

## اثربخشی آموزش مدیریت والدین بر تحمل ناکامی و سازگاری دختران نوجوان The Effectiveness of Parent Management Training (PMT) on Frustration Tolerance and Adjustment of Adolescent Girls

**Marzieh Shahriari Sarhadi**

M.A in Clinical Psychology, Faculty of Literature and Humanities, University of Bahonar, Kerman, Iran.

**Dr. Noshirvan Khezri Moghadam \***

Assistant of Psychology, Faculty of Literature and Humanities, University of Bahonar, Kerman, Iran.

[khezri147@uk.ac.ir](mailto:khezri147@uk.ac.ir)

**Dr. Anahita Tashk**

Assistant of Psychology, Faculty of Literature and Humanities, University of Bahonar, Kerman, Iran.

مرضیه شهریاری سرحدی

کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه باهنر، کرمان، ایران.

دکتر نوشیروان خضری مقدم (نویسنده مسئول)

استادیار گروه روانشناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه باهنر، کرمان، ایران.

دکتر آناهیتا تاشک

استادیار گروه روانشناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه باهنر، کرمان، ایران.

### Abstract

The present study was aimed to determine the effectiveness of Parent Management Training (PMT) on frustration tolerance and adjustment of adolescent girls in Kerman. The research method was semi-experimental with a pretest-posttest and control group. A sample of 32 First year high school girls in Kerman was chosen by a multistage cluster random sampling method in the 2018\_2019 academic year and randomly assigned to the experimental and control group. The parents of the experimental group were included in Parent Management Training (PMT) program for 9 sessions but parents of the control group did not receive any training. The research tools were Harrington's frustration Tolerance questionnaire (2005) and Sinha and Sing's Adjustment students questionnaire (1993). The data were analyzed by descriptive indicators and multivariate analysis of covariance using SPSS software version 24. The results showed in the experimental group compared to the control group, the mean scores of frustration intolerance significantly reduced and the mean scores of adjustment significantly increased in the posttest. Therefore, the results showed that Parental Management Training can be a useful intervention for reducing frustration intolerance and increasing adjustment of adolescent girls.

### چکیده

هدف پژوهش حاضر، تعیین اثربخشی آموزش مدیریت والدین بر تحمل ناکامی و سازگاری دختران نوجوان شهر کرمان بود. روش پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. نمونه‌ای به تعداد ۳۲ نفر از دختران دوره متوسطه اول شهر کرمان در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب و به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه جایگزین شدند. والدین گروه آزمایش به مدت ۹ جلسه در برنامه آموزش مدیریت والدین قرار گرفتند، ولی والدین گروه گواه هیچگونه آموزشی دریافت نکردند. ابزار پژوهش، پرسشنامه تحمل ناکامی هارینگتون (۲۰۰۵) و سازگاری دانش‌آموزان سینها و سینگ (۱۹۹۳) بود. داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۴ و شاخص‌های توصیفی و آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیری مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج نشان داد در گروه آزمایش نسبت به گروه گواه، در پس‌آزمون میانگین نمرات عدم تحمل ناکامی به صورت معناداری کاهش و میانگین نمرات سازگاری به صورت معناداری افزایش یافته بود. لذا نتایج پژوهش نشان داد که آموزش مدیریت والدین می‌تواند به عنوان یک روش مداخله‌ای مفید برای کاهش عدم تحمل ناکامی و افزایش سازگاری دختران نوجوان به کار رود.

واژه‌های کلیدی: آموزش مدیریت والدین، تحمل ناکامی، سازگاری، نوجوان.

**Keywords:** Parent Management Training (PMT), Frustration Tolerance, Adjustment, Adolescent

## مقدمه

خانواده به عنوان اولین و مهم‌ترین کانون رشد و تربیت نوجوانان، اهمیت فوق العاده‌ای در شکل‌گیری و تکامل رفتاری دارد (بیتر و کارلسون<sup>۱</sup>، ۲۰۱۶). خانواده به صورت سیستمی است که باید با تغییرات اعضای خود سازگار باشد. از جمله تغییرات در اعضای خانواده و چرخه زندگی خانوادگی زمانی است که کودک خانواده در طی مراحل رشدی به دوره نوجوانی برسد (باردلی، سورنتینو و فارینگتون<sup>۲</sup>، ۲۰۱۹). نوجوانی به دوره‌ای از رشد اطلاق می‌شود که بین کودکی و بزرگسالی قرار دارد به همین دلیل نوجوانی یک دوره انتقال است (حسینیان، زهرایی و خدابخشی، ۱۳۸۳). این مرحله از چرخه زندگی خانوادگی به ویژه برای والدین بسیار پیچیده و دشوار است. با توجه به نتایج تحقیق‌ها درباره نوجوانی، برخلاف دیدگاه انسان‌شناسی که این دوره را بدون استرس می‌داند، برخی مانند فروید<sup>۳</sup> و هال<sup>۴</sup> این دوره را پر از آشوب، استرس و طوفان می‌دانند (نیکسون<sup>۵</sup>، ۲۰۰۲). در همین راستا، نتایج پژوهش‌های متعدد نشان می‌دهد که خانواده و روابط با همسالان بزرگ‌ترین عوامل ایجادکننده رفتار نامناسب اجتماعی و خشونت‌آمیز است؛ به طوری که بین روابط نامناسب والدین و نوجوان و روابط مشکل‌دار رابطه مثبت وجود دارد (بیتر و کارلسون، ۲۰۱۶). در مطالعات صورت گرفته با در نظر گرفتن این شواهد به منظور کاهش آثار مخرب خشم در روابط بین‌فردی و کاهش مشکلات رفتاری لازم است اصلاحاتی در محیط خانواده انجام گیرد. یکی از این اصلاحات برنامه آموزشی مدیریت والدین<sup>۶</sup> است که یکی از رایج‌ترین و موثرترین شیوه‌های درمانگری است که تاثیرات مثبت آن در مطالعات گوناگون تأیید شده است (باردلی و همکاران، ۲۰۱۹؛ کازدین<sup>۷</sup>، ۲۰۱۸) و در درمان مشکلات رفتاری بر سایر روش‌ها برتری دارد (فابیو<sup>۸</sup>، ۲۰۰۹). در سال‌های اخیر این مساله به اثبات رسیده است که سبک کنترل والدین آثار مهمی در رشد هم‌جانبه و رفتار کودک از لحاظ زیستی روانی و اجتماعی دارد (سپشنو، کیوپرس، تنجی<sup>۹</sup> و همکاران، ۲۰۱۹؛ تاپلاک - کانرز، شوستر<sup>۱۰</sup> و همکاران، ۲۰۰۸). در پژوهش‌های دیگر نیز نشان داده شده که آموزش والدین باعث کاهش مشکلات رفتاری در کودکان می‌شود (کوهلیک، سائوسنتالر، استندل<sup>۱۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۲؛ تراور، پالمرو و وب<sup>۱۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۹). در این راستا، پژوهش وحید و خانجانی (۱۳۹۳) نشان داد آموزش مدیریت والدین در بهبود سبک فرزندپروری نقش مهمی ایفا می‌کند.

آموزش مدیریت رفتار والدین به روشی اطلاق می‌شود که در آن یکی از والدین یا هر دو در خصوص تعامل جداگانه با فرزندانشان آموزش می‌بینند (کازدین، ۲۰۱۸). اساس آموزش مدیریت رفتار والدین بر این دیدگاه استوار است که اختلالات رفتاری کودکان در نتیجه تعاملات غلط بین فرزند و والدین به وجود آمده و تداوم می‌یابد (روس، هرناندز، گرازیانو<sup>۱۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۶). در روش آموزش مدیریت رفتار والدین برای کنترل رفتار فرزندان مقررات مشخصی تعیین شده و مرزها به خوبی تعریف می‌شوند و این موضوع تاثیر زیادی در اعمال کنترل والد بر فرزند دارد (فورگاتچ و گویرتز<sup>۱۴</sup>، ۲۰۱۷). در این راستا، پژوهش‌ها نشان می‌دهد که میزان اثرگذاری و فراگیری آموزش خانواده به مراتب بیش از تنظیم و تصویب قوانین دارای تاثیرات پایدار و اساسی در ایجاد نگرش مثبت و تغییر در طرز تلقی افراد و رفتار آن‌ها خواهد بود و به همین دلیل آموزش خانواده به مثابه حقی از حقوق خانواده‌ها در نظر گرفته می‌شود که برای رشد فرهنگی هر ملت لازم است (کار<sup>۱۵</sup>، ۲۰۱۹؛ تیجسن، آلبرجت، موریس<sup>۱۶</sup> و همکاران، ۲۰۱۷). آموزش والدین در خصوص مسائل تربیتی موجب می‌گردد که آنان محیط مناسب‌تری برای رشد و شکوفایی استعدادهای بالقوه فرزندان خود فراهم کنند و این امر نیز پیشرفت و بالندگی افراد خانواده و جامعه را در پی خواهد داشت (فورگاتچ و گویرتز، ۲۰۱۷).

1 Bitter & Carlson

2 Baldry, Sorrentino & Farrington

3. Freud

4. Hull

5. Nixon

6. Parent Management Training

7. Kazdin

8. Fabio

9. Septiono, Kuipers & Ng

10. Taplak, Connors & Shuster

11. Kohlboeck, Sausenthaler & Standl

12. Tarver, Palmer & Webb

13. Ros, Hernandez & Graziano

14. Forgatch & Gewirtz

15. Carr

16. Thijssen, Albrecht & Muris

یکی از متغیرهایی که می‌تواند تحت تأثیر والدین قرار بگیرد، عدم تحمل ناکامی<sup>۱</sup> است. ناکامی<sup>۲</sup> هنگامی پیش می‌آید که شخص نتواند به هدف مطلوب برسد (مکلارین-جیانگ<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۹). منبع ناکامی می‌تواند درونی، همچون ناتوانی در انجام دادن کارها و بی‌کفایتی باشد. به عبارتی دیگر، ناکامی زمانی ایجاد می‌شود که فرد انتظارات غیر واقع‌بینانه داشته باشد (هاتچیسون-کروپات و چایو<sup>۴</sup>، ۲۰۱۴). ناکامی عموماً اینگونه درک می‌شود: حالت منع در ارضای انگیزه یا تداخلی در پاسخ هدف یا در عمل واسطه‌ای که منتهی به آن هدف می‌شود (کرمی، ۱۳۸۸). تحمل ناکامی به قابلیت فرد در نشان دادن مقاومت در کوشش با وجود شکست مکرر و محیط خصومت‌آمیز اشاره می‌کند (گیمنز-بارکونس، کاستراس، دیپلار آرمنگو<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۱۴). تحمل ناکامی قابلیت فرد برای مقاومت در برابر ناکامی است، بدون اینکه در سازگاری<sup>۶</sup> روان‌شناختی فرد اشکالی ایجاد شود؛ یعنی بدون اینکه به شیوه‌های ناپسند رفتاری دست بزند. ناتوانی در تحمل ناکامی به آشفتگی روانی، ناسازگاری و مشکلات در روابط بین اشخاص می‌انجامد (مکلارین-جیانگ و همکاران، ۲۰۱۹). کسی که توانایی بیشتر در تحمل ناکامی داشته باشد در مقایسه با کسی که در این خصوص توانایی کمتری دارد؛ کمتر پرخاشگری می‌کند. افرادی که استعداد<sup>۷</sup> کمتری در تحمل ناکامی دارند در توانایی خواندن مشکل بیشتری دارند؛ همچنین تحمل ناکامی کم به رفتار ضداجتماعی یا رفتار ناسازگار دیگری منتهی می‌شود (میلر، راشر، هیات<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۱۴). افراد با آستانه تحمل بالا افرادی منطقی، خوشحال و انعطاف‌پذیرند و در رفتار خود خواهان دستیابی سریع به راه‌حل‌های عملی هستند؛ این گونه افراد به راحتی و به سادگی با مشکلات کنار می‌آیند و در زمان کوتاهی بسیار سخت کار می‌کنند و برای رسیدن به اهداف بلندمدت تلاش می‌کنند (روزنباوم و لاسلی<sup>۹</sup>، ۲۰۱۳). رودریگوز، روسا و کریچر<sup>۱۰</sup> (۲۰۱۵) نشان دادند نوجوانانی که دارای والدین مقتدر هستند از تحمل ناکامی بیشتری برخوردارند و کمتر مورد سوءاستفاده قرار می‌گیرند. پژوهش ایجاز و محمود<sup>۱۱</sup> (۲۰۰۹) نیز نشان داد همبستگی مثبت معناداری میان سبک فرزندپروری مقتدرانه و سطوح بالای تحمل ناکامی وجود دارد.

سازگاری به مثابه مهم‌ترین نشانه سلامت روان، از مباحثی است که در دهه‌های اخیر توجه بسیاری از پژوهشگران را جلب کرده است (واریسو، گیورری، تامپسون<sup>۱۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۷). بعضی از پژوهشگران سازگاری را مترادف با مهارت‌های اجتماعی<sup>۱۳</sup> می‌دانند (علیزاده، ۱۳۹۶). از نظر آن‌ها مهارت اجتماعی عبارت است از توانایی ایجاد ارتباط با دیگران در زمینه معین به طریقی که در عرف جامعه پذیرفته و ارزشمند باشد (عالی‌پور، سحافی و جلوداری، ۱۳۹۴). شاید بتوان گفت که رشد اجتماعی، مهم‌ترین نشان سلامت است (موران، رومانیک، کافی<sup>۱۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۶). در افراد کمرو وجود مشکلات پایدار در ارضای نیازها و ارتباطات اجتماعی منجر به ناسازگاری می‌شود (جاسی، لنهاارد، کربس<sup>۱۵</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). فقدان ارتباطات اجتماعی موثر می‌تواند منجر به هیجان‌های منفی، اضطراب، افسردگی، تنهایی، احساس انزوا<sup>۱۶</sup> و خودپنداره<sup>۱۷</sup> ضعیف شود (گری، ویتاک، ایستون<sup>۱۸</sup> و همکاران، ۲۰۱۳). رفتار انسان تحت تأثیر عوامل اجتماعی گوناگونی قرار دارد و شخصیت انسان در صورتی به کمال می‌رسد که بین فرد و محیط تعامل و تبادل مناسبی برقرار باشد (جاسی و همکاران، ۲۰۲۰). فشارهای اجتماعی تأثیرات متنوعی بر روی افراد به جای می‌گذارد؛ اما هرچقدر فرد از انعطاف‌پذیری بالاتری برخوردار باشد، نه تنها با محیط سازگار، بلکه محیط را نیز بنا بر خواسته خود دگرگون می‌کند (اسچولت، انگلس،

<sup>1</sup> Intolerance of Frustration

<sup>2</sup> Frustration

<sup>3</sup> McLaurin-Jiang

<sup>4</sup> Hutchison-Krupat & Chao

<sup>5</sup> Giménez-Barcons, Casteràs & del Pilar Armengol

<sup>6</sup> Adjustment

<sup>7</sup> Talent

<sup>8</sup> Miller, Rausher & Hyatt

<sup>9</sup> Rosenbaum & Lasley

<sup>10</sup> Rodriguez, Russa & Kircher

<sup>11</sup> Ijaz & Mahmood

<sup>12</sup> Wariso, Guerrieri & Thompson

<sup>13</sup> Social skills

<sup>14</sup> Moran, Romaniuk & Coffey

<sup>15</sup> Jassi, Lenhard & Krebs

<sup>16</sup> Felling isolated

<sup>17</sup> Self-concept

<sup>18</sup> Gray, Vitak & Easton

اوربیک<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۰۷). سازگاری با عوامل گوناگونی چون وراثت، محیط، خانواده، شیوه‌های تربیتی و هویت جنسی<sup>۲</sup> و عضویت در گروه‌ها ارتباط دارد (کاتا، جوینر و کوین<sup>۳</sup>، ۲۰۰۲). در این راستا، قاسمی، نوری و عبدی زرین (۱۳۹۸) در پژوهشی اثربخشی آموزش مدیریت والدین بر کاهش علایم رفتاری دانش‌آموزان را مورد بررسی قرار دادند، یافته‌های بدست آمده حاکی از تاثیر مثبت این آموزش بر کاهش مشکلات رفتاری، اجتماعی و تحصیلی بود. از سویی دیگر، ابراهیم‌زاده، آگشته، زینال‌پور و همکاران (۱۳۹۶) در پژوهش خود به بررسی نقش آموزش مدیریت والدین بر کاهش رفتار امتناع از مدرسه پرداختند، نتایج این مطالعه نشان داد آموزش مدیریت والدین به طور معناداری توانسته است نشانه‌های امتناع از مدرسه رفتن را کاهش دهد و به صورتی منجر به افزایش سازگاری تحصیلی در دانش‌آموزان شود. حیدری، فلاحی و حاجیلو (۱۳۹۷) نیز در مطالعه خود به این نتیجه رسیدند والدینی که از سبک‌های فرزندپروری مقتدرانه استفاده می‌کنند، فرزندانشان از سازگاری اجتماعی بیشتری در مدرسه برخوردار هستند.

در دوران نوجوانی به دلیل اینکه ارتباط با همسالان افزایش و وابستگی والدین کاهش می‌یابد؛ سازگاری از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است (شیم و فینچ<sup>۴</sup>، ۲۰۱۴). همچنین در این دوره سنی نوجوانان با ناکامی‌های متعددی روبرو می‌شوند. نوجوانانی که فاقد سازگاری و تحمل ناکامی‌اند، دچار اختلالات رفتاری<sup>۵</sup> شده و رفتارشان برای خود و اطرافیان‌شان مشکلات زیادی ایجاد می‌کند (تویلها، دکویت، برگورف<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۱۹). در نتیجه افزایش سازگاری و تحمل ناکامی نوجوانان دختر از اهمیت بالایی برخوردار است. لذا این پژوهش درصدد این است که بداند آیا با اصلاحاتی در محیط خانواده با استفاده از روش آموزش مدیریت والدین به‌عنوان یک روش تربیتی می‌توان تحمل ناکامی و سازگاری دختران نوجوان را افزایش داد؟

## روش

طرح پژوهش حاضر، نیمه تجربی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری کلیه دختران نوجوان متوسطه اول شهر کرمان به تعداد ۱۵۵۳۲ نفر که در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ در این شهر مشغول به تحصیل بودند و مادران آن‌ها بودند. با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای ۳۲ نفر انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (n=۱۶) و کنترل (n=۱۶) گمارده شدند. حجم نمونه بر اساس نتایج نرم افزار G\*Power<sup>۷</sup> و در نظر گرفتن نکات مطرح‌شده برای حجم نمونه در تحلیل کوواریانس چندمتغیره تعیین گردید (فائول، اردفلر، لانگ<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۰۷). ملاک‌های ورود به پژوهش شامل تعلق به جامعه پژوهش، موافقت برای شرکت در پژوهش و رضایت‌نامه کتبی بود. همچنین، غیبت بیش از دو جلسه و عدم تمایل به ادامه همکاری در پژوهش به عنوان ملاک‌های خروج شرکت‌کنندگان در نظر گرفته شدند. جهت جمع‌آوری نمونه‌ها از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای استفاده شد. به این ترتیب که از بین دو ناحیه آموزش و پرورش شهر کرمان ناحیه دو این شهر به صورت تصادفی انتخاب شد و از بین مدارس متوسطه اول این ناحیه دو مدرسه به صورت تصادفی انتخاب و سپس از میان شش کلاس این دو مدرسه دو کلاس به صورت تصادفی انتخاب و ۳۲ نفر از دانش‌آموزان این دو کلاس به صورت تصادفی به عنوان نمونه انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه کنترل و آزمایش قرار گرفتند.

## ابزار سنجش

**پرسشنامه تحمل ناکامی<sup>۹</sup>:** این مقیاس توسط هارینگتون<sup>۹</sup> (۲۰۰۵) تهیه شده است. هدف این مقیاس سنجش میزان تحمل ناکامی فرد در رسیدن به اهداف است. این مقیاس چهار عاملی به صورت طیف لیکرت (۵= کاملاً موافقم، ۴= موافقم، ۳= نظری ندارم، ۲= مخالفم، ۱= کاملاً مخالفم) نمره‌گذاری می‌شود. مجموع نمرات پایین نشانه تحمل ناکامی بالای آزمودنی و مجموع نمرات بالا نشان‌دهنده تحمل ناکامی کم آزمودنی است. بابا رئیسی و علی‌مهدی (۱۳۹۳) ضریب آلفای کرونباخ کل پرسشنامه را ۰/۸۴، برای مؤلفه عدم تحمل عاطفی<sup>۱۰</sup>

1. Scholte, Engels & Overbeek

2. Sexual identity

3. Kata, Joiner & Kwon

4 Shim & Finch

5. Behavioral disorders

6 Twilhaar, de Kieviet & Bergwerff

7 Faul, Erdfelder & Lang

8 Frustration Tolerance Questionnaire

9 Harrington

10 Emotional intolerance

۰/۵۰، عدم تحمل ناراحتی<sup>۱</sup> ۰/۶۱، عدم تحمل پیشرفت<sup>۲</sup> ۰/۵۲ و عدم تحمل بی‌عدالتی<sup>۳</sup> ۰/۷۱ به دست آورده‌اند. همچنین درختکار و صفی‌خانی (۱۳۹۸) روایی همسانی درونی کل پرسشنامه را برای مؤلفه عدم تحمل عاطفی ۰/۷۲، عدم تحمل ناراحتی ۰/۷۸، عدم تحمل پیشرفت ۰/۷۴ و عدم تحمل بی‌عدالتی ۰/۸۹ گزارش کردند. در مطالعه حاضر نیز آلفای کرونباخ ۰/۸۲ برای این مقیاس بدست آمد.

**پرسشنامه سازگاری دانش آموزان<sup>۴</sup>:** این مقیاس در سال ۱۹۹۳ توسط سینها و سینگ<sup>۵</sup> به منظور تعیین سازگاری اجتماعی، هیجانی و تحصیلی دانش‌آموزان ساخته شده است. پرسشنامه حاضر ۵۵ گویه دارد و نمره‌گذاری آن به صورت صفر و یک است. سازندگان آزمون ضریب پایایی این آزمون را با روش‌های دو نیمه کردن، بازآزمایی و کودر ریچاردسون به ترتیب ۰/۹۵، ۰/۹۳، ۰/۹۴ به دست آورده‌اند (سینها و سینگ، ۱۹۹۳). همچنین روایی محتوایی این آزمون را ۲۰ نفر از متخصصان روان‌شناسی تأیید کرده‌اند. هنجاریایی این پرسشنامه در ایران روی دانش‌آموزان دبیرستانی انجام گرفت و ضریب اعتبار کل مقیاس با روش دونیمه کردن ۰/۹۵، با روش بازآزمون ۰/۹۳ و روش کودر ریچاردسون ۰/۹۴ تعیین شد (ساعتچی، کامکاری و عسکریان، ۱۳۸۹). در پژوهش خانجانی‌زاده و باقری (۱۳۹۱) پایایی خرده‌مقیاس سازگاری اجتماعی با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۵ به دست آمد. در این پژوهش آلفای کرونباخ ۰/۸۸ برای این پرسشنامه بدست آمد.

در ابتدا شرکت‌کنندگان این پژوهش در شرایط یکسان به پرسشنامه‌های این مطالعه پاسخ دادند و سپس به مادران گروه آزمایش پروتکل آموزش مدیریت والدین بارکلی<sup>۶</sup> (۱۹۹۷) هفته‌ای یک بار طی ۹ جلسه ۴۵ دقیقه‌ای آموزش داده شد و به گروه کنترل هیچ گونه آموزشی از مداخله مذکور ارائه نشد. بعد از اتمام جلسات آموزشی از هر دو گروه آزمایش و کنترل در شرایط یکسان پس‌آزمون به عمل آمد. بعد از جمع‌آوری داده‌های پیش‌آزمون و پس‌آزمون اطلاعات گردآوری شده با آزمون‌های آماری مناسب مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند و از تمامی افراد که در پژوهش شرکت کرده بودند قهرمانی به عمل آمد. در این پژوهش آزمودنی‌ها در هیچ یک از گروه‌های آزمایش و کنترل ریزش نداشتند و تعداد افراد هر گروه تا پایان پژوهش ثابت و بدون ریزش باقی ماندند. از جمله اصول رعایت شده اخلاقی بر اساس انجمن روان‌شناسی آمریکا عدم تزییع حقوق افراد شرکت‌کننده در پژوهش و رعایت حقوق انسانی آن‌ها بود. لازم به ذکر است، به آزمودنی‌ها گفته شد مشارکت در تحقیق برای آن‌ها هیچ گونه ضرر جسمی و روان‌شناختی ندارد و پاسخ‌های آن‌ها به سوالات کاملاً محرمانه می‌ماند و نتایج به صورت گروهی تحلیل می‌شوند. همچنین بعد از اتمام جلسات آموزشی و اجرای پس‌آزمون، جلسات به طور فشرده در جهت رعایت اصول اخلاقی بر روی گروه کنترل نیز اجرا گردید. بعد از گردآوری اطلاعات به دست آمده، داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۴ مورد تحلیل آماری قرار گرفتند.

#### جدول ۱. جلسات آموزش مدیریت والدین به شیوه بارکلی

جلسات	اهداف و محتوای جلسات آموزشی
جلسه اول	آشنایی و دادن اطلاعات در مورد اینکه چرا فرزندانشان سازگاری اجتماعی و تحمل ناکامی پایینی دارند. این جلسه اختصاص به آموزش والدین در این زمینه‌ها دارد: علل نوعی نا سازگاری و آستانه تحمل پایین در برابر ناکامی‌ها. چگونگی تعامل این عوامل، و اینکه والدین چگونه می‌توانند تشخیص علل را در و خانواده خود آغاز کنند و تعیین کارهایی که باید انجام گیرد.
جلسه دوم	این جلسه به آموزش والدین جهت ایجاد و افزایش توجه والدین به رفتار مثبت نوجوان و تقدیر از آن و حذف توجه غیر موثر یا حتی زبان بخش تخصیص می‌یابد.
جلسه سوم	از والدین می‌خواهند با مشاهده اطاعت نوجوان، با تصدیق، قدردانی و تحسین، به طور مشروط به آن پاسخ دهند.
جلسه چهارم	وقتی تحسین کافی نیست، ژتون و امتیاز دادن. اکنون درمانگر از والدین می‌خواهد که برنامه انگیزشی بسیار موثری را اجرا کنند. این برنامه مجموعه متنوعی از پاداش‌ها و مشوق‌هایی که در خانه به آسانی در دسترس است به خدمت گرفته می‌شود تا پیروی کودک از فرمان‌ها، قوانین و وظایف روزمره در خانه افزایش یابد.
جلسه پنجم	محروم سازی و دیگر روش‌های انضباطی. این مرحله بحث مفصل درباره محروم سازی از تقویت‌ها یا صرفاً محروم سازی اختصاص می‌یابد.

<sup>1</sup> Intolerance of discomfort

<sup>2</sup> Intolerance of progress

<sup>3</sup> Intolerance of injustice

<sup>4</sup> Student Adaptation Questionnaire

<sup>5</sup> Sinha & Sing

<sup>6</sup> Barkley

## The Effectiveness of Parent Management Training (PMT) on Frustration Tolerance and Adjustment of ...

جلسه ششم	تعمیم محروم سازی به دیگر بدرفتاری‌ها. همین که والدین تکنیک محروم سازی را به طور موثر به کار گرفتند، اجازه پیدا می‌کنند تا از آن در مورد یکی دو بدرفتاری دیگر فرزندان استفاده کنند.
جلسه هفتم	پیش‌بینی مشکلات. مدیریت کودکان در مکان‌های عمومی. به والدین آموزش داده می‌شود که از نسخه‌های اصلاح شده‌ی تکنیک‌های مدیریت بدرفتاری کودک در مکان‌های عمومی استفاده کنند.
جلسه هشتم	کنترل بهبود عملکرد در مدرسه: کارت گزارش روزانه رفتار در مدرسه. این کار از طریق استفاده از کارت گزارش روزانه رفتار در مدرسه به همراه برنامه پاداش خانگی انجام می‌گیرد.
جلسه نهم	درباره مدیریت بر مشکلات آینده، روش‌های کار مشترک با کارکنان مدارس و مواجهه با مشکلات همراه بحث شد

## یافته‌ها

میانگین و انحراف استاندارد نمرات پیش‌آزمون-پس‌آزمون تحمل ناکامی و سازگاری گروه آزمایش و کنترل در جدول ۲ ارائه شده است. همچنین در این جدول نتایج آزمون شاپیرو-ویلک برای بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها در دو گروه گزارش شده است. با توجه به این جدول آماره شاپیرو-ویلک برای تمامی متغیرها معنی‌دار نیست. لذا می‌توان نتیجه گرفت که توزیع متغیرها نرمال است.

جدول ۲. شاخص‌های توصیفی نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون در دو گروه آزمایش و کنترل (n=۳۲)

متغیر	وضعیت	گروه	میانگین	انحراف استاندارد	آماره شاپیرو-ویلک	P
عدم تحمل عاطفی	پیش‌آزمون	آزمایش	۲۳/۵۶	۴/۵۸	۰/۹۵	۰/۵۸
		گواه	۲۳/۹۳	۳/۲۱	۰/۹۴	۰/۴۹
	پس‌آزمون	آزمایش	۱۷/۰۶	۲/۵۶	۰/۹۶	۰/۶۶
		گواه	۲۱/۸۷	۳/۳۲	۰/۹۲	۰/۲۵
عدم تحمل ناراحتی	پیش‌آزمون	آزمایش	۱۹/۳۷	۳/۹۳	۰/۸۹	۰/۰۷
		گواه	۱۹/۹۳	۴/۱۲	۰/۹۳	۰/۶۴
	پس‌آزمون	آزمایش	۱۶/۲۴	۲/۹۴	۰/۸۹	۰/۱۶
		گواه	۱۹/۰۳	۲/۹۷	۰/۹۲	۰/۳۲
عدم تحمل پیشرفت	پیش‌آزمون	آزمایش	۲۳/۱۲	۴/۵۲	۰/۹۲	۰/۳۱
		گواه	۲۳/۳۱	۳/۴۳	۰/۹۵	۰/۳۸
	پس‌آزمون	آزمایش	۱۶/۶۸	۳/۵۹	۰/۹۱	۰/۰۷
		گواه	۲۳/۳۱	۳/۷۱	۰/۹۳	۰/۳۱
عدم تحمل بی‌عدالتی	پیش‌آزمون	آزمایش	۴۹/۴۳	۶/۱۷	۰/۸۷	۰/۰۶
		گواه	۴۹/۴۱	۵/۱۷	۰/۹۱	۰/۱۸
	پس‌آزمون	آزمایش	۳۶/۱۲	۵/۱۶	۰/۹۲	۰/۲۰
		گواه	۴۹/۸۷	۶/۷۷	۰/۹۳	۰/۳۲
سازگاری هیجانی	پیش‌آزمون	آزمایش	۸/۳۷	۱/۴۱	۰/۹۵	۰/۵۷
		گواه	۸/۰۱	۲/۹۴	۰/۹۱	۰/۱۳
	پس‌آزمون	آزمایش	۱۰/۲۵	۱/۳۴	۰/۸۹	۰/۰۸
		گواه	۸/۵۵	۲/۰۳	۰/۹۴	۰/۴۵
سازگاری تحصیلی	پیش‌آزمون	آزمایش	۸/۰۶	۱/۳۸	۰/۹۱	۰/۱۵
		گواه	۸/۶۲	۳/۱۸	۰/۹۳	۰/۳۱
	پس‌آزمون	آزمایش	۱۱/۰۷	۱/۶۹	۰/۸۹	۰/۰۷
		گواه	۸/۴۳	۱/۸۶	۰/۹۲	۰/۲۳
سازگاری اجتماعی	پیش‌آزمون	آزمایش	۸/۰۴	۲/۳۴	۰/۶۳	۰/۰۶۹
		گواه	۸/۵۲	۲/۵۵	۰/۶۷	۰/۱۴۹
	پس‌آزمون	آزمایش	۱۰/۳۵	۱/۰۷	۰/۸۰	۰/۰۵۹
		گواه	۸/۳۶	۲/۳۶	۰/۷۹	۰/۰۷۴

برای بررسی اثربخشی آموزش مدیریت والدین بر تحمل ناکامی و سازگاری دختران نوجوان متوسطه از تحلیل کوواریانس چندمتغیری استفاده شد. نتایج آزمون لوین برای بررسی همگنی واریانس متغیرهای وابسته در گروه‌ها نشان داد که واریانس عدم تحمل عاطفی ( $F_{1,30}=3/04, p=0/091 > 0/05$ )، عدم تحمل ناراحتی ( $F_{1,30}=0/523 > 0/05, p=0/48$ )، عدم تحمل پیشرفت ( $F_{1,30}=0/328 > 0/05, p=0/125$ )، عدم تحمل بی‌عدالتی ( $F_{1,30}=0/746 > 0/05, p=0/14$ )، سازگاری هیجانی ( $F_{1,30}=2/68, p=0/112 > 0/05$ )، سازگاری تحصیلی ( $F_{1,30}=0/707 > 0/05, p=0/14$ ) و سازگاری اجتماعی ( $F_{1,30}=1/57, p=0/421 > 0/05$ ) در گروه‌ها برابر است. نتایج آزمون باکس برای بررسی برابری ماتریس کوواریانس متغیرهای وابسته در بین گروه آزمایش و گواه نیز نشان داد که ماتریس کوواریانس متغیرهای وابسته دو گروه برابر است ( $F=1/79, p=0/24 > 0/05, \text{Box M}=44/30$ ). میزان معناداری آزمون باکس از ۰/۰۵ بیشتر است در نتیجه این مفروضه برقرار است. همچنین نتایج آزمون خی دو بارتلت برای بررسی کرویت یا معنی‌داری رابطه بین تحمل ناکامی و سازگاری نشان داد که رابطه بین آن‌ها معنی‌دار است ( $\chi^2=94/57 \text{ df}=27, p < 0/01$ ). مفروضه مهم دیگر تحلیل کوواریانس چندمتغیری، همگونی ضرایب رگرسیون است. لازم به ذکر است که آزمون همگونی ضرایب رگرسیون از طریق تعامل متغیرهای وابسته و متغیر مستقل (روش مداخله) در مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون مورد بررسی قرار گرفت. تعامل این پیش‌آزمون‌ها و پس‌آزمون‌ها با متغیر مستقل معنادار نبوده و حاکی از همگونی شیب رگرسیون است؛ بنابراین این مفروضه نیز برقرار است. با توجه به برقراری مفروضه‌های تحلیل کوواریانس چندمتغیری، استفاده از این آزمون مجاز خواهد بود. در ادامه به منظور پی بردن به تفاوت گروه‌ها، تحلیل کوواریانس چند متغیره انجام شد (جدول ۳).

جدول ۳. نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری بر روی میانگین نمرات پس‌آزمون

نام آزمون	مقدار	آماره F	سطح معنی‌داری	اندازه اثر	توان آماری
آزمون اثر پیلایی	۰/۸۳۴	۱۲/۲۴	۰/۰۰۱	۰/۸۳۴	۱
آزمون لامبدای ویلکز	۰/۱۶۶	۱۲/۲۴	۰/۰۰۱	۰/۸۳۴	۱
آزمون اثر هتلینگ	۵/۰۴	۱۲/۲۴	۰/۰۰۱	۰/۸۳۴	۱
آزمون بزرگ‌ترین ریشه روی	۵/۰۴	۱۲/۲۴	۰/۰۰۱	۰/۸۳۴	۱

با توجه به جدول ۳، نتایج حاکی از تأثیر متغیر مستقل بر متغیرهای وابسته بود؛ به عبارت دیگر گروه‌های آزمایش و گواه حداقل در یکی از متغیرهای تحمل ناکامی و سازگاری هیجانی، تحصیلی و اجتماعی تفاوت معناداری دارند که با توجه به اندازه اثر محاسبه شده، ۸۳ درصد از کل واریانس‌های گروه آزمایش و گواه ناشی از اثر متغیر مستقل است. همچنین توان آماری آزمون برابر با ۱ است که دلالت بر کفایت حجم نمونه است. اما برای تشخیص اینکه در کدام حیطه‌ها تفاوت معنادار است، از آزمون تحلیل کوواریانس تک‌متغیری در متن مانکوا استفاده شد که نتایج آن در جدول ۴ گزارش شده است.

جدول ۴. نتایج حاصل از تحلیل کوواریانس تک‌متغیری بر روی میانگین نمره‌های پس‌آزمون متغیرهای وابسته در دو گروه آزمایش و گواه

متغیرها	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آماره F	معناداری	اندازه اثر
عدم تحمل عاطفی	۱۶۳/۸۹۶	۱	۱۶۳/۸۹۶	۱۷/۹۷۳	۰/۰۰۱	۰/۴۳۹
عدم تحمل ناراحتی	۱۰۱/۹۱۰	۱	۱۰۱/۹۱۰	۱۲/۰۶۲	۰/۰۰۲	۰/۳۴۴
عدم تحمل پیشرفت	۱۴۱/۳۰۱	۱	۱۴۱/۳۰۱	۱۲/۲۵۴	۰/۰۰۲	۰/۳۴۸
عدم تحمل بی‌عدالتی	۹۶۴/۳۱۰	۱	۹۶۴/۳۱۰	۲۸/۰۸۳	۰/۰۰۱	۰/۵۵۰
سازگاری هیجانی	۱۵/۵۷۲	۱	۱۵/۵۷۲	۶/۳۳۰	۰/۰۱۹	۰/۲۱۶
سازگاری تحصیلی	۴۸/۸۰۱	۱	۴۸/۸۰۱	۱۷/۴۸۹	۰/۰۰۱	۰/۴۳۲
سازگاری اجتماعی	۲۴/۳۶۸	۱	۲۴/۳۶۸	۷/۶۰۴	۰/۰۱۱	۰/۲۴۸

با توجه به مندرجات جدول ۵، آماره F برای عدم تحمل عاطفی (۱۷/۹۷)، عدم تحمل ناراحتی (۱۲/۰۶)، عدم تحمل پیشرفت (۱۲/۲۵)، عدم تحمل بی‌عدالتی (۲۸/۰۸)، سازگاری هیجانی (۶/۳۳)، سازگاری تحصیلی (۱۷/۴۸) و سازگاری اجتماعی (۷/۶۰) در سطح

۰/۰۵ معنی دار است. این یافته‌ها نشانگر آن است که بین گروه‌ها در این متغیرها تفاوت معنی‌داری وجود دارد. همچنین با توجه به اندازه اثر محاسبه شده، ۴۳ درصد از تغییرات عدم تحمل عاطفی، ۳۴ درصد از تغییرات عدم تحمل ناراحتی، ۳۴ درصد از تغییرات عدم تحمل پیشرفت، ۵۵ درصد از تغییرات عدم تحمل بی‌عدالتی، ۲۱ درصد از تغییرات سازگاری هیجانی، ۴۳ درصد از تغییرات سازگاری تحصیلی و ۲۴ درصد از تغییرات سازگاری اجتماعی ناشی از تأثیر متغیر مستقل بوده است؛ در نتیجه می‌توان بیان کرد که آموزش مدیریت والدین به طور معنی‌داری باعث کاهش تحمل ناکامی و افزایش سازگاری در دانش‌آموزان شده است.

### بحث و نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش مدیریت والدین بر تحمل ناکامی و سازگاری دختران نوجوان انجام شد. نتایج تحلیل کوواریانس نشان داد که مداخله انجام شده در گروه آزمایش بر کاهش نمرات عدم تحمل ناکامی تأثیر مثبتی داشته است و گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل پس از دریافت آموزش مدیریت والدین، تحمل ناکامی بیشتری را از خود نشان دادند. این نتایج در راستای پژوهش‌های وحید و خانجانی (۱۳۹۳)؛ ایجاز و محمود (۲۰۰۹)؛ رودریگوز و همکاران (۲۰۱۵) و علیزاده (۱۳۹۶) قرار دارد. از سویی دیگر، نتایج تحلیل کوواریانس نشان داد که مداخله انجام شده در گروه آزمایش بر افزایش سازگاری تأثیر مثبتی داشته است و گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل پس از دریافت آموزش مدیریت والدین، سازگاری بیشتری را از خود نشان دادند. این نتایج در راستای پژوهش‌های قاسمی و همکاران (۱۳۹۸)؛ ابراهیم‌زاده و همکاران (۱۳۹۶)؛ حیدری و همکاران (۱۳۹۷) و موران و همکاران (۲۰۱۶) قرار دارد. در همین راستا، علیزاده (۱۳۹۶) در مطالعه‌ای نشان داد جو عاطفی خانواده و شیوه‌های فرزندپروری اقتدارگرایانه بر سازگاری تحصیلی از طریق تحمل ناکامی، طرحواره محرومیت هیجانی و طرحواره معیارهای سرسختانه تأثیرگذار است.

در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت هنگامی که به والدین آموزش داده شود که رفتار خودشان را کنترل و مدیریت کنند، می‌توانند با شیوه‌های بهتری با فرزند خود برخورد کنند و میزان تحمل ناکامی را در آن‌ها بالا ببرند. به عبارتی دیگر، شرایط خاص دوره نوجوانی باعث می‌شود نوجوان خواسته‌ها و توقعات متفاوتی نسبت به دوره کودکی داشته باشد و نرسیدن به این خواسته‌ها و توقعات منجر به ایجاد ناکامی در این افراد می‌شود؛ نوجوانانی که تحمل ناکامی پایینی داشته باشند رفتارهای پرخاشگرانه و نامناسبی انجام می‌دهند. والدین با یادگیری روش‌های تربیتی درست و اصولی به رفتارها و اعمال غیرپرخاشگرانه و مناسب توجه کنند و این رفتارها را مورد تمجید قرار دهند و رفتارهای پرخاشگرانه و نامناسب در برابر ناکامی‌های پیش آمده را مورد بی‌توجهی قرار دهند که این امر باعث افزایش رفتارهای مناسب در برابر ناکامی‌ها و افزایش تحمل ناکامی می‌شود. از طرفی دیگر، گیمینز-بارکونس و همکاران (۲۰۱۴) معتقدند در صورتی که والدین بتوانند روش‌های تربیتی خود را اصلاح کنند، نوجوانان می‌توانند وقتی در رسیدن به یک هدف ناکام می‌شوند، تحمل این ناکامی را داشته باشند و روش‌های سازگارانه‌ای در برابر ناکامی‌ها پیش بگیرند و عوامل ناکام‌کننده را تحمل کنند بدون اینکه بر زندگی فردی و اجتماعی آن‌ها تأثیر سویی داشته باشد. در واقع، نوجوانان به عنوان گروه مهمی از جامعه ممکن است در اثر شرایط مختلفی مثل عدم موفقیت در آزمون‌های تحصیلی، جدا شدن از خانواده، روبرو شدن با دیدگاه‌های مختلف و متضاد و قوانین مدرسه و خانواده دچار ناکامی شوند و باعث شود رفتارهای ناسازگارانه نشان دهند که این رفتارهای ناسازگارانه باعث طرد و جدایی آن‌ها از اجتماع شود (مکلارین-جیانگ و همکاران، ۲۰۱۹). یکی از این پیامدهای واکنش‌های نامناسب افراد در برابر ناکامی‌ها رفتارهای پرخاشگرانه است که پیامد آن عدم سازگاری است (روزنهام و لاسلی، ۲۰۱۳). طبق مطالب گفته شده می‌توان به ارزش و اهمیت تحمل ناکامی در افراد به خصوص نوجوانان پی برد. طبق پژوهش حاضر این امر یعنی افزایش تحمل ناکامی با آموزش مدیریت والدین امکان‌پذیر است (هاتچیسون-کروپات و همکاران، ۲۰۱۴). در نتیجه می‌توان با آموزش به والدین در مورد چگونگی مدیریت رفتار خود در برابر ناکامی‌های نوجوانان، به آن‌ها کمک کنند که تحمل ناکامی این افراد به میزان قابل توجهی افزایش یابد (میلر و همکاران، ۲۰۱۴).

در تبیین یافته دوم می‌توان اذعان داشت، افرادی که در نوجوانی مورد تحقیر و بی‌احترامی قرار می‌گیرند معمولاً روانی ناآرام دارند و همواره در زندگی احساس ناامنی و رنج و ناراحتی می‌کنند. این افراد نه می‌توانند بزرگسالان را به تغییر روش وادارند و اوضاع داخلی خانه را به نفع خود تغییر دهند، و نه قادرند از محیط خانه و خانواده کنار بگیرند و زندگی مستقلی برای خود ایجاد کنند همواره نیز خود را ناتوان و درمانده احساس می‌کنند. در این میان، والدینی که با روش تربیتی درست با فرزندان خود برخورد می‌کنند، موجب افزایش اعتماد به نفس و سازگاری آن‌ها در خانواده و جامعه می‌شوند. در واقع، افزایش تعارضات و تقاضاهای اجتماعی در دوره نوجوانی باعث می‌شود که سازگاری نوجوان دچار تغییرات وسیعی شود؛ وقتی والدین شیوه‌های تشویقی و تنبیهی به موقع و مناسب در مقابل



رفتارهای سازگارانه و ناسازگارانه‌ی فرزندان‌شان یاد می‌گیرند و در رفتار با نوجوانان استفاده می‌کنند، باعث افزایش رفتارهای سازگارانه و کاهش رفتارهای ناسازگارانه می‌شود و سازگاری آن‌ها را افزایش می‌دهد. در این راستا، موران و همکاران (۲۰۱۶) نشان دادند شیوه‌های تربیتی حاکم بر خانواده که والدین در جهت تربیت فرزندان بکار می‌گیرند تاثیرات مثبتی بر روی سازگاری هیجانی، تحصیلی و اجتماعی فرزندان به جای می‌گذارد. با توجه به اینکه نوجوانی حساس‌ترین دوره برای سازندگی شخصیت فرد است، در جریان شکل‌گیری شخصیت افراد با انواع تعارضات و تقاضاهای اجتماعی درگیر می‌شوند (تولپهار و همکاران، ۲۰۱۹). در واقع، کسب آگاهی و اطلاعات در مورد سازگاری نوجوانان و نیز دستیابی به مهارت‌هایی جهت افزایش آن باعث می‌شود که والدین شیوه‌های ناکارآمد تربیتی خود را در جهت درست تغییر دهند و این مساله باعث افزایش سازگاری فرزندان‌شان شود (جاسی و همکاران، ۲۰۲۰). با توجه به یافته‌های پژوهش حاضر روش آموزش مدیریت والدین نقش مثبتی در افزایش تمامی مولفه‌های سازگاری اعم از اجتماعی، هیجانی و تحصیلی دارد. در این شیوه به والدین آموزش داده می‌شود به جای استفاده از شیوه‌های غلط تربیتی از روش‌های درست تغییر رفتار و مهارت‌های صحیح تشویق رفتار مطلوب استفاده کنند (اسچولت و همکاران، ۲۰۰۷). به نظر می‌رسد عامل کلیدی که باعث بوجود آمدن این نتایج شد؛ پی‌شرفت والدین در ایجاد رابطه بهتر و تغییر الگوی ارتباطی آن‌ها با فرزندان بود (شیم و فینچ، ۲۰۱۴). به عبارتی دیگر، والدین یاد گرفتند که با مدیریت رفتارهای خود و استفاده درست و علمی از روش‌های تربیتی می‌توانند به فرزندان خود کمک کنند که سازگاری اجتماعی، تحصیلی و هیجانی بهتری داشته باشند و تلاش و پشتکار بیشتری از خود نشان داده و کمتر دچار ناامیدی شوند (واریسو و همکاران، ۲۰۱۷).

در پایان لازم به ذکر است که این پژوهش با محدودیت‌هایی نیز مواجه بود. از آنجا که پژوهش حاضر در میان دختران شهر کرمان صورت گرفته لذا در خصوص تعمیم نتایج بایستی با احتیاط عمل شود و از تعمیم در سایر شهرها خودداری شود. این پژوهش می‌توانست هم به صورت کمی و کیفی (ترکیبی) انجام شود، اما به دلیل نبود شرایط مصاحبه این امکان در پژوهش حاضر مهیا نبود و یکی از موانع و محدودیت‌های پژوهش این مورد بود. در پژوهش‌های آینده از طرح‌های آمیخته (کیفی و کمی)، حجم نمونه بالاتر و روش‌های پیچیده‌تر آماری که امکان تحلیل عمیق‌تر و نتیجه‌گیری بهتر را فراهم می‌کنند، استفاده شود. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی، با در نظر گرفتن مرحله پیگیری، آموزش والدین در طول زمان بررسی شود تا ماندگاری نتایج مشخص شود. به مراکز مشاوره و روان‌شناسی وابسته به آموزش و پرورش نیز می‌شود کارگاه‌های آموزشی در زمینه آموزش مدیریت رفتار والدین برای والدین برگزار کنند تا کمی از مشکلات بعدی و تعارضات والد-نوجوان بکاهند. همچنین سازگاری و مولفه‌های آن از مهم‌ترین موارد در زندگی آینده دانش‌آموزان به حساب می‌آید. بنابراین پیشنهاد می‌شود از طریق آموزش مدیریت والدین نوجوانان به بالا بردن قدرت سازگاری فرزندان آن‌ها کمک شود.

## منابع

- ابراهیم زاده، خوشدوی؛ آگشته، منصور؛ زینالیپور، فاطمه؛ اشرف زاده، صفورا. (۱۳۹۶). تأثیر آموزش مدیریت والدین در کاهش رفتار امتناع از مدرسه رفتن دانش‌آموزان دبستانی. فصلنامه سلامت روان کودک، ۴(۴)، ۸۰-۷۱.
- حسینیان، سیمین؛ زهرایی، شقایق؛ خدابخشی کولایی، آناهیتا. (۱۳۸۳). مقایسه و ارتباط عملکرد خانواده و سلامت روانی نوجوانان فراری از خانه با نوجوانان عادی. پژوهش‌های مشاوره، ۱۶(۳)، ۲۵-۳۶.
- حیدری، فاضله؛ فلاحی، وحید؛ حاجیلو، جلیل. (۱۳۹۷). نقش شیوه‌های فرزندپروری و سبک‌های دلبستگی در پیش‌بینی سازگاری دانش‌آموزان با مدرسه. روان‌شناسی مدرسه، ۷(۱)، ۱۵۱-۱۳۸.
- خانخانی‌زاده، هندگامه؛ باقری، سحر. (۱۳۹۱). اثربخشی خودآموزی کلامی بر بهبود سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان با ناتوانی‌های یادگیری. ناتوانی‌های یادگیری، ۲(۱)، ۵۲-۴۳.
- درختکار، علی؛ صفی‌خانی، آرامه. (۱۳۹۸). رابطه حمایت اجتماعی و راهبردهای مقابله‌ای استرس با تحمل ناکامی در دانشجویان دانشگاه شیراز. رویش روان‌شناسی، ۸(۱۰)، ۱۳۲-۱۲۵.
- سینهای، بی و سینگ، آرپی. (۱۳۸۰). راهنمای پرسشنامه سازگاری دانش‌آموزان دبیرستانی. ترجمه ابوالفضل کرمی. تهران: موسسه روان‌تجهیز سینا. ساعتچی، محمود؛ کامکاری، کامبیز و عسکریان، مهناز. (۱۳۸۹). آزمون‌های روان‌شناختی. تهران: نشر ویرایش.
- علیزاده، صغری. (۱۳۹۶). رابطه علی‌جو عاطفی خانواده، شیوه‌های فرزندپروری ادراک شده (استبدادی، سهل‌گیرانه، اقتدارگرایانه) با سازگاری در دانشگاه با میانجی‌گری تحمل ناکامی، طرحواره محرومیت هیجانی، طرحواره معیارهای سرسختانه-پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شهید چمران اهواز.

## The Effectiveness of Parent Management Training (PMT) on Frustration Tolerance and Adjustment of ...

- قاسمی، نظام الدین؛ نوری، لطیفه؛ عبدی زرین، سهراب. (۱۳۹۸). تأثیر آموزش مدیریت والدین بر کاهش علائم رفتاری کودکان مبتلا به اختلال نارسایی توجه فزون کنشی. فصلنامه سلامت روان کودک، ۲(۶)، ۱۲-۱.
- کریمی. (۱۳۸۸). بررسی ناکامی و آزمون ترسیمی ناکامی، تهران: انتشارات روان‌سنجی تهران.
- وحید، راحله و خانجانی، زینب. (۱۳۹۳). اثربخشی آموزش مدیریت والدین بر بهبود سبک فرزندپروری و انکسش بیش از حد مادران کودکان ADHD. فصلنامه زن و مطالعات خانواده، ۷(۲۶)، ۹۱-۱۰۷.
- ناوس، و. ج. (۱۳۹۳). تحمل ناکامی، چگونه بر ناکامی‌های خود غلبه کنید؟ (ترجمه‌ی بابائیسسی، م؛ و علی‌مهدی، م). تهران: انتشارات نظری.
- Baldry, A. C., Sorrentino, A., & Farrington, D. P. (2019). Cyberbullying and cybervictimization versus parental supervision, monitoring and control of adolescents' online activities. *Children and Youth Services Review*, 96, 302-307.
- Barkley, R. A. (1997). ADHD and the nature of self-control New York: Guilford.
- Bitter, J. R., & Carlson, J. (2017). Adlerian thought and process in systems of family therapy. *The Journal of Individual Psychology*, 73(4), 307-327.
- Carr, A. (2019). Family therapy and systemic interventions for child- focused problems: the current evidence base. *Journal of Family Therapy*, 41(2), 153-213.
- Fabio, G.A. (2009). Ameta-analysisof behavioral treatment for attention deficit/ hyperactivity disorder. *clinical psychology review*, 29, 40-129.
- Faul, F., Erdfelder, E., Lang, A. G., & Buchner, A. (2007). G\* Power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *Behavior research methods*, 39(2), 175-191.
- Forgatch, M. S., & Gewirtz, A. H. (2017). The evolution of the Oregon model of parent management training. *Evidence-based psychotherapies for children and adolescents*, 3, 85-102.
- Giménez-Barcons, M., Casteràs, A., del Pilar Armengol, M., Porta, E., Correa, P. A., Marín, A., ... & Colobran, R. (2014). Autoimmune predisposition in Down syndrome may result from a partial central tolerance failure due to insufficient intrathymic expression of AIRE and peripheral antigens. *The Journal of Immunology*, 193(8), 3872-3879.
- Gray, R., Vitak, J., Easton, E. W., & Ellison, N. B. (2013). Examining social adjustment to college in the age of social media: Factors influencing successful transitions and persistence. *Computers & Education*, 67, 193-207.
- Hutchison- Krupat, J., & Chao, R. O. (2014). Tolerance for failure and incentives for collaborative innovation. *Production and Operations Management*, 23(8), 1265-1285.
- Harrington, N. (2005). The frustration discomfort scale: Development and psychometric properties. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 12(5), 374-387.
- Ijaz, T., & Mahmood, Z. (2009). Relationship between perceived parenting styles and levels of depression, anxiety, and frustration tolerance in female students. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 24(1-2), 63-79.
- Jassi, A., Lenhard, F., Krebs, G., Gumpert, M., Jolstedt, M., Andrés, P., ... & Mataix-Cols, D. (2020). The work and social adjustment scale, youth and parent versions: psychometric evaluation of a brief measure of functional impairment in young people. *Child Psychiatry & Human Development*, 51(1), 453-460.
- Kohlboeck, G., Sausenthaler, S., Standl, M., Koletzko, S., Bauer, C. P., Von Berg, A., ... & Herbarth, O. (2012). Food intake, diet quality and behavioral problems in children: results from the GINI-plus/LISA-plus studies. *Annals of Nutrition and Metabolism*, 60(4), 247-256.
- Kata, J., Joiner, T. E., & Kwon, P. (2002). Membership in a devalued social group and emotional well-being: Developing a model of personal self-esteem, collective self-esteem, and group socialization. *Sex Roles*, 47(9), 419-431.
- Kazdin, A. E. (2018). Implementation and evaluation of treatments for children and adolescents with conduct problems: Findings, challenges, and future directions. *Psychotherapy research*, 28(1), 3-17.
- Moran, P., Romaniuk, H., Coffey, C., Chanen, A., Degenhardt, L., Borschmann, R., & Patton, G. C. (2016). The influence of personality disorder on the future mental health and social adjustment of young adults: a population-based, longitudinal cohort study. *The Lancet Psychiatry*, 3(7), 636-645.
- McLaurin-Jiang, S., Hannon, E. A., Seashore, C., Orr, C. J., Ritter, V., & Flower, K. B. (2019). Recent Trends in Infant Car Seat Tolerance Screening Failure Within a Large Health Care System, 2014–2018. *Hospital pediatrics*, 9(10), 813-817.
- Miller, J. D., Rausher, S., Hyatt, C. S., Maples, J., & Zeichner, A. (2014). Examining the relations among pain tolerance, psychopathic traits, and violent and nonviolent antisocial behavior. *Journal of Abnormal Psychology*, 123(1), 205.
- Nixon, R. D. V. (2002). Treatment of behavioral problems in preschoolers: a review of parent training programs. *Journal of clinical psychology review*, 22(4), 525-546.
- Ros, R., Hernandez, J., Graziano, P. A., & Bagner, D. M. (2016). Parent training for children with or at risk for developmental delay: The role of parental homework completion. *Behavior Therapy*, 47(1), 1-13.
- Rosenbaum, J., & Lasley, J. (2013). School, community context and delinquency: Rethinking the gender gap. *Justice Quarterly*, 7(3), 493-513.
- Rodriguez, C. M., Russa, M. B., & Kircher, J. C. (2015). Analog assessment of frustration tolerance: Association with self-reported child abuse risk and physiological reactivity. *Child abuse & neglect*, 46, 121-131.
- Shim, S. S., & Finch, W. H. (2014). Academic and social achievement goals and early adolescents' adjustment: A latent class approach. *Learning and Individual Differences*, 30, 98-105.

- Scholte, R. H., Engels, R. C., Overbeek, G., De Kemp, R. A., & Haselager, G. J. (2007). Stability in bullying and victimization and its association with social adjustment in childhood and adolescence. *Journal of abnormal child psychology*, 35(2), 217-228.
- Septiono, W., Kuipers, M., Ng, N., & Kunst, A. (2019). Social patterning in Indonesian adolescent smoking: A mediation analysis of family smoking, parental control, and parental permissiveness. *Tobacco Induced Diseases*, 17, 38-39.
- Taplak, ME., Connors, L., Shuster, J., Knezevic, B., Parks, S. (2008). Review of cognitive, cognitive- behavioral, and neural-based intervention for Attention-deficit/ hyperactivity disorder. *Journal of Clinpsychol Rev*, 5, 23-801.
- Twilhaar, E. S., de Kieviet, J. F., Bergwerff, C. E., Finken, M. J., van Elburg, R. M., & Oosterlaan, J. (2019). Social Adjustment in Adolescents Born Very Preterm: Evidence for a Cognitive Basis of Social Problems. *The Journal of pediatrics*, 213, 66-73.
- Thijssen, J., Albrecht, G., Muris, P., & de Ruiter, C. (2017). Treatment Fidelity during therapist initial training is related to subsequent effectiveness of parent management training—Oregon model. *Journal of child and family studies*, 26(7), 1991-1999.
- Tarver, J., Palmer, M., Webb, S., Scott, S., Slonims, V., Simonoff, E., & Charman, T. (2019). Child and parent outcomes following parent interventions for child emotional and behavioral problems in autism spectrum disorders: A systematic review and meta-analysis. *Autism*, 23(7), 1630-1644.
- Wariso, B. A., Guerrieri, G. M., Thompson, K., Koziol, D. E., Haq, N., Martinez, P. E., ... & Schmidt, P. J. (2017). Depression during the menopause transition: impact on quality of life, social adjustment, and disability. *Archives of women's mental health*, 20(2), 273-282.

