



Evaluating the effectiveness of parenting training package based on the self-determination theory on parenting self-efficacy

Hamid Hashemi¹, Esmail Sadipour², Kamran Sheivandi Choliche³, Fariborz Dortaj⁴, Hassan Asadzadeh⁵

1. Ph.D Candidate in Educational Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran. E-mail: h_hashemi@atu.ac.ir
2. Professor, Department of Educational Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran. E-mail: E.Sadipour@atu.ac.ir
3. Associate Professor, Department of Educational Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran. E-mail: sheivandi@atu.ac.ir
4. Professor, Department of Educational Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran. E-mail: dortaj@atu.ac.ir
5. Associate Professor, Department of Educational Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran. E-mail: Asadzadeh@atu.ac.ir

ARTICLE INFO

Article type:
Research Article

Article history:
Received 07 June 2023
Received in revised form
01 July 2023
Accepted 10 August 2023
Published Online 22
December 2023

Keywords:
Self-efficacy,
Parenting,
Self-determination,
Autonomy,
Nurture

ABSTRACT

Background: Parental self-efficacy as an important factor in reducing children's educational and personality disorders is influenced by various factors, among them are parenting styles. So far, no study has been conducted on the effect of parenting training based on self-determination theory on the self-efficacy of parents.

Aims: The purpose of this study is to investigate the effectiveness of the parenting training package based on the self-determination theory on parenting self-efficacy.

Methods: The present research is based on quantitative and qualitative data type, prospective in terms of time and an exploratory mixed research regarding the aim. First, a parenting training package based on the theory of self-determination was compiled and after confirming validity and reliability by experts, in order to investigate its impact on parenting self-efficacy, 40 parents with a children aged 7 to 11 years in Damavand city were selected by purposive sampling, divided into two groups, experimental and control, and completed the parenting self-efficacy scale (Domka, 1996) in the pre-test and post-test stages.

Results: The results of the analysis of covariance (ANCOVA) showed that the F value ($P < 0.01$, $F = 14.21$) for the effect of the independent variable (group) on the parenting self-efficacy score was statistically significant and the parenting self-efficacy of mothers who underwent the intervention was more than the parents of the control group and the effect size is 33%.

Conclusion: In line with past research, it was found that the use of self-determination in parenting improves the self-efficacy of parents in regard to raising children properly, and Domka self-efficacy questionnaire can be used in family studies.

Citation: Hashemi, H., Sadipour, E., Sheivandi Choliche, K., Dortaj, F., & Asadzadeh, H. (2023). Evaluating the effectiveness of parenting training package based on the self-determination theory on parenting self-efficacy. *Journal of Psychological Science*, 22(132), 2451-2466. [10.52547/JPS.22.132.2451](https://doi.org/10.52547/JPS.22.132.2451)

Journal of Psychological Science, Vol. 22, No. 132, 2023

© The Author(s). DOI: [10.52547/JPS.22.132.2451](https://doi.org/10.52547/JPS.22.132.2451)



✉ **Corresponding Author:** Esmail Sadipour, Professor, Department of Educational Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran.

E-mail: E.Sadipour@atu.ac.ir, Tel: (+98) 9121487053

Extended Abstract

Introduction

One of the positive characteristics of parents, influencing the child's future, is the sense of self-efficacy (Hosseinzadeh, Alivandivafa, Khanjani, Hosseininasab, 2020). Parental self-efficacy is broadly defined as caregivers' expectations about their abilities to what extent they can act successfully as parents (Saadati and Yousefi, Golparvar, 2020). Parenting self-efficacy is the parents' perception of the constructive ability that is used to organize their cognitive, social, emotional and behavioral skills to achieve parenting goals in an effective way which enables them to act in a competent and effective way, and have a constructive influence on the development of their children (Dumka et al., 1996).

In other words, parents' self-efficacy is defined as their judgments and beliefs about their ability in the roles of caring for and raising a child. The higher the self-efficacy of the parents, the better the mental performance of the parents, and the health of the children. The results of a study showed that the higher the self-efficacy of mothers, the higher their quality of life and mental health (Hassan Zadeh et al., 2020). Fang et al. (2021), in a systematic research, reported that parental self-efficacy is one of the most important components of child rearing, which child's mood, parents' stress, mother's depression, household income and perceived social support can play an important role in promoting it in the family.

According to what was reviewed, one of the influencing factors on parenting self-efficacy is parenting style. Farazi and Mazloun (2020) stated that The parenting style based on the theory of self-determination includes the three dimensions of participation (communication), autonomy support, and affection. "Participation" dimension means positive attention of parents to the child and the time they spend with him or her and actively cooperate with them in daily activities and are aware of these purposeful activities; The dimension of "autonomy support" means parents' valuing and respecting the child's point of view and the use of techniques that increase making a choice, self-initiation, decision-making and problem solving in the child, and finally

the dimension of "affection" which means responsiveness, sensitivity, paying attention, encouraging, being firm and intimate with their children.

The fact that the parenting style based on self-determination theory was used in this research is because, firstly, few people have paid attention to this theory in this regard, and secondly, components such as participation, support for autonomy, independence, and structure are essential in the theory of self-determination, while Other theories such as Baumrind's parenting have not considered such components; Therefore, after reviewing past studies, the researcher found it necessary to develop a parenting training package based on the theory of self-determination.

This research is trying to answer the question whether parenting training package based on self-determination theory can be effective in promoting parental self-efficacy.

Method

Research design and participants: The current research is based on quantitative and qualitative data type, prospective in terms of time and an exploratory mixed research regarding the aim.

While reviewing the research literature of the last ten years from reliable national and international scientific bases in relation to the theory of self-determination, the parenting implications of this theory were compiled in the form of a 10-session protocol based on the three components of participation (communication), autonomy support and structure.

Then, using the method of comparative content analysis (whole to part; theory to category) and data coding according to the categories, the implications of the theory of self-determination were extracted. Next, by further analyzing the obtained conclusions, the components of the model were extracted. And finally, in order to check the internal validation from the experts' point of view and for the external validation of the effect of the developed package on the dependent variables of the research, a semi-experimental design (semi-experimental method with pre-test and post-test with experimental and control group) was used.

For this purpose, the training package was given to 9 experts before implementation to check its validity. The results of the judges' evaluation were analyzed using the content validity ratio (CVR), and the content validity index (CVI). Then, it was found that this package has acceptable validity.

In this research, the effectiveness of the training package on parents' self-efficacy was investigated using a semi-experimental method with a pre-test and post-test with an experimental and control group. At first, according to the training package, ten sessions (one hour long) were arranged for at least 10 weeks to be implemented on the experimental group and the results compared with the control group. The statistical population of this research included all mothers with a child aged 7 to 11 in Damavand city in the academic year of 2022-2023.

By referring to Damavand city education department, the list of elementary schools was obtained and 40 parents were selected for the intervention by considering the precautions of the possible drop of the subjects. Then 20 people were randomly included in the experimental group and 20 people were included in the control group.

Statistically, in experimental and semi-experimental designs, a sample size of 15-20 people is sufficient (Delaware, 2020). The criteria for parents to enter the intervention stage include completing an informed consent form to participate in educational sessions, noting the confidentiality of information and the use of research findings only for research purposes, having a daughter or son in the age group of 7 to 11 years, having a minimum education degree of diploma. In case of unwillingness to fully cooperate or leave the educational process incomplete, people were excluded from the research process. At the end of the intervention, 4 participants were removed from the statistical analysis due to not completing the sessions.

Tools: Dumka et al. self-efficacy questionnaire: The self-efficacy scale was created by Dumka, Stoerzinger, Jackson and Roosa to evaluate parental self-efficacy in 1996 (Esmaelpanah, Hosseinkhanzadeh, Akbari and Moghtader, 2021). This scale measures three major components: parents' feelings about their parenting ability, their confidence about their successful parenting, and their assessment of their ability to manage their children's behavior (Dumka et al., 1996).

This scale includes 10 statements (5 positive statements and 5 negative statements) and measures the parents' overall feelings about the parental role. Answers to this scale are scored according to a seven-point Likert scale from 1 to 7 (rarely to always). Its questions can be used for both fathers and mothers, and the purpose of Dumka parenting self-efficacy scale items is to investigate and evaluate the level of parenting self-efficacy in parents.

Questions 1, 3, 5, 6 and 8 are reverse scored. The minimum score of this scale is 10 and the maximum score is 70. A higher score in this scale indicates higher self-efficacy. The reliability of the questionnaire in this research by using Cronbach's alpha is 0.78.

Results

The results of univariate covariance analysis, Table 1, show that the F value ($P < 0.01$, $F = 14.21$) for the effect of the independent variable (group) on the parenting self-efficacy score was statistically significant. As a result, the research hypothesis is confirmed; That is, the parenting self-efficacy of mothers who have been subjected to the intervention of the training package of parenting based on self-determination theory is higher than the parents of the control group, and the effect size is 33%.

Table 1. Univariate covariance analysis of parenting self-efficacy (The one-way ANCOVA)

Source of change	Dependent variable	Sum of squares	Degree of freedom	Mean square	F value	SIG	Eta coefficient
Pre-test of parenting self-efficacy	Post-test of parenting self-efficacy	1584.13	1	1584.13	56.42	$p < 0.01$	0.66
group	Post-test of parenting self-efficacy	399.01	1	399.01	14.21	$p < 0.01$	0.33
Error		814.4	29	29.08			

Conclusion

The present study was conducted with the aim of investigating the effectiveness of the parenting training package based on self-determination on the self-efficacy of parents. The findings of this research are in line with the findings of Saadati et al. (2020), Karimi Ivanaki et al. (2019), Nili Ahmadabadi et al. (2019), and in contrary to the research findings of Khanjani et al. (2021).

The statistical data showed that the use of self-determination in parenting has increased the parenting self-efficacy of parents in the experimental group compared to the control group. In explaining this finding, it can be stated that when parents use the self-determining parenting style in order to satisfy their children's basic psychological needs and flourish their agency, and because of that, they experience higher efficiency in parenting, their mental well-being expands. Among the consequences of these conditions is the reduction of the use of incompatible strategies in emotion regulation and the occurrence of more positive and optimal responses in maintaining mental health and the correct management of feelings and emotions.

In view of what was obtained, it is suggested that paying attention to the basic psychological needs of people in parenting and other human interactions should be prioritized in order to establish effective and constructive communication and develop encouraging relationships. Also, this package can be used by teachers, counselors and trainers in educational environments. Finally, the effectiveness of the compiled package should be examined on other variables such as quality of life, prosperity, resilience, and positive psychological capital.

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines: This article is taken from the doctoral dissertation of the first author in the field of educational psychology at the Faculty of Psychology and Educational Sciences of Allameh Tabatabai University. In order to comply with the ethical principles in this research, data collection was done after obtaining the consent of the participants. Also, the participants were assured about confidentiality in maintaining personal information and providing results without specifying the names and details of individuals.

Funding: This study was conducted as a PhD thesis with no financial support.

Authors' contribution: This article was extracted from the doctoral dissertation of the first author with the Supervision of the second and third authors and the consultation of the fourth and fifth authors.

Conflict of interest: the authors declare no conflict of interest for this study.

Acknowledgments: We would like to express our gratitude to the supervisors and advisors of this research and to the parents who participated in it.



بررسی اثربخشی بسته آموزشی فرزندپروری مبتنی بر نظریه خودتعیین‌گری بر خودکارآمدی والدگری

حمید هاشمی^۱، اسماعیل سعدی پور^۲، کامران شیوندی چلیچه^۳، فریبرز درتاج^۴، حسن اسدزاده^۵

۱. دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.
۲. استاد، گروه روانشناسی تربیتی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.
۳. دانشیار، گروه روانشناسی تربیتی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.
۴. استاد، گروه روانشناسی تربیتی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.
۵. دانشیار، گروه روانشناسی تربیتی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

چکیده

مشخصات مقاله

زمینه: خودکارآمدی والدین به عنوان عاملی مهم در کاهش اختلالات تربیتی و شخصیتی کودکان تحت تأثیر عوامل مختلفی قرار می‌گیرد که از جمله آن‌ها سبک‌های فرزند پروری است. تاکنون مطالعه‌ای پیرامون تأثیر آموزش فرزندپروری مبتنی بر نظریه خودتعیین‌گری بر خودکارآمدی والدین انجام نشده است.

نوع مقاله:
پژوهشی

هدف: هدف این مطالعه بررسی اثربخشی بسته آموزشی فرزندپروری مبتنی بر نظریه خودتعیین‌گری بر خودکارآمدی والدگری است.

روش: پژوهش پیش‌رو بر اساس نوع داده ترکیبی کمی و کیفی، از حیث زمان آینده‌نگر و بر اساس هدف در رسته پژوهش‌های آمیخته اکتشافی بود. ابتدا بسته آموزشی فرزندپروری مبتنی بر نظریه خودتعیین‌گری، تدوین و پس از تأیید روایی و اعتبار نزد کارشناسان، به منظور بررسی اثربخشی آن بر خودکارآمدی والدگری، ۴۰ نفر از والدین کودکان دارای فرزند ۷ تا ۱۱ سال شهرستان دماوند به روش نمونه‌گیری هدفمند و در دو گروه آزمایش و گواه گمارده شدند و مقیاس خودکارآمدی والدگری (دومکا، ۱۹۹۶) را در مرحله پیش‌آزمون و پس از آزمون تکمیل کردند.

تاریخچه مقاله:

دریافت: ۱۴۰۲/۰۳/۱۷
بازنگری: ۱۴۰۲/۰۴/۱۰
پذیرش: ۱۴۰۲/۰۵/۱۹
انتشار برخط: ۱۴۰۲/۱۰/۰۱

یافته‌ها: نتایج بررسی کمی پرسشنامه با استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس تک‌متغیری توسط نرم‌افزار SPSS نشان می‌دهد که مقدار $F(1)=14/21, P<0/01$ برای اثر متغیر مستقل (گروه) بر نمره خودکارآمدی والدگری به لحاظ آماری معنادار بوده و خودکارآمدی والدگری مادرانی که تحت مداخله بسته تدوین‌شده آموزشی فرزندپروری مبتنی بر نظریه خودتعیین‌گری قرار گرفته‌اند از والدین گروه گواه بیشتر است و اندازه اثر آن ۳۳ درصد می‌باشد.

کلیدواژه‌ها:

خودکارآمدی،
فرزند پروری،
خودتعیین‌گری،
خودمختاری،
تربیت

نتیجه‌گیری: همسو با پژوهش‌های گذشته، مشخص شد که استفاده از خودتعیین‌گری در امر فرزندپروری، خودکارآمدی والدین را در عرصه تربیت صحیح فرزندان ارتقاء می‌دهد و می‌توان پرسشنامه خودکارآمدی دومکا را در بررسی خانواده‌ها مورد استفاده قرار داد.

استناد: هاشمی، حمید؛ سعدی پور، اسماعیل؛ شیوندی چلیچه، کامران؛ درتاج، فریبرز؛ و اسدزاده، حسن (۱۴۰۲). بررسی اثربخشی بسته آموزشی فرزندپروری مبتنی بر نظریه خودتعیین‌گری بر خودکارآمدی والدگری. مجله علوم روانشناختی، دوره ۲۲، شماره ۱۳۲، ۲۴۵۱-۲۴۶۶.

DOI: [10.52547/JPS.22.132.2451](https://doi.org/10.52547/JPS.22.132.2451)، شماره ۱۳۲، ۱۴۰۲.



© نویسنده‌گان.

✉ نویسنده مسئول: اسماعیل سعدی پور، استاد، گروه روانشناسی تربیتی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

رایانامه: Ebiabangard@yahoo.com تلفن: ۰۹۱۲۱۴۸۷۰۵۳

مقدمه

والدین به‌عنوان نخستین عاملان تربیت، نقش مهمی در رشد و تحول موفقیت‌آمیز کودک ایفا می‌کنند. آن‌ها با فرزندان تعامل اجتماعی دارند، به فرزندان کمک می‌کنند تا عاطفه، احساسات و اخلاقیات را تنظیم کنند و روابط بین‌فردی‌شان را مدیریت، نظارت و تعدیل کرده و تعاملات پایدار و معناداری را شکل دهند؛ والدین، فرزندان‌شان را تشویق می‌کنند تا با محیط درگیر شوند و وارد دنیای یادگیری شوند. آنان آموزش می‌دهند، توصیف می‌کنند، الگو می‌دهند و فرصت‌هایی را برای مشاهده، تقلید و یادگیری در اختیار فرزندان‌شان قرار می‌دهند.

یکی از ویژگی‌های مثبت تأثیرگذار والدین بر آینده کودک، احساس خودکارآمدی^۱ است (حسین‌زاده و همکاران، ۱۳۹۹). خودکارآمدی والدینی به طور گسترده به‌عنوان انتظارات مراقبت‌کنندگان در مورد توانایی‌هایشان که تا چه حد می‌توانند به‌عنوان والد، به‌گونه‌ای موفقیت‌آمیز عمل کنند، تعریف می‌شود (سعادت و همکاران، ۱۳۹۹). خودکارآمدی والدگری، ادراک والدین از قابلیت‌سازنده‌ای است که با استفاده از آن، مهارت‌های شناختی، اجتماعی، عاطفی و رفتاری انسان‌ها برای رسیدن به اهداف والدگری، به‌گونه‌ای اثربخش ساماندهی می‌شود که والدین را قادر می‌سازد به‌عنوان یک والد به شیوه‌ای شایسته و مؤثر عمل نمایند و تأثیر سازنده‌ای بر رشد فرزندان‌شان بگذارند (دومکا و همکاران، ۱۹۹۶). خودکارآمدی والدینی متغیری است که قضاوت مادران راجع به میزان توانایی‌شان در انجام شایستگی و توانمندی و تأثیرگذاری امر والدگری را منعکس می‌کند (گسولت و همکاران، ۲۰۲۳) و شامل میزان استفاده از راهبردهایی که در حال استفاده مفید با فرزندش هست (اثربخشی راهبردهای مادرانه) و آموزش یک راهبرد متناسب با سن به فرزندش در خصوص وظایف (اثربخشی رفتارهای کودک) است. (کرتیس و همکاران، ۲۰۲۲). خودکارآمدی والدینی نشان‌دهنده یک همبستگی کلیدی میان رفتارهای فرزندپروری و پیامدهای رفتاری کودک است (گارترو و همکاران، ۲۰۱۸).

خودکارآمدی والدین، به اعتقاد والدین در توانایی انجام موفقیت‌آمیز نقش والدین اشاره دارد و از مفهوم خودکارآمدی شخصی بندورا در نظریه

شناخت اجتماعی شکل گرفته است (بروسزاک-کیزیوکیوایز و کمیتا، ۲۰۲۰) و به باور فرد به داشتن توانایی برای اثرگذاری مثبت بر رفتارهای سلامتی خودش اشاره دارد (حسن‌زاده و همکاران، ۱۳۹۹).

به‌عبارت‌دیگر، خودکارآمدی والدین به‌عنوان قضاوت و اعتقادات آن‌ها درباره توانایی‌شان در نقش‌های مراقبت کردن و پرورش دادن کودک تعریف می‌شود. هرچقدر خودکارآمدی والدین بیشتر باشد، عملکرد روانی والدین و سلامت کودکان بهتر خواهد بود. نتایج یک مطالعه نشان داد که هرچقدر خودکارآمدی مادران بیشتر باشد کیفیت زندگی و سلامت روانی آن‌ها افزایش می‌یابد (حسن‌زاده و همکاران، ۱۳۹۹). خودکارآمدی والدگری تا حدودی به راهبردها و شیوه‌های فرزندپروری وابسته است. چنانچه والدین از رویکردهای نوین و مناسب نیازهای فرزندان بهره‌برند، چالش‌ها و تنش‌های کمتری را در فرزندپروری تجربه خواهند کرد.

فانگ و همکاران (۲۰۲۱) در پژوهشی سیستماتیک گزارش کردند که خودکارآمدی والدینی یکی از مهم‌ترین مؤلفه‌های تربیت فرزند بوده که خلق و خوی کودک، استرس والدین، افسردگی مادر، درآمد خانوار و حمایت اجتماعی درک شده می‌توانند نقش مهمی در ارتقای آن به خانواده ایفا نمایند. آن‌ها نشان دادند که شواهدی برای ارتباط جنسیت کودک، سن، وضعیت تأهل و خودکارآمدی والدینی در مادران و پدران وجود نداشت. همچنین، والترز (۲۰۲۱) در پژوهشی نشان داد که تحسین والدین از عملکردهای کودک که به‌صورت صمیمیت والدین در نظر گرفته شده منجر به بهبود خودکارآمدی و خودکارآمدی والدین می‌گردد. این نتیجه در پسران بسیار معنادارتر از دختران بوده است.

مطابق نظریه شناختی-اجتماعی بندورا (۱۹۹۷) میزان خودکارآمدی ادراک شده در چگونگی بهره‌بردن از راهبردهای مقابله‌ای در موقعیت‌های استرس‌زا تأثیر دارد. افرادی که از خودکارآمدی بالاتری برخوردارند از شیوه‌های تکلیف‌مدار و مسئله‌محور و افراد داری خودکارآمدی پایین از راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار و ناکارآمد استفاده می‌کنند.

برای پیش‌بینی خودکارآمدی والدینی متغیرهای جمعیت‌شناختی متعددی وجود دارد. یک عامل سن کودک است. سایر عوامل جمعیت‌شناختی مرتبط با خودکارآمدی والدینی عبارت است از: درآمد، تحصیلات و تعداد

1. Self-efficacy

این نتیجه ختم شد که جریان مداخله بر افزایش رابطه والد-فرزند و خودکارآمدی والدینی مثبت و کاهش خودکارآمدی والدینی منفی تأثیر داشته است. فشردگی و محدود بودن دوره آموزشی، نداشتن فرصت کافی برای کاربست تمرین‌های عملی و مشغله زیاد مادران از محدودیت‌های پیش‌روی پژوهشگران این مطالعه بوده است.

نیلی احمدآبادی و همکاران (۱۳۹۸) در پژوهشی که با هدف بررسی تأثیر مداخله آموزشی فرزندپروری مبتنی بر نظریه انتخاب بر افزایش خودکارآمدی والدگری مادران دارای فرزند زیر شش سال شهر تهران به روش نمونه‌گیری در دسترس انجام دادند، افزایش خودکارآمدی والدینی را با اجرای مداخله گزارش کردند. نمونه‌گیری غیراحتمالی و فقدان گروه گواه از محدودیت‌های این مطالعه بوده است. کریمی ایوانکی و همکاران (۱۳۹۸) در مطالعه خود نتیجه‌بخشی مثبت بازی درمانی مبتنی بر رابطه والد-کودک، بر متغیرهای وابسته خودکارآمدی والدینی و رابطه والد-کودک گروه آزمایش و کاهش نمرات تعارض و وابستگی را گزارش کردند. استفاده از ابزار خودگزارش‌دهی محدودیت این مطالعه بوده است.

شیخ‌عطار و همکاران (۱۳۹۷) در انتهای مطالعه خود چنین اظهار داشتند که از میان ابعاد خودکارآمدی مادران، جنبه خودمدیریتی پیش‌بین مثبت و معنی‌داری برای تنظیم هیجان و پیش‌بین منفی و معنی‌داری برای تغییرپذیری هیجانی کودکان دارای پدر است. تبیین ایشان از این یافته این بود که خودکارآمدی بالاتر مادران گرایش بیشتر آن‌ها به درگیر کردن فرزندانشان در موقعیت‌های اجتماعی و هیجانی با هدف کسب مهارت بیشتر و رشد خودمدیریتی را به دنبال دارد. این مهم خود به تنظیم هیجان فرزندان در موقعیت‌های بعدی کمک می‌کند. کفایت بالای مادران در برآورد مثبت از توانایی خود در آموزش خودمدیریتی به فرزندان خویش، امکان کنترل بیشتر هیجان را به فرزندان می‌دهد. در پژوهش خانجانی و همکاران (۱۴۰۰) که با هدف تعیین اثربخشی درمان هیجان‌محور بر خودکارآمدی والدینی و احساس گناه مادران کودکان با آسیب سوختگی به روش نیمه‌آزمایشی با پیش‌آزمون و پس‌آزمون و گروه گواه بر روی ۳۰ نفر از مادران فرزندان با آسیب سوختگی انجام شد، اعضای گروه آزمایش با یک دوره ده جلسه‌ای هفتگی هیجان‌محور تحت درمان قرار گرفت. نتایج تحلیل کوواریانس تک‌متغیری نشان داد علی‌رغم افزایش خودکارآمدی

کودکان. به‌طور خاص درآمد بالاتر و تحصیلات والدین با خودکارآمدی والدینی بالاتر مرتبط است (گلاتر و بوچنان، ۲۰۲۱). تعداد کودکان به‌طور معکوس با خودکارآمدی والدینی ارتباط دارد و با افزایش تعداد کودکان خودکارآمدی والدینی کاهش می‌یابد. ممکن است که با هر کودک اضافی، محدودیت‌های اقتصادی و زمانی بر روی یک خانواده، به حداقل رساندن منابع موجود و در نتیجه تأثیر منفی بر خودکارآمدی والدین قرار بگیرد. این یافته‌ها مهم هستند؛ زیرا آن‌ها عوامل غیرقابل کنترل زیادی را شناسایی می‌کنند که ممکن است خودکارآمدی والدین پدران را تقویت یا مهار کنند. علاوه بر مؤلفه‌های جمعیت‌شناختی، چندین عامل داخلی و ارتباطی دیگر نیز با خودکارآمدی والدینی مرتبط هستند. بهزیستی روانی - اجتماعی، با ابعادی مانند افسردگی، تهایی، و نارضایتی زناشویی به‌طور معکوس با خودکارآمدی والدینی مرتبط است (کنت مارویک و همکاران، ۲۰۲۰).

لیاو و همکاران (۲۰۲۰) در پژوهش خود گزارش کردند که سطح تحصیلات والدین تأثیر بیشتری نسبت به درآمد خانوار بر دو متغیر خودکارآمدی فرزندپروری و مشارکت والدین داشت. در این خصوص یاماموتو و همکاران (۲۰۰۶) به این نتیجه رسیدند که خودکارآمدی والدگری (متشکل از دانش فرزندپروری و همچنین توانایی‌ها و اعتمادبه‌نفس در انجام فعالیت‌های فرزندپروری مبتنی بر خانه برای کودکان بسیار جوان) به زمینه تحصیلی والدین وابسته است که عمیقاً در بافت اجتماعی-فرهنگی ریشه دارد؛ بنابراین انتظار می‌رود که افزایش تحصیلات والدین، دانش فرزندپروری بزرگسالان، توانایی دسترسی به روش‌های فرزندپروری و اعتماد به مشارکت در تعاملات مثبت را بهبود بخشد (لیاو و همکاران، ۲۰۲۰). در مطالعه‌ای که توسط ویلهلمسن-لانگلد و همکاران (۲۰۲۰) انجام شد والدین افزایش خودکارآمدی والدینی را پس از کارگاه (مداخله) خانواده‌درمانی هیجان‌محور دوروزه که برای والدین دارای فرزند ۶ تا ۱۲ سال برگزار شد، گزارش کردند.

در پژوهشی که توسط سعادت و همکاران (۱۳۹۹) بر روی ۴۰ نفر از مادران با خودکارآمدی والدگری پایین و روابط کم‌رنگ والد-فرزند که با روش هدفمند انتخاب و به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه گمارده شده بودند، گروه آزمایش ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای را تحت آموزش بسته مشاوره تربیتی (پژوهشگر ساخته) گذراندند. یافته‌های این پژوهش به

بی‌گمان حصول به شایستگی و خودکارآمدی بالا در سطوح اجتماعی میسر نخواهد شد جز اینکه کودک در یک محیط، این عاطفی‌گری و محبت مادرانه و پدرانه را احساس کند و ارتباط عاطفی مطلوبی با والدین خود برقرار کند و از این طریق زمینه را برای شکل‌گیری هویت مناسب و سازگاری اجتماعی مثبت و سازنده آماده نماید. به‌عنوان مثال، والدین سخت‌گیر و دیکتاتور مانع پیشرفت و خلاقیت نوجوان می‌شوند، والدینی که اجازه نمی‌دهند نوجوان ابراز وجود کند، مانع بروز استعدادها بالقوه او می‌شوند و در نتیجه این قبیل نوجوانان در آینده از خودکارآمدی پایین‌تری برخوردار خواهند شد. هرچند روانشناسان و نظریه‌پردازان بر نقش والدین و شیوه‌های فرزندپروری تأکید می‌کنند، پژوهش‌های کمی در مورد شیوه‌های فرزندپروری و تدوین یک بسته آموزشی کامل و جامع انجام شده بیشتر از الگوی فرزندپروری بامریند استفاده کرده است (علی‌پور و همکاران، ۱۳۹۷).

در نهایت می‌توان چنین گفت که تلویحات نظریه خودتعیین‌گری می‌تواند به‌منظور افزایش دانش والدگری و رفع دغدغه والدین به جهت سازگاری و رشد بهنجار فرزندان در ابعاد گوناگون زیستی، روانی، اجتماعی و معنوی و حضور موفق فرد در عرصه اجتماع و ایفای نقش به‌عنوان یک شهروند بهنجار مورد استفاده ایشان قرار گیرد و تدوین بسته آموزشی فرزندپروری مبتنی بر این نظریه در یک بستر بومی و متناسب با دغدغه‌های والدین ایرانی به رشد دانش موجود در حوزه فرزندپروری کمک شایانی نماید. زیستن در هزاره سوم اقتضانات جدیدی را در جنبه‌های گوناگون بشر ایجاد نموده است؛ اقتضاناتی که شاید در سده‌های قبل کم‌رنگ بوده و یا وجود نداشتند. تربیت نسل کنونی با همه پیچیدگی‌هایش دغدغه تمامی والدین است؛ به‌خصوص می‌توان به تجربه اخیر شیوع ویروس کرونا و فاصله‌گذاری اجتماعی و قرنطینه خانگی اشاره داشت؛ اتفاقی که موجب شد مناسبات زندگی خانوادگی در تمامی ابعاد دستخوش تغییرات چشمگیری شود و اعضای خانواده بیشتر از هر زمان دیگری اوقاتشان را با یکدیگر سپری نمایند. نحوه مواجهه صحیح با درخواست‌ها و رفتارهای فرزندان در این ایام مهارت‌های خاص خود را می‌طلبد. مهارت‌هایی که یادگیری آن برای هر والدی همچون اکسیژن ضروری می‌نماید. فلذا این

والدگری در گروه آزمایش، تفاوت آن با گروه گواه معنادار نبود، هرچند که درمان هیجان‌محور در کاهش احساس گناه مادران مؤثر واقع شد. مطابق آنچه مرور شد، یکی از عوامل اثرگذار بر خودکارآمدی والدینی، شیوه‌های فرزندپروری است. فرازی و مظلوم (۱۳۹۹) معتقدند که شیوه فرزندپروری مبتنی بر نظریه خودتعیین‌گری شامل سه بعد مشارکت (ارتباط)، حمایت از خودمختاری و مهرورزی می‌باشد. بعد «مشارکت» که به معنای توجه مثبت والدین به کودک و مدت زمانی است که با او سپری می‌کنند و به شکل فعال در فعالیت‌های روزانه با وی همکاری می‌نمایند و به این فعالیت‌های هدفمند آگاهی دارند؛ بعد «حمایت از خودمختاری» که به معنای ارزش گذاشتن و احترام والدین به دیدگاه فرزند و استفاده آنان از فونونی است که انتخاب، خودآغازگری، تصمیم‌گیری و حل مسئله را در کودک بیشتر می‌کند و در نهایت بعد «مهرورزی» که به معنای پاسخگویی، حساس بودن، توجه داشتن، تشویق کردن، استوار و صمیمی بودن والدین با فرزندانشان است. شیوه‌های فرزندپروری تأثیر طولانی بر رفتار، کردار، انتظارات و در نهایت بر الگوهای شخصیتی فرزندان در آینده دارد. هاهلوگ، هینریچز، کاشل، برترم و ناومن (۲۰۱۰) گزارش دادند که فرزندپروری مثبت توانسته رفتار والدینی را بهبود ببخشد. برنامه فرزندپروری مثبت، برنامه جهان‌شمولی است در مورد فرزندپروری که باعث ایجاد رابطه مثبت بین والدین و فرزندشان می‌شود و کمک می‌کند تا والدین راهبردهای مؤثر مدیریت را در برخورد با انواع مسایل رشدی و رفتاری کودک و بیاموزند (حاج‌خدادادی، اعتمادی، عابدی، جزایری، ۱۴۰۰).

این که شیوه‌های فرزندپروری مبتنی بر نظریه خودتعیین‌گری در این پژوهش استفاده شد به این دلیل است که اولاً تعداد معدودی به این نظریه در این رابطه پرداخته‌اند و دوم این که مؤلفه‌هایی مانند مشارکت، حمایت از خودمختاری و ساختار در نظریه خودتعیین‌گری مطرح بوده و نظریه‌های دیگر مانند فرزندپروری بامریند چنین مؤلفه‌هایی را مورد بررسی قرار نداده‌اند؛ لذا پژوهشگر با مطالعاتی که انجام داده است ضرورت تدوین بسته آموزشی فرزندپروری مبتنی بر نظریه خودتعیین‌گری را احساس نموده است.

1. Participation
2. Autonomy Support

3. Affection

جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه مادران دارای فرزند ۷ تا ۱۱ ساله در شهرستان دماوند در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۱ بودند. ضمن مراجعه به اداره آموزش و پرورش شهرستان دماوند، فهرست مدارس مقطع ابتدایی اخذ و با روش نمونه‌گیری هدفمند، ۴۰ نفر از والدین با رعایت جوانب احتیاط افت احتمالی آزمودنی‌ها، جهت مداخله انتخاب شد. سپس به شکل تصادفی ۲۰ نفر در گروه آزمایش و ۲۰ نفر هم در گروه کنترل گنجانده شدند.

از لحاظ آماری در طرح‌های آزمایشی و نیمه‌آزمایشی حجم نمونه ۲۰-۱۵ نفری کفایت می‌کند (دلاور، ۱۴۰۰). ملاک‌های ورود والدین به مرحله مداخله شامل تکمیل فرم رضایت آگاهانه جهت شرکت در جلسات آموزشی، گوشزد کردن محرمانه بودن اطلاعات و استفاده صرف از یافته‌های پژوهش در جهت مقاصد پژوهشی، دارا بودن فرزندان دختر یا پسر گروه سنی ۷ تا ۱۱ سال، داشتن حداقل مدرک تحصیلی دیپلم بود. در صورت عدم تمایل به همکاری کامل یا ناقص گذاشتن فرایند آموزشی افراد از روند پژوهشی کنار گذاشته شدند. در پایان جریان مداخله ۴ نفر از مشارکت‌کنندگان به دلیل ناتمام گذاشتن جلسات از تحلیل آماری حذف شدند.

(ب) ابزار

پرسشنامه خودکارآمدی والدگری دومکا و همکاران: مقیاس خودکارآمدی توسط دومکا، استریوزینگر، جکسون و روزا در سال (۱۹۹۶) برای ارزیابی خودکارآمدی والدینی ساخته شد (اسماعیل‌پناه، حسین‌خانزاده، اکبری و مقتدر، ۱۴۰۰). این مقیاس سه مؤلفه عمده را می‌سنجد: احساس والدین در مورد توانایی والدگری‌شان، اطمینان آن‌ها در مورد عمل موفقیت‌آمیزشان در نقش والدگری و ارزیابی توانایی آن‌ها برای مدیریت رفتار فرزندانشان (دومکا و همکاران، ۱۹۹۶).

این مقیاس شامل ۱۰ عبارت (۵ عبارت مثبت و ۵ عبارت منفی) است و احساس کلی والدین از نقش والدینی را می‌سنجد. پاسخ به این مقیاس طبق طیف لیکرت هفت درجه‌ای از ۱ تا ۷ (به‌ندرت تا همیشه) امتیازبندی می‌شود. سؤالات آن هم برای پدر و هم برای مادر قابل استفاده بوده و هدف

پژوهش به بررسی این پرسش مهم پرداخت که آیا تدوین بسته آموزشی فرزندپروری مبتنی بر نظریه خودتعیین‌گری می‌تواند در ارتقای خودکارآمدی والدینی در جامعه ایرانی مؤثر باشد؟

روش

(الف) طرح پژوهش و شرکت‌کنندگان: پژوهش پیش‌رو بر اساس نوع داده ترکیبی کمی و کیفی، از حیث زمان آینده‌نگر و بر اساس هدف در رسته پژوهش‌های آمیخته اکتشافی بود.

ضمن مرور ادبیات پژوهشی ده‌ساله اخیر از پایگاه‌های معتبر علمی داخلی و خارجی در ارتباط با نظریه خودتعیین‌گری، تلویحات فرزندپروری این نظریه در قالب یک پروتکل ۱۰ جلسه‌ای بر اساس سه مؤلفه مشارکت (ارتباط)، حمایت از خودمختاری و مهرورزی تدوین شد که خلاصه محتوای آن در جدول ۱ آمده است.

سپس با استفاده از روش تحلیل محتوای قیاسی (کل به جزء؛ نظریه به مقوله) و کدگذاری داده‌ها با توجه به مقولات، تلویحات نظریه خودتعیین‌گری استخراج شد. در ادامه با تحلیل بیشتر بر روی استنتاج‌های به‌دست آمده، مؤلفه‌های الگو استخراج شد و سرانجام به منظور بررسی اعتباریابی درونی از نظر متخصصان و جهت اعتباریابی بیرونی تأثیر بسته تدوین شده بر متغیرهای وابسته پژوهش با بهره‌گیری از یک طرح نیمه‌آزمایشی، از روش نیمه‌آزمایشی با پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه آزمایشی و کنترل استفاده شد.

به همین منظور بسته آموزشی پیش از اجرا جهت بررسی روایی، در اختیار ۹ نفر از متخصصان و صاحب‌نظران قرار داده شد. نتایج حاصل از ارزشیابی داوران با استفاده از نسبت روایی محتوایی یا CVR^۱ و شاخص روایی محتوایی یا CVI^۲ مورد بررسی قرار گرفت. پس از تأیید اعتبار محتوایی، در راستای اخذ کد اخلاق بسته آموزشی اقدام شد^۳. سپس مشخص شد که بسته دارای اعتبار قابل قبول است.

سپس به منظور بررسی اثربخشی بسته آموزشی بر خودکارآمدی والدین، ۱۰ جلسه یک‌ساعته (بنا بر بسته آموزشی تدوین شده) در حداقل ۱۰ هفته تنظیم تا بر روی گروه آزمایش اجرا و نتایج با گروه کنترل مقایسه گردد.

۱. Content Validity Ratio (CVR)

۲. Content Validity Index (CVI)

۳. بنا به حفظ حق تألیف مؤلفان (دانشجو و اساتید) جزئیات بسته در این مقاله عنوان نمی‌شود.

در ایران روایی محتوایی این پرسشنامه توسط سه نفر از اساتید روانشناسی مورد تأیید قرار گرفت و قابلیت اطمینان این پرسشنامه توسط طالعی، طهماسیان و وفایی (۱۳۹۰) با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۰ گزارش شده است. عاشوری نیز در سال ۱۳۹۴ قابلیت اطمینان آن را ۰/۷۹ بیان کرد (اسماعیل پناه و همکاران، ۱۴۰۰). صالحی (۱۳۹۸) در رساله خود پایایی این مقیاس را به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۰ گزارش کرده است. همچنین در پژوهش سیدشرفی، نوایی‌نژاد و فرزاد (۱۳۹۸) پایایی این مقیاس ۰/۸۳ گزارش شد.

آلفای کرونباخ این پرسشنامه در تحقیق حاضر مقدار ۰/۶۷ است.

از طرح آیت‌های مقیاس خودکارآمدی والدگری دومکا بررسی و ارزیابی میزان خودکارآمدی والدگری در پدر و مادر است. یکی از گویه‌های آن عبارت است از «هنگامی که اموری بین من و فرزندم خوب پیش نمی‌رود، من آن قدر به تلاش ادامه می‌دهم تا شرایط تغییر کند.» سوالات ۱، ۳، ۵، ۶ و ۸ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. حداقل نمره این مقیاس برابر با ۱۰ و حداکثر نمره آن برابر با ۷۰ است. نمره بالاتر در این مقیاس نشان‌دهنده خودکارآمدی بالاتر است. دومکا و همکاران (۱۹۹۶) قابلیت پایایی این مقیاس را با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۷۰ محاسبه کردند.

جدول ۱. خلاصه و ساختار کلی محتوای جلسات بسته آموزشی مبتنی بر خودتعیین‌گری

جلسه	اهداف جلسات	محتوای جلسات
اول	آگاهی نسبت به مسائل روانشناختی و محیطی خود و باور به رشد ارگانیکسی کودک	والدین نسبت به ارتباط بین مسائل روانشناختی و محیطی خود و رشد کودک و همچنین با مفهوم رشد ارگانیکسی کودک آشنا می‌شوند و به آن باورمند می‌گردند.
دوم	حمایت از انگیزه درونی، اراده‌مندی و عاملیت	والدین با مفاهیم انگیزه درونی، اراده‌مندی و عاملیت آشنا می‌شوند و راهکارهای تقویت آن‌ها را می‌آموزند.
سوم	کاهش هرگونه زبان و رفتار کنترل‌گرانه (روانشناختی و رفتاری)	والدین با مفاهیم کنترل‌گری، شیوه‌های رایج کنترل‌گری و راهکارهای جلوگیری از زبان و رفتار کنترل‌گرانه آشنا می‌شوند و کاربردک‌های مربوط به ثبت و کاهش زبان و رفتار کنترل‌گرانه را دریافت و متعهد به تکمیل آن می‌گردند.
چهارم	شکل‌دهی توجه مثبت غیرمشروط و تقویت رفتارهای مثبت	والدین با مفهوم توجه مثبت غیرمشروط و راهکارهای اجرای آن آشنا می‌شوند و می‌آموزند تا چگونه به ریزرفتارهای مثبت کودک که تاکنون نادیده گرفته بودند توجه کنند و بازخورد نشان دهند.
پنجم	تعیین انتظارات روشن به طور تعاملی	والدین می‌آموزند که چگونه انتظارات را به صورت تعاملی، تعیین و نسبت به انتظارات، به تفاهم و توافق با کودک برسانند.
ششم	تعیین پیامدهای قابل پیش‌بینی به صورت تعامل و تفاهم و توافق در مورد آن‌ها	والدین می‌آموزند که چگونه پیامدهای برآورده نشدن انتظارات را به صورت تعاملی با کودک تبیین کنند و آن‌ها را به صورت قابل پیش‌بینی شکل دهند.
هفتم	تعیین انتخاب‌های جایگزین قابل قبول و ارائه بازخورد مناسب	والدین با مفهوم و انواع بازخورد آشنا شده و می‌آموزند که چگونه بازخوردهای سریع متناسب و مناسب ارائه دهند.
هشتم	شناخت و پذیرش علائق، احساسات و شخصیت کودک	والدین با مفهوم پذیرش آشنا می‌شوند و می‌آموزند که چگونه علائق، احساسات و شخصیت کودک خود را بپذیرند.
نهم	اختصاص زمان با کیفیت و سرمایه‌گذاری توجه	والدین با ویژگی‌های زمان با کیفیت آشنا می‌شوند و می‌آموزند که چگونه زمان با کیفیت به کودک اختصاص دهند.
دهم	دلگرم کردن کودک	والدین با مفهوم و ویژگی‌های دلگرمی آشنا شده و می‌آموزند تا چگونه دلگرمی را در کودک خود ایجاد و افزایش دهند.

یافته‌ها

۴ نفر فوق‌دیپلم، ۳ نفر لیسانس و ۴ نفر فوق‌لیسانس است. وضعیت تحصیلی مادران گروه کنترل، شامل ۲ نفر دیپلم، ۴ نفر فوق‌دیپلم، ۵ نفر لیسانس و ۵ نفر فوق‌لیسانس است.

در این پژوهش نهایتاً ۳۲ نفر از مادران دارای فرزند ۷ تا ۱۱ ساله در شهرستان دماوند در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ بودند که به‌طور تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم شدند. در گروه آزمایش، ۷ مادر دارای ۱ فرزند، ۸ مادر دارای ۲ فرزند و یک مادر دارای ۳ فرزند حضور داشتند. در گروه کنترل ۵ مادر دارای ۱ فرزند و ۱۱ مادر دارای ۲ فرزند حضور داشتند. وضعیت تحصیلی مادران گروه آزمایش شامل ۵ نفر دیپلم،

جدول ۲. آمار توصیفی متغیر خودکارآمدی والدگری گروه آزمایش

متغیر	مرحله	آزمایش			کنترل		
		میانگین	انحراف استاندارد	چولگی	کشیدگی	میانگین	انحراف استاندارد
خودکارآمدی والدین	پیش‌آزمون	۴۲/۲۵	۸/۶۲	۰/۱۸	۰/۸۲	۱۱/۱۸	-۰/۶۳
	پس‌آزمون	۵۱/۵۰	۷/۰۶	-۰/۰۹	-۰/۱۱	۵۰/۱۸	-۰/۶۶

جدول ۲ ویژگی‌های توصیفی شامل میانگین، انحراف معیار، چولگی و کشیدگی را نشان می‌دهد. طبق این جدول، همه شاخص‌های چولگی و کشیدگی در بازه ۵ تا ۵- هستند و بنابراین متغیرها از توزیع نرمالی برخوردار هستند.

به جهت بررسی و مقایسه خودکارآمدی والدگری مادرانی که تحت مداخله بسته تدوین‌شده آموزشی فرزندپروری مبتنی بر نظریه خودتعیین‌گری قرار گرفته‌اند، از آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیری استفاده می‌شود. برای استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس، ابتدا پیش‌فرض‌های آن مورد بررسی قرار می‌گیرد. نرمال بودن: نرمال بودن توزیع متغیرها در بخش آمار توصیفی با استفاده از شاخص‌های چولگی و کشیدگی مورد بررسی قرار گرفت که طبق آن، توزیع متغیر نرمال است. همگنی ضریب رگرسیون متغیرهای هم‌پراش روی متغیر وابسته: به منظور بررسی این مفروضه، آزمون اثرات بین آزمودنی اجرا شد.

جدول ۳. همگنی ضرایب رگرسیون متغیرهای هم‌پراش خودکارآمدی والدگری

متغیر	مجدور میانگین	F	DF	SIG
خودکارآمدی والدگری	۱۲/۸۷	۰/۴۵	۱	۰/۵۱

در این تحلیل، جدول ۳، که پس‌آزمون به‌عنوان متغیر وابسته و اثر تعاملی متغیر مستقل (گروه) پیش‌آزمون به‌عنوان منبع اثر در نظر گرفته می‌شود، مقادیر F برای اثر تعاملی گروه پیش‌آزمون به لحاظ آماری معنادار نبود، بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که ضریب رگرسیون همگون است. برابری واریانس‌ها: پیش‌فرض برابری واریانس‌ها با آزمون لوین بررسی می‌شود.

جدول ۴. آزمون لوین برای بررسی برابری واریانس‌ها

متغیر	F	DF1	DF2	SIG
خودکارآمدی والدگری	۱/۰۵	۱	۳۰	۰/۳۱

طبق جدول ۴، سطح معناداری بیشتر ۰/۰۵ است، بنابراین واریانس‌ها با هم برابرند. بررسی پیش‌فرض‌های آزمون تحلیل کوواریانس نشان داد که امکان استفاده از این آزمون جهت بررسی فرضیه حاضر وجود دارد.

جدول ۵. تحلیل کوواریانس تک متغیری خودکارآمدی والدگری

منبع اثر	متغیر وابسته	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	SIG	اندازه اثر
پیش‌آزمون خودکارآمدی والدگری	پس‌آزمون خودکارآمدی والدگری	۱۵۸۴/۱۳	۱	۱۵۸۴/۱۳	۵۶/۴۲	P<۰/۰۱	۰/۶۶
گروه	پس‌آزمون خودکارآمدی والدگری	۳۹۹/۰۱	۱	۳۹۹/۰۱	۱۴/۲۱	P<۰/۰۱	۰/۳۳
خطا		۸۱۴/۳	۲۹	۲۹/۰۸	-	-	-

نتایج آزمون تحلیل کوواریانس تک‌متغیری، جدول ۵، نشان می‌دهد که مقدار $F(1=14/21, P<0/01)$ برای اثر متغیر مستقل (گروه) بر نمره خودکارآمدی والدگری به لحاظ آماری معنادار بوده است. در نتیجه فرضیه پژوهش تأیید می‌شود؛ یعنی خودکارآمدی والدگری مادرانی که تحت مداخله بسته تدوین‌شده آموزشی فرزندپروری مبتنی بر نظریه

همچنین این جدول نشان می‌دهد که میانگین نمرات در دو مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون در دو گروه آزمایش و کنترل تغییراتی را داشته‌اند، اما آمار توصیفی معیار مناسبی برای درک تفاوت‌ها نیست و برای تشخیص معنی‌داری تفاوت‌ها باید آزمون‌های استنباطی متناسب با فرضیه‌های پژوهش صورت گیرد.

خودتعیین‌گری قرار گرفته‌اند از والدین گروه گواه بیشتر است و اندازه‌ اثر آن ۳۳ درصد می‌باشد.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی بسته آموزشی فرزندپروری مبتنی بر خودتعیین‌گری بر خودکارآمدی والدین انجام شد. نتایج پژوهش نشان می‌دهد همسو با یافته‌های پژوهش سعادتی و همکاران (۱۳۹۹)، کریمی ایوانکی و همکاران (۱۳۹۸)، نیلی احمدآبادی و همکاران (۱۳۹۸)، ویلهلمسن-لانگلدن و همکاران (۲۰۲۰)، گارتز و همکاران (۲۰۱۸) و مغایر با یافته‌های پژوهش خانجانی و همکاران (۱۴۰۰) داده‌های آماری بیانگر آن بود که استفاده از خودتعیین‌گری در امر فرزندپروری، خودکارآمدی والدینی والدین را در گروه آزمایشی نسبت به گروه گواه افزایش داده است. فراگیری مهارت‌هایی همچون ارتباط مؤثر با کودک، اجتناب از تنبیه‌بدنی و قضاوت و متمرکز کردن توجه والدین به کودک در پژوهش کریمی ایوانکی و همکاران (۱۳۹۸) موجب آن شد تا والدین در امر فرزندپروری کارآمدی بالاتری را احساس نمایند. این یافته را می‌توان این‌چنین تبیین کرد زمانی جامعه ایران در گذار از سنت به مدرنیته با چالش‌های گوناگون و متعددی در ابعاد مختلف زندگی شخصی و اجتماعی مواجه بوده است. یکی از این چالش‌های فراگیر پایین آمدن خودکارآمدی والدین در پرورش فرزندانشان است؛ چرا که الگوهای سنتی تربیتی مبتنی بر پدرسالاری (مستبدانه) در سال‌های اخیر وجهه و اعتبار خود را از دست داده است و جامعه امروز دیگر پذیرای آن الگو و سبک نیست. در کنار این امر، دشواری‌ها و دغدغه‌های اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی عصر مدرن تنیدگی والدین در تربیت فرزندان را به دنبال داشته است. والدین با بهره‌گیری از شیوه‌های خودتعیین‌گر موجب ارضای نیازهای بنیادین روانشناختی در فرزندان خویش شده و عاملیت علی‌ایشان را تأمین نمایند، بستر یک رابطه رضایت‌بخش و کمتر چالش‌برانگیز را با فرزندان خود موجب می‌شوند که بدون استفاده از زور و کنترل‌گری موفق به والدگری سازنده می‌شوند و در این امر خطیر کارآمدی بیشتری را در خود احساس می‌نمایند. ثمرات این امر در طول دوران زندگی هم برای والدین و هم برای فرزندان در ابعاد و جنبه‌های گوناگون مفید واقع شده و امکان رشد و بالندگی بیشتر فرزندان را فراهم می‌نماید و چه‌بسا فرزندپروری

خودتعیین‌گر نه تنها موجب خویشتن‌آگاهی و خودکارآمدی بیشتر والدین بلکه تعمیم آن به سطح جامعه‌آگاهی می‌شود. زیرا هنگامی که والدین فرزندان خودتعیین‌گر و عامل را پرورش دهند، عواید آن نصیب جامعه نیز می‌شود. در این زمینه شوگرن و رلی (۲۰۲۲) معتقدند که زمینه‌های حمایتی و حمایت‌های فراگیر برای اطمینان از این که مردم به محیط‌هایی دسترسی دارند که ارضای نیازهای بنیادین روانی را ارتقاء می‌دهند و امکان ابراز اقدامات خودتعیین‌کننده را ممکن می‌سازند، و سیستم‌هایی ایجاد می‌کنند (برای مثال، سیاست‌ها، جوامع، خدمات و منابع) که برابری در دسترسی به حمایت‌های موردنیاز برای نتایج خودتعیین‌گر را ارتقاء می‌دهند، ضروری هستند. به‌علاوه زمانی که والدین در امر فرزندپروری توفیق بیشتری داشته باشند، ظرفیت فکری، هیجانی و روانی بیشتری برای پرداختن به سایر امور زندگی اعم از اقتصادی، خانه‌داری و... خواهند داشت و با فراغ‌بال بیشتری به این امور خواهند پرداخت.

در تبیین این یافته می‌توان اظهار داشت زمانی که والدین از فرزندپروری خودتعیین‌گر به منظور ارضای نیازهای بنیادین روانشناختی و تحقق عاملیت علی فرزندان خویش بهره می‌گیرند و به‌موجب آن کارآمدی بالاتری را نیز در والدگری تجربه می‌نمایند، به‌زیستی ذهنی ایشان گسترش می‌یابد که یکی از دستاوردهای آن کاهش استفاده از راهبردهای ناسازگارانه در تنظیم هیجان و بروز پاسخ‌های مثبت‌تر و بهینه‌تر در حفظ سلامت روانی و مدیریت صحیح احساسات و عواطف است. استفاده از راهبردهای مغایر با خودتعیین‌گری در فرزندپروری همچون کنترل بیرونی احتمال استفاده از راهبردهای مخرب و سرکوب‌گر هیجانی را بیشتر می‌کند. چنانچه والدین هیجان‌ات خود را مستقیم، ساده و به روش‌های غیرتهدیدکننده بیان نمایند، فرزندان بهره می‌برند. یک کودک نه تنها می‌خواهد بداند والدینش چه فکری می‌کنند، بلکه می‌خواهد بداند هیجان و احساس آن‌ها چگونه است. کودکان نیاز دارند بدانند که والدین نیز هیجان‌ات مثبت و منفی را دارند. زمانی که هیجان‌ات ابراز می‌شوند، فرزندان می‌فهمند چه چیزی برای والدین مهم است. همچنین کودکان از طریق مشاهده پاسخ هیجانی والدین، همدل‌بودن را می‌آموزند. هنگامی که والدین به طور کارآمد هیجان‌های خود را مهار می‌کنند، فرزندان هم می‌آموزند تا به همین شیوه عمل نمایند. همانند هر پژوهش دیگری که با آزمودنی‌های انسانی انجام می‌گیرد، این مطالعه نیز با محدودیت‌هایی روبه‌رو بوده است. متأسفانه در شرایط دشوار

ملاحظات اخلاقی

پیروی از اصول اخلاق پژوهش: این مقاله برگرفته از رساله دکتری نویسنده اول در رشته روانشناسی تربیتی در دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه علامه طباطبائی است. به جهت حفظ رعایت اصول اخلاقی در این پژوهش سعی شد تا جمع‌آوری اطلاعات پس از جلب رضایت شرکت‌کنندگان انجام شود. همچنین به شرکت‌کنندگان درباره رازداری در حفظ اطلاعات شخصی و ارائه نتایج بدون قید نام و مشخصات شناسنامه افراد، اطمینان داده شد.

حامی مالی: این پژوهش در قالب رساله دکتری و بدون حمایت مالی می‌باشد.

نقش هر یک از نویسندگان: این مقاله از رساله دکتری نویسنده اول و به راهنمایی نویسنده دوم و سوم و مشاوره نویسنده چهارم و پنجم استخراج شده است.

تضاد منافع: نویسندگان همچنین اعلام می‌دارند که در نتایج این پژوهش هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

تشکر و قدردانی: بدین وسیله از اساتید راهنما و مشاوران این تحقیق و والدینی که در این پژوهش شرکت کردند، تشکر و قدردانی می‌گردد.

اقتصادی-اجتماعی امروز پدرها رغبت و فراغت چندانی برای حضور در این گونه جلسات ندارند، فلذا نمونه ما به مادران محدود بود. عدم امکان کنترل برخی متغیرهای میانجی همچون طبقه اقتصادی-اجتماعی، قومیتی و محله مورد سکونت، محدودیت در نمونه‌گیری، تعمیم‌پذیری یافته‌ها را محدود می‌کند. استفاده از ابزار خودگزارش‌دهی همواره خطر بیش‌برآورد کردن یا کم‌برآورد کردن را به دنبال دارد.

با نظر به آنچه بدست آمد پیشنهاد می‌گردد که توجه به نیازهای بنیادین روانشناختی افراد در امر فرزندپروری و سایر تعاملات انسانی به‌منظور برقراری ارتباط مؤثر و سازنده و افزایش دلگرمی در روابط اولویت یابد، استفاده از بسته تدوین‌شده پژوهش فعلی توسط معلمان، مشاوران و مربیان در محیط‌های فرهنگی، آموزشی و تربیتی مورد توجه قرار گیرد، بررسی اثربخشی بسته تدوین‌شده بر روی متغیرهای دیگر همچون کیفیت زندگی، شکوفایی، تاب‌آوری، سرمایه مثبت روانشناختی در سایر پژوهش‌ها انجام شود.



منابع

اسماعیل پناه املشی، زهرا؛ حسین‌خانزاده، عباسعلی؛ اکبری، بهمن؛ مقتدر، لیلا. (۱۴۰۰). ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه خودکارآمدپنداری

والدگری، مجله علوم روانشناختی، ۲۰ (۱۰۲): ۹۵۱-۹۳۹.

<http://psychologicalscience.ir/article-1-1120-fa.html>

حاج‌خدادادی، داود؛ اعتمادی، عذرا؛ عابدی، محمدرضا؛ جزایری، رضوان سادات. (۱۴۰۰). اثربخشی برنامه فرزندپروری مثبت بر والدگری مؤثر و کیفیت رابطه والد-فرزندی در مادران دارای نوجوان مجله علوم روانشناختی، ۲۰ (۹۸): ۱۹۸-۱۸۵.

<http://psychologicalscience.ir/article-1-805-fa.html>

حسن‌زاده، مینا؛ وصلی، پروانه؛ استبصاری، فاطمه؛ و نصیری، ملیحه. (۱۳۹۹). ارتباط درک از مراقبت خانواده محور، فشار مراقبتی و خودکارآمدی در مادران کودکان مبتلا به بیماری مزمن. مجله حیات، ۲۵ (۴): ۴۲۹-۴۴۳.

<http://hayat.tums.ac.ir/article-1-3297-fa.html>

حسین‌زاده، پناه‌علی؛ علیوندی‌وفا، مرضیه؛ خانجانی، زینب؛ و حسینی‌نسب، سیدداوود. (۱۳۹۹). بررسی اثربخشی برنامه همکاری خانه و مدرسه بر خودکارآمدی تربیتی، عمومی و اجتماعی والدین دانش‌آموزان پایه اول ابتدایی شهر تبریز. فصلنامه علمی-پژوهشی خانواده و پژوهش، ۱۷ (۳)، ۶۶-۴۹.

<http://qjfr.ir/article-1-1596-fa.html>

خانجانی، مهدی؛ صالحی، ترنم؛ برجلی، احمد. (۱۴۰۰). اثربخشی درمان هیجان محور بر خودکارآمدی والدگری و احساس گناه مادران کودکان دچار آسیب سوختگی. مطالعات روانشناسی بالینی، ۱۱ (۴۳): ۱۱.

<https://doi.org/10.22054/jcps.2021.58384.2499>

خداپناه، فاطمه؛ تمنایی‌فر، محمدرضا. (۱۴۰۱). نقش میانجی‌گر شادکامی و خودکارآمدی تحصیلی در رابطه‌ی شفقت به خود و بهزیستی تحصیلی دانش‌آموزان مجله علوم روانشناختی، ۲۱ (۱۱۸): ۲۰۹۰-۲۰۶۷.

<http://psychologicalscience.ir/article-1-1733-fa.html>

دلاور، علی. (۱۴۰۰). مبانی نظری و عملی پژوهش در علوم انسانی و اجتماعی. چاپ دوم (ویرایش جدید) تهران: انتشارات رشد.

سعادت، نادره؛ یوسفی، زهرا؛ و گل‌پرور، محسن. (۱۳۹۹). اثربخشی بسته مشاوره تربیتی بومی بر کیفیت روابط والد-فرزندی و خودکارآمدی والدگری بر مادران دارای پسر نوجوان. فصلنامه تعالی مشاوره و روان‌درمانی، ۳۴ (۳)، ۵۶-۴۶.

<https://doi.org/20.1001.1.25382799.1399.9.34.4.3>

سیدشریفی، منصوره؛ نوابی‌نژاد، شکوه؛ فرزاد، ولی‌الله. (۱۳۹۸). مقایسه اثربخشی رویکرد هیجان‌مدار و طرحواره درمانگری بر خودکارآمدی والدگری مادران سرپرست خانواده مجله علوم روانشناختی، ۱۸ (۷۶): ۴۱۵-۴۰۷.

<http://psychologicalscience.ir/article-295-1-fa.html>

شیخ‌عطار، زهرا؛ حسینی، فریده‌سادات؛ و گلستانه، سیدموسی. (۱۳۹۷). بررسی مقایسه‌ای نقش خودکارآمدی مادرانه و فراهیجان‌مادر بر تنظیم هیجانی کودکان دارا و فاقد پدر در مقطع سنی ۸ تا ۱۱ سال. مطالعات زن و خانواده، ۱۶ (۱)، ۱۰۹-۱۳۱.

<https://doi.org/10.22051/jwfs.2017.12736.1291>

صالحی، سیده‌ترنم. (۱۳۹۸). اثربخشی درمان هیجان‌محور بر خودکارآمدی والدگری و احساس گناه مادران کودکان دچار آسیب سوختگی (پایان‌نامه کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی بالینی و عمومی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی).

<https://doi.org/10.22054/jcps.2021.58384.2499>

علی‌پور، فرزاد؛ علی‌اکبری دهکردی، مهناز و برقی ایرانی، زیبا. (۱۳۹۷). اثربخشی برنامه آموزش مهارت فرزندپروری ایمن بر شیوه‌های فرزندپروری مادران کودکان با علائم مشکلات رفتاری درونی‌سازی و برونی‌سازی شهرستان لاهیجان. فصلنامه کودکان استثنایی، ۱۸ (۲)، ۱۲۳-۱۳۴.

<http://joec.ir/article-1-622-fa.html>

فرازی، فریبا؛ و مظلوم، حمیده. (۱۳۹۹). نقش ادراک از سبک‌های فرزندپروری و دل‌بستگی به خدا در پیش‌بینی کنترل خشم دانش‌آموزان دختر. فصلنامه زن و مطالعات خانواده، ۱۳ (۴۸)، ۱-۱۵.

https://jwsf.tabriz.iau.ir/article_674607.html

کریمی ایوانکی، مرجان؛ سیدموسی، پریاسادات؛ و طهماسیان، کارینه. (۱۳۹۸). اثربخشی درمان مبتنی بر رابطه‌ی والد-کودک بر خودکارآمدی و رابطه‌ی مادر-کودک. روانشناسی تحولی: روانشناسان ایرانی، ۱۵ (۶۰)، ۳۹۱-۴۰۲.

https://jip.stb.iau.ir/article_668295.html

نیلی احمدآبادی، زهرا؛ باقری، فریبرز؛ و سلیمی بجستانی، حسین. (۱۳۹۸). اثربخشی برنامه آموزشی فرزندپروری با تأکید بر نظریه انتخاب بر بهبود رابطه‌ی والد-فرزندی و رضایت از زندگی مادران. فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، ۱۰ (۳۹)، ۹۹-۱۲۲.

<https://doi.org/10.22054/qccpc.2019.43869.2168>

References

- Alipour F, Aliakbari Dehkordi M, Barghi Irani Z. (2018). The effectiveness of safe parenting skills training program on parenting practices of mothers of children with signs of internalizing and externalizing behavior problems Lahijan city. *JOEC*, 18 (2):123-134 [in Persian]. <http://joec.ir/article-1-622-fa.html>
- Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. W H Freeman/Times Books/ Henry Holt & Co. <https://doi.org/10.4278/0890-1171-12.1.8>
- Boruszak-Kiziukiewicz, J., & Kmita, G. (2020). Parenting self-efficacy in immigrant families—A systematic review. *Frontiers in psychology*, 11, 985. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00985>
- Curtis, K.N., Nagase, A., Kim, S. et al. (2022). Raising Children in the Context of Rapid Social Change: Parenting Self-Efficacy of South Korean Mothers. *J Child Fam Stud* 31, 2676–2687. <https://doi.org/10.1007/s10826-021-02211-y>
- Delaware, Ali. (2021). Theoretical and practical foundations of research in humanities and social sciences. Second edition (new edition) Tehran: Roshd publishing house.
- Dumka, L. E., Stoerzinger, H. D., Jackson, K. M., & Roosa, M. W. (1996). Examination of the cross-cultural and cross-language equivalence of the parenting self-agency measure. *Family Relations*, 45(2), 216-222. <https://doi.org/10.2307/585293>
- Esmaelpanah Amlashi Z, Hosseinkhanzadeh A A, Akbari B, Moghtader L. (2021). Psychometric properties of the parenting self-efficacy questionnaire (TOPSE). *Journal of Psychological Science*. 20(102), 939-951. <http://psychologicalscience.ir/article-1-1120-fa.html>
- Fang, Y., Boelens, M., Windhorst, D. F., Raat, H., & Grieken, A. V. (2021). Factors associated with parenting self-efficacy: A systematic review. *J Adv Nurs*, 77 (6), 2641-2661. <https://doi.org/10.1111/jan.14767>
- Farazi, F., & mazloun, H. (2020). The role Of Perception of Parenting Styles and Devotion to God to God in Anticipation of Anger Control. *Women and Family Studies*, 13(48), 59-72. [in Persian]. https://jwsf.tabriz.iau.ir/article_674607.html
- Gärtner, K. A., Vetter, V. C., Schäferling, M., Reuner, G., & Hertel, S. (2018). Inhibitory control in toddlerhood—the role of parental co-regulation and self-efficacy beliefs. *Metacognition and Learning*, 13(3), 241-264. <https://doi.org/10.1007/s11409-018-9184-7>
- Glatz, T., & Buchanan, C. M. (2021). Trends in parental self-efficacy between 1999 and 2014. *Journal of Family Studies*, 1-16. <https://doi.org/10.1080/13229400.2021.1906929>
- Gessulat, J., Oppermann, E., Cohen, F., & Anders, Y. (2023). Parental self-efficacy in relation to family characteristics. *Journal of Early Childhood Research*, 21(2), 224–240. <https://doi.org/10.1177/1476718X231164133>
- Hajkhodadadi D, Etemadi O, Abedi M R, Jazayeri R S. (2021). The effectiveness of triple-p (positive parenting program) on effective parenting and quality of child-parent relationship in mothers with adolescents. *Journal of Psychological Science*. 20(98),185-198[in Persian]. <http://psychologicalscience.ir/article-1-805-fa.html>
- Hasan Zadeh M., Vasli, P., Estebarsari, F., Nasiri, M. (2020). The relationship of the perception of family-centered care, burden of care and self-efficacy in the mothers of children with chronic illness. *Hayat*, 25 (4), 429-443 [in Persian]. <http://hayat.tums.ac.ir/article-1-3297-fa.html>
- Hosseinazadeh P A, Alivandivafa, Ph.D. M, Khanjani, Ph.D. Z, Hosseininasab, Ph.D. S D. (2020). The Effects of Families and Schools Together Program (FAST) on Parental, General and Social Self-Efficacy of First Graders' Parents. *QJFR*, 17 (3):49-66. [in Persian]. <http://qjfr.ir/article-1-1596-fa.html>
- Kent-Marvick J, Simonsen S, Pentecost R, McFarland MM. (2020). Loneliness in pregnant and postpartum people and parents of children aged 5 years or younger: a scoping review protocol. *Syst Rev*. 14;9(1):213. doi: 10.1186/s13643-020-01469-5.
- Karimi Ivanaki, M., Mousavi, S., & Tahmasian, K. (2019). The Effectiveness of Parent-Child Relationship therapy on Self-Efficacy and Mother-Child Relationship. *Journal of Developmental Psychology Iraninan Psychologist*, 15(60), 391-402. [in Persian]. https://jip.stb.iau.ir/article_668295.html
- Khanjani, M., Salehi, T., & Borjali, A. (2021). The effect of emotional focused therapy on parental self-efficiency and feeling of guilt in mothers of children with burn injuries. *Clinical Psychology Studies*, 11(43), 109-136[in Persian]. <https://doi.org/10.22054/jcps.2021.58384.2499>
- Khodapanah F, Tamnaei far M R. (2022). The mediating role of happiness and academic self-efficacy in the

- relationship between self-compassion and academic well-being in student. *Journal of Psychological Science*. 21(118), 2067-2090[in Persian]. doi:10.52547/JPS.21.118.2067
- Liu, T., Zhang, X., & Jiang, Y. (2020). Family socioeconomic status and the cognitive competence of very young children from migrant and non-migrant Chinese families: The mediating role of parenting self-efficacy and parental involvement. *Early Childhood Research Quarterly*, 51, 229-241. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2019.12.004>
- Nili ahmadabadi, Z., bagheri, F., & salimi bajestani, H. (2019). Effectiveness of instructional plan of child-rearing with emphasis on choice theory on improvement of parent-child relationship and life-satisfaction of mothers. *Counseling Culture and Psychotherapy*, 10(39), 99-122[in Persian]. doi:10.22054/qccpc.2019.43869.2168
- Saadati, N., Yousefi, Z., & Gholparvar, M. (2020). The Effectiveness of a Native Educational Counseling Package on the Quality of Parent-Child Relationships and Parenting Self-Efficacy. *Journal of Excellence in counseling and psychotherapy*, 9(34), 46-56[in Persian]. <https://doi.org/10.22054/jcps.2021.58384.2499>
- Salehi, Seyedharnam. (2018). The effectiveness of emotion-oriented therapy on parenting self-efficacy and guilt of mothers of children with burn injuries (Master's thesis, Department of Clinical and General Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabatabai University), [in Persian]. <https://doi.org/10.22054/jcps.2021.58384.2499>
- Seyyedsharifi M, Navabi Nezhad S, farzad V. (2019). Comparison of the effectiveness of emotional -focused and schema therapy approach on the self-Efficacy of parenting in mothers of the household head. *Journal of Psychological Science*. 18(76), 407-415. [in Persian]. <http://psychologicalscience.ir/article-1-295-fa.html>
- Sheikh Attar, Z., Hosseini, F. S., & Golestane, S. M. (2018). Comparison of role of maternal self efficacy and maternal meta-emotion on children's emotion regulation in children with and without father. *Journal of Woman and Family Studies*, 6(1), 109-131. [in Persian]. <https://doi.org/10.22051/jwfs.2017.12736.1291>
- Shogren, K. A., & Raley, S. K. (2022). Self-Determination and Causal Agency Theory: Integrating Research into Practice. *Springer Nature*. <https://a.co/d/f7nc8SY>
- Suzuki, S., Holloway, S. D., Yamamoto, Y., & Mindnich, J. D. (2009). Parenting self-efficacy and social support in Japan and the United States. *Journal of Family Issues*, 30(11), 1505-1526. <https://doi.org/10.1177/0192513X09336830>
- Walters, G. D. (2021). Delinquency as a consequence of parental warmth and self-efficacy: Total sample and individual male and female mediation analyses. *Journal of adolescence*, 89, 137-148. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2021.04.009>
- Wilhelmsen-Langeland, A., Aardal, H., Hjelmseth, V., Fyhn, K. H., & Stige, S. H. (2020). An Emotion Focused Family Therapy workshop for parents with children 6-12 years increased parental self-efficacy. *Emotional and Behavioural Difficulties*, 25(1), 29-41. <https://doi.org/10.1080/13632752.2019.1655921>