

## تأثیر آموزش سبک‌های والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد به مادران بر اضطراب جدایی و نافرمانی کودکان

ماهره سلیمی سودرجانی<sup>۱</sup>، زهرا یوسفی<sup>۲\*</sup>

۱. کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان، اصفهان، ایران

۲. استادیار گروه روان‌شناسی بالینی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان، اصفهان، ایران

تاریخ پذیرش: ۹۶/۰۲/۰۸

تاریخ دریافت: ۹۵/۶/۲۷

### چکیده

**زمینه و هدف:** کارکرد خانواده‌هایی که دارای فرزند مبتلا به اختلال نافرمانی و اضطراب جدایی هستند ممکن است در معرض خطر قرار بگیرد از این رو هدف پژوهش حاضر، تعیین تأثیر آموزش سبک‌های والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد به مادران بر کاهش اضطراب جدایی و نافرمانی کودکان پیش‌دبستانی شهر اصفهان بود.

**روش:** طرح این پژوهش، شبه‌تجربی از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون و پیگیری با گروه گواه بود. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی مادران کودکان پیش‌دبستانی شهر اصفهان در سال ۹۵-۱۳۹۴ بود که ۴۰ نفر از آنها به‌طور در دسترس انتخاب شدند و در دو گروه کنترل و آزمایش (هر گروه ۲۰ نفر) جایدهی شدند. ابزار پژوهش پرسشنامه علائم مرضی کودک (اسپرافکین و گادو، ۱۹۹۴) بود. برای گروه آزمایشی، آموزش سبک‌های والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد در ۹ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای برگزار شد درحالی‌که گروه گواه هیچ‌گونه مداخله‌ای را دریافت نکردند. داده‌های به‌دست‌آمده با استفاده روش تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر تحلیل شد. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد آموزش سبک‌های والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد به مادران بر کاهش اضطراب جدایی و نافرمانی مؤثر بوده است ( $p < 0/01$ ).

**نتیجه‌گیری:** بر اساس نتایج پژوهش حاضر می‌توان گفت از آنجاکه بخش عمده‌ای از نافرمانی مقابله‌ای و اضطراب کودکان می‌تواند مرتبط با سبک والدگری مادران باشد، بنابراین با آموزش سبک‌های والدگری، مادران موفق شده‌اند روش تربیتی خود را ارتقا بخشند.

**کلیدواژه‌ها:** اضطراب جدایی، نافرمانی، سبک‌های والدگری، پذیرش و تعهد

\*نویسنده مسئول: زهرا یوسفی، استادیار گروه روان‌شناسی بالینی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان، اصفهان، ایران.

ایمیل: Z.yousefi1393@khuif.ac.ir | تلفن: ۰۳۱-۳۵۳۵۴۰۰۱

## مقدمه

یکی از عوامل مؤثر در ایجاد، افزایش و یا کاهش اختلال‌های رفتاری کودکان، خانواده است؛ چرا که خانواده اولین و مهم‌ترین پایگاه در تأمین و پرورش ابعاد مختلف وجود انسان، به‌ویژه بعد روان‌شناختی او به‌شمار می‌آید. به همین علت شیوه‌های والدگری والدین، یا به‌عبارت‌دیگر روش‌هایی که والدین برای تربیت فرزندشان بکار می‌برند در راستای تحقق این مسئله حائز اهمیت بسیاری است (۱). علل مختلفی باعث بروز و تشدید انواع اختلال‌های رفتاری به‌ویژه اختلال نافرمانی مقابله‌ای و اضطراب جدایی می‌شود. از جمله عللی که در مطالعات موردتوجه قرار گرفته است، شرایط خانواده است. در حوزه خانواده، عوامل مختلفی می‌تواند موجب تشدید بدرفتاری‌های کودکان شود. رابطه پدر و مادر با یکدیگر، بیماری روانی والدین، تعداد زیاد اعضا خانواده و یا اعتیاد یکی از اعضای خانواده از جمله این عوامل است (۲).

با توجه به نقش تربیتی خانواده در شکل‌گیری اختلال‌های رفتاری یکی از عوامل مؤثر بر این اختلال‌ها، سبک‌های فرزندپروری است که والدین در برخورد با فرزندان خود اعمال می‌کنند که این سبک‌ها در شکل‌گیری و تحول شخصیتی و رفتاری آنها تأثیر فراوان و عمیقی دارد. پژوهش‌های معاصر در مورد شیوه‌های فرزندپروری تحت‌تأثیر مطالعات بامریند در مورد کودکان و خانواده‌های آنها قرار دارد. بامریند سه سبک فرزندپروری مستبدانه، مقتدرانه<sup>۱</sup> و سهل‌گیرانه<sup>۲</sup> را ارائه کرده است (۳ و ۴). پژوهش‌های انجام‌شده بر روی این سه سبک نشان داده است که هرکدام از این سبک‌ها می‌تواند پیامد مثبت و منفی برای کودکان را به همراه داشته باشد. سبک‌های مستبدانه با تقاضاهای بالای والدین و پاسخ‌دهی کم آنها مشخص می‌شود؛ و با پیامدهای منفی مانند مشکلات رفتاری درون‌نمود (مانند افسردگی و اضطراب) و برون‌نمود<sup>۳</sup> (مانند پرخاشگری و نافرمانی) همراه است. سبک

والدگری مقتدرانه ترکیبی از مهارگری و حمایت بالای عاطفی، سطوح مناسبی از استقلال و ارتباط دوسویه میان کودک و والد را تأمین می‌کند (۵). این سبک با پیامدهای تحولی مثبت همچون پیشرفت تحصیلی بالاتر، اتکا به خود، انحراف رفتاری کمتر و روابط بهتر همسالان همراه است. در سبک سهل‌گیرانه که با تقاضای کم والدین و پاسخ‌دهی بالای آنها مشخص می‌شود (۶)، والدین با توجه بیش‌ازحد به فرزندان انتظارات کمی از آنها دارند. این شیوه تربیتی با پرخاشگری، رفتار ضداجتماعی، موفقیت ضعیف تحصیلی و مشکلات رفتاری آشکار در کودکان همراه است (۷). با توجه به مفهوم و تعریف انواع سبک‌های فرزندپروری تأثیر هر یک از آنها با توجه به نوع فرهنگ حاکم بر جامعه می‌تواند متفاوت باشد (۸). یکی از مشکلات رایج دوران کودکی که تحت تأثیر سبک‌های والدگری است اضطراب جدایی است (۹). پریشانی در هنگام جدایی از مراقبت‌کننده، علائمی از تحول طبیعی است و در همه کودکان دیده می‌شود. هنگامی که پریشانی شدید است یا تا دوران بعدی کودک باقی می‌ماند، تشخیص اختلال اضطراب جدایی عنوان می‌شود. اضطراب در کودکان مبتلابه این اختلال بیش‌از آن است که از سطح تحولی فرد انتظار می‌رود (۱۰). شیوع اختلال اضطراب جدایی در کودکان کمتر ۱۲ سال است و این اختلال در دخترها بیشتر از پسرهاست (۱۱).

لجبازی و نافرمانی کودکان یک مرحله اجتناب‌ناپذیر از تحول آنهاست. بارزترین رفتارهای مقابله‌ای بین ۱۸ تا ۲۴ ماهگی نمود پیدا می‌یابد و در سه سالگی به اوج می‌رسد، این وضعیت زمانی جنبه آسیب‌شناختی پیدا می‌کند که از نظر تداوم یا شدت، وضعیت غیرعادی پیدا کند و فراوانی آن چشمگیرتر شود و به بیان روشن‌تر با وضعیت تحولی و سنی کودک همخوان نباشد (۱۲). زمانی که این رفتارها مکرراً تکرار شود و حالت شدیدی به خود بگیرد، به‌نوعی اختلال به

3. Internalizing &amp; externalizing

1. Authoritative  
2. Permissive

مشخص کند و بر اساس آنها اقدام به عمل کند. هدف درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد، آن است که در این فرایند شادابی و معنای بیشتری به زندگی مراجع افزوده شده و انعطاف‌پذیری (روان‌شناختی) او افزایش یابد. درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد پذیرش مشکلات و بودن در زمان حال بدون اقدام به مهار آن، گزینش یک مسیر ارزشمند، و اقدام در جهت طی مسیر است (۱۸).

در این آموزش شش اصل بنیادی و مهارت‌های آن در قالب والدگری به افراد آموزش داده می‌شود که به انعطاف‌پذیری روان‌شناختی مادران در والدگری کمک کند این شش اصل عبارت است از:

۱) گسلس شناختی: به معنای آن که مادران درک کنند و بفهمند که بین ذهنیت‌های آنها از موضوعات مرتبط با فرزندانشان با واقعیت تفاوت زیادی وجودی دارد (برای مثال مادری که فرزندش در مقابلش نافرمانی می‌کند، ممکن است پیش خودش فکر کند نافرمانی کودک یعنی اعتیاد در بزرگسالی؛ در گسلس شناختی مادر می‌آموزد این گونه ارتباطها معنایی را قطع می‌کند).

به این ترتیب در این روش می‌آموزد روش‌هایی برای کاهش تمایل به عینی‌سازی افکار، تصورات، هیجان‌ها و خاطرات در ارتباط با تربیت فرزند را در پیش گیرد. ۲) پذیرش: اجازه دادن به آمدورفت افکار در حیطه والدگری بدون اینکه با آنها مبارزه شود. ۳) تماس با لحظه اکنون: آگاهی از اینجا و اکنون و تجربه آن با گشودگی و علاقه‌مندی به فرزند. ۴) مشاهده خود: دستیابی به حسی تعالی‌یافته از خود، تسلسلی از آگاهی که تغییرپذیر نیست؛ ۵) ارزش‌ها در زمینه والدگری: اکتشاف اینکه چه چیزی برای خود واقعی فرد بسیار مهم است؛ ۶) اقدام متعهدانه در زمینه والدگری: طرح‌ریزی اهداف بر اساس ارزش‌ها و تلاش متعهدانه به جای رسیدن به آن اهداف است (۱۹).

نام نافرمانی مقابله‌ای تبدیل می‌شود. اختلال نافرمانی مقابله‌ای از شایع‌ترین اختلال‌های روانی است که با شیوع ۲ تا ۱۶ درصد در کودکان پیش‌دبستانی و یا در مرحله قبل از نوجوانی بروز می‌کند. بر اساس تعریف پنجمین راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی، اختلال نافرمانی مقابله‌ای الگوی پایداری منفی کاری، نافرمانی، لجبازی، خصومت، و سرکشی در برابر قدرت است. بروز این اختلال در هر دو گروه جنسی دختر و پسر دیده می‌شود، اما شیوع این قبیل مشکلات رفتاری در میان پسران بیشتر از دختران است و علت آن هم تفاوت‌های سرشتی این دو جنس است (۱۳).

با توجه به اینکه اختلال‌های عاطفی و رفتاری می‌تواند مشکلات تحصیلی متعددی برای دانش‌آموزان و مشکلات گوناگونی برای خانواده و جامعه ایجاد کند و نیز با توجه به شیوع ۶ تا ۱۰ درصدی این اختلال‌ها در بین کودکان سنین مدرسه در کشورهای مختلف (۱۴) و مرتبط بودن موضوعاتی مانند ارتکاب جرایم (۱۵)، گرایش به رفتارهای پرخطر (۱۶) و مزمن و پایدار شدن این اختلال‌ها در دوران پس از بلوغ و بزرگسالی، لازم است تا این سبک‌ها در غالب الگوهای جدید آموزش داده شود. یکی از این الگوها درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد<sup>۱</sup> است که در روان‌درمانی به کار می‌رود (۱۷).

روش مبتنی بر پذیرش و تعهد، یک مداخله روان‌شناختی مبتنی بر شواهد است که راهبردهای پذیرش و توجه آگاهی<sup>۲</sup> را به شیوه‌های مختلفی با راهبردهای تعهد و تغییر رفتار درمی‌آمیزد. این رویکرد در آغاز فاصله‌گیری فراگیر نامیده می‌شود. در درمان مبتنی بر تعهد و پذیرش هدف این است که افراد بیاموزند وقایع درونی‌شان مخصوصاً آنهایی را که ناخواسته‌اند، قضاوت نکنند و بپذیرند.

معنی چنین حسی آن است که فرد همیشه مشاهده‌گر، تجربه‌کننده افکار، احساس‌ها، حس‌های بدنی و خاطرات خود باشد و در عین حال بداند که از آنها متمایز است. هدف این است که به مراجع کمک شود تا ارزش‌های زندگی‌اش را

و آزمایش جایدهی شدند، سپس از مادران کودکان گروه آزمایش دعوت شد تا در جلسات آموزشی شرکت کنند. ملاک‌های ورود در این پژوهش عبارت بودند از: مادران کودکان دارای اختلال رفتاری با حداقل تحصیلات دیپلم، کودکان پیش‌دبستانی یک و دو؛ توانایی شرکت در ۷ جلسه. ملاک‌های خروج: عدم حضور در بیش از یک جلسه آموزشی؛ داشتن مشکلات روان‌شناختی و جسمانی؛ حضور در دوره‌های آموزشی دیگر.

### ب) ابزار

۱. *اضطراب جدایی و نافرمانی*: ابزار مورد استفاده خرده‌مقیاس‌های اضطراب جدایی و نافرمانی از پرسشنامه علائم مرضی کودک<sup>۱</sup> بود. این پرسشنامه یک مقیاس درجه‌بندی رفتار است که اسپرافکین و گادو<sup>۲</sup> بر اساس سومین طبقه‌بندی راهنمای آماری و تشخیصی انجمن روان‌پزشکی آمریکا و به‌منظور غربال اختلال‌های رفتاری و هیجانی کودکان ۵ تا ۱۲ سال طراحی کردند و در سال ۱۹۹۴ همزمان با چاپ چهارم مورد تجدید نظر قرار گرفت و این ابزار جهت غربال اختلال‌های رفتاری و هیجانی تنظیم شد. این پرسشنامه شامل دو نسخه والد و معلم است (نسخه والد دارای ۹۸ سؤال و نسخه معلم ۸۷ سؤال دارد) سازندگان این آزمون روایی همزمان، واگرا، و همگرای آن، همچنین پایایی آن را مناسب گزارش کرده‌اند (۲۴). این مجموعه، شامل اختلال نارسایی توجه و فزون‌کنشی، اختلال نافرمانی مقابله‌ای، اختلال رفتاری مخرب، اختلال اضطرابی، اختلال تیک، اختلال وسواس بی‌اختیاری، اختلال‌های روان‌گسستگی، اختلال‌های خلقی، اختلال‌های طیف اوتیسم، و اختلال‌های دفعی است (۲۵). در این پرسشنامه، مادران آزمودنی‌ها با مطالعه هر سؤال نظر خود را برحسب یک مقیاس چهاردرجه‌ای (لیکرت) مشخص می‌کنند. سؤالات مربوط به همه گروه‌ها به صورت زیر نمره‌گذاری می‌شود: هرگز=۰، گاهی=۱، اغلب=۱ بیشتر اوقات=۱ سؤالات شماره ۴۳ تا ۴۹ به صورت بلی یا خیر هستند

تاکنون پژوهش‌های زیادی اختلال‌های رفتاری کودکان را مطالعه کرده‌اند و یا کاهش آن را هدف قرار داده‌اند. لازاروس و همکاران (۲۰) در پژوهشی نشان دادند که بین چالش‌های رفتاری والدگری و اختلال اضطراب جدایی در کودکان رابطه وجود دارد (۲۰). گومز و همکاران (۲۱) در پژوهشی متوجه شدند که بین سبک‌های والدگری و قلدری و پرخاشگری کودکان رابطه وجود دارد. لاکانن و همکاران (۲۰۱۴) نشان دادند بین سبک والدینی مهارکننده مادر با کج‌خلقی کودکان رابطه وجود دارد (۲۲). خانجانی و محمودزاده در پژوهشی با عنوان مقایسه شیوه‌های والدگری و اختلال‌های رفتاری کودکان، متوجه شدند که بین سبک صحیح والدگری و کاهش اختلال‌های رفتاری در کودکان رابطه وجود دارد (به نقل از ۲۳).

همان‌گونه که مشاهده می‌شود مرور پژوهش‌ها نشان می‌دهد که تاکنون پژوهش چاپ‌شده‌ای به بررسی اثربخشی سبک‌های والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کاهش اختلال‌های رفتاری به‌ویژه نافرمانی مقابله‌ای و اضطراب جدایی نپرداخته است؛ بنابراین این پژوهش بر آن است که این فرضیه را بررسی کند: آموزش سبک‌های والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کاهش اختلال‌های رفتاری به‌ویژه نافرمانی مقابله‌ای و اضطراب جدایی تأثیر معنادار دارد.

### روش

**الف) طرح پژوهش و شرکت‌کنندگان:** پژوهش حاضر از نوع نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل تمام مادران و کودکان مقطع پیش‌دبستانی شهر اصفهان در سال تحصیلی ۹۵-۱۳۹۴ بود.

نمونه آماری این مطالعه شامل ۴۰ مادر دارای کودک پیش‌دبستانی بود که به شکل در دسترس و با معرفی مدیران و مربیان در زمینه اضطراب جدایی و نافرمانی در چند مهدکودک انتخاب شدند و به شکل تصادفی در گروه کنترل

2. Sprafkin & gadow

1. Child symptom inventory

تحلیل عاملی اشاره کرد؛ که هر سه نسخه، از اعتبار و روایی مطلوب و بالایی برخوردارند و با اطمینان می‌توان از آنها برای سنجش اختلال‌های عاطفی- رفتاری کودکان و نوجوانان ۱۸- ۶ ساله استفاده کرد (۱۷). مجدداً در این پژوهش همسانی درونی این پرسشنامه از طریق آلفای کرونباخ محاسبه شد برای نافرمانی مقابله‌ای (۰/۶۶ = ) و برای اضطراب جدایی (۰/۷۸ = ).

**(د) برنامه مداخله‌ای:** محتوای جلسات آموزشی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر اساس روش (هیز، ۲۰۰۷؛ ایزدی و عابدی، ۱۳۹۳) است که به صورت ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای اجرا شد که در ادامه آمده است (۱۸، ۱۹).

که در صورت مثبت بودن پاسخ، یک نمره به هر کدام از آنها تعلق می‌گیرد.

طی پژوهشی که هدف آن بررسی روایی و پایایی این مقیاس بود دامنه ضرایب همسانی درونی مقیاس‌ها از ۰/۶۳ تا ۰/۹۵- است. ثبات زمانی مقیاس‌ها نیز با استفاده از روش آزمون- بازآزمون با یک فاصله زمانی ۸- ۵ هفته بررسی شد و دامنه ضرایب ثبات زمانی از ۰/۳۲ تا ۰/۶۷ به دست آمد. توافق بین پاسخ‌دهندگان نیز مورد بررسی قرار گرفت. دامنه این ضرایب از ۰/۰۹ تا ۰/۶۷ نوسان داشت. در خصوص روایی نیز تحلیل‌های مختلفی صورت گرفت. از جمله این تحلیل‌ها می‌توان به همبستگی درونی مقیاس‌های هر نسخه، همبستگی سؤال- نمره کل، تمایزگذاری گروهی، قدرت تمایزگذاری و

#### جدول ۱: خلاصه جلسات آموزشی مبتنی بر پذیرش و تعهد

|            |   |
|------------|---|
| جلسه اول   | آشنایی اعضا با یکدیگر و با رهبر گروه/ ایجاد یک رابطه مبتنی بر همکاری / بیان خلاصه‌ای از مراحل شکل‌گیری گروه و علت انتخاب آنها / تعیین اهداف گروه/ بیان قوانین گروه/ تشریح نحوه تشکیل جلسات و زمان جلسات بعدی/ معرفی مهم‌ترین عاملی که باعث بروز اختلال‌های رفتاری در کودکان می‌شود/ معرفی سه سبک والدگری / تکلیف خانگی مبنی بر این که به روابطتان با کودکانتان دقت کنید و به این سؤال پاسخ دهید که شما چه سبک والدگری دارید؟ سپس آن را در کار برگ مربوطه یادداشت کنید. اجرای پیش‌آزمون.   |
| جلسه دوم   | مروری بر تکلیف خانگی انجام‌شده/ معرفی و توضیح بهترین نحوه تربیت فرزندان (سبک والدگری مقتدرانه) با ارائه مثال/ توضیح این که سبک والدگری سهل‌گیرانه و مستبدانه باعث ایجاد اختلال‌های رفتاری در کودکان می‌شود با ارائه مثال/ مرور کلی جلسه و جمع‌بندی مطالب/ تکلیف خانگی مبنی بر این که به این سؤال فکر کنید و پاسخ دهید که چه عواملی اجازه نداده شما مادر مقتدری باشید. سپس آنها را در کار برگ مربوطه یادداشت کنید.   |
| جلسه سوم   | مروری بر تکلیف خانگی انجام‌شده/ شناخت موانع احساسی، فکری، و رفتاری در سبک والدگری مقتدرانه/ ارائه تعریف از درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد معرفی سبک‌های والدگری از دیدگاه رویکرد پذیرش و تعهد (سبک احساساتی، پلیس، و عاشق)/ مرور کلی جلسه و جمع‌بندی مطالب/ تکلیف خانگی مبنی بر این که فکر کنید و نتیجه‌گیری کنید که شما دارای کدام یک از سبک‌های والدگری هستید؟ (احساساتی، پلیس، و عاشق) و یا ترکیبی از اینها اگر هستید در کار برگ مربوطه یادداشت کنید.   |
| جلسه چهارم | مروری بر تکلیف خانگی انجام‌شده/ بیان شش ضلعی، انعطاف‌پذیری شناختی در درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد/ بیان ویژگی‌های والد عاشق/ ارائه توضیح در مورد تأثیر درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر سبک‌های والدگری/ مرور کلی جلسه و جمع‌بندی مطالب/ تکلیف خانگی مبنی بر این که به افکار و احساس‌های آزاردهنده خود (از ۱ تا ۵) نمره بدهید مثلاً «غم، وقتی که این افکار می‌آیند چقدر روی عملکرد شما تأثیر می‌گذارد (از ۱ تا ۵) نمره بدهید، چقدر از افکارتان آزاد هستید؟ این سه تا را حساب کرده و یک میانگین به دست آورده که نمره انعطاف‌پذیری شناختی شماست سپس در کار برگ خود یادداشت کنید. |
| جلسه پنجم  | مروری بر تکلیف خانگی انجام‌شده/ آموزش فنون والدگری و تمرین ذهن آگاهی/ ارائه توضیح در مورد تأثیر فنون والدگری بر سبک‌های والدگری/ کشف موقعیت‌های اجتناب‌شده و تماس با آنها از طریق پذیرش با استفاده از استعاره میهمان/ ارائه توضیح در مورد نحوه اصلاح روابط والد- فرزند با استفاده از استعاره تخم‌مرغ و کامپیوتر/ تماس با لحظه اکنون؛ تجربه کردن اینجا و اکنون؛ با گشودگی/ در تکلیف خانگی مبنی بر این که شما چه ایرادهایی در خود می‌یابید؟ آیا می‌توانید خود را اصلاح کنید؟ هر کدام شما تخم‌مرغش چگونه است؟ در کار برگ خود یادداشت کنید.                                     |

مروری بر تکالیف خانگی انجام‌شده/ ادامه آموزش فنون والدگری/ بیان اشکالات والدین در به کار بستن فنون والدگری/ ارائه توضیح در مورد رفتارهای درون‌ریز و برون‌ریز و تأثیر آن بر رفتار فرزندان/ ارائه توضیح در مورد مؤلفه‌های رفتار با استفاده از استعاره کشتی و جزیره/ در تکلیف خانگی مبنی بر این که رفتارهای جزیره‌ای خود را بیابید. قبل از آن که دچار طوفان شده و در جزیره تنها بیافتید مقصد شما کجا بود؟

جلسه پنجم

مروری بر تکالیف انجام‌شده/ ارائه توضیح در مورد خویشتن مشاهده‌گر و توضیح مفاهیم نقش در زمینه، مشاهده خود به‌عنوان یک بسته و برقراری تماس با خود با استفاده از استعاره شطرنج/ آموزش مراحل اصلی در بر طرف کردن موانعی که بر سبک‌های والدگری تأثیر دارند با استفاده از استعاره تشییع جنازه/ تکلیف خانگی مبنی بر این که دوست دارید چه مادری باشید؟ دوست دارید فرزندان در مورد شما چه نظری داشته باشد؟ در کاربرد خود یادداشت کنید.

جلسه ششم

مروری بر تکالیف انجام‌شده/ آموزش فنون مقابله با کودک پرخاشگر، لجباز، کج‌خلق، و مضطرب/ ارائه توضیح در مورد تأثیر فنون بر سبک‌های والدگری و کاهش اختلال‌های رفتاری/ تأکید بر کاربرد دستاوردهای برنامه آموزشی از طریق تمرین در زندگی واقعی/ اجرای پس‌آزمون/ قدردانی از اعضا به دلیل همکاری/ اعلام تاریخ و یادآوری جلسه انجام پیگیری

جلسه هفتم

اطمینان داده شد که اطلاعات آنها کاملاً محرمانه می‌ماند و فقط به‌منظور کاربرد پژوهشی استفاده می‌شود. همچنین گروه مادران گروه کنترل پس از اتمام دوره، آموزش‌ها را به شکل فشرده دریافت کردند.

### یافته‌ها

در جدول ۲ میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای وابسته برحسب گروه‌ها و مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون، و پیگیری ارائه شده است.

**ج) روش اجرا:** پس از انجام عملیات گزینش و گمارش مادران کودکان در دو گروه، کنترل و آزمایش تقسیم شدند؛ و به مادران گروه آزمایش به‌صورت گروهی سبک‌های والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد آموزش داده شد. دو گروه در سه مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون، و پیگیری به ابزار پژوهش پاسخ دادند و علائم اضطراب جدایی و نافرمانی فرزندان‌شان را ارزیابی کردند. به‌منظور رعایت اخلاق پژوهش، به آزمودنی‌ها اختیار داده شد که هر زمان میل به انصراف داشتند می‌توانند از دوره آموزشی خارج شوند. همچنین به آنها

جدول ۲: میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای وابسته بر اساس گروه

| متغیرها                          | گروه        | میانگین | انحراف استاندارد | تعداد |
|----------------------------------|-------------|---------|------------------|-------|
| اضطراب جدایی کودکان پیش‌آزمون    | گروه آزمایش | ۱۵/۸۰   | ۴/۰۸             | ۲۰    |
|                                  | گروه گواه   | ۱۹/۲۵   | ۴/۴۴             | ۲۰    |
| اضطراب جدایی کودکان پس‌آزمون     | گروه آزمایش | ۱۵/۵۰   | ۴/۰۰             | ۲۰    |
|                                  | گروه گواه   | ۱۶/۷۰   | ۴/۱۹             | ۲۰    |
| اضطراب جدایی کودکان پیگیری       | گروه آزمایش | ۱۲/۵۵   | ۱/۶۳             | ۲۰    |
|                                  | گروه گواه   | ۱۵/۸۰   | ۴/۰۸             | ۲۰    |
| ضدیت و نافرمانی کودکان پیش‌آزمون | گروه آزمایش | ۱۶/۲۵   | ۳/۴۹             | ۲۰    |
|                                  | گروه گواه   | ۱۸/۶۰   | ۶/۲۰             | ۲۰    |
| ضدیت و نافرمانی کودکان پس‌آزمون  | گروه آزمایش | ۱۳/۲۰   | ۳/۲۵             | ۲۰    |
|                                  | گروه گواه   | ۱۴/۹۵   | ۴/۹۳             | ۲۰    |
| ضدیت و نافرمانی کودکان پیگیری    | گروه آزمایش | ۸/۸۰    | ۱/۰۵             | ۲۰    |
|                                  | گروه گواه   | ۱۴/۲۵   | ۵/۳۹             | ۲۰    |

باهم تفاوت معناداری ندارد و این پیش فرض استفاده از آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌های تکراری رعایت شده است به منظور بررسی برابری کوواریانس‌های متغیرهای اضطراب جدایی کودکان و نافرمانی کودکان در سه مرحله اندازه‌گیری در کل از آزمون ماچلی استفاده شد.

به منظور بررسی نرمال بودن داده‌ها از آزمون شاپیرو ویلک استفاده شد. نتایج این آزمون نشان داد که داده‌ها نرمال هستند. به منظور بررسی برابری واریانس اضطراب جدایی کودکان و نافرمانی کودکان از آزمون لوین استفاده شد. نتایج این آزمون نشان داد که واریانس‌های اضطراب جدایی و نافرمانی کودکان

جدول ۳: نتایج آزمون ماچلی به منظور برابری واریانس‌ها متغیرهای وابسته در سه مرحله اندازه‌گیری در کل

| منبع تغییرات           | F     | df <sub>1</sub> | df <sub>2</sub> | معناداری |
|------------------------|-------|-----------------|-----------------|----------|
| اضطراب جدایی کودکان    | ۰/۶۲۹ | ۱۶/۲۲۱          | ۲               | ۰/۱۵۹    |
| ضدیت و نافرمانی کودکان | ۰/۴۳۶ | ۲۹/۰۹۱          | ۱               | ۰/۰۵۳    |

(۴) نتایج تحلیل واریانس اندازه‌های تکراری اضطراب جدایی کودکان و نافرمانی کودکان را برحسب گروه را نشان می‌دهد.

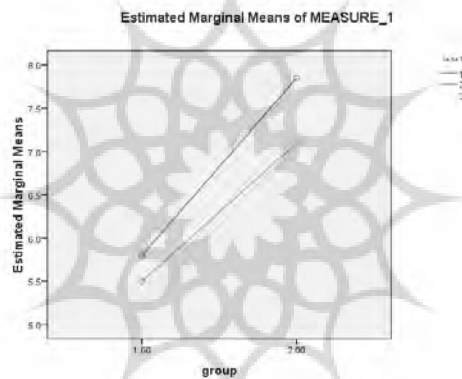
نتایج آزمون ماچلی در جدول ۳ نشان می‌دهد که واریانس‌های متغیرهای وابسته در سه مرحله در کل باهم تفاوت معناداری ندارند. این پیش فرض استفاده از آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌های تکراری رعایت شده است. جدول

جدول ۴: نتایج تحلیل واریانس اندازه‌های تکراری به منظور بررسی اثربخشی آموزش اصلاح سبک والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کاهش اضطراب جدایی کودکان و ضدیت و نافرمانی کودکان برحسب گروه

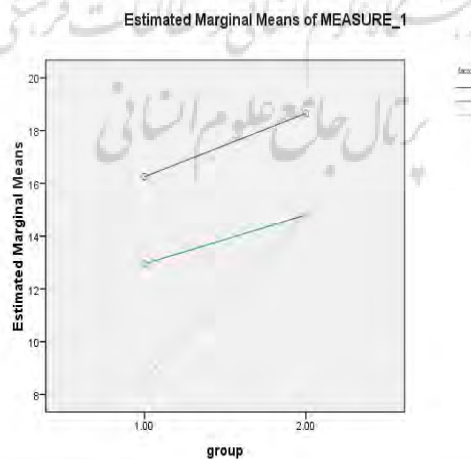
| متغیرها                | منبع تغییرات         | مجموع مجذورات | Df | میانگین مجذورات | F     | معناداری | مجدور انا | توان آزمون |
|------------------------|----------------------|---------------|----|-----------------|-------|----------|-----------|------------|
| اضطراب جدایی کودکان    | عامل ۱ (زمان)        | ۲۷/۰۲۷        | ۲  | ۱۳/۵۱۴          | ۱/۱۵۲ | ۰/۳۲۲    | ۰/۳۱      | ۰/۲۴۶      |
|                        | عامل ۱* تحصیلات پدر  | ۸/۰۶۹         | ۲  | ۴/۰۳۴           | ۰/۳۴۴ | ۰/۷۱۰    | ۰/۰۰۹     | ۰/۱۰۳      |
| ضدیت و نافرمانی کودکان | عامل ۱* تحصیلات مادر | ۱/۱۸۷         | ۲  | ۰/۵۹۴           | ۰/۰۵۱ | ۰/۹۵۱    | ۰/۰۰۱     | ۰/۰۵۷      |
|                        | عامل ۱* گروه         | ۴۱/۶۴۶        | ۲  | ۲۰/۸۲۳          | ۱/۷۷۵ | ۰/۱۷۷    | ۰/۰۴۷     | ۰/۳۶۰      |
| بین آزمودنی‌ها         | خطا                  | ۸۴۴/۷۲۳       | ۷۲ | ۱۱/۷۳۲          |       |          |           |            |
|                        | گروه                 | ۱۹۱/۵۵۰       | ۱  | ۱۹۱/۵۵۰         | ۷/۰۳۲ | ۰/۰۱۲    | ۰/۱۶۳     | ۰/۷۳۳      |
| ضدیت و نافرمانی کودکان | عامل ۱ (زمان)        | ۱۴۸/۳۸۴       | ۲  | ۷۴/۱۹۲          | ۶/۲۴۱ | ۰/۰۰۳    | ۰/۱۴۸     | ۰/۸۸۲      |
|                        | عامل ۱* تحصیلات پدر  | ۶/۲۳۴         | ۲  | ۳/۱۱۷           | ۰/۲۶۲ | ۰/۷۷۰    | ۰/۰۰۷     | ۰/۰۹۰      |
| بین آزمودنی‌ها         | عامل ۱* تحصیلات مادر | ۱۸/۰۸۸        | ۲  | ۹/۰۴۴           | ۰/۷۶۱ | ۰/۴۷۱    | ۰/۰۲۱     | ۰/۱۷۵      |
|                        | عامل ۱* گروه         | ۸۵/۵۲۹        | ۲  | ۴۲/۷۶۴          | ۳/۵۹۸ | ۰/۰۳۲    | ۰/۰۹۱     | ۰/۶۴۹      |
| بین آزمودنی‌ها         | خطا                  | ۸۵۵/۸۷۰       | ۷۲ | ۱۱/۸۸۷          |       |          |           |            |
|                        | گروه                 | ۳۰۱/۶۳۵       | ۱  | ۳۰۱/۶۳۵         | ۸/۲۷۵ | ۰/۰۰۷    | ۰/۱۸۷     | ۰/۷۹۹      |

نمره نافرمانی کودکان از پیش‌آزمون به پس‌آزمون و پیگیری به وجود آمده است. اندازه اثر در جدول ۴ نشان می‌دهد که ۹ درصد از تغییرات در نافرمانی کودکان در طول زمان مربوط به آموزش اصلاح سبک والدگری مبتنی بر پذیرش تعهد است. تعامل عامل زمان و عضویت گروهی (شرایط پژوهشی) در اضطراب جدایی کودکان از نظر آماری معنادار به دست نیامد. به این ترتیب این نتایج نشان می‌دهد آموزش مادران بر کاهش اضطراب جدایی و نافرمانی کودکان مؤثر بوده است اما این آموزش‌ها در طول زمان تنها بر نافرمانی مؤثر بوده است و در طول زمان (پیگیری) اثرش را بر اضطراب جدایی از دست داده است. نمودار ۱ و ۲ تعامل زمان و گروه را نشان می‌دهد.

نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد اثر اصلی عامل عضویت گروهی (آموزش اصلاح سبک والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد در مقابل عدم ارائه آموزش) در گروه‌های پژوهشی در مجموع، از نظر نمرات اضطراب جدایی کودکان ( $p < 0/012$ ) و نافرمانی کودکان ( $p < 0/007$ ) تفاوت معناداری را نشان می‌دهند. تعامل عامل زمان و عضویت گروهی (شرایط پژوهشی) در ضدیت و نافرمانی کودکان از نظر آماری معنادار به دست آمد؛ یعنی روند تغییرات نمرات ضدیت و نافرمانی کودکان از پیش‌آزمون به پس‌آزمون در بین گروه‌ها تفاوت معناداری داشته است ( $p < 0/007$ ). این یافته به معنای این است که بین گروه آزمایش و کنترل تغییر معناداری در میانگین



نمودار ۱: اثر تعامل زمان و گروه بر اضطراب جدایی



نمودار ۲: تعامل زمان و گروه بر نافرمانی



## بحث و نتیجه‌گیری

نتایج تحلیل واریانس با اندازه‌های مکرر نشان داد که روش آموزش سبک‌های والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد توانسته است علائم اختلال‌های ضدیت و نافرمانی کودکان را کاهش دهد. این یافته با نتایج پژوهش گومز و همکاران (۲۱) همسو است.

در تبیین این یافته باید گفت از آنجا که در آموزش حاضر، همزمان سبک‌های والدگری صحیح به والدین آموزش داده می‌شود و در عین حال موانع شناختی، هیجانی، و رفتاری که مانع اجرای سبک والدگری صحیح است، در قالب روش پذیرش و تعهد مورد توجه قرار می‌گیرند و رفع می‌شوند پس انتظار می‌رود که این روش بر کاهش نافرمانی و لجبازی کودک مؤثر باشد چرا که در روش سهل‌گیرانه، مادران مشکل نافرمانی را ساده گرفته و باعث می‌شوند تا نافرمانی و لجبازی کودک تقویت گردد و در روش مستبدانه به علت بی‌توجهی به حقوق کودک و استفاده از روش تنبیه باعث افزایش نافرمانی کودک در بلندمدت می‌گردند؛ از سوی دیگر روش صحیح والدگری را نیز آموخته‌اند، بنابراین موفق شده‌اند نافرمانی کودک خویش را کاهش دهند. در نتیجه معنادار شدن تحلیل این نتایج را می‌توان، چنین استدلال کرد که مادران در بکار بستن فنون صحیح و تغییر سبک والدگری خود موفق بوده‌اند.

یافته‌های این پژوهش با نتایج پژوهش لازاروس و همکاران (۲۰) همسو بود، خانجانی و محمودزاده (۲۳) در پژوهشی با عنوان مقایسه شیوه‌های والدگری و اختلال‌های رفتاری کودکان، متوجه شدند که بین سبک صحیح والدگری و کاهش اختلال‌های رفتاری در کودکان رابطه وجود دارد.

در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت از آنجا که بخش عمده‌ای از نافرمانی مقابله‌ای و اضطراب کودکان می‌تواند مرتبط با سبک والدگری مادران باشد، بنابراین با آموزش سبک‌های والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد، مادران موفق شده‌اند روش والدگری خود را ارتقا دهند و به این وسیله به

کاهش اضطراب فرزندشان کمک کنند. در واقع مادرانی که دارای سبک والدگری سهل‌گیرانه هستند در برابر خواسته‌های کودک مبنی بر حضور مادر در بیشتر موقعیت‌ها تسلیم می‌شوند و کودک را در موقعیت‌هایی که باعث ارتقا استقلال در آنها می‌شود، قرار نمی‌دهند بنابراین فرصت تجربه موقعیت‌های جدید را به روش مناسب برای فرزندانشان فراهم نمی‌کنند و باعث می‌شوند تا فرزندانشان حالت‌های اجتنابی را تجربه کنند و در زندگی و تجربه‌های آن به شدت به مادر و مراقبان خود وابسته‌اند و از این رو اضطراب جدایی را تجربه می‌کنند (۱۰). در سبک مستبدانه نیز مادران می‌خواهند تا با فشار و زور فرزندان خود را در موقعیت‌های مستقل قرار دهند و باعث می‌شوند تا اضطراب فرزندشان افزایش یابد (۹). بنابراین این رفتار اشتباه مادران به تدریج باعث می‌شود که کودک در بیشتر موقعیت‌ها، خواهان حضور و مدیریت مادر یا مراقب در کنار خود باشد و در صورت جدایی از مادر علائم افراطی اضطراب جدایی را نشان دهد (۱۰). بنابراین مادران در جلسات آموزشی آموختند که چگونه سبک والدگری خود را تغییر داده و مقتدرانه عمل کنند. برای مثال: عدم به کارگیری شیوه‌های انضباطی خصومت‌آمیز، محدود کننده، و قدرت‌طلبانه و تشویق کردن رفتارهای مستقل کودک همراه با مهار اعمال و رفتار کودک. نکته قابل توجه آن است که تمامی مطالب گفته‌شده در قالب روش پذیرش و تعهد آموزش داده شد. در نتیجه مادران همزمان هم روش صحیح برخورد با کودک را آموزش دیدند و هم از طریق روش پذیرش و تعهد آموختند که چگونه موانع انجام رفتار صحیح با کودک را رفع کنند از جمله شناخت‌های غلط والدگری، نپذیرفتن ویژگی‌های تحولی کودک، پذیرش ارزش‌های والدگری دیگران که باعث شده آموزش‌های والدگری در قالب این روش علائم اضطراب جدایی را در کودکان کاهش دهد (۱۸ و ۱۹). در کل از معنادار شدن تحلیل این نتایج را می‌توان، چنین استدلال کرد که مادران در بکار بستن فنون صحیح و تغییر سبک والدگری خود موفق بوده‌اند.

با توجه به این نتایج می‌توان گفت سبک والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کاهش اضطراب جدایی و کاهش نافرمانی مقابله‌ای مؤثر است.

هر پژوهشی با محدودیت‌هایی همراه است که می‌تواند نتایج پژوهش را تحت تأثیر قرار دهد در این پژوهش به محدودیت‌های زیر می‌توان اشاره کرد: عدم انتخاب تصادفی آزمودنی‌ها؛ عدم امکان کنترل متغیرهای مداخله‌کننده از قبیل وضعیت اقتصادی<sup>۵</sup> اجتماعی و خانوادگی دانش‌آموزان؛ پژوهش حاضر در مقطع پیش‌دبستانی انجام شده است و در تعمیم به دیگر مقاطع تحصیلی باید جانب احتیاط رعایت شود. پیشنهاد می‌شود در سایر پژوهش‌ها برای دقت بیشتر انتخاب تصادفی صورت گیرد و سایر متغیرهای جمعیت‌شناختی مورد اشاره برای دقت بیشتر کنترل گردد. تا بتوان نتایج را با دقت بیشتر حاصل از برنامه آموزشی دانست. در کل با توجه به نتایج مربوط به هر دو فرضیه مبتنی بر کاهش اضطراب جدایی و نافرمانی مقابله‌ای به کمک آموزش والدگری در قالب روش پذیرش و تعهد، پیشنهاد می‌شود این آموزش والدگری همزمان با رفع موانع والدگری به شکل آموزش‌های عمومی و از طریق سی‌دی و یا بروشور در اختیار مادران قرار گیرد تا از این طریق اختلال‌های رفتاری کودکان کاهش یابد.

**تشکر و قدردانی:** در پایان از تمامی کسانی که ما را در انجام این پژوهش یاری نمودند کمال تشکر را داریم.

**تضاد منافع:** بدین وسیله اعلام می‌شود که این مطالعه هیچ‌گونه تضاد منافی را برای نویسندگان نداشته است.

## References

1. Rahimizadeh A, Paknejad M. The Relationship between family functioning and psychological needs with adolescents mental health. *Journal of family Research*. 2014; (1): 99-111. [Persian].
2. Abassi S, Mehrabi T. Association of women's health centres in parenting styles with anxiety, oaders, corner and aggression in preschool children. *Journal of nursing research*. 2015; 63: 37-71. [Persian].
3. Baumrind D. The effects of authoritative parental control on child behavior. *Child Dev*. 1966; 37(4): 887-907.
4. Gao Y, Zhang W, Fung AL. The associations between parenting styles and proactive and reactive aggression in Hong Kong children and adolescents. *Int J Psychol*. 2015; 50(6): 463-71.
5. Sangawi H, Adams J, Reissland N. The effects of parenting styles on behavioral problems in primary school children: A cross-cultural review. *Asian Socl Sci*. 2015; 11(22): 171-86.
6. Zarra-Nezhad M, Kiuru N, Aunola K, Zarra-Nezhad M, Ahonen T, Poikkeus AM, Lerkkanen MK, Nurmi JE. Social withdrawal in children moderates the association between parenting styles and the children's own socioemotional development. *J Child Psychol Psychiatry*. 2014; 55(11): 1260- 9.
7. Shafipour Z, SHEikhi A, Mirzaei M, Kazemnejad A. Parenting styles and Its relation with children behavioral problems. *Journal of Holistic Nursing and Midwifery*. 2015; 25(76): 49-56. [Persian].
8. Kaplan H, Saduk BJ. Summary psychiatry. Rezai F (Persian translator). Eleventh edition. Tehran: Arjomand; 2015; P: 365. [Persian].
9. Barlow J, Stewart- S. Behaviour problems and parent-training programs. *Journal of Developmental and Behavioural paediatrics*. 2000; 21(1): 356-370.
10. Deklyen M, Spelts ML, Greenkjberg MT. Fathering and early onset conduct problems: Positive and negative parenting, father-son attachment, and marital contex. *Clin Child Fam Psychol Rev*. 1998; 1(1): 3- 21.
11. Leitenberg H. *Handbook of social and evaluation anxiety*. New York: Springer Science & Business Media; 2013.
12. Copeland WE, Angold A, Shanahan L, Costello EJ. Longitudinal patterns of anxiety from childhood to adulthood: The Great Smoky Mountains Study. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*. 2014; 53(1): 21-33.
13. Hallahan DP, Kauffman JM. *Exceptional children: Introduction to special education*. Ninth edition. Boston: Alln and Bacon. 2005.
14. Silove D, Alonso J, Bromet E, Gruber M, Sampson N, & et al. Pediatric- onset and adult-onset separation anxiety disorder across countries in the World Mental Health Survey. *Am J Psychiatry*. 2015; 172(7): 647-56.
15. Mannuza S, Klein RG, Bessler A, Mallory P, Lapanula M. Adult outcome of hyperactive boys: Educational achievement, Occupational rank, and Psychiatric status. *Ach Gen Psychiatry*. 1993; 50,56-5576.
16. Mannuza S, Klein RG, Bessler A, Mallory P, Lapanula M. Adult psychiatry status of hyperactive boys grows up. 1998; *American Journal of Abnormal psychology*; 111, 192- 197.
17. Hayes SC, Luoma JB, Walser RD, Bond FW, Masuda A, Lillis. Acceptance and commitment therapy: Model, proesses and outcomes. *Behav Res Ther*. 2007; 44: 1- 25.
18. Izadi R, Abedi M. *Acceptance and commitment therapy*. Third edition. Tehran: Jangal, 2014; P: 160. [Persian].
19. Izadi R, Abedi M. *Authentic happiness*. Tehran: Kavoshyar- Jangal, 2014; P: 108. [Persian].
20. Lazarus RS, Dodd HF, Maydandazic M, Vente W, Morris T, & et al. The relationship between challenging parenting behavior and childhood anxiety disorders. *J Affect Disord*. 2016; 190(2): 784- -791.
21. Gomez O, Romera E. Parenting styles and bullying. the mediating role of parental psychological aggression and physical punishment. *Child Abuse Negl*. 2016; 51(2): 132- 143.
22. Laukkanen J, Ojansuu U, Tolvanen A, Alatupa S, Aunola K. Child s difficult temperament and mothers parenting styles. *J Child Family Stud*. 2014; 23(2): 312-23.

23. Khanjani Z, Mahmoodzadeh R. Rearing styles and behavioral problems of children with employed and unemployed mothers. *Journal of Woman and Culture*. 2014; 4(16): 37-52. [Persian].
24. Gadow KD, Sprafkin J. *Quick Guide to Using the Youth's Inventory-4 Screening Kit*. Stony Brook, NY: Checkmate Plus. 1997.
25. Mohamad esmaeel A. Preliminary review credentials and reliability and set the cutting of parts of the children's disease symptoms questionnaire, Research Institute of exceptional children. 2001; 33 (2): 69-82.
26. Minaee A. Adaptation and standardization of Achenbakh child behavior checklist, youth self report and teacher s report form. *Research on Exceptional Children*. 2006; 19(1): 529-558.



## The Effectiveness of Parenting Styles Training Based on Acceptance and Commitment Therapy (ACT) to Mothers on Decreasing Separation Anxiety and Oppositional Defiant Disorder of Children

Mahere Salimi Souderjani<sup>1</sup>, Zahra Yousefi<sup>\*2</sup>

1. M.A in Clinical Psychology, Faculty of Education and Psychology, Islamic Azad University, Khorasgan Branch, Isfahan, Iran

2. Assistant Professor, Faculty of Education and Psychology, Islamic Azad University, Khorasgan Branch, Isfahan, Iran

Received: September 17, 2016

Accepted: April 28, 2017

### Abstract

**Background and Purpose:** The function of families with a child with an anxiety disorder may be at risk. Therefore, the purpose of this study was to determine the effect of parenting styles training based on acceptance and commitment therapy to others on decreasing separation anxiety and oppositional defiant disorder of children.

**Method:** The research was quasi-experimental and pre-test, post-test, follow-up with the control group. The statistical population of the study consisted of all mothers of preschool children in Isfahan city during 2015-2016, that 40 of them were selected by convenient sampling method and assigned in control and experimental groups randomly (20 mother in each group). The research tools were clinical syndrome scale (Sprafkin and Gadu, 1994). The experimental group received parenting style training based on acceptance and commitment in eight 90-minute sessions, while the control group were in the waiting list.

**Results:** The results showed that education of parenting style based on acceptance and commitment to mothers were effective in reducing the severity of anxiety and oppositional defiant disorder ( $P < 0.01$ ).

**Conclusion:** Based on the results of this study, it can be said that since the majority of behavioral disorders of children can be related to the parenting style of mothers, therefore, by educating parenting styles, mothers can improve their style of raising children.

**Keywords:** Separation anxiety, oppositional defiant disorder, parenting styles, acceptance and commitment

---

**Citation:** Souderjani MS, Yousefi Z. The effectiveness of parenting styles training based on acceptance and commitment therapy to mothers on decreasing separation anxiety and disobedience of children. *Quarterly Journal of Child Mental Health*. 2017; 4(2): 104-115.

---

**\*Corresponding author:** Zahra Yousefi, Assistant Professor, Faculty of Education and Psychology, Islamic Azad University, Khorasgan Branch, Isfahan, Iran.

Email: Z.yousefi1393@khuif.ac.ir

Tel: (+98) 031 - 35354001