اثر بخشی آموزش آدلری بر بهبود روابط مادر– دختر در دختران هنرستانی شهر اصفهان (خوراسگان) طی سال‌های ۱۳۹۶ تا ۱۳۹۷

زهرا یوسفی[1*]، سهیلا سبزواری[1]

۱– استادیار ،گروه روان‌شناسی بالینی، دانشکده علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اصفهان ،اصفهان، ایران ۲– کارشناس ارشد، گروه روان‌شناسی بالینی، دانشکده علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اصفهان ،اصفهان، ایران

اطلاعات

نوع مقاله:
مقاله پژوهشی

تاریخچه مقاله:
تاریخ وصول: ۹۷/۷/۴
تاریخ پذیرش: ۹۷/۱۰/۶

کلیدواژگان:
آموزش آدلری
روابط مادر دختر
دختران
نوجوانان

نویسنده مسئول:
زهرا یوسفی
موبایل: ۰۹۱۳۳۲۹۳۰۶۹
تلفن: ۰۳۱۳۵۳۵۴۰۰۱
ایمیل: z.yousefi@khuisf.ac.ir
آدرس: ایران، اصفهان، گروه روان‌شناسی بالینی، دانشکده علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان

خلاصه

مقدمه: یکی از مسائل مهم در نوجوانی گرایش به همسالان و دوری از خانواده است و این امر منجر به تعارضات دختران با مادرانشان می‌شود با توجه به این مسئله، پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی آموزش آدلری بر بهبود روابط مادر- دختردر دختران هنرستانی شهر اصفهان، صورت پذیرفت.

روش کار: روش پژوهش حاضر آزمایشی با طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه کنترل و دوره پیگیری ۴۵ روزه بود. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل تمامی دختران هنرستانی در سال‌های تحصیلی ۱۳۹۶ تا ۱۳۹۷ در شهر اصفهان بود. تعداد نمونه پژوهش ۴۰ دانش‌آموز دختر و مادران هنرستانی بود که به‌صورت تصادفی در دو گروه ۲۰ نفره آزمایش و شاهد جایگزین شدند. ابزار مورداستفاده شامل پرسشنامه مادر- دختر بود. گروه آزمایش ۸ جلسه مربوط به آموزش گروهی آدلری در طی دو ماه به‌صورت هفته‌ای یک جلسه ۹۰ دقیقه‌ای دریافت نمودند در حالی که گروه شاهد هیچ مداخله‌ای دریافت نکرد. داده‌های گردآوری شده با آمار توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) و آمار استنباطی (تحلیل واریانس با اندازه‌های تکراری) و با استفاده از نرم‌افزار SPSS-23 تحلیل شد.

یافته‌ها: نتایج این تحقیق بیانگر این موضوع بود که آموزش آدلری توانسته در کل نمرات روابط مادر- دختر را از پیش‌آزمون به پس‌آزمون و پیگیری هم در زمینه تعارضات مادران با دخترانشان و هم در زمینه تعارضات دختران با مادرانشان کاهش دهد ($P<۰/۰۰۱$).

نتیجه‌گیری: با توجه به نتایج به‌دست آمده، می‌توان از روش آموزش آدلری برای بهبود روابط مادر- دختر در دختران نوجوان؛ استفاده کرد.

لطفاً به مقاله به شکل زیر استناد کنید:

یوسفی ز، سبزواری س. اثر بخشی آموزش آدلری بر بهبود روابط مادر- دختر در دختران هنرستانی شهر اصفهان (خوراسگان) طی سال‌های ۱۳۹۶ تا ۱۳۹۷. مجله دانشگاه علوم پزشکی جیرفت، پاییز و زمستان ۱۳۹۷؛ ۵ (۲): ۱۵-۲۶

مقدمه

تمامی متخصصین روان‌شناسی بر این باورند کـه دوره نوجوانی حساس‌ترین، بحرانی‌ترین و مهم‌تـرین دوره رشـد هر انسان است. در این دوره فرد به بلـوغ می‌رسـد، در پـی کشف هویت خود تـلاش می‌کنـد، بـه دنبـال اسـتقلال و جدایی از وابستگی‌های دوره کودکی است، به‌همین دلایـل در این دوره، نوجوانان دارای وضعیت روانی باثباتی نیسـتند و معمولاً بیش‌ترین مشکلات رفتاری برای آنهـا بـه وجـود می‌آیـد (۱). بـه‌نظر پترسـون، بـوش، ویلسـون و هنـون[۱]، نوجوانی مرحله‌ای از زندگی است که آغاز آن «بیولوژیکی» و پایان آن «فرهنگی» است (۲). در این دوره ویژگی‌هـای اجتماعی، روان‌شناختی و بیولوژیکی فرد از حالـت کـودکی خارج شده و به بزرگسالی شبیه می‌گردد؛ در این دوره فـرد با چالش‌های بسیاری مواجـه اسـت، از یـک سـو بایـد بـا تغییرات درونی خود و از سـوی دیگـر بـا خـانواده و گـروه هم‌سالان سازگار گردد. هرچند اندیشه غالب بر آن است که بیش‌تر افراد از طوفان و استرس دوره نوجوانی به سـلامت می‌گذرند (۳). اما مطالعاتی که در دهه اخیر انجـام ، نشـان می‌دهـد روز بـه روز بـر تعـداد نوجوانـانی کـه نشـانه‌های آسیب‌شناسـی رفتـاری یـا هیجـانی را در خـویش حمـل می‌کنند، افـزوده می‌شـود (۴). از آسـیب‌های روان‌شـناختی دوره نوجـوانی می‌تـوان بـه بـروز افسـردگی[۲] و در نتیجـه کاهش شادکامی[۳] اشاره کرد (۵). به هرحال دوره نوجـوانی با چالش‌های روان‌شناختی، هویتی و ارتباطی همـراه بـوده که می‌تواند تعامل نوجوان با والدین را تحت تأثیر قرار دهد. تعامل والد- فرزندی[۴] یک رابطه مهم و حیاتی برای ایجـاد امنیت و عشق است. رابطه بین والدین و فرزندان، نخستین مُعرف دنیای ارتباطات بـرای فرزنـدان می‌باشـد. احسـاس عشق، صمیمیت و امنیـت بـه‌طور مسـتقیم ریشـه در ایـن روابط دارند (۶). به‌طور قطع نمی‌توان مشخص نمود که در ایجاد تعارض بین والدین و فرزندان چه کسـی بـیش‌تـرین تأثیر را دارد، اما می‌توان گفت که عدم‌آگاهی کافی والـدین و فرزندان از مهارت‌های ارتباطی و نداشتن مهارت در حـل مسائل بین فردی، باعـث بـروز ناسـازگاری‌ها و تعارضـات می‌شود (۷). بررسی‌های اخیر نشان داده است کـه کیفیـت ارتباط والـدین بـا فرزنـدان ارتبـاط نزدیکـی بـا رفتارهـای فرزندان و سازگاری روانـی آن‌هـا دارد. هـر انـدازه میـزان تعارض والدین و فرزندان بیش‌تـر باشـد، میـزان هیجانـات منفی و مشکلات رفتاری در فرزندان بیش‌تـر می‌شـود (۸). پژوهش‌ها نشان می‌دهند که در تعاملات والد- فرزندی دو مسئله مهم وجود دارد: پذیرش فرزندان و مهارگری والدین بر فرزندان. به‌نظر می‌رسد که از بین این دو عامل، پذیرش از سوی والدین مهم‌تر باشد. این مسـئله ظـاهراً بـا تحـول اخلاقی رابطه مثبت دارد، در حالی که طرد از سوی والـدین با سازش‌یافتگی ضعیف از سـوی نوجوانـان همـراه اسـت. مهارگری والدین به میزان سخت‌گیری معیارهای ارایه شده از سوی والدین اشاره دارد و فقـدان مهـارگری بـه سـطوح بالاتر سازش نایافتگی نوجوانان منجر می‌شود (۹). بـه هـر ترتیب یافتن حدود ارتباط مناسـب فقـط از سـوی والـدین نیسـت کـه حـائز اهمیـت اسـت بلکـه دختـران نیـز بایـد آموزش‌هایی را دریافت کنند که به آن‌ها کمک نماید تـا در بهبود ارتباط با خانواده پیشگام باشند. به‌نظر می‌رسد بهبـود حالات روان‌شناختی در ابعاد گوناگون بتواند بر سـایر ابعـاد زندگی نوجوانان از جمله ارتباط با خانواده و بـه‌طور خـاص ارتباط با مادر مؤثر باشد (۱۰).

در همین رابطه روش‌های درمانی و آموزشـی مختلفـی همچـون اثربخشـی واقعیـت درمـانی بـر عـزت نفـس و شادکامی نوجوانان[۵]، اثربخشی آموزش تنظـیم هیجـان بـر کـارکرد اجرایـی در نوجوانـان[۶] (۱۱)، امیـددرمانی[۷] (۱۲) و اثربخشی آموزش تـاب‌آوری بـر تنظـیم هیجـان، پـردازش هیجانی و استرس نوجوانان[۸] (۱۳) برای نوجوانان در ایـران به‌کار گرفته شده که نشان داده است، این درمان‌ها می‌توانند منجر بـه بهبـود مؤلفـه‌های روان‌شـناختی نوجوانـان شـود (۱۰- ۱۳). یکی از روش‌های دیگر درمـان آدلـری[۹] اسـت.

[۱] Peterson, Bush, Wilson & Hennon
[۲] Depression
[۳] Happiness
[۴] Parent-Child Interaction

[۵] Reality Therapy
[۶] Executive Function
[7] Hope Therapy
[8] Well Being Psychological
[9] Adlerian Therapy

دیدگاه آدلری، توسط فردی به نام راسموسن[10] توسعه پیدا کرد. وی معتقد است مشکلات هیجانی افراد از جمله نوجوانان را می‌توان با کمک افزایش علاقه اجتماعی بهبود بخشید (۱۴). علاقه اجتماعی به افراد در غلبه بر احساس حقارت و در نتیجه بهبود هیجانات کمک می‌کند در واقع احساس حقارت، شخص را به سمت رفتار ضعیف و مشکلات هیجانی سوق می‌دهد، ولی افراد از طریق راه‌حل‌های جایگزین برای غلبه به احساس حقارت با داشتن دلگرمی و علاقه اجتماعی می‌توانند، باورها و رفتارهای خود را تغییر دهند (۱۵).

درمانگر آدلری مراجع را به‌نوان فردی دلسرد[11] و نه به‌عنوان بیمار می‌بیند (۱۶). درمان آدلری نوعی رویکرد روانی-آموزشی، حال- آینده، محدود و کوتاه‌مدت است که به‌طور نظری سازگار، یکپارچه و به‌نوعی ترکیبی است و آشکارا ادراک‌های شناختی و سیستمی را یکپارچه می‌کند (۱۷). از نظر آدلر، علاقه اجتماعی مفهومی مهم در جهت شکل‌دهی رفتار فردی و اجتماعی افراد است. علاقه اجتماعی عاملی درونی است که باید پیشرفت و رشد کند. این علاقه بر تعاملات انسانی و وظایف زندگی تأثیر می‌گذارد. علاقه اجتماعی یک سازه هیجانی و همدلانه است که انسان‌ها با همدیگر و با جهان اطراف خود دارند و همان‌گونه که آدلر می‌گوید، شامل این موارد است: مراقبت، همدلی، مشارکت و خلاقیت. افرادی که علاقه اجتماعی زیادی دارند، مردم را معادل هم دیده و در مسیری افقی حرکت می‌کنند در حالی که گروه دیگر حرکت عمودی دارند و همه جا را سفید یا سیاه می‌بینند (۱۸). همچنین در این روش بر مفاهیمی مانند عقده حقارت، احساس حقارت و راه‌های جبران آن، نیاز به مهم بودن، نیاز به پیشرفت، سبک‌های زندگی و علاقه اجتماعی تأکید می‌شود و فنونی نظیر بازسازی رابطه چالشی یک نوجوان با والدین، برگزاری آگاهی و افشای روان‌شناختی، بررسی سبک زندگی و خاطرات اولیه و ایجاد روابط مثبت با دیگران و بیان اظهارات هویتی دلگرم کننده، آموزش مفهوم هدف‌گرایی رفتار انسان و شجاعت پذیرش کامل نبودن و دلگرم کردن افراد، کاوش کردن پویش‌های فرد، شناخت و مبارزه با اشتباهات اساسی زندگی؛ مطرح است (۱۵). مجموعه مفاهیم، روش‌ها و فنونی که در این شیوه‌ی بهبود ویژگی‌های روان‌شناختی معرفی شده است؛ می‌تواند برای دوران نوجوانی و پیشگیری و درمان مشکلات این دوران مفید باشد (۱۹).

در یک جمع‌بندی می‌توان گفت، توجه به مؤلفه‌های روان‌شناختی، شناختی و ارتباطی نظیر روابط مادر و دختر در نوجوانان دختر و بهبود آن‌ها جهت بهبود موفقیت فردی، اجتماعی و خانوادگی نوجوانان دختر؛ امری مهم قلمداد می‌شود. به‌طوری که موردتوجه پژوهش‌گران قرار گرفته است اما تاکنون پژوهشی در راستای بهبود روابط مادر و دختر و ابعاد آن با استفاده از آموزش آدلری، صورت نگرفته است. حال با توجه به مشکلات روان‌شناختی نوجوانان و لزوم به‌کارگیری روش‌های درمانی و آموزشی مناسب و از طرفی نظر به اصول درمان آدلری از جمله بهبود سبک زندگی و افزایش علاقه اجتماعی، به‌نظر می‌رسد این روش می‌تواند با تغییر سبک زندگی و بهبود علاقه اجتماعی به بهبود مؤلفه‌های روان‌شناختی؛ یاری رساند. حال با توجه به عدم‌انجام پژوهشی در راستای اثربخشی آموزش آدلری بر بهبود روابط مادر و دختر به‌کمک روش آدلر، این پژوهش بر آن بود تا اثربخشی آموزش آدلری بر بهبود روابط مادر و دختر و ابعاد آن را در دختران هنرستانی مورد آزمون قرار دهد.

روش کار

روش پژوهش حاضر آزمایشی با طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه کنترل و دوره پیگیری ۴۵ روزه بود. متغیر مستقل آموزش آدلری و متغیر وابسته، روابط مادر- دختر دختران هنرستانی بود. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل تمامی دختران هنرستانی در سال تحصیلی ۱۳۹۶ تا ۱۳۹۷ در شهر اصفهان بود که از بین آن‌ها با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای ۴۰ دختر انتخاب و به روش تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل (هر گروه ۲۰ نفر) جایگزین شدند. هر دو گروه از نوجوانان

[10] Shoensker
[11] Discouraged

و مادران‌شان مقیاس رابطه مادر- دختر را به‌عنوان پیش‌آزمون تکمیل کردند (از مادران آزمودنی‌ها خواسته شد تا با مراجعه به مدرسه در این ارزیابی شرکت کنند) و پس از اتمام دوره هشت جلسه‌ای (هفته‌ای یک جلسه یک‌ونیم ساعته به‌مدت دو ماه) آموزش آدلری، مجدداً پس‌آزمون برای دختران و مادران گروه آزمایش و کنترل اجرا شد. ۴۵ روز بعد توسط همان پرسشنامه‌ها، مرحله پیگیری انجام گرفت و در پایان نتایج مورد تجزیه‌وتحلیل واقع گردید. در این پژوهش برای گزینش آزمودنی‌ها از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای استفاده شد. بدین‌صورت که ابتدا از بین نواحی شش‌گانه آموزش و پرورش شهر اصفهان، آموزش و پرورش ناحیه ۳ انتخاب شد. سپس با مراجعه به ناحیه آموزشی انتخاب شده، از بین هنرستان‌های دخترانه (۴ هنرستان)، هنرستان شهید موحدی به تصادف انتخاب شد. سپس با مراجعه به هنرستان انتخاب شده، از بین کلاس‌های آن هنرستان دو کلاس به تصادف انتخاب شد. در گام آخر یک کلاس به تصادف در گروه آزمایش و یک کلاس در گروه شاهد تقسیم شدند. گروه آزمایش مداخلات درمانی مربوط به آموزش آدلری را در طی ۲/۵ ماه به‌صورت هفته‌ای یک جلسه ۹۰ دقیقه‌ای دریافت نمود. این در حالی بود که گروه شاهد هیچ‌گونه مداخله‌ای را در طول پژوهش دریافت نکرد. جلسات درمانی توسط پژوهشگر اجرا گردید. ملاک‌های ورود به پژوهش عبارت بودند از: داشتن جنسیت دختر؛ تحصیل در هنرستان در یکی از رشته‌های فنی و حرفه‌ای؛ رضایت دانش‌آموزان جهت شرکت در پژوهش؛ نداشتن بیماری جسمی و روان‌شناختی حاد و مزمن (با توجه به پرونده سلامت و مشاوره‌ای آنان). ملاک‌های خروج از پژوهش عبارت بودند از: داشتن بیش از دو جلسه غیبت؛ عدم همکاری و انجام ندادن تکالیف مشخص شده در کلاس؛ عدم تمایل به ادامه حضور در فرآیند انجام پژوهش و شرکت در گروه آموزشی دیگر. در پژوهش حاضر جهت جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه زیر؛ استفاده شده است:

مقیاس روابط مادر دختر: این مقیاس به منظور اندازه‌گیری روابط مادر- دختر استفاده می‌شود (۲۰) و حاوی دو خرده مقیاس رابطه مادر- دختر و رابطه دختر- مادر است. خرده‌مقیاس رابطه مادر- دختر ویژه دختران است و ادراک آنان را از تعارضات با مادر، بررسی می‌کند و دارای ۱۹ سؤال است. خرده‌مقیاس رابطه دختر- مادر ویژه مادران است و ادراک آنان را از تعارضات با دختران‌شان مورد سنجش قرار می‌دهد و دارای ۲۲ سؤال است و توسط خودِ مادران، آزمودنی‌ها تکمیل شد. هر دو خرده‌مقیاس بر روی یک طیف لیکرت[12] پنج درجه‌ای از «کاملاً موافقم» تا «کاملاً مخالفم» نمره‌گذاری می‌شود و جمع نمرات سؤالات به‌عنوان نمره کل در نظر گرفته می‌شود. سؤالات ۱۲، ۱۳، ۱۵، ۱۶، ۱۷ و ۱۸ در مقیاس رابطه دختر- مادر و سؤالات شماره ۱۳، ۱۴، ۱۵ در پرسشنامه، رابطه مادر- دختر به‌صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شود این سؤالات بیش از آن که تعارضات را ارزیابی کنند، روابط مناسب را ارزیابی می‌کنند. بر اساس مطالعات همسانی درونی این پرسشنامه از طریق ضریب آلفای کرونباخ[13] برای هر دو مقیاس محاسبه شده است. به‌طوری که برای خرده‌مقیاس تعارض مادر- دختر و خرده‌مقیاس رابطه دختر- مادر ۰/۷۳ به‌دست آمده است. در پژوهش حاضر همسانی درونی برای خرده‌مقیاس رابطه مادر- دختر ۰/۸۸۵ و برای خرده‌مقیاس رابطه دختر- مادر ۰/۹۴۲ به‌دست آمد و برای کل مقیاس ۰/۹۰۶ محاسبه شد (۲۰).

پس از اخذ مجوزهای لازم و انجام فرآیند نمونه‌گیری (مطابق با آنچه ذکر گردید)، دانش‌آموزان انتخاب شده (۴۰ دانش‌آموز دختر هنرستانی) به شیوه تصادفی در گروه‌های آزمایش و شاهد تقسیم شدند (۲۰ دانش‌آموز دختر هنرستانی در گروه آزمایش ۲۰ دانش‌آموز دختر هنرستانی در گروه شاهد). گروه آزمایش (دختران) مداخلات درمانی مربوط به آموزش آدلری را در طی دو ماه به‌صورت هفته‌ای یک جلسه ۹۰ دقیقه‌ای دریافت نمودند. این در حالی است که گروه شاهد هیچ‌گونه مداخله‌ای را در طول پژوهش دریافت نکردند. جلسات درمانی توسط

[12] Likert Scale
[13] Cronbach's Alpha

پژوهشگر اجرا گردید. آموزش در هنرستان منتخب و در ساعات آموزشی با هماهنگی مدیر انجام شد. لازم به ذکر است مادران هیچ‌گونه آموزشی دریافت نکردند و فقط اثر آموزش دختران روی آنان از طریق تکمیل ابزار بررسی شد. شرح جلسات آموزش آدلری برگرفته از مالیس (۱۹۹۹) در جدول ۳ قابل مشاهده است (۱۴). در این پژوهش برای تجزیه‌وتحلیل داده‌ها آمار از دو سطح توصیفی و استنباطی استفاده شد. در سطح آمار توصیفی از فراوانی، درصد فراوانی، میانگین و انحراف استاندارد و در سطح آمار استنباطی جهت بررسی اثربخشی آموزش آدلری بر بهبود روابط مادر دختر و افزایش شادکامی‌دختران هنرستانی شهر اصفهان از آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌های تکراری استفاده گردید. نتایج آماری با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS-23 انجام شد. به‌منظور رعایت ملاحظات اخلاقی موارد زیر مدنظر قرار گرفت: شرط گمنامی برای تک‌تک شرکت‌کنندگان به منظور جلوگیری از تبعات احتمالی منفی برای آن‌ها رعایت شده بود. هیچ‌گونه اجباری برای افراد شرکت‌کننده از سوی محقق نبوده است. نتایج به‌دست آمده به صورت کاملاً محرمانه و فقط در راستای پژوهش بوده است. مباحث داخل جلسات فقط در راستای محتوای درمان بوده است. تمامی شرکت‌کنندگان از هدف برگزاری این جلسات و پاسخگویی به آزمون‌ها آگاه بودند. گروه کنترل پس از اتمام دوره به‌طور فشرده آموزش‌ها را دریافت کرد.

جدول ۳- خلاصه مداخلات مربوط به آموزش آدلری

جلسات	شرح جلسات
جلسه اول	**هدف:** برقراری ارتباط با نوجوانان **محتوا:** آشنایی با ویژگی‌های دوره نوجوانی و بررسی وضعیت روان‌شناختی افراد حاضر در جلسه با خود گزارشی اعضا و ارزیابی روان‌شناختی **تکلیف:** مرور خط زندگی از گذشته تا حال و با چشم‌انداز آینده
جلسه دوم	**هدف:** آشنایی و آگاهی نوجوانان از اثر عقده حقارت نوجوانی بر کل زندگی **محتوا:** اثر عوامل مؤثر بر انتخاب‌های نوجوانی (تمرکز بر عقده حقارت و مدیریت آن، نقش آن در هویت‌یابی و تأثیرپذیری از همسالان) **تکلیف:** تکمیل کاربرگه حقارت‌هایم و راه‌های من برای جبران حقارت‌ها
جلسه سوم	**هدف:** آشنایی و آگاهی نوجوانان از اثر میل به برتری در نوجوانی بر کل زندگی **محتوا:** اثر عوامل مؤثر بر انتخاب‌های نوجوانی (تمرکز بر میل به برتری و نقش آن مدیریت آن در هویت‌یابی و تأثیر آن بر انتخاب‌های زندگی) **تکلیف:** تکمیل کاربرگه آرزوهای من و جایگاه خودم، خانواده‌ام، دوستانم و جامعه در آرزوهایم
جلسه چهارم	**هدف:** آشنایی و آگاهی نوجوانان از اثر سبک زندگی نوجوانی بر کل زندگی **محتوا:** اثر عوامل مؤثر بر انتخاب‌های نوجوانی (تمرکز بر سبک زندگی و انواع آن و نقش آن در هویت‌یابی و تأثیر آن بر مشکلاتم) **تکلیف:** تکمیل کاربرگه من کیستم بر اساس انواع سبک زندگی آدلری
جلسه پنجم	**هدف:** آشنایی و آگاهی نوجوانان از اثر علاقه اجتماعی بر کل زندگی **محتوا:** اثر عوامل مؤثر بر انتخاب‌های نوجوانی (تمرکز بر علاقه اجتماعی و نقش آن در جایگاه اجتماعی و تأثیر آن بر اهدافم) **تکلیف:** تکمیل کاربرگه بده و بستان‌های من با دیگران، خودخواهم یا حواسم به دیگران هم هست
جلسه ششم	**هدف:** آشنایی و آگاهی نوجوانان از اثر فعالیت‌های نوجوانی بر کل زندگی **محتوا:** اثر عوامل مؤثر بر انتخاب‌های نوجوانی (تمرکز بر فعال بودن و فعالیت و نقش آن در هویت‌یابی و تأثیر آن بر اشتباهات) **تکلیف:** تکمیل کاربرگه چگونه روزم را پر می‌کنم؟
جلسه هفتم	**هدف:** آشنایی و آگاهی نوجوانان از اشتباهات اساسی **محتوا:** اثر عوامل مؤثر بر انتخاب‌های نوجوانی (تمرکز بر اشتباهات اساسی و نقش آن در هویت‌یابی و شادی و اندوه در زندگی) **تکلیف:** تکمیل کاربرگه اشتباهات و اصلاح اشتباهات مهم
جلسه هشتم	**هدف:** آشنایی و آگاهی نوجوانان از اثر سبک زندگی سالم نوجوانی بر کل زندگی **محتوا:** اثر عوامل مؤثر بر انتخاب‌های نوجوانی (تمرکز بر سبک زندگی سالم و نقش آن در زندگی آینده) **تکلیف:** تکمیل کاربرگه برای سبک زندگی سالم چه کردهام؟ چه می‌کنم؟

یافته‌ها

به‌منظور بررسی فرضیه «آموزش آدلری بر بهبود ابعاد روابط مادر- دختر دختران هنرستانی شهر اصفهان تأثیر معنادار دارد» از آزمون تحلیل واریانس[14] با اندازه‌های تکراری استفاده شد. جدول ۳ میانگین و انحراف استاندارد ابعاد روابط مادر- دختر را بر حسب گروه نشان می‌دهد (لازم به ذکر است مؤلفه مادر- دختر توسط مادران تکمیل شد). نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که نمرات رابطه مادر-دختر و رابطه دختر- مادر پس‌آزمون و پیگیری گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل تغییر کرده است. به‌منظور بررسی معناداری این تفاوت و با توجه به این که سه بار هر آزمودنی و مادرش در معرض آزمون رابطه مادر- دختر و رابطه دختر- مادر قرار گرفته است، از آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌های تکراری استفاده شد. نرمال بودن داده‌ها به کمک آزمون شاپیرو- ویلک[15]، برابری واریانس متغیر وابسته و ابعاد آن به کمک آزمون لوین[16] و برابری کواریانس متغیر وابسته در دو گروه به‌کمک آزمون باکس[17] بررسی شد نتایج نشان داد، توزیع داده‌ها از توزیع نرمال پیروی می‌کند و واریانس و کواریانس[18] متغیر وابسته[19] در دو گروه با هم تفاوت معنادار ندارد.

به‌منظور بررسی برابری کواریانس‌های متغیر رابطه مادر- دختر و رابطه دختر- مادر در سه مرحله اندازه‌گیری در کل از آزمون ماچلی استفاده شد (جدول ۴). نتایج آزمون ماچلی در جدول ۴ نشان می‌دهد که واریانس‌های متغیرهای وابسته در سه مرحله در کل با هم برابر است. همچنین نتایج آزمون شاپیروویلک، لوین و باکس حاکی از آن است که پیش‌فرض‌های استفاده از آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌های تکراری رعایت شده است. جدول ۵ نتایج تحلیل واریانس اندازه‌های تکراری رابطه مادر- دختر و رابطه دختر- مادر و کل رابطه مادر- دختر بر حسب گروه را نشان می‌دهد.

[14] Analysis of Variance
[15] Shapiro- Wilk
[16] Levene
[17] Box
[18] Variance & Covariance
[19] Dependent Variable

جدول ۳- میانگین و انحراف استاندارد ابعاد روابط مادر- دختر براساس گروه آزمایش وکنترل

متغیرها	گروه	میانگین	انحراف استاندارد	تعداد
رابطه مادر- دختر پیش‌آزمون	گروه آزمایش	۵۰/۲۱	۱۷/۳۰	۱۵
	گروه کنترل	۵۳/۱۲	۱۳/۰۸	۱۵
رابطه مادر- دختر پس‌آزمون	گروه آزمایش	۴۶/۷۸	۱۵/۲۱	۱۵
	گروه کنترل	۴۸/۸۷	۱۲/۰۷	۱۵
رابطه مادر- دختر پیگیری	گروه آزمایش	۲۹/۵۷	۱۱/۳۰	۱۵
	گروه کنترل	۵۴/۰۶	۱۱/۷۳	۱۵
رابطه دختر-مادر پیش‌آزمون	گروه آزمایش	۴۸/۷۱	۱۹/۱۴	۱۵
	گروه کنترل	۴۲/۹۳	۲۱/۰۵	۱۵
رابطه دختر-مادر پس‌آزمون	گروه آزمایش	۳۶/۴۲	۱۵/۶۳	۱۵
	گروه کنترل	۲۷/۴۶	۱۷/۸۲	۱۵
رابطه دختر-مادر پیگیری	گروه آزمایش	۲۸/۰۰	۱۲/۴۵	۱۵
	گروه کنترل	۳۱/۲۶	۱۸/۵۸	۱۵

جدول ۴- نتایج آزمون ماچلی به منظور برابری واریانس‌ها متغیرهای وابسته در سه مرحله اندازه‌گیری در کل

منبع تغییرات	F	df1	df2	معناداری
رابطه مادر- دختر	۰/۷۹۳	۶/۲۶۹	۲	۰/۰۹۴
رابطه دختر- مادر	۰/۴۰۱	۲۳/۷۷۹	۲	۶/۸۶

جدول ۵- نتایج تحلیل واریانس اندازه‌های تکراری رابطه مادر- دختر و رابطه دختر- مادر بر حسب گروه

متغیرها	منبع تغییرات		مجموع مجذورات	Df	میانگین مجذورات	F	معناداری	مجذور اتا	توان آزمون
رابطه مادر- دختر	درون آزمودنی‌ها	عامل۱ (زمان)	۱۴۷۳/۱۸۶	۲	۷۳۶/۵۹۳	۸/۱۶۵	۰/۰۰۱	۰/۲۲۶	۰/۹۵۰
		عامل۱*گروه	۲۴۰۹/۸۰۸	۲	۱۲۰۴/۹۰۴	۱۳/۳۵۷	۰/۰۰۱	۰/۳۲۳	۰/۹۹۷
		خطا	۵۰۵۱/۷۹۲	۵۶	۹۰/۲۱۱				
	بین آزمودنی‌ها	گروه	۲۱۶۴/۶۴۵	۱	۲۱۶۴/۶۴۵	۵/۸۶۴	۰/۰۲۲	۰/۱۷۳	۰/۶۴۷
رابطه دختر- مادر	درون آزمودنی‌ها	عامل۱ (زمان)	۴۴۴۱/۷۲۸	۲	۲۲۲۰/۸۶۴	۷/۸۲۷	۰/۰۰۱	۰/۲۲۵	۰/۹۴۱
		عامل۱*گروه	۵۸۲/۹۶۹	۲	۲۹۱/۴۸۵	۱/۰۲۷	۰/۳۶۵	۰/۰۳۷	۰/۲۲۰
		خطا	۱۵۳۲۲/۲۰۳	۵۶	۲۸۳/۷۴۵				
	بین آزمودنی‌ها	گروه	۳۱۷/۹۰۴	۱	۳۱۷/۹۰۴	۰/۸۴۸	۰/۳۶۵	۰/۰۳۰	۰/۱۴۴

*تعامل

با توجه به مندرجات جدول ۵، آموزش آدلری نشان‌می‌دهد که اثر اصلی عامل زمان برای رابطه مادر- دختر و رابطه دختر- مادر معنادار می‌باشد. یعنی میانگین‌های برآورده شده‌ی نمرات رابطه مادر- دختر و رابطه دختر- مادر از مرحله پیش‌آزمون به مرحله‌ی پس‌آزمون و پیگیری در کل، تفاوت معناداری را نشان می‌دهد (P<۰/۰۰۵). همچنین اثر اصلی عامل عضویت گروهی (آموزش آدلری در مقابل عدم ارایه آموزش) برای رابطه مادر- دختر معنادار به‌دست آمد یعنی گروه‌های پژوهشی در مجموع، از نظر نمرات رابطه مادر- دختر، تفاوت معناداری را نشان می‌دهد (P<۰/۰۰۵). تعامل عامل زمان و عضویت گروهی (شرایط پژوهشی) برای رابطه مادر- دختر از نظر آماری معنادار به‌دست آمد. یعنی روند تغییرات نمرات رابطه مادر- دختر از پیش‌آزمون به پس‌آزمون در بین گروه‌ها تفاوت معناداری داشته است (P<۰/۰۵). این یافته به‌معنای این است که بین گروه آزمایش و کنترل تغییر معناداری در میانگین نمره‌ی رابطه مادر- دختر از پیش‌آزمون به پس‌آزمون و پیگیری به‌وجود آمده است. توان آماری رابطه مادر- دختر ۰/۹۹۷ نشان‌دهنده‌ی حجم نمونه مناسب برای یک چنین نتیجه‌گیری است. همچنین ضریب اتا نشان می‌دهد که ۳۲٪/۳ از تغییرات رابطه مادر- دختر مربوط به آموزش آدلری است. نتایج آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌های تکراری نشان داد که آموزش آدلری بر بهبود رابطه مادر- دختر دختران هنرستانی شهر اصفهان مؤثر بوده است.

بحث

این پژوهش با هدف اثربخشی آموزش مفاهیم آدلری و فنون آن بر بهبود رابطه مادر- دختر نوجوانان هنرستانی انجام شد. به‌منظور بررسی فرضیه «آموزش آدلری بر بهبود ابعاد روابط مادر- دختر دختران هنرستانی شهر اصفهان تأثیر معنادار دارد» از واریانس با اندازه‌گیری مکرر استفاده شد. نتایج نشان داد که آموزش آدلری بر بهبود ابعاد روابط مادر- دختر دختران هنرستانی شهر اصفهان تأثیر معنادار دارد. گرچه پژوهشی تاکنون به بررسی اثربخشی روش آدلری بر بهبود ابعاد روابط مادر- دختر صورت نگرفته، اما یافته حاضر همسو با نتایج پژوهش کانگ[20] و همکاران مبنی بر تأثیر برنامه دلگرم‌سازی برگرفته از درمان آدلری بر افزایش عزت نفس و کاهش احساس کهتری افراد همسو بود (۲۱). همچنین یافته حاضر با نتایج پژوهش اریگنار-تکلیپ[21] در زمینه اثربخشی این روش بر بهبود علاقه اجتماعی و همدلی دانش‌جویان همسو بود (۲۲). این پژوهشگران نیز در مطالعات خود نشان دادند که دلگرمی مبتنی بر درمان آدلری باعث می‌شود افراد احساس خوشایندی داشته و در زندگی به نحو مؤثری عمل کرده و برای حل مشکلات هوشمندانه‌تر برنامه‌ریزی نمایند. احساس خوشایند حاصل شده نیز خوش‌بینی و امیدواری را در پی دارد. علاوه بر این فاشیمیار[22] در پژوهشی به مقایسه اثربخشی دو رویکرد رفتاری و آدلری پرداختند. نتایج پژوهش آن‌ها نشان از آن داشت که آموزش والدین آدلری در بهبود عملکرد سیستم خانواده به‌طور معناداری بیش‌تر از برنامه آموزش والدین رفتاری عمل می‌کند (۲۳). منون[23] نیز بر این باور است که رویکرد آدلر به افراد برای خودانگیزشی، خودتعیین‌گری، تکیه بر خود و احساس کنترل کمک می‌کند (۲۴). اسلینیا[24] و همکاران در همین راستا بر این باورند که اگر مشاوران بتوانند اهداف زندگی، سبک زندگی و سایر ابعاد اثرگذار در مراجع را بهبود بخشند و بتوانند رابطه‌ای مشارکتی و غیرتهدیدآمیز با مراجعان ایجاد نمایند، می‌توانند از این طریق مراجعان را توانمند و تشویق به جهت‌گیری مجدد در سبک زندگی نمایند (۲۵). در کل در تبیین این یافته باید گفت در اثربخشی این روش بر روابط مادر- دختر می‌توان گفت از آن‌جایی که در نوجوانی روابط مادر- دختر به‌علت تغییرات نوجوانی از جمله بلوغ جنسی و گرایش شدید به همسالان ممکن است دچار تعارض شود. بنابراین به‌نظر می‌رسد آموزش‌ها و فنون مبتنی بر روش آدلر که در پژوهش حاضر استفاده شده است همچون افزایش علاقه اجتماعی به کمک آموزش‌های مرتبط با سبک سودمند اجتماعی با بهبود

[20] Kang
[21] Erguner-Tekinalp
[22] Fashimpar
[23] Menon
[24] Aslinia

مسئولیت‌پذیری در آنان؛ توانسته مهارت‌های بین‌فردی آنان را بهبود بخشد. از سوی دیگر آگاهی از این موضوع که احساس حقارت یک پدید فراگیر در سراسر عمر است که به پیشرفت و کمال طلبی منجر می‌شود ممکن است باعث شود تا اضطراب‌های این دختران کاهش یابد. همچنین یادگیری انواع شیوه‌های جبران حقارت و فنون مرتبط به آن مثل: آموزش اولویت‌بندی امور زندگی، هدفمندی و برنامه‌ریزی؛ کمک کرده تا نه تنها افراد بیاموزند که چگونه تکانه‌های‌شان را کنترل کنند بلکه کمک نموده تا به لحاظ شناختی منعطف‌تر شوند. این آموزه‌ها نه تنها به کاهش احساس حقارت از طریق سبک زندگی سودمند اجتماعی، منجر شده بلکه تشویق و دلگرمی، تأکید بر نقاط قوت و احساس اجتماعی حاصل از آموزش آدلری باعث شده تا منابع مقابله‌ای شناختی و رفتاری نوجوانان گسترش پیدا کند و خودمراقبتی و رضایت‌مندی کلی آن‌ها افزایش یابد. به‌نظر می‌رسد بهبود در این فرآیندها توانسته به کاهش اضطراب و نافرمانی در این نوجوانان ختم گردد و در نتیجه تعارضات آنان با مادران‌شان کاهش یابد. در نتیجه این کاهش تعارضات باعث شده تا مادران نیز تعارضات کم‌تری را با دختران‌شان گزارش کنند و در کل روابط مادر- دختر بهبود یابد.

نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش بیانگر آن بود که آموزش آدلری بر بهبود روابط مادر- دختر و ابعاد آن در بین دختران هنرستانی شهر اصفهان تأثیر معنادار به عبارتی این روش برای روابط مادران و دختران چه در حوزه‌ی پیشگیری و چه حوزه‌ی درمان؛ روش سودمند و مؤثری است.

محدودیت‌های پژوهش: این پژوهش فقط در حیطه‌ی دختران هنرستانی صورت گرفته است بنابراین تعمیم نتایج به دیگر گروه‌ها باید با احتیاط انجام شود. به علاقمندان این حوزه پیشنهاد می‌شود که پژوهش حاضر در دیگر گروه‌ها و مقاطع تحصیلی نیز اجرا شود تا دارای قدرت تعمیم‌پذیری بالاتری شود؛ به‌دلیل افزایش قابلیت تعمیم نتایج، در شهرستان دیگری علاوه بر شهر اصفهان نیز انجام شود تا اثر تفاوت‌های فرهنگی شناسایی گردد؛ در پژوهش‌های آتی، اثربخشی گروه درمانی آدلری بر دیگر گروه‌ها و اختلالات روان‌شناختی نیز بررسی شود.

تشکر و قدردانی

مطالعه حاضر با کد اخلاق پژوهشی IR.IAU.KHUISF.REC.1397.144 در دانشگاه آزاد اسلامی واحد اصفهان (خوراسگان) به انجام رسید. بدین‌وسیله از تمامی کسانی که ما را در انجام این پژوهش یاری رساندند از جمله معاونت پژوهشی دانشگاه آزاد اسلامی اصفهان، معاونت پژوهشی آموزش و پرورش اصفهان و تمامی دانش‌آموزان و مادران ایشان کمال تشکر و قدردانی را داریم.

تعارض منافع

لازم به ذکر است که هیچ‌گونه تعارض منافعی بین نویسندگان وجود ندارد.

References

1. McLaughlin KA, Hatzenbuehler ML, Mennin DS, Nolen-Hoeksema S. Emotion dysregulation and adolescent psychopathology: A prospective study. Behaviour research and therapy. 2011 Sep 1;49(9):544-54.
2. Peterson GW, Steinmetz SK, Wilson SM. Parent-child relationships: Cultural and cross-cultural perspectives. Marriage and Family Review. 2003;35:5-17.
3. Zwaanswijk M, Van Der Ende JA, Verhaak PF, Bensing JM, Verhulst FC. Factors associated with adolescent mental health service need and utilization. Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry. 2003 Jun 1;42(6):692-700
4. Zhong J, Liu J, Wang C, Qin M, Tan J, Yi C. Psychometric properties of the Padua Inventory in Chinese college samples. Psychological reports. 2011 Dec;109(3):803-18.
5. Baltes PB. Theoretical propositions of life-span developmental psychology: On the dynamics between growth and decline. Developmental psychology. 1987 Sep;23(5):611.
6. Carnes-Holt K. Child–parent relationship therapy for adoptive families. The Family Journal. 2012 Oct;20(4):419-26.
7. Hartos JL, Power TG. Relations among single mothers' awareness of their adolescents' stressors, maternal monitoring, mother-adolescent communication, and adolescent adjustment. Journal of Adolescent Research. 2000 Sep;15(5):546-63.
8. Allison BN, Schultz JB. Parent-adolescent conflict in early adolescence. Adolescence. 2004 Mar 22;39(153):101-20.
9. Milkie MA, Bierman A, Schieman S. How adult children influence older parents' mental health: Integrating stress-process and life-course perspectives. Social Psychology Quarterly. 2008 Mar;71(1):86-105.
10. Kwak K. Adolescents and their parents: A review of intergenerational family relations for immigrant and non-immigrant families. Human development. 2003;46(2-3):115-36.
11. Ramezanzadeh F, Moradi A, Mohammadkhani S. Effectiveness training emotion regulation skills in executive function and emotion regulation strategies of adolescents at risk. JCP. 2014; 2 (2) :37-45 . URL: http://jcp.khu.ac.ir/article-1-2232-fa.html
12. Richards K, Campenni C, Muse-Burke J. Self-care and well-being in mental health professionals: The mediating effects of self-awareness and mindfulness. Journal of Mental Health Counseling. 2010 Jul 1;32(3):247-64.
13. Luthar SS, Cicchetti D, Becker B. The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. Child development. 2000 May;71(3):543-62.
14. Mullis F. Active parenting: an evaluation of two Adlerian parent education programs. Journal of Individual Psychology. 1999;55:225-32.
15. Gilman R. The relationship between life satisfaction, social interest, and frequency of extracurricular activities among adolescent students. Journal of youth and adolescence. 2001 Dec 1;30(6):749-67.
16. Adler A. The fundamental views of individual psychology. Individual Psychology: Journal of Adlerian Theory, Research & Practice. 1982 Mar.
17. Lai SN. The Basic Adlerian Scales for Interpersonal Success-Adult Form and prediction of outcome (Doctoral dissertation, Adler School of Professional Psychology).
18. Sicher L. Education for freedom. Journal of Individual Psychology. 1955 Jan 1;11(2):97.
19. Lench HC, Flores SA, Bench SW. Discrete emotions predict changes in cognition, judgment, experience, behavior, and physiology: a meta-analysis of experimental emotion elicitations. Psychological bulletin. 2011 Sep;137(5):834.
20. Mahoney G, Powell A, Finger I. The maternal behavior rating scale. Topics in

Early Childhood Special Education. 1986 Jul;6(2):44-56.

21. Kang G, Park T, Han S, Park J. The Effects of an Encouragement Program on Inferiority Feeling and Self-esteem of Children. InComputer Applications for Modeling, Simulation, and Automobile 2012 (pp. 317-324). Springer, Berlin, Heidelberg.

22. Ergüner-Tekinalp B. The Effectiveness of Adlerian-Based Encouragement Group Counseling with College Students in Turkey. The Journal of Individual Psychology. 2017;73(1):54-69.

23. Fashimpar GA. An evaluation of three parent training programs.

24. Menon S. Employee empowerment: An integrative psychological approach. Applied psychology. 2001 Jan;50(1):153-80.

25. Aslinia SD, Rasheed M, Simpson C. Individual psychology (Adlerian) applied to international collectivist cultures: Compatibility, effectiveness, and impact. Journal for International Counselor Education. 2011;3(1):1.

.

The Effectiveness of Adlerian Training on Improvement of Mother-daughter Relations and its Dimension in Vocational School Girls During 2017 to 2018

Zahra Yousofi (PhD)[1*], Soheila Sabzevari (MSc)[2]

[1]*Assistant professor, Departmant of clinical psychology group, education and psychology department, Islamic Azad university, Isfahan, Iran*
[2] *MSc, Departmant of Clinical psychology Group, Islamic Azad University, Isfahan, Iran*
Assistant professor, Departmant of clinical psychology group, education and psychology department, Islamic Azad university, Isfahan, Iran

Information

Article Type:

Original Article

Article History:

Received: 23 Sep. 2018
Accepted: 23 Dec. 2018

Keywords:

Adlerian Method
Mother-Daughter Relations
Girls
Adolescent

Corresponding Author:

Zahra Yousofi

Email: z.yousefi@khuisf.ac.ir

Mobil: +98-913-3293069

Adderes: Departmant of clinical psychology group, education and psychology department, Islamic Azad university, Isfahan, Iran

Abstract

Introduction: The goal of the study was to examine the effectiveness of Adlerian training on improvement of mother-daughter relations and its dimension in vocational school girls in the Isfahan.

Materials and Methods: The statistical population was all vocational school girls in academic year 2017-18. The research method was experimental with pretest, posttest, and control group and forty-five-day follow-up design. The sample size in the study was 40 girls with their mothers who were selected through clustered random sampling method and were randomly assigned into experimental and control groups (each group, 20 student). The experimental group received eight ninety-minute interventions related to Adlerian training in two months once a week and the control group did not recived any trianing. Subjects in both groups evaluated with research measurements in pre, post and follow-up tests. The research measurement included Mother-daughter relations scales (Agharahimi & Yousefi, 2014) (only girls recived trianing and their mothers were evaluated by research measurement).

Results: Gathered data was analyzed by descriptive statistics (mean and standard deviation) and inferential (Repeated Measure ANOVA) statistics. The results showed that Adlerian training was significantly effective on decarsing conflicts between mothers and their daughters and conflicts between daugthers and their mothers from pre-test to post-test and follow-up. ($p<0.001$).

Conclusion: Regards to results it can be said the method is effective on improving mother-doughter relationships.

►Please cite this article as follows:

Yousofi Z, Sabzevari S. The Effectiveness of Adlerian Training on Improvement of Mother-daughter Relations and its Dimension in Vocational School Girls During 2017 to 2018. Journal of Jiroft University of Medical Sciences. 2018; 5 (2): 15-26.