

اثربخشی آموزش مدیریت خشم بر ارتباط مادران با فرزندان  
کم توان ذهنی و دیرآموز

Efficacy of Anger Management Training on Relationship  
Between Mothers and Their Mildly Mentally  
Retarded and Slow Learner Children

M. Shokohi Yekta, Ph.D. ✉

دکتر محسن شکوهی یکتا ✉

استادیار گروه روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی دانشگاه تهران

N. Zamani, M. A.

نیره زمانی

کارشناس ارشد روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی

Abstract

The present research is designed to examine the efficacy of anger management training on relationship of mothers and their mildly mentally retarded and slow learner children. The design of this study is quasiexperimental with pretest-posttest control group.

چکیده:

این پژوهش با هدف بررسی تأثیر آموزش مدیریت خشم بر ارتباط مادران با فرزندان کم‌توان ذهنی و دیرآموز صورت گرفته است. روش تحقیق شبه تجربی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه گواه است. جامعه آماری شامل مادرانی است که فرزندان آنان در دو مدرسه غیرانتفاعی ویژه دانش‌آموزان کم‌توان ذهنی آموزش‌پذیر و دیرآموز به تحصیل اشتغال دارند.

✉Corresponding author: College of Psychology and Educational Science University of Tehran, Ale Ahmad Avenue, Tehran, Iran.  
Tel:+9821-88240161-70  
Fax:+9821-88254734  
Email: msyekta@yahoo.com

✉ نویسنده مسئول: تهران - بزرگراه شهید چمران - خیابان جلال - آل احمد - دانشگاه تهران - دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی - گروه روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی  
تلفن: ۰۲۱-۸۸۲۴۰۱۶۱-۷۰ دورنما: ۰۲۱-۸۸۲۵۴۷۳۴  
email: msyekta@yahoo.com پست الکترونیکی:

This study was conducted on 46 mothers who were assigned equally into experimental and control groups. Data were collected utilizing two questionnaires: Anger Evaluation Scale and Parent-Child Relationship Inventory. The anger management training program, based on cognitive-behavioral approach, was implemented on experimental group in seven sessions, 2 hours each. The findings based on the Analysis of Covariance revealed that anger management training had the following effects: the intensity of anger in anger-eliciting situations decreased, the use of anger control strategies increased, and parent-child relationship improved. Finally, the implications of the study, limitations and suggestions for future research are discussed.

**KeyWords:** parents training; anger control; parent-child relationship; educable mentally retarded; slow learner.

نمونه آماری شامل ۴۶ مادر بوده که با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و پس از همگن شدن براساس ویژگی‌های جمعیت‌شناختی در دو گروه آزمایشی و گواه جایگزین شدند. ابزار اندازه‌گیری، مقیاس محقق ساخته ارزیابی خشم و پرسشنامه ارتباط والد - کودک است. گروه آزمایشی در هفت جلسه آموزش مدیریت خشم مبتنی بر رویکرد شناختی - رفتاری شرکت کردند. یافته‌های تحقیق با استفاده از روش تحلیل کوواریانس تجزیه و تحلیل شد. نتایج حاصله نشان داد که کاربرد تکنیک‌های مدیریت خشم به کاهش خشم مادران و بهبود ارتباط آن‌ها با فرزندان منجر می‌شود.

**کلیدواژه‌ها:** دانش‌افزایی والدین، کنترل خشم، تعامل مادر و فرزند، عقب‌مانده ذهنی آموزش‌پذیر، دیرآموز.

## مقدمه

ارتباط والد - کودک از مهم‌ترین مؤلفه‌های زندگی اجتماعی بوده، نقش مهمی در سلامت روان والدین و فرزندان ایفا می‌کند (باربر، اکسین و سورنتون، ۱۹۹۹). تحقیقات نشان می‌دهند که در بین عوامل مختلفی که در پرورش شخصیت سالم کودکان و نوجوانان مؤثرند، تعامل کودک و والدین از مهم‌ترین و بنیادی‌ترین عوامل محسوب می‌شوند (نوابی‌نژاد، ۱۳۷۵).

بامریند (۱۹۷۱، به نقل از برک<sup>۱</sup>، ۱۳۸۳/۲۰۰۱) با تحلیل رفتار کودک و والدین سه شیوه تعاملی را با عنوان سبک‌های فرزندپروری مطرح کرد: مقتدرانه، مستبدانه و سهل‌گیرانه. در سبک مقتدرانه والدین از فرزندان خود درخواست‌های معقولی دارند و این درخواست‌ها را با تعیین محدودیت‌ها و اصرار بر این‌که کودک باید از آن‌ها تبعیت کند، به اجرا می‌گذارند. در سبک مستبدانه نیز والدین

متوقع هستند، ولی برای پیروی کردن آن چنان ارزش زیادی قائل هستند که اگر کودک اطاعت نکند، والدین به فشار و تنبیه متوسل می‌شوند. در سبک سهل‌گیرانه، والدین مهرورز و پذیرا هستند ولی متوقع نیستند و از هر گونه اعمال کنترل، خودداری می‌کنند.

در تعاملات خانواده پاسخ‌های همه اعضا، به هم مربوط هستند؛ این تأثیرات به صورت مستقیم و غیرمستقیم عمل می‌کنند. تأثیرات مستقیم در تعاملات خانواده به این صورت مشاهده می‌شود که ارتباط محبت‌آمیز و صبورانه، پاسخ‌های حمایتی و مسالمت‌آمیز را فرا می‌خواند و تندی و ناشکیبایی، رفتار خشماگین و تضادورزی را برمی‌انگیزد. هر یک از این واکنش‌ها، به نوبه خود، حلقه جدیدی را در زنجیره تعاملی به وجود می‌آورد. در مورد اول، پیام مثبت ادامه می‌یابد و در مورد دوم، پیام منفی یا اجتنابی روی می‌دهد (برک، ۲۰۰۱ / ۱۳۸۳). زمانی که رابطه زناشویی والدین صمیمی باشد، فرزندان خود را بیشتر تحسین و تشویق می‌کنند و کمتر از آن‌ها ایراد می‌گیرند و یا آن‌ها را سرزنش می‌کنند. در مقابل، وقتی که زندگی زناشویی تنش‌زا و خصمانه است، والدین به احتمال بیشتری به فرزندان ابراز خشم، انتقاد و تنبیه می‌کنند (ارل و بورمن، ۱۹۹۵؛ هارواد و کانگر، ۱۹۹۷).

در سال‌های اخیر متخصصان تعلیم و تربیت و روان‌شناسان در زمینه تعامل والدین و کودکان و متغیرهای مرتبط و تأثیرگذار بر این ارتباط تحقیقات بسیاری انجام داده‌اند. هم‌چنین در رابطه با سبک‌های فرزندپروری<sup>۲</sup> و روش‌های مؤثر در بهبود تعامل مادر-فرزند، نظریه‌ها و تحقیقات متعددی ارائه شده است.

تعامل والد - کودک از مؤلفه‌ها و متغیرهای متعددی تأثیر می‌پذیرد. یکی از این مؤلفه‌ها واکنش‌ها و پاسخ‌های هیجانی است (برک، ۲۰۰۱، ۱۳۸۳). خشم یکی از هیجان‌هایی است که در این تعامل نقش دارد. محققان نقش خشم را در موقعیت‌های تربیتی گوناگون تأیید کرده‌اند. مطالعات نشان می‌دهند که خشم از جمله هیجان‌هایی است که والدین به طور مکرر در ارتباط با فرزندان آن را تجربه می‌کنند. خشم به عنوان یک عامل منفی شناخته شده است که می‌تواند تعامل والد-فرزند را تحت تأثیر قرار دهد. خشم هم‌چنین با روش تربیتی نامناسب رابطه دارد (سدلر و هنسن، ۲۰۰۱).

خشم یکی از هیجان‌های طبیعی انسان است و در مؤلفه‌های هیجانی جایگاه خاصی دارد. با وجود این، با توجه به عوارض منفی و مخرب فردی و اجتماعی خشم، کنترل خشم<sup>۳</sup> از اهمیت به سزایی برخوردار است. هدف از درمان‌ها و مداخلات کنترل خشم، کاهش احساسات هیجانی و برانگیختگی فیزیولوژیکی ناشی از خشم، افزایش آگاهی افراد نسبت به خشم و آموزش شیوه‌ها و راهبردهای مؤثر به منظور کنترل آن است (انجمن روان‌شناختی آمریکا<sup>۴</sup>، ۲۰۰۴).

به نظر اسپیلبرگر و همکاران (۱۹۹۹)، خشم یک حالت روانی-زیستی است که با تنش ماهیچه‌ای و برانگیختگی سیستم عصبی خودکار همراه است و دامنه آن از ناراحتی خفیف تا عصبانیت و غضب شدید تغییر می‌کند.

بررسی پیشینه برنامه‌های آموزشی مدیریت خشم، اثربخشی این برنامه‌های مداخله‌ای را برای گروه‌های مختلف نشان می‌دهد. نتایج پژوهشی در زمینه آموزش مهارت‌های مدیریت خشم برای نوجوانان با اختلال رفتاری و هیجانی شدید نشان داد که بعد از برنامه مداخله‌ای که طی ۱۰ جلسه اجرا شد، در شرکت‌کنندگان نزاع با همسالان کاهش و صحبت با مشاور در مورد مسائل به هنگام عصبانیت افزایش یافت (کلنر، برای و کالتی، ۲۰۰۲). محققان در پژوهشی تأثیر آموزش کنترل شناختی - رفتاری را بر روی بزرگسالان با ناتوانی‌های خفیف بررسی کردند. یافته‌های آنان که با بهره‌گیری از مقیاس خودسنجی خشم و عزت نفس بدست آمده بود بیانگر افزایش توانایی کنترل عصبانیت و افزایش سازگاری رفتاری و هیجانی در گروه مورد مطالعه بود (کینگ، لن کاستر، واینی، نتل تن و دیویس، ۱۹۹۹). در تحقیق بلک و نوکو (۱۹۹۳) که به صورت درمان انفرادی صورت پذیرفت، مهارت‌های مقابله‌ای، نظارت خود، کاهش برانگیختگی و درباره کارکردها و اشکال مختلف خشم طی ۲۸ جلسه به هر فرد آموزش داده شد. آن‌ها کاهش شیوع پرخاشگری و افزایش رفتارهای اجتماعی مناسب را پس از آموزش مشاهده کردند. پس از ۲۱ هفته که پیگیری صورت گرفت اثرات آموزش باقی مانده بود.

تحقیقات نشان داده‌اند که والدین کودکان با عقب‌ماندگی ذهنی، در معرض خطر مواجهه با انواع مشکلات خانوادگی و هیجانی قرار دارند (بکمن، ۱۹۹۱؛ دوماس، فیمن و کالیگان، ۱۹۹۱). استرس، افسردگی و خشم از جمله هیجان‌های رایجی هستند که این والدین تجربه می‌کنند (بیگنر، ۱۹۸۹). در نظام خانواده، برخی کودکان - آن‌هایی که ویژگی‌هایشان باعث می‌شود بزرگ کردن آن‌ها با سختی و مرارت همراه باشد - به احتمال بیشتری مورد خشم و بدرفتاری قرار می‌گیرند. کودکان زودرس یا بیمار یا آن‌هایی که از لحاظ سرشتی بدقلق و یا دارای نقص توجه و بیش‌فعال‌اند یا مشکلات رشدی دیگری دارند، از جمله این کودکان هستند (بلسکی، ۱۹۹۳). علاوه بر این، خلق و خوی خشمگینانه والدین و رفتار مشکل‌ساز کودک از عوامل تعیین کننده و آغازگر خشم می‌باشند (لم، ۱۹۹۹). براساس یافته‌های پژوهشی، نافرمانی کودک و عملکرد تحصیلی ضعیف به‌عنوان دو عامل کلیدی در پرخاشگری والدین نقش دارند. نتایج تحقیقی در ترکیه نشان داد که دعوا با کودکان دیگر، اطاعت نکردن از مادر و پرسه‌زنی فرزندان از علل اصلی خشم مادران است. علاوه بر این از عمده‌ترین عوامل خشم در زنان، بیکاری همسران آنان گزارش شده است که بر رابطه مادر با کودک تأثیرگذار است (کیوکلو و بالدوک اغلو، ۲۰۰۶).

در مطالعه دیگری اکثر مادران هدف‌شان از بیان خشم را، تغییر رفتار کودک و حل مشکل عنوان کرده‌اند (گروگر، ۱۹۹۷). هم‌چنین نتایج مطالعات متعدد بیانگر رابطه خشم بالا با انضباط شدید می‌باشد (انفر و اسنیوایند<sup>۵</sup>، ۱۹۸۲؛ گال<sup>۶</sup>، ۱۹۸۴؛ وایت من<sup>۷</sup> و همکاران، ۱۹۸۷؛ به‌نقل از لم، ۱۹۹۹).

نتایج تحقیقی که در هنگ کنگ جهت بررسی ارتباط بین استرس والدین و خشم انجام شد، نشان داده است که استرس با بیان خشم نسبت به کودک، همبستگی بالایی دارد (لم، ۱۹۹۹). در عین حال، درآمد کم، بیکاری، مشکلات زناشویی، خانواده پرجمعیت، جابه‌جا شدن‌های مکرر و آشفتگی شدید در خانه، در خانواده‌های بدرفتار رایج هستند (پیانتا، اگلند و اریکسون، ۱۹۸۹). از دیگر عوامل مؤثر می‌توان به سطح پایین اجتماعی- اقتصادی و مشکلات فرهنگی خانواده (ولف، ۱۹۹۱)، سن مادر، تک والد بودن، انزوای اجتماعی و افسردگی نیز اشاره کرد (کریست مس، ودارسکی و اسموکاوسکی، ۱۹۹۶). بنابراین، عوامل شخصیتی و موقعیتی خاص موجب می‌شود که والدین نتوانند از عهده مسئولیت‌های فرزندپروری برآیند و ناکامی‌های خود را بر سر فرزندان‌شان تخلیه کنند. یافته‌های پژوهشی نشان می‌دهند که خشم کنترل نشده والدین نسبت به کودکان‌شان با بدرفتاری آنان با کودک (لم، ۱۹۹۹) و تعارض‌های خانوادگی ارتباط دارد (کالاماری و پینی، ۲۰۰۳). خصوصیات خلقی و هیجانی و شیوه‌های تربیتی والدین بر رشد شناختی، عاطفی یا رفتاری کودک تأثیر دارند. مطالعات و تحقیقات نشان می‌دهند که رفتار کودکان با شیوه‌های رفتاری والدین‌شان همبستگی زیادی دارد. تجربه خشم، به شدت تحت تأثیر یادگیری است و سریعاً از یک عضو خانواده به دیگری سرایت می‌کند (برک، ۱۳۸۳/۲۰۰۱). تحریک‌پذیری در کودکان با میزان تحریک‌پذیری در خانواده‌شان به‌ویژه والدین مرتبط است. والدین عصبانی با احتمال بیشتری فرزندان عصبانی خواهند داشت. در واقع کودکی که والدین او اغلب عصبانی هستند، احتمال بیشتری دارد که به آسانی برانگیخته شود (اسمیت، ۲۰۰۴). کودکانی که به شدت پرخاشگرند معمولاً در خانواده‌هایی بزرگ شده‌اند که اعضای آن پرخاشگرند، در این‌گونه خانواده‌ها اختلافات جزئی تبدیل به مسئله عمده‌ای می‌شود. والدین معمولاً در این خانواده‌ها در به اجرا در آوردن قواعد، شیوه ثابت و روشی ندارند (ماسن<sup>۸</sup> و همکاران، ۱۳۷۳/۱۹۸۶). پاترسون (۱۹۸۲) شواهد متقاعدکننده‌ای بدست آورد که فرزندپروری همراه با پرخاشگری، تهدید، خصومت و خشم منجر به الگوبرداری کودکان و بروز رفتار پرخاشگرانه در آن‌ها می‌شود. چنین کودکانی می‌آموزند که در مواجهه با والدین پرخاشگر خود نیز پرخاشگر باشند. محیط کودک در این خانواده‌ها مملو از پرخاشگری و خصومت است و بدرفتاری هیجانی و جسمانی بین اعضای خانواده در پی آن مشاهده می‌شود. محققان (برمن<sup>۹</sup> و همکاران، بی‌تا، ۱۳۸۴) معتقدند، خشونت خانواده می‌تواند اثرات منفی خطرناکی بر کودکان داشته باشد. این اثرات می‌تواند شامل مشکلات رفتاری نظیر پرخاشگری، هراس، اعتماد به‌نفس پایین، افسردگی، افزایش تحریک‌پذیری و وسواس باشد. هم‌چنین ممکن است در بزرگسالی باعث اعمال خشونت‌آمیز در منزل و رفتار مجرمانه شود. یافته‌های بدست آمده از مطالعه‌ای در مورد کودکان مدرسه‌ای نشان داد، کودکانی که در معرض خشم و بدرفتاری خانواده قرار دارند، در مقایسه با کودکان در خانواده‌های توأم با آرامش، معمولاً فراوانی بیشتری از رفتارهای مسئله‌ساز درونی (انزوا و تشویش) و رفتارهای

مسئله‌ساز بیرونی (پرخاشگری و بزهکاری) از خود نشان می‌دهند. علاوه بر این، نحوه نگرش‌ها، صلاحیت اجتماعی و انجام تکالیف مدرسه نیز اغلب به طور منفی تحت تأثیر قرار می‌گیرد (برمن و همکاران، بی‌تا، ۱۳۸۴).

با توجه به اطلاعات ارائه شده در زمینه خشم و تأثیر و نقش آن در ارتباط والد-کودک، لزوم آموزش مهارت‌های فرزندپروری و کنترل هیجانی به والدین مشاهده می‌شود. آموزش این‌گونه مهارت‌ها، قابلیت برخورد منطقی و مؤثر با رفتارهای مشکل‌آفرین کودک و استفاده از روش‌های مؤثر برای حل تعارض و کنترل خشم را در والدین تقویت می‌کند. از این رو هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی کارگاه‌های آموزش مدیریت خشم بر بهبود ارتباط (تعامل) مادران با فرزندان کم‌توان ذهنی آموزش‌پذیر و دیرآموز است.

### مدیریت خشم

در برنامه‌های مدیریت خشم، ابتدا برای درک مفهوم خشم، به‌عنوان یک حالت، به والدین اطلاعاتی داده می‌شود. از مؤلفه‌های برجسته برنامه، تأکید بر شناسایی و تغییر عقاید غیرعقلانی می‌باشد (برای مثال: او آن کار را با هدف صدمه زدن به من انجام داد یا او می‌داند که چگونه آن کار را انجام دهد ولی تنبلی می‌کند). راهبردهای مقابله‌ای شامل استفاده از آموزش به خود برای کاهش برانگیختگی است. آموزش به خود بر دو گونه است: نوع اول فرد را به تمرکز بر برخی فعالیت‌ها تشویق می‌کند (برای مثال: من بایستی آرام باشم یا این‌جا من باید چه کار کنم؟). نوع دوم مشوق رفتار ناسازگار دیگری از قبیل نوشیدن یک فنجان چای یا آرمیدگی می‌باشد (برای مثال: انجام تمرین‌های آرمیدگی برای دقایق کوتاه و یا فقط ذکر این که آرام باش یا نفس عمیق بکش).

در کارگاه آموزشی افراد در موقعیت‌های خشم‌برانگیز فرضی قرار می‌گیرند و از شرکت‌کنندگان خواسته می‌شود که بهترین راهبردهای مدیریت خشم را بیانند. گفتگوی درونی شیوه‌ای مناسب برای کاهش استرس و افزایش کنترل والدین می‌باشد. هنگامی که افراد تحت فشار بوده و مشکلات آن‌ها را احاطه کرده‌اند، فکر می‌کنند که از عهده کارها بر نمی‌آیند و با خود جملات یأس‌آوری را گفتگو می‌کنند، از جمله: «من دیگه از پس این بچه بر نمی‌آیم، دیگه هیچ راهی نمونده، من همه چیز را قبلاً امتحان کردم، هر کاری که بکنم اشتباهه، من حس بدی نسبت به کودکم دارم، هیچ امیدی نیست، من خیلی احساس گناه می‌کنم که کودکم را دوست ندارم، هیچ چیزی تغییر نمی‌کنه، من عاجز و درمونده شدم!» این قبیل گفتارهای درونی در میان والدین بسیار شایع است و با رفتارهایی از قبیل انزوای طلبی، بی‌خوابی، بی‌علاقگی، فقدان انرژی و شور و شوق و افسردگی همراه است (آیوانیک، ۲۰۰۶). رویکرد شناختی- رفتاری، افکار و نگرش‌های نادرست را به چالش می‌طلبد. هم‌چنین با آموزش روش‌های مقابله، گفتگوی درونی، و راهبردهای حل مسئله در جهت ارتقای رفتارهای اجتماعی،

افزایش صمیمیت و ارتباط مثبت با کودک می‌کوشد (کولکو و سونسون، ۲۰۰۲). روش‌های شناختی در واقع راه‌های تغییر نگرش و باورهای والدین نسبت به فرزندان‌شان را بیان می‌کنند که شامل یادگیری چگونگی کنترل خشم، مدیریت استرس و حل مشکلات می‌باشند. مؤلفه رفتاری بر این فرض است که افراد را نسبت به رفتارهای نامطلوب آگاه سازد تا آن‌ها را با رفتارهای سالم‌تری جایگزین نمایند. روش‌های رفتاری برای کمک به والدین و کودک جهت بهبود تعاملات نامناسبی که ممکن است به آزار کودک یا نادیده گرفتن وی منجر شود، طراحی شده است. همچنین از این روش برای تغییر سبک فرزندپروری والدین، مدیریت رفتار کودکان و دادن پاسخ‌های هیجانی مناسب به کودکان استفاده می‌شود (آیوانیک، ۲۰۰۶).

## روش

پژوهش حاضر، از نوع تحقیقات شبه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه گواه است.

## جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

گروه نمونه از نمونه‌های در دسترس و شامل ۴۶ مادر بوده است. این گروه، والدینی بودند که فرزند آنان در مدارس غیرانتفاعی شهید زارعی و هاتف در سال ۸۶-۱۳۸۵ اشتغال به تحصیل داشتند. در پی یک جلسه عمومی، کارگاه مدیریت خشم برای مادران معرفی شد و از داوطلبان برای شرکت در کارگاه ثبت نام به عمل آمد. از تعداد ۶۲ مادر که ثبت نام کرده بودند، تعداد ۴۶ مادر از لحاظ ویژگی‌های جمعیت شناختی (شامل سن، تحصیلات، وضعیت شغلی و دارا بودن کودک کم‌توان ذهنی آموزش‌پذیر و یا دیرآموز) به صورت زوج‌های همگن شناسایی شده و سپس هر یک از زوج‌ها به صورت تصادفی در دو گروه (۲۳ نفری) آزمایش و گواه قرار گرفتند. ۳۲ نفر (۶۹/۶ درصد) دارای فرزند دیرآموز و ۱۴ نفر (۳۰/۴ درصد) دارای فرزند آموزش‌پذیر بودند. ۸ نفر (۱۷/۴ درصد) شاغل و ۳۸ نفر (۸۲/۶ درصد) غیرشاغل بودند. ۱۳ نفر (۲۸/۳ درصد) تحصیلات بالای دیپلم و ۳۳ نفر (۷۱/۸ درصد) تحصیلات دیپلم و زیر دیپلم داشتند. میانگین سن مادران ۳۸/۵ سال است.

## شیوه اجرا

با توجه به طرح تحقیق، شرکت‌کنندگان در گروه آزمایش و گواه قبل از شروع آموزش دو پرسشنامه محقق ساخته ارزیابی خشم و مقیاس ارتباط والد - کودک را تکمیل کردند. در آخرین جلسه و پس از اتمام آموزش نیز پرسشنامه‌های مذکور مجدداً اجرا گردید. پس از اجرای پس‌آزمون، به دلیل تقاضای گروه گواه برای شرکت در کارگاه آموزش مدیریت خشم، این دوره آموزشی برای گروه گواه نیز اجرا گردید.

## ابزارهای پژوهش

**مقیاس محقق ساخته ارزیابی خشم:** این مقیاس طی یک مصاحبه نیمه سازمان یافته با ۴۰ نفر از مادران کودکان با نیازهای ویژه ساخته شده است (زمانی، ۱۳۸۶). طی مصاحبه سه سؤال کلی پرسیده شد که بر این اساس، سه عامل برای پرسشنامه در نظر گرفته شد و سؤال‌های هر عامل براساس فراوانی تکرار پاسخ‌های ارائه شده تعیین شدند. این مقیاس با ۶۹ سؤال در مقیاس لیکرت، شامل سه عامل موقعیت‌های خشم‌برانگیز، بیان بیرونی خشم و راهبردهای کنترل خشم می‌باشد. عامل اول، شدت واکنش‌های خشمگینانه والدین را در موقعیت‌های خاص در ارتباط با کودک اندازه می‌گیرد. عامل دوم، فراوانی بروز خشم را به صورت رفتار پرخاشگرانه کلامی یا فیزیکی در ارتباط با کودک ارزیابی می‌کند. عامل سوم، در برگیرنده سه خرده عامل راهبردهای مسئله محور، راهبردهای هیجان‌محور و راهبردهای مذهبی است. عامل موقعیت‌های خشم‌برانگیز در مقیاس ۶ درجه‌ای لیکرت از نمره صفر (هیچ) تا نمره پنج (بسیار زیاد) و عامل بیان بیرونی خشم و راهبردهای کنترل خشم در مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت از نمره صفر (هرگز) تا نمره چهار (همیشه) ارزش‌گذاری شده است. حداقل نمره آزمودنی در زیرمقیاس موقعیت‌های خشم‌برانگیز، بیان بیرونی خشم و راهبردهای کنترل، صفر و حداکثر نمره آزمودنی در همین مقیاس‌ها به ترتیب ۱۵۰، ۴۸، و ۱۰۸ بود.

پرسشنامه مذکور، به طور مقدماتی روی یک نمونه ۳۰ نفری اجرا شد. قابلیت اعتماد<sup>۱۰</sup> با روش بازآزمایی، با فاصله یک هفته برای عامل موقعیت‌های خشم‌برانگیز  $I=0/82$ ، برای بیان بیرونی خشم  $I=0/89$  و برای راهبردهای کنترل خشم  $I=0/67$  بدست آمد. براساس اجرای مقیاس در پژوهش حاضر، آلفای کرونباخ برای نمونه ۴۶ نفری مادران به ترتیب  $I=0/96$  برای موقعیت‌های خشم‌برانگیز،  $I=0/80$  برای بیان بیرونی خشم،  $I=0/83$  برای راهبردهای کنترل خشم ( $I=0/71$ ) برای راهبردهای مسئله‌محور،  $I=0/78$  برای راهبردهای هیجان‌محور،  $I=0/76$  برای راهبردهای مذهبی) و برای کل مقیاس  $I=0/91$  گزارش شده است.

**مقیاس ارتباط والد - کودک<sup>۱۱</sup>:** این مقیاس یک آزمون ۷۸ سؤالی است که با روش خودگزارش‌دهی تکمیل می‌شود. این مقیاس توسط جرارد (۱۹۹۴) با هدف ارزیابی نگرش والدین نسبت به فرزندپروری و نگرش نسبت به فرزندان‌شان، ساخته شده است. سؤال‌های آزمون براساس ۷ خرده‌مقیاس گروه‌بندی شده‌اند. در این پژوهش از سه خرده مقیاس استفاده شده است: ارتباط<sup>۱۲</sup>: این مقیاس در واقع میزان آگاهی والدین از چگونگی برقراری ارتباط خوب با کودکان را در موقعیت‌های مختلف می‌سنجد و توانایی والدین را در همدلی و گفتگو با فرزندان‌شان منعکس می‌کند. رضایت‌مندی از فرزندپروری<sup>۱۳</sup>: این مقیاس میزان رضایت و خرسندی والدین را از فرزندپروری می‌سنجد. این عامل مبتنی بر این عقیده است که والدینی که از فرزندپروری خود رضایت خاطر دارند، احتمالاً والدین خوبی هستند. تعیین حد و مرز<sup>۱۴</sup>: این مقیاس اثر بخشی شیوه‌های انضباطی و تدوین مقررات توسط والدین را



می‌سنگد. تربیت معمولاً زمانی با مشکل مواجه می‌شود که هیچ حد و مرزی برای کودک تعریف نشده باشد. به‌عنوان یک قاعده کلی می‌دانیم کودکان زمانی کمترین مشکلات رفتاری را از خود نشان می‌دهند که والدین دقیقاً خواسته‌های خود را از کودکشان به‌طور واضح بیان کرده باشند. قابلیت اعتماد سه عامل مورد نظر از طریق ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب  $I=0/71$  برای عامل ارتباط،  $I=0/75$  برای تعیین حد و مرز،  $I=0/51$  برای رضایت از فرزندپروری و برای نمرات کل سه عامل  $I=0/81$  بدست آمد.

### معرفی کارگاه مدیریت خشم

برنامه کارگاه مدیریت خشم (اسمیت، ۲۰۰۴)، برنامه‌ای است که در زمینه کنترل خشم در روابط بین بزرگسال با کودک طراحی شده است. برنامه اصلی شامل ده طرح درس است و برای مشارکت شرکت‌کنندگان در کارگاه‌ها تکالیف و فعالیت‌های فردی و گروهی در نظر گرفته شده است. این برنامه مبتنی بر رویکرد شناختی - رفتاری است و بر فعال بودن شرکت‌کنندگان در فرایند آموزش تأکید دارد.

این برنامه آموزشی سه مؤلفه دارد: آماده سازی شناختی: که به آموزش افراد (والدین) در مورد خشم، علت‌ها و اثرات آن می‌پردازد. کسب مهارت: در این مرحله راهبردهای مقابله که شامل اصلاح گفتارهای درونی، روش‌های آرمیدگی و مهارت‌های جرأت‌ورزی می‌باشند به والدین آموزش داده می‌شود. آموزش کاربردی: در این مرحله جدیدترین مهارت‌های آموزش داده شده در موقعیت‌های فرضی و بازی نقش تحت نظارت مربی آموخته می‌شود.

برنامه کارگاه با تغییراتی در هفت جلسه دو ساعته به صورت گروهی برای گروه آزمایش ارائه گردید. در ابتدای هر جلسه به والدین فرصت داده شد درباره موقعیت‌های خشم‌برانگیز، مسائل خود در ارتباط با فرزندان و تکالیف انجام شده در منزل به بحث و تبادل نظر با مجری و سایر والدین بپردازند.

جدول ۱: ساختار جلسات آموزش مدیریت خشم

جلسه	موضوع	هدف
۱	معنای خشم	خودآگاهی هیجانی
۲	اهمیت خشم	آگاهی به ارتباط فکر-احساس-رفتار و توجه به جنبه‌های مثبت خشم
۳	خطرات خشم	شناخت پیامدهای منفی خشم و تأثیر خشم بر کودکان
۴	شناخت	نظارت خود بر علائم جسمی، خشم انگیختگی و کشف الگوهای خشم
۵	ارزیابی و ارزشیابی	مهارت‌های شناختی، هیجانی و افزایش خویش‌داری
۶	انتخاب راه و روش	مهارت‌های رفتاری، ارتباطی و جرأت‌ورزی
۷	انتخاب راه و روش	حل مسئله و حل تعارض

## یافته‌ها

یافته‌های توصیفی شامل میانگین و انحراف معیار متغیرهای مورد مطالعه در پیش‌آزمون و پس‌آزمون به تفکیک گروه آزمایش و گواه در جدول ۲ و ۳ ارائه شده است. میانگین نمره‌های پس‌آزمون گروه آزمایش در حیطه موقعیت‌های خشم‌برانگیز و بیان بیرونی خشم، کاهش و در خرده عامل‌های راهبردهای مسئله‌محور، هیجان‌محور و مذهبی و هم‌چنین عامل‌های ارتباط، رضایت‌مندی از فرزندپروری و تعیین حد و مرز، افزایش یافته است. بنابراین براساس نتایج این جداول، شرکت در کارگاه‌های مدیریت خشم بر کاهش خشم در ارتباط با کودک و در نتیجه بهبود ارتباط با فرزندان تأثیرگذار بوده است.

جدول ۲: میانگین و انحراف معیار نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون آزمودنی‌های دو گروه در پرسشنامه محقق ساخته ارزیابی خشم

گروه	زمان	راهبردهای کنترل خشم											
		موقعیت‌های خشم‌انگیز		بیان بیرونی خشم		مسئله‌محور		هیجان‌محور		مذهبی		نمره کل	
		SD	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$
آزمایش	پیش‌آزمون	۱۱۳/۵۲	۲۲/۱۹	۲۷/۰۸	۸/۸۳	۲۲/۸۱	۶/۰۹	۳۹/۳۶	۹/۴۲	۹/۳۱	۲/۹۸	۷۱/۰۹	۱۶/۳۱
	پس‌آزمون	۱۰۳/۴۲	۲۰/۳۶	۲۶/۱۸	۵/۱۵	۳۰/۰۸	۵/۸۱	۵۱/۱۳	۱۰/۸۷	۱۳/۰۰	۳/۲۹	۸۱/۸۰	۱۴/۱۰
گواه	پیش‌آزمون	۱۱۶/۲۶	۲۷/۹۵	۲۸/۹۵	۶/۴۹	۲۵/۳۰	۵/۱۷	۴۱/۰۸	۹/۰۱	۱۱/۰۸	۴/۱۷	۷۷/۰۴	۱۶/۲۲
	پس‌آزمون	۱۱۷/۲۶	۲۸/۳۴	۲۷/۲۶	۶/۱۵	۳۳/۷۳	۸/۳۲	۵۷/۶۵	۱۳/۵۲	۱۴/۳۹	۴/۴۳	۷۷/۴۲	۱۳/۹۸

جدول ۳: میانگین و انحراف معیار نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون آزمودنی‌های دو گروه در پرسشنامه ارتباط والد - کودک

گروه	زمان	ارتباط		رضایت‌مندی از فرزندپروری		تعیین حد و مرز	
		SD	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$
آزمایش	پیش‌آزمون	۳۳/۷۲	۴/۷۵	۳۶/۲۶	۶/۱۸	۳۶/۶۸	۷/۰۳
	پس‌آزمون	۳۵/۱۸	۴/۷۰	۳۷/۶۳	۴/۹۰	۳۸/۸۰	۶/۲۲
گواه	پیش‌آزمون	۳۴/۷۳	۶/۲۰	۳۷/۲۱	۵/۹۶	۳۷/۲۸	۸/۴۰
	پس‌آزمون	۳۳/۸۵	۴/۶۱	۳۶/۹۵	۴/۵۶	۳۷/۳۸	۶/۷۷

نتایج حاصل از تحلیل کوواریانس در مورد پیش‌آزمون‌های دو گروه بیانگر این است که F محاسبه شده برای تمام متغیرها، به استثنای خرده عامل راهبردهای مسئله‌محور، هیجان‌محور و مذهبی در سطح  $p < ۰/۰۵$  معنادار است. به عبارت دیگر پیش‌آزمون‌های دو گروه قبل از آموزش

متفاوت بوده است (نگاه کنید به جدول ۴ و ۵). پس از کنترل اثر پیش‌آزمون، تأثیر آموزش مدیریت خشم بر نمرات پس‌آزمون دو گروه بررسی شد. در حیطه موقعیت‌های خشم‌برانگیز بین میانگین دو گروه تفاوت معناداری وجود دارد ( $F= 4/48, p<0/05$ ). بنابراین به کارگیری تکنیک‌های مدیریت خشم، شدت خشم مادران را در موقعیت‌های خاص در ارتباط با کودک کاهش داده است. در حیطه بیان بیرونی خشم بین میانگین دو گروه تفاوت معناداری مشاهده نشد ( $F= 0/23, p>0/05$ ). به بیان دیگر آموزش مدیریت خشم در کاهش بیان بیرونی خشم تأثیری نداشته است. همچنین مقدار  $F$  در حیطه راهبردهای کنترل خشم و خرده‌عامل‌های مسئله‌محور و هیجان‌محور در سطح  $p<0/05$  معنادار است. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که آموزش مدیریت خشم، موجب افزایش استفاده از راهبردهای کنترل خشم شده است (نگاه کنید به جدول ۴).

#### جدول ۴: نتایج تحلیل کوواریانس به تفکیک عامل‌های

##### پرسشنامه محقق ساخته ارزیابی خشم

راهبردهای کنترل خشم								بیان بیرونی خشم		موقعیت‌های خشم‌انگیز		منبع تغییرات
نمره کل		مذهبی		هیجان‌محور		مسئله‌محور		Sig	F	Sig	F	
Sig	F	Sig	F	Sig	F	Sig	F	Sig	F	Sig	F	
0/00	44/57	0/54	0/36	0/62	0/24	0/28	1/17	0/00	18/78	0/00	45/65	پیش‌آزمون
0/00	8/13	0/13	2/36	0/05	3/99	0/04	4/42	0/63	0/23	0/04	4/48	گروه

هم‌چنین یافته‌های ارائه شده در جدول ۵ نشان می‌دهند که در عامل ارتباط بین دو گروه آزمایش و گواه تفاوت معناداری مشاهده می‌شود ( $F= 4/24, p<0/05$ ). بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که شرکت در کارگاه مدیریت خشم باعث افزایش و بهبود ارتباط والد - کودک می‌شود. اما میزان  $F$  در ابعاد رضایت‌مندی از فرزندپروری ( $F=0/95, p>0/05$ ) و تعیین حد و مرز ( $p>0/05$ )، تفاوت معناداری را نشان نمی‌دهد. ( $F=1/96$ )

#### جدول ۵: نتایج تحلیل کوواریانس به تفکیک عامل‌های

##### پرسشنامه ارتباط والد - کودک

تعیین حد و مرز		رضایت‌مندی از فرزندپروری		ارتباط		منبع تغییرات
Sig	F	Sig	F	Sig	F	
0/00	76/14	0/00	22/47	0/00	35/32	پیش‌آزمون
0/16	1/96	0/33	0/95	0/04	4/24	گروه

## بحث

روابط موجود بین اعضای خانواده در سلامت خانواده و اعضای آن از جنبه‌های مختلف جسمی، روانی و اجتماعی اهمیت فراوانی دارد. بسیاری از مشکلات در دنیای امروز به خدشه‌دار بودن روابط بین اعضای اصلی خانواده شامل همسران و فرزندان و رابطه متقابل آن‌ها با یکدیگر مربوط است. امروزه چگونگی ارتباط والد- کودک یکی از اساسی‌ترین زمینه‌های پژوهش است. یافته‌های ادبیات تحقیق مربوط به کودکان به صراحت نشان داده‌اند که کودک یک موجود فعل‌پذیر مطلق نیست و از ویژگی‌های خانوادگی، شیوه‌های فرزندپروری و روابط زناشویی تأثیر پذیرفته، بر آن‌ها اثر می‌گذارد.

در سال‌های اخیر، آموزش والدین گسترش بسیاری پیدا کرده و در این زمینه برنامه‌های متفاوتی به‌ویژه با رویکرد شناختی - رفتاری طراحی و اجرا شده است. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که مداخله‌های شناختی - رفتاری والدین می‌توانند در سطوح مختلف اجرا شوند و این شیوه به‌طور مستقیم بر مهارت‌های فرزندپروری والدین اثر بگذارند. هدف اغلب این برنامه‌ها، ارتقاء نقش نظارتی والدین به‌وسیله کمک به آن‌ها در زمینه یادگیری چگونگی مواجهه با فرزندان و در واقع اصلاح سبک‌های فرزندپروری، کاهش خشونت و بدرفتاری با کودکان، یادگیری راهبردهای مدیریت خشم و مهارت‌های حل مسئله می‌باشد.

نتایج تحقیقات متعدد در ایران و در خارج از کشور مؤید نقش آموزش والدین در بهبود مهارت‌های فرزندپروری، رابطه میان والدین و فرزندان و کاهش مشکلات هیجانی و رفتاری فرزندان بوده است. نتایج پژوهش همفیل و لیتل‌فیلد (۲۰۰۱) در بررسی برنامه گروهی شناختی - رفتاری کوتاه‌مدت، برای والدین با کودکان دارای مشکلات رفتاری بیرونی، نشان داد که آموزش والدین و کودکان بر کاهش مشکلات هیجانی و رفتاری کودکان و بهبود تعامل والد - کودک تأثیر مثبت داشته است. علاوه بر این، کودکان با مشکلات هیجانی و رفتاری و نقص توجه خفیف، بعد از درمان در رفتارهای مدرسه‌ای خود نیز بهبود نشان داده‌اند. هم‌چنین فرزندپروری مطلوب‌تر، خودکارآمدی والدینی بالاتر، پریشانی والدینی کمتر، تعارض ارتباطی کمتر و رضایت‌مندی بیشتر، کاهش انتظارات نایجابی والدین از فرزندان، کاهش سوءاستفاده از کودکان و ارتقاء سازگاری والدین از نتایج برنامه‌های مداخله‌ای والدمحور گزارش شده است (سندرس و همکاران، ۲۰۰۴). این یافته‌ها مؤید تأثیر آموزش مهارت‌های فرزندپروری و کنترل هیجانی است که آموزش این‌گونه مهارت‌ها به والدین، قابلیت برخورد منطقی و مؤثر با رفتارهای مشکل‌آفرین کودک را تقویت می‌کند.

یافته‌های پژوهش حاضر، بیانگر تأثیر آموزش مدیریت خشم بر کاهش شدت خشم مادران در موقعیت‌های خشم‌برانگیز در ارتباط با فرزندان است. نتایج این پژوهش با یافته‌های نملی‌نی و کتز (۱۹۸۳) مبنی بر تأثیر آموزش کنترل خشم بر کاهش تمایل به عصبانیت و تحریک در مقابل محرک‌های خشم و کاهش بدرفتاری با کودک همسو است. مادران با شرکت در کارگاه، ضمن انجام

فعالیت‌ها در موقعیت‌های فرضی و واقعی در ارتباط با کودک، از طریق بحث‌های گروهی به ارتباط تفکر و احساس، آگاهی می‌یابند. به اعتقاد آیوانیک (۲۰۰۶) چگونگی تفکر فرد در موقعیت‌های خشم‌برانگیز عامل کاهش یا تشدید عکس‌العمل فرد می‌باشد. در مرحله آموزش مهارت‌ها ابتدا از طریق یادداشت‌های روزانه، موقعیت‌های خشم‌برانگیز برای هر فرد شناخته می‌شود و سپس روش‌های کاهش برانگیختگی و گفتگوی درونی آموزش داده می‌شود که این راهبردهای مقابله بر کاهش شدت برانگیختگی در موقعیت‌های خشم‌برانگیز تأثیر مثبت دارد. نتایج تحلیل آماری بیانگر این است که کارگاه آموزشی بر افزایش استفاده از راهبردهای کنترل خشم مسئله‌محور و هیجان‌محور تأثیرگذار بوده است. پلیتری (۲۰۰۲) معتقد است که فرد در تنظیم هیجانات، با بدست آوردن توانایی بازنگری و بازسازی شدت و جهت یک هیجان در خود و دیگران به تعدیل و مهار هیجانات منفی به صورت درونی و تغییر جهت آن‌ها به سمت سازش یافتگی می‌پردازد و بدین‌گونه موجب حفظ هیجانات لذت‌بخش می‌شود. در واقع شناخت هیجان‌ها به ما قدرت تحلیل و کنترل می‌دهد، هر قدر این شناخت بیشتر باشد به سوی مدیریت و کنترل عواطف و بهبود روابط بین فردی جلوتر می‌رویم و در مجموع گامی در جهت موفقیت زندگی خود در ابعاد گوناگون برداشته‌ایم. براساس نتایج بدست آمده، علی‌رغم این‌که انتظار می‌رفت آموزش مدیریت خشم بیان بیرونی خشم (واکنش‌های پرخاشگرانه فیزیکی و کلامی) مادران را کاهش دهد، اما بین دو گروه تفاوت معناداری مشاهده نشد. این یافته پژوهشی با نتیجه‌گیری اکتن و دیورینگ (۱۹۹۲)، مبنی بر این‌که پس از آموزش، بیان خشم و پرخاشگری کمتری نسبت به کودک مشاهده می‌شود، مغایرت دارد. از سوی دیگر، نوکو (۱۹۷۵) در تحلیل و مدل خشم خود بیان می‌کند که خشم یک هیجان طبیعی است و ارتباط مستقیم سطوح خشم و پاسخ‌های پرخاشگرانه بعید به نظر می‌رسد. بنابراین، در تحلیل خود بر سطوح ادراک تهدید، کاهش برانگیختگی و بازنگری هیجانی تأکید می‌کند. در تبیین دلایل عدم اثربخشی آموزش بر بیان بیرونی خشم می‌توان گفت که این تفاوت ممکن است به دلیل کوتاه بودن دوره آموزشی و عدم وجود زمان کافی بین پیش‌آزمون و پس‌آزمون باشد به همین دلیل اثر درمانی مداخله به‌طور قابل ملاحظه‌ای در پس‌آزمون منعکس نشده است. از دلایل عدم معناداری راهبردهای مذهبی به این نکته باید اذعان داشت که در برنامه مداخله‌ای، راهبردهای مذهبی به صورت جدی گنجانده نشده بود.

یافته‌های پژوهش حاضر در خصوص تأثیر آموزش والدین بر بهبود ارتباط و تعامل با فرزندان با نتایج پژوهش‌های همفیل و لیتل‌فیلد (۲۰۰۱)، سندرس و همکاران (۲۰۰۴)، استرن (۱۹۹۹)، اکتن و دیورینگ (۱۹۹۲) و کرتز (۲۰۰۲) همسویی دارد. به طور کلی نتایج تحقیقات مطرح شده، همسو با نتیجه تحقیق حاضر، مؤید این واقعیت است که آموزش کنترل خشم به مادران، در سازگاری و بهبود تعامل والدین با فرزندان، کاهش خشم و پرخاشگری تأثیرگذار است. هم‌چنین بررسی پیشینه

تحقیق نشان می‌دهد که ابراز هیجانی والدین، به عنوان یکی از متغیرهای مهم، با کیفیت روابط والد - کودک و مشکلات رفتاری کودکان ارتباط دارد. همان‌طور که میزان و نوع بروز خشم و پرخاشگری والدین با برخی از متغیرها در ارتباط است و بر بسیاری از متغیرها تأثیرات منفی بر جای می‌گذارد، بر طبق شواهد پژوهشی (سندرس و همکاران، ۲۰۰۴؛ کورین، ۲۰۰۴)، بهبود مهارت‌های کنترل خشم نیز، احتمالاً پیامدهای مثبت و گاه غیرمستقیمی را به دنبال دارد. به نظر می‌رسد در مؤلفه‌هایی که به‌طور مستقیم با سازه خشم ارتباط دارند تأثیر مثبت برنامه چشم‌گیرتر است و تأثیر بر عامل‌های رضایت‌مندی از فرزندپروری و تعیین حد و مرز احتمالاً غیرمستقیم و به واسطه تغییرات شناختی صورت می‌گیرد. نکته دیگر این‌که فاصله زمانی بین پیش‌آزمون و پس‌آزمون مدت کوتاهی بوده است و احتمالاً در مدت طولانی‌تر، اثرات برنامه آموزشی بیشتر خواهد بود.

## یادداشت‌ها

1. Berk
2. Parenting styles
3. Anger control
4. American Psychological Association
5. Engfer & Schneewind
6. Golub
7. Whiteman
8. Masen
9. Behrman
10. Reliability
11. Parent-Child Relationship Inventory (PCRI)
12. Communication
13. Satisfaction with parenting
14. Limit setting

## منابع

- برک، ل. ای. (۱۳۸۳). *روان‌شناسی رشد از لقاح تا کودکی* (ترجمه ی. سیدمحمدی). تهران: ارسباران. (انتشار به زبان اصلی: ۲۰۰۱)
- برمن، ر. ای. (۱۳۸۴). *خسونت خانگی علیه کودکان* (ترجمه م. قلی‌پور). تهران: مرنديز. (انتشار به زبان اصلی: ۱۹۹۹)
- زمانی، ن. (۱۳۸۶). *اثر بخشی آموزش مدیریت خشم بر تعامل مادران با فرزندان کم‌توان ذهنی و دیرآموز*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تهران، تهران.
- ماسن، پ.، کی‌گان، ج.، هستون، آ.، و کانجس، ج. (۱۳۷۳). *رشد و شخصیت کودک* (ترجمه م. یاسایی). تهران: مرکز. (انتشار به زبان اصلی: ۱۹۸۶).
- نوابی‌نژاد، ش. (۱۳۷۵). *سه گفتار درباره راهنمایی و تربیت فرزندان*. تهران: انجمن اولیاء و مربیان.

- Acton, R. G., & During, S. (1992). Preliminary results of aggression management training for aggressive parent. *Journal of Interpersonal Violence*, 7, 410-417.
- American Psychological Association. (2004). *Controlling anger-before it controls you* [On-Line]. Available: <http://www.google.com>
- Barber, J. S., Axinn, W.G., & Thornton, A. (1999). Unwanted childbearing, health, and mother-child relationships. *Journal of Health and Social Behavior*, 40, 232-257.
- Beckman, P. J. (1991). Comparison of mothers and fathers perceptions of the effect of young children with and without disabilities. *American Journal on Mental Retardation*, 95, 585-595.
- Belsky, J. (1993). Etiology of child maltreatment: A developmental-ecological analysis. *Psychological Bulletin*, 114, 413-434.
- Bigner, J. J. (1989). *Parent-child relations: An introduction to parenting*. New York: Macmillan.
- Black, L., & Novaco, R. W. (1993). Treatment of anger with a developmentally disabled man. In R. A. Wells, & V. J. Giannetti (Eds), *Casebook of the brief psychotherapies*. (pp. 143-158). New York: Plenum.
- Calamari, E., & Pini, M. (2003). Dissociate experiences and anger proneness in late adolescent females with different attachment styles. *Journal of Adolescence*, 38, 287-288.
- Christmas, A. L., Wodarski, J. S., & Smokowski, P. R. (1996). Risk factors for physical child abuse: A practice theoretical paradigm. *Family Therapy*, 23, 233-248.
- Corrin, E. G. (2004). Child group training versus parent and child group training for young children with ADHD. *Dissertation Abstracts International*, 64, 3516. [On-Line] available: <http://www.ovid.com>
- Cortes, R. C. (2002). Parents' awareness and management of emotion: Implications for parenting practices and child outcomes. *Dissertation Abstracts International*, 63, 2619. [On-Line] Available: <http://www.ovid.com>
- Dumas, W., Fisman, S., & Culligan, A. (1991). Parenting stress, child behavior problems, and dysphoria in parents of children with autism, Down syndrome, behavior disorders, and normal development. *Exceptionality*, 2, 97-110.
- Erel, O., & Burman, B. (1995). Interrelatedness of marital relation and parent-child relation: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 118, 108-132.
- Gerard, A. B. (1994). *Parent-child relationship inventory*. Western psychological services: Los Angeles.
- Hemphill, S. A., & Littlefield, L. (2001). Evaluation of a short-term group therapy program for children with behavior problems and their parents. *Behavior Research and Therapy*, 39, 823-841.
- Harold, G. T., & Conger, R. D. (1997). Marital conflict and adolescent distress: The role of adolescent awareness. *Child Development*, 68, 333-350.
- Iwaniec, D. (2006). *The emotionally abused and neglected child* (2<sup>nd</sup> ed). John Wiley & Sons, Ltd.: London.
- Kellner, M. H., Bry, B. H., & Colletti, L. A. (2002). Teaching anger management skills to student with severe disorder. *Journal of Behavioral Disorders*, 27, 460.
- King, N., Lancaster, N., Wynne, G., Nettleton, N., & Davis, R. (1999). Cognitive-behavioral anger management training for adults with mild intellectual disability. *Journal of Behavior Therapy*, 28, 19-22.

- Kolko, D. J., & Swenson, C. C. (2002). *Assessing and treating physically abused children and their families: A cognitiv – behavioral approach*. London: Sage.
- Krueger, C. (1997). How do mother cope with feeling of anger toward their young. *Dissertation Abstracts International*, 57, 4783 [On-Line]. Available: <http://www.ovid.com>
- Kukulu, K., & Buldukoglu, K. (2006). Correlates and consequences of anger at their children in immigrant Turkish woman. *Social Behavior and Personality*, 34, 257-270.
- Lam, D. (1999). Parenting stress and anger: The Hong Kong experience. *Child and Family Social Work*, 4, 337- 346.
- Nomellini, S., & Katz, R. C. (1983). Effects of anger control training on abusive parents. *Cognitive Therapy and Research*, 7, 57-67.
- Novaco, R. W. (1975). *Anger control: The development and evaluation of an experimental treatment*. Lexington, M. A: lieath.
- Pellittery, J. (2002). The relationship between emotional intelligence and ego defense mechanism. *Journal of Psychology*, 36, 182-194.
- Patterson, G. R. (1982). *Coercive family process*. Eugene, OR: Castalia.
- Pianta, R., Egeland, B., & Erickson, M. F. (1989). The antecedents of maltreatment: Results of the Mother-Child Interaction Research Project. In D. Cicchetti & V. Carlson (Eds.), *Child maltreatment* (pp. 203-253). New York: Cambridge University Press.
- Sanders, M. R., Pidgeon, A. M., Gravestock, F., Connors, M. D., Brown, S., & Young, R. W. (2004). Does parental attribution retraining and anger management enhance the effects of the Triple P- positive parenting program with parents at risk of child maltreatment? *Behavior Therapy*, 35, 513-535.
- Stern, S. B. (1999). Anger management in parent-adolescent conflict. *The American Family Therapy*, 27, 181-193.
- Smith, C. (2004). *Fireworks*. [On-Line]. Available: <http://www.ksu.edu/wwparent/courses/index.htm>.
- Spielberger, C. D., Barker, L. R., Russell, S. F., Crane, R. S., West berry, L. G., Knight, J., & Marks, E. (1999). *The preliminary manual for the state-trait personality inventory*. Unpublished manual, university of South Florida.
- Tampa Sedlar, G., & Hansen, D. J. (2001). Anger, child behavior, and family distress: Further evaluation of the parental anger inventory. *Journal of Family Violence*, 16, 361-373.
- Wolf, D. A. (1991). *Preventing physical and emotional abuse of children*. New York: Guilford Press.