰۵	۳/۴۹	۲۶/۵۲	۲/۱۸

نتایج جدول توصیفی حاکی از آن است که میزان پریشانی روان‌شناختی دانش‌آموزانی که والدین آنان در گروه آزمایش حضور داشتند، در مقایسه با گروه گواه کاهش یافته که در ادامه، معناداری آن با استفاده از آمار استنباطی بررسی شده است. پیش از ارائه نتایج تحلیل واریانس آمیخته^۱، پیش‌فرض‌های آزمون‌های پارامتریک سنجش شد. براین اساس نتایج آزمون شاپیرو ویلک^۲ بیانگر آن بود که پیش‌فرض نرمال بودن توزیع نمونه‌ای داده‌ها در متغیر پریشانی روان‌شناختی در گروه‌های آزمایش و گواه در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری برقرار است ($p > 0.05$). همچنین پیش‌فرض همگنی واریانس نیز به کمک آزمون لوین^۳ سنجش شد که نتایج آن معنادار نبود و این یافته نشان می‌داد پیش‌فرض همگنی واریانس‌ها در متغیر پریشانی روان‌شناختی رعایت شده است ($p > 0.05$). از سوی دیگر نتایج آزمون t نشان

1. mixed analysis of variance
2. shapiro-wilk test
3. levin test

می‌دهد تفاوت نمره‌های پیش‌آزمون گروه‌های آزمایش و گروه گواه در متغیر وابسته (پیشانی روان‌شناختی) معنادار نبوده است ($p > 0.05$)؛ درحالی‌که نتایج آزمون موجلی^۱ نشان می‌دهد پیش‌فرض کرویت داده‌ها در پیشانی روان‌شناختی رعایت شده است ($p > 0.05$).

جدول ۳. تحلیل واریانس آمیخته به منظور بررسی تأثیرات درون و بین‌گروهی برای متغیرهای پیشانی روان‌شناختی

توان آزمون	اندازه اثر	مقدار p	مقدار f	میانگین مجذورات	درجه آزادی	مجموع مجذورات	
۱	۰/۵۱	۰/۰۰۰۱	۳۵/۰۷	۲۴۰/۰۴	۲	۴۸۰/۰۸	مراحل
۱	۰/۵۵	۰/۰۰۰۱	۳۸/۶۶	۸۲۷/۳۳	۱	۸۲۷/۳۳	گروه‌بندی
۱	۰/۵۴	۰/۰۰۰۱	۳۹/۲۲	۲۶۸/۴۰	۲	۵۳۶/۸۱	تعامل مراحل و گروه‌بندی
				۶/۸۴	۶۲	۴۲۴/۳۱	خطا

نتایج تحلیل واریانس آمیخته نشان می‌دهد براساس ضرایب F محاسبه‌شده، عامل زمان یا مرحله ارزیابی تأثیر معناداری بر نمرات پیشانی روان‌شناختی دانش‌آموزان دارای تعامل والد-فرزندی ناکارآمد دارد و ۵۱ درصد از تفاوت در واریانس‌های نمرات پیشانی روان‌شناختی دانش‌آموزان دارای تعامل والد-فرزندی ناکارآمد را تبیین می‌کند. همچنین عامل عضویت گروهی (آموزش توانمندسازی روان‌شناختی) یا نوع درمان دریافتی نیز بر پیشانی روان‌شناختی دانش‌آموزان دارای تعامل والد-فرزندی ناکارآمد تأثیر معنادار دارد و ۵۵ درصد از تفاوت در نمرات پیشانی روان‌شناختی دانش‌آموزان دارای تعامل والد-فرزندی ناکارآمد را تبیین می‌کند. همچنین نتایج نشان می‌دهد نوع درمان دریافتی (آموزش توانمندسازی روان‌شناختی) در مراحل مختلف ارزیابی بر پیشانی روان‌شناختی دانش‌آموزان دارای تعامل والد-فرزندی ناکارآمد تأثیر معنادار دارد و ۵۴ درصد از تفاوت در نمرات پیشانی روان‌شناختی دانش‌آموزان دارای تعامل والد-فرزندی ناکارآمد را تبیین می‌کند. توان آماری ۱۰۰ درصدی نیز حاکی از دقت آماری بالا و کفایت حجم نمونه برای ارزیابی تأثیر تعامل گروه و زمان بر پیشانی روان‌شناختی دانش‌آموزان دارای تعامل والد-فرزندی ناکارآمد است. در جدول ۴ مقایسه زوجی میانگین نمرات پیشانی روان‌شناختی آزمودنی‌ها برحسب مرحله ارزیابی ارائه شده است.

جدول ۴. مقایسه زوجی میانگین نمرات پیشانی روان‌شناختی آزمودنی‌ها برحسب مرحله ارزیابی

مرحله مبنا (میانگین)	مرحله مورد مقایسه (میانگین)	تفاوت میانگین‌ها	خطای انحراف معیار	معناداری
پیش‌آزمون	پس‌آزمون	۳/۶۱	۰/۵۷	۰/۰۰۰۱
پیش‌آزمون	پیگیری	۵/۳۰	۰/۷۸	۰/۰۰۰۱
پس‌آزمون	پیش‌آزمون	-۳/۵۱	۰/۵۷	۰/۰۰۰۱
پس‌آزمون	پیگیری	۱/۷۹	۰/۵۵	۰/۰۰۹

براساس نتایج جدول ۴، بین میانگین نمرات مرحله پیش‌آزمون با پس‌آزمون و پیگیری در متغیر پریشانی روان‌شناختی تفاوت معناداری وجود دارد؛ یعنی آموزش توانمندسازی روان‌شناختی توانسته به شکل معناداری نمرات پس‌آزمون و پیگیری پریشانی روان‌شناختی را در مقایسه با مرحله پیش‌آزمون دچار تغییر کند. یافته دیگر این جدول نشان می‌دهد بین میانگین نمرات مرحله پس‌آزمون و پیگیری نیز تفاوت معناداری وجود دارد. این یافته را می‌توان این چنین تبیین کرد که نمرات پریشانی روان‌شناختی دانش‌آموزان دارای تعامل والد-فرزندی ناکارآمد که در مرحله پس‌آزمون دچار کاهش معنادار شده بود، توانسته این تغییر را در طول دوره پیگیری نیز حفظ کند و شدت بخشد.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف تدوین بسته توانمندسازی روان‌شناختی والدین و ارزیابی اثربخشی آن بر پریشانی روان‌شناختی دانش‌آموزان با تعامل والد-فرزندی ناکارآمد انجام شد. نتایج نشان می‌دهد بسته توانمندسازی روان‌شناختی از نظر متخصصان روایی محتوایی کافی دارد. همچنین این بسته بر پریشانی روان‌شناختی دانش‌آموزان با تعامل والد-فرزندی ناکارآمد تأثیر داشته و توانسته است به کاهش پریشانی روان‌شناختی این دانش‌آموزان منجر شود. بسته حاضر برای نخستین بار در پژوهش کنونی تدوین شده است؛ بنابراین پژوهش کاملاً همسویی با آن وجود ندارد، اما چون توانمندسازی روان‌شناختی بر پایه تعامل با فرزند و اصول فرزندپروری بهنجار بنا نهاده شده است، با نتایج پژوهش‌های زیر همسویی دارد: پژوهش علی قنوتی و همکاران (۱۳۹۸) مبنی بر اثربخشی بسته آموزشی تعامل والد-فرزند بر کیفیت دلبستگی کودکان دارای تعامل مادر-کودک ناکارآمد؛ پژوهش نیلی احمدآبادی، باقری و سلیمی بجزستانی (۱۳۹۸) مبنی بر اثربخشی برنامه آموزشی فرزندپروری بر بهبود رابطه والد-فرزندی و رضایت از زندگی مادران، پژوهش فرهاد، نجارپوریان و شنیدی (۱۳۹۷) مبنی بر تأثیر آموزش والدگری مثبت بر شادزیستی و تعارض والد-فرزندی دانش‌آموزان، پژوهش رضایی، غضنفری و رضائیان (۱۳۹۶) مبنی بر اثربخشی آموزش گروهی والدگری مثبت بر استرس و خودکارآمدی والدگری مادران و مشکلات رفتاری دانش‌آموزان، پژوهش روشن و همکاران (۱۳۹۵) مبنی بر اثربخشی درمان تعامل والد-کودک و مقابله درمانگری مادران بر کاهش شدت مشکلات رفتاری فرزندان و پژوهش اصلانی، وارسته و امان‌الهی (۱۳۹۵) مبنی بر اثربخشی آموزش برنامه والدگری مثبت بر کیفیت تعامل والد-کودک. در حیطه اثر توانمندسازی روان‌شناختی نیز پژوهش حاضر با نتایج پژوهش‌های زیر همسو بود: پژوهش اسدی، فرهادی و گلپور (۱۴۰۰) مبنی بر اثربخشی بسته توانمندسازی روان‌شناختی بر نشخوار فکری والدین دارای فرزند مبتلا به سرطان و پژوهش جعفری، جعفری و حسینی (۱۳۹۶) مبنی بر اثربخشی توانمندسازی روان‌شناختی در کاهش اضطراب و بهبود کارکردهای اجرایی زنان.

در تبیین یافته حاضر مبنی بر اثربخشی بسته توانمندسازی روان‌شناختی والدین بر پریشانی روان‌شناختی

دانش‌آموزان با تعامل والد-فرزندی ناکارآمد باید گفت توانمندسازی در پاسخ‌گویی به چالش‌های محیطی و خانوادگی عامل تسهیل‌کننده‌ای به‌شمار می‌رود؛ بدین معنا که با آموزش خودمختاری به والدین در توانمندسازی روان‌شناختی، انعطاف‌پذیری و آزادی در تصمیم‌گیری‌ها در آنان تقویت می‌شود (لی، کیم و کیم، ۲۰۲۱). توانمندسازی به والدین با تعامل والد-فرزندی ناکارآمد کمک می‌کند تا بتوانند در صورت لزوم، تصمیم‌گیری‌های به‌نجار و مناسب صورت دهند. این فرایند نه‌تنها بر عملکرد افراد بلکه بر شخصیت آنان را تأثیر می‌گذارد. تأثیر توانمندسازی روان‌شناختی بر شخصیت، سبب می‌شود تعامل به‌نجار در شخصیت فرد نهادینه شود؛ بنابراین با وقوع تغییرات مثبت در شخصیت فرد، چالش‌های کلامی، رفتاری و ارتباطی بیهوده یا ناکارآمد با فرزند کاهش می‌یابد. از سوی دیگر با آموزش تعامل مثبت و فرزندپروری مقتدرانه، والدین می‌آموزند تعامل سازنده‌تری با فرزند خود داشته باشند. با برقراری تعامل سازنده و ابراز محبت و دلگرمی، احساس آرامش درونی و روانی بیشتری در فرزندان پدیدار می‌شود و به‌دنبال آن، میزان پریشانی روان‌شناختی آنان کاهش می‌یابد. در تبیین دیگر باید گفت توانمندسازی به معنای قدرت‌بخشیدن است؛ یعنی طی توانمندسازی روان‌شناختی، والدین احساس شایستگی و مؤثر بودن را می‌آموزند و متعاقب آن، اعتمادبه‌نفس بیشتری به‌دست می‌آورند و بر احساس ناتوانی و درماندگی خود فائق می‌آیند. همچنین با افزایش احساس مؤثر بودن، در افراد شور و شوق فعالیت ایجاد می‌شود و انگیزه‌های درونی آنان برای انجام وظیفه و الدگری جهت می‌گیرد. افراد توانمند نه‌تنها از توانایی‌های خود در انجام برخی کارها آگاهی می‌یابند، بلکه اندیشه آنان درباره خود نیز با آنچه پیش از توانمندشدن داشته‌اند، متفاوت می‌شود. این روند سبب می‌شود والدین با تعامل والد-فرزندی ناکارآمد، رضایت درونی بیشتری احساس کنند. این رضایت درونی به‌صورت تعامل مثبت با اعضای خانواده، به‌ویژه فرزندان نمود پیدا می‌کند و بدین‌صورت میزان پریشانی روانی (استرس و اضطراب) آنان کاهش می‌یابد. در تبیینی دیگر می‌توان گفت توانمندسازی روان‌شناختی با شکل‌دهی ادراک توانمندی ذهنی می‌تواند تأثیر مثبتی بر وضعیت روان‌شناختی افراد داشته باشد (لی، کیم و کیم، ۲۰۲۱). براین‌اساس والدین با تعامل والد-فرزندی ناکارآمد با دریافت آموزش توانمندسازی روان‌شناختی، احساس تسلط بر امور خواهند داشت؛ بنابراین در پذیرش و قبول شرایط خود، مشکل کمتری دارند و بهتر می‌توانند با وقایع روزمره تنش‌زا کنار بیایند. این فرایند والدین را از درگیری و آمیختگی با افکار اضطراب‌زا و ناامیدکننده رها می‌کند و سبب می‌شود آنان با اعتماد به فرزندان خود، خوش‌بینی و امید بیشتری به آینده کسب کنند. همچنین با آموزش اعتماد و قدرانی به والدین، رفتارهای تعاملی مثبت مانند گوش‌دادن مؤثر، گفت‌وگوی دوستانه و محبت‌آمیز با فرزندان و تحسین و تشکر از آنان افزایش می‌یابد. بهبود در تعامل والدین با فرزندان نیز موجب کاهش نرخ آسیب‌های هیجانی و روانی فرزندان می‌شود و آنان را با پریشانی روان‌شناختی کمتری مواجه می‌کند.

محدود بودن دامنه تحقیق به والدین و دانش‌آموزان با تعامل والد-فرزندی ناکارآمد شهر تهران، وجود برخی متغیرهای کنترل‌نشده مانند وضعیت خانوادگی والدین و دانش‌آموزان، وضعیت مالی خانواده‌ها، تعداد فرزندان و موقعیت اجتماعی آن‌ها و بهره‌نبردن از روش‌های نمونه‌گیری تصادفی (به‌دلیل شرایط خاص جامعه آماری)

از محدودیت‌های این پژوهش بود؛ بنابراین توصیه می‌شود برای افزایش قدرت تعمیم‌پذیری نتایج، در سطح پیشنهاد پژوهشی، این تحقیق در سایر شهرها و مناطق و جوامع دارای فرهنگ‌های متفاوت، دیگر گروه‌ها (مانند دانش‌آموزان دارای اختلالات رفتاری درونی و برونی‌سازی‌شده و غیره)، با کنترل عوامل ذکرشده و روش نمونه‌گیری تصادفی اجرا شود. همچنین پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی هر دو والد هم‌زمان در پژوهش حضور داشته باشند تا روند درمانی سرعت بیشتری داشته باشد. با توجه به اثربخشی بسته توانمندسازی روان‌شناختی والدین بر پریشانی روان‌شناختی دانش‌آموزان با تعامل والد-فرزند ناکارآمد، در سطح کاربردی پیشنهاد می‌شود بسته توانمندسازی روان‌شناختی والدین طی کارگاهی تخصصی به مشاوران و درمانگران حوزه خانواده در سطح مراکز مشاوره سطح شهر و همچنین مشاوران مدارس ارائه داده شود تا با به‌کارگیری این الگوی آموزشی برای والدین با تعامل والد-فرزند ناکارآمد، برای کاهش پریشانی روان‌شناختی فرزندان گامی عملی بردارند.

تشکر و قدردانی

مقاله حاضر برگرفته از رساله دوره دکتری تخصصی بود. بدین‌وسیله از تمام والدین حاضر در پژوهش و مسئولان مدارس منتخب شهر تهران که همکاری کاملی در اجرای پژوهش داشتند، قدردانی می‌شود.

منابع

- اسحاقیان، ز.، کاظمی، ع.، و شائمی، ع. (۱۳۹۵). تحلیل تأثیر تناسب فرد-سازمان و تناسب فرد-شغل بر توانمندسازی روان‌شناختی. *پژوهش‌های مدیریت عمومی*. ۹(۳۳)، ۱۸۹-۱۶۷.
- اسدی، پ.، فرهادی، ه.، و گلپور، م. (۱۴۰۰). اثربخشی بسته توانمندسازی روان‌شناختی بر نشخوار فکری والدین دارای فرزند مبتلا به سرطان. *نشریه توانمندسازی کودکان استثنایی*. ۱۲(۱)، ۹۴-۸۴.
- اسدیان، س.، ربیعی، م.، و قاسم‌زاده، ا. (۱۳۹۵). رابطه اخلاق حرفه‌ای و اعتماد سازمانی با توانمندسازی روان‌شناختی معلمان. *فصلنامه علمی-ترویجی اخلاق*. ۶(۲۲)، ۱۶۵-۱۹۰.
- اصلاحی، خ.، وارسته، م.، و امان‌اللهی، ع. (۱۳۹۵). اثربخشی آموزش برنامه والدگری مثبت بر کیفیت تعامل والد-کودک. *فصلنامه فرهنگ مشاوره و خانواده‌درمانی*. ۷(۲۸)، ۲۰۱-۱۸۳.
- جعفری، ا.، جعفری، ص.، و حسینی، س. م. (۱۳۹۶). اثربخشی توانمندسازی روان‌شناختی در کاهش اضطراب و بهبود کارکردهای اجرایی زنان دارای همسر معتاد. *فصلنامه فرهنگی مشاوره و روان‌درمانی*. ۸(۳۲)، ۱۰۹-۸۹.
- خانزاده عباسعلی، ح.، طاهر، م.، سیدنوری، س. ز.، یحیی‌زاده، آ.، و عیسی‌پور، م. (۱۳۹۲). رابطه شیوه تعامل والد-فرزند با میزان اعتیادپذیری و گرایش به جنس مخالف در دانشجویان. *فصلنامه اعتیادپژوهی*. ۷(۲۸)، ۷۴-۵۹.
- دلاور، ع. (۱۳۹۱). *روش تحقیق در روان‌شناسی و علوم تربیتی*. تهران: نشر ویرایش.
- رضایی جندانی، م.، هویدا، ر.، و سماواتیان، ح. (۱۳۹۴). مفهوم توانمندسازی روان‌شناختی و رابطه آن با سرمایه روان‌شناختی معلمان. *دوفصلنامه رویکردهای نوین آموزشی*. ۱۰(۱)، ۳۹-۲۴.
- رضایی، ف.، غضنفری، ف.، و رضائیان، م. (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش گروهی والدگری مثبت بر استرس و

- خودکارآمدی والدگری مادران و مشکلات رفتاری دانش‌آموزان کم‌توان ذهنی. *مجله دانشگاه علوم پزشکی تربیت حیدریه*. ۱/۵، ۱۶-۷.
- روشن، م.، آقاییوسفی، ع.، علی‌پور، ا.، و رضایی، ا. (۱۳۹۵). مقایسه اثربخشی درمان تعامل والد-کودک و مقابله درمانگری مادران بر کاهش شدت مشکلات رفتاری کودکان ۳ تا ۶ ساله. *روان‌شناسی بالینی و شخصیت*. ۱/۱۴، ۱۱۱-۱۲۳.
- سالاری محمدآباد، م.، و مازیاری، م. (۱۳۹۵). تأثیر ساختار سازمانی بر درگیری شغلی کارکنان ادارات کل ورزش و جوانان: نقش واسطه‌ای توانمندسازی روان‌شناختی. *مدیریت ورزشی*. ۲/۸، ۲۸۱-۲۹۷.
- سربلند، خ. (۱۳۹۸). تأثیر سرمایه روان‌شناختی بر دلبستگی کاری با نقش واسطه‌گری توانمندسازی روان‌شناختی. *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*. ۳/۳۰، ۶۵-۷۶.
- شاه‌حیدری‌پور، ر.، و کامالیان، ا. ر. (۱۳۹۱). بررسی رابطه عدالت سازمانی و توانمندسازی روان‌شناختی. *مجله مدیریت فرهنگ سازمانی*. ۱/۱۰، ۱۷۵-۲۰۱.
- شهینی بیلاق، م.، عزیزی مهر، ا.، و مکتبی، غ. م. (۱۳۹۳). رابطه علی تعارض آشکار و تعارض نهان بین والدین با عملکرد تحصیلی با میانجی‌گری رابطه والد-فرزند، رفتار ضداجتماعی و افسردگی در دانش‌آموزان دبیرستانی. *دوفصلنامه مشاوره کاربردی*. ۳/۲، ۱۶-۱.
- عباسی، م.، و نشاط‌دوست، ح. ط. (۱۳۹۲). اثربخشی درمان تعامل والد-کودک بر کاهش نشانه‌های اختلال نافرمانی مقابله‌ای. *مجله روان‌شناسی بالینی*. ۲/۵، ۶۷-۵۹.
- عسگری، ن.، و نیکوکار، غ. ح. (۱۳۹۵). نقش توانمندسازی روان‌شناختی در ارتقای عملکرد فروش فروشندگان شرکت‌های پخش (مطالعه موردی: شرکت به‌بخش). *مدیریت بازرگانی*. ۳/۸، ۶۵۸-۶۳۷.
- علی قنواتی، س.، شریفی، ط.، غضنفری، ا.، عابدی، م. ر.، و نقوی، ا. (۱۳۹۸). اثربخشی بسته آموزشی تعامل والد-فرزند بر کیفیت دلبستگی کودکان دارای تعامل مادر-کودک ناکارآمد. *نشریه توانمندسازی کودکان استثنایی*. ۲/۱۰، ۲۴۹-۲۳۷.
- فرازمند، م. (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش تنظیم شناختی هیجان بر تعامل والد-فرزندی (تعامل با پدر و مادر) و سرمایه‌های روان‌شناختی نوجوانان مبتلا به اختلال نافرمانی مقابله‌ای. *پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی*. دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهر.
- فرشاد، م. ر.، نجارپوریان، س.، و شنیدی، ف. (۱۳۹۷). تأثیر آموزش والدگری مثبت مبتنی بر روی آورد ساندروز بر شادزیستی و تعارض والد-فرزندی دانش‌آموزان. *فصلنامه سلامت روان کودک*. ۱/۵، ۶۷-۵۹.
- فیروزفر، ف.، زم، ف.، منصوری، ا.، و ولی زیبایی، خ. (۱۳۹۶). پیش‌درآمدی بر توانمندی روانی اجتماعی. *رویش روان‌شناسی*. ۲/۶، ۲۰۶-۱۸۹.
- کریمی، م.، و فاطمی عقدا، ن. (۱۳۹۷). رابطه کیفیت تعامل والد-فرزندی با گرایش به تفکر انتقادی و مؤلفه‌های سلامت روان در دانش‌آموزان دختر نوجوان. *پژوهش‌های مشاوره*. ۱۷/۶۸، ۲۱۰-۱۹۲.
- کفاش‌پور، آ.، و شکوری، ن. (۱۳۹۴). بررسی رابطه توانمندسازی روان‌شناختی و تعهد سازمانی (مطالعه موردی: شرکت برق منطقه‌ای خراسان). *خط‌مشی‌گذاری عمومی در مدیریت (رسالت مدیریت دولتی)*. ۶/۲۰-۱۹، ۷۲-۶۳.
- مسکین‌نواز، س.، قربانی، م.، نیلی‌پور طباطبایی، س. ا.، و نیرومند، س. ع. (۱۳۹۶). الگوی توانمندسازی مدیران فروش

- در صنعت بیمه: مطالعه در نمایندگی‌های فروش بیمه در استان خراسان رضوی. *پژوهشنامه بیمه*. ۳۳(۲)، ۴۰-۲۱.
- مؤمن‌پور، ن.، حسنی، م.، قاسم‌زاده، ا.، و مومن‌پور، س. (۱۳۹۷). بررسی نقش میانجی پاسخگوی فردی در رابطه‌ی جو روان‌شناختی و توانمندسازی روان‌شناختی با عملکرد شغلی کارکنان. *رویش روان‌شناسی*. ۷(۱)، ۱۵۸-۱۳۱.
- میرزایی کوتنایی، ف.، حسین خانزاده، ع.، اصغری، ف.، شاکری‌نیا، ا. (۱۳۹۴). نقش انسجام خانواده در تبیین رفتارهای پرخاشگرانه فرزندان. *تحول روان‌شناختی کودک*، ۱(۳)، ۵۸-۴۷.
- نیلی احمدآبادی، ز.، باقری، ف.، و سلیمی بجستانی، ح. (۱۳۹۸). اثربخشی برنامه آموزشی فرزندپروری با تأکید بر نظریه انتخاب بر بهبود رابطه والد-فرزندی و رضایت از زندگی مادران. *فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*. ۱۰(۳۹)، ۹۹-۱۲۲.
- یعقوبی، ح. (۱۳۹۴). ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه ۱۰ سؤالی پرسشنامه پریشانی روان‌شناختی کسلر (K-۱۰). *فصلنامه پژوهش‌های کاربردی روان‌شناختی*. ۶(۴)، ۵۷-۴۵.

References

- Aksel, I., Serinkan, C., Kiziloglu, M., Aksoy, B. (2013). Assessment of teachers' perceptions of organizational citizenship behaviors and psychological empowerment: An empirical analysis in Turkey. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 89, 69-73.
- Anderson, L. S., Grimsrud, A., Myer, L., Williams, D.R., Stien, D.J., & Seedat, S. (2011). The psychometric properties of the K10 and K6 scales in screening for mood and anxiety disorders in the South African stress and health study. *International Journal Methods Psychiatry Research*, 20(4), 215-223.
- Bradford, K., & Barber, B. K. (2008). Interparental conflict, parent-child conflict, and youth problem behavior. *Journal of Family Issues*, 29(6), 780-805.
- Choi, N. G., Sullivan, J. E., DiNitto, D. M., & Kunik, M. E. (2019). Associations between psychological distress and health-related behaviors among adults with chronic kidney disease. *Preventive Medicine*, 126, 105-111.
- Chowdhury, N., Kevorkian, S., Hawn, S.E., Amstadter, A.B., Dick, D., Kendler, K.S., & Berenz, E.C. (2018). Associations between personality and distress tolerance among trauma-exposed young adults. *Personality and Individual Differences*, 120, 166-170.
- Domoff, S. E., & Niec, L. N. (2018). Parent-child interaction therapy as a prevention model for childhood obesity: A novel application for high-risk families. *Children and Youth Services Review*, 91, 77-84.
- Dzherelievskaya, M. A., Vizgina, A. V., & Yashina, L. L. (2016). Adolescents' world image in families with various parent-child interaction styles. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 233, 73-77.
- Fine, M. A., Moreland, J. R., & Schwebel, A. I. (1983). Long-term effects of divorce on parent-child relationships. *Developmental Psychology*, 19, 703-713.
- Foulkes, L., Leung, J.T., Fuhrmann, D., Knoll, L.J., & Blakemore, S.J. (2018). Age differences in the prosocial influence effect. *Developmental Science*, 21(4), 1-9.

- Green, K., & Karraki, H. (2010). *Life span developmental psychology: Prospective on stress and coping* (pp. 151-174). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Gyasi, R. M. (2019). Social support, physical activity and psychological distress among community-dwelling older Ghanaians. *Archives of Gerontology and Geriatrics, 81*, 142-148.
- Hosseiny, A. S., Godarzi, M. A., & Poorkhalil, M. (2015). The role of psychological empowerment factors in enhancing the creativity of staff of Baqiatallah Medical Sciences University. *Iranian Journal of Educational and Management Study, 5*(1), 10-14.
- Jena, L., Bhattacharyya, P., & Pradhan, S. (2019). Am I empowered through meaningful work? The moderating role of perceived flexibility in connecting meaningful work and psychological empowerment. *IIMB Management Review, 31*, 298-308.
- Kessler, R. C., Andrews, G., Colpe, L. J., Hiripi, E., Mroczek, D. K., Normand, S. L. T., ... & Zaslavsky, A.M. (2002). Short screening scales to monitor population prevalence's and trends in nonspecific psychological distress. *Psychological Medicine, 32*(6), 959-976.
- Khan, J., Malik, M., & Saleem, S. (2020). The impact of psychological empowerment of project-oriented employees on project success: A moderated mediation model. *Economic Research-Ekonomska Istrazivanja, 33*(1), 1311-1329.
- Kildare, C. A., & Middlemiss, W. (2017). Impact of parents mobile device use on parent-child interaction: A literature review. *Computers in Human Behavior, 75*, 579-593.
- Lauren, N. M. W., Quetsch, L. B., Robinson, C., McCoy, K., & McNeil, C. B. (2018). Infusing parent-child interaction therapy principles into community-based wraparound services: An evaluation of feasibility, child behavior problems, and staff sense of competence. *Children and Youth Services Review, 88*, 567-581.
- Lee, S.Y., Kim, Y., & Kim, Y. (2021). Engaging consumers with corporate social responsibility campaigns: The roles of interactivity, psychological empowerment, and identification. *Journal of Business Research, 134*, 507-517.
- León, E., Steele, M., Palacios, J., Román, M., & Moreno, C. (2018). Parenting adoptive children: Reflective functioning and parent-child interactions. A comparative, relational and predictive study. *Children and Youth Services Review, 95*, 352-360.
- Ludmer, J. A., Salsbury, D., Suarez, J., & Andrade, B. F. (2017). Accounting for the impact of parent internalizing symptoms on parent training benefits: The role of positive parenting. *Behaviour Research and Therapy, 97*, 252-258.
- Lyu, D., Ji, L., Zheng, Q., Yu, B., & Fan, Y. (2019). Abusive supervision and turnover intention: Mediating effects of psychological empowerment of nurses. *International Journal of Science, 6*(2), 198-203.
- MacKillop, J., & DeWit, H. (2013). *The Wiley- Blackwell handbook of addiction psychopharmacology*. New York: John Wiley and Sons.

- Marchand, A., & Blanc, M. E. (2010). The contribution of work and non-work factors to the onset of psychological distress: An eight-year prospective study of a representative sample of employees in Canada. *Journal of Occup Health*, 52(3), 176-185.
- Meiting, L., & Hua, W. (2020). The dark side of white lies: Parenting by lying in childhood and adolescent anxiety, the mediation of parent-child attachment and gender difference. *Children and Youth Services Review*, 119, 105-110.
- Meng, L., Jin, Y., & Guo, J. (2016). Mediating and/or moderating roles of psychological empowerment. *Applied Nursing Research*, 30, 104-110.
- N'zi, A. M., Lucash, R. E., Clionsky, L. N., & Eyber, S. M. (2018). Enhancing parent-child interaction therapy with motivational interviewing techniques. *Cognitive and Behavioral Practice*, 24(2), 131-141.
- Rice, F., Riglin, L., Lomax, T., Souter, E., Potter, R., Smith, D. J., ... & Thapar, A. (2019). Adolescent and adult differences in major depression symptom profiles. *Journal of Affective Disorders*, 243, 175-181.
- Shan, W., Zhang, Y., Zhao, J., Zhang, Y., Cheung, E. F. C., Chan, R. C. K., & Jiang, F. (2019). Association between maltreatment, positive parent-child interaction, and psychosocial well-being in young children. *The Journal of Pediatrics*, 213, 180-186.
- Sun, R., Gao, Q., Xiang, Y., Chen, T., Liu, T., & Chen, Q. (2020). Parent-child relationships and mobile phone addiction tendency among Chinese adolescents: The mediating role of psychological needs satisfaction and the moderating role of peer relationships. *Children and Youth Services Review*, 116, 101-105.
- Teasdale, T. W., & Antal, K. (2016). Psychological distress and intelligence in young men. *Personality and Individual Differences*, 99, 336-339.
- Trent, E. S., Viana, A. G., Raines, E. M., Woodward, E. C., Storch, E. A., & Zvolensky, M. J. (2019). Parental threats and adolescent depression: The role of emotion dysregulation. *Psychiatry Research*, 276, 18-24.
- Vasiliadis, H. M., Chudzinski, V., Gontijo-Guerra, S., & Prévile, M. (2015). Screening instruments for a population of older adults: The 10-item Kessler psychological distress scale (K10) and the 7-item generalized anxiety disorder scale (GAD-7). *Psychiatry Research*, 228(1), 89-94.

- Worden, B., Levy, H. C., Das, A., Katz, B. W., Stevens, M., Tolin, D. F. (2019). Perceived emotion regulation and emotional distress tolerance in patients with hoarding disorder. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 22, 100-104.
- Zhang, X., Ye, H., & Li, Y. (2018). Correlates of structural empowerment, psychological empowerment and emotional exhaustion among registered nurses: A meta-analysis. *Applied Nursing Research*, 42, 9-16.
- Zhao, F., Liu, M., & Li, S. (2020). Paternal coparenting behavior and adolescent prosocial behaviors: Roles of parent-child attachment, peer attachment, and gender. *Children and Youth Services Review*, 119, 103-108.