



(DOI): 10.22059/japr.2022.319344.643763

تدوین بسته والدگری خردمندانه براساس آموزه‌های امام علی (ع) و ارزیابی اثربخشی آن بر رابطه والد-فرزند و علائم مشکلات رفتاری درونی‌شده فرزندان دختر

Development of a Wise Parenting Package Based on the Teachings of Imam Ali and Evaluation of its Effect on the Parent-Child Relationship and Symptoms of Internalized Behavior Problems in Female Children

Mansour Moghadam
Amir Ghamarani

منصور مقدم*
امیر قمرانی**

Abstract

The present study is an attempt to develop a wise parenting package based on the teachings of Imam Ali and evaluate its effect on parent-child relationship and symptoms of internalized behavior problems in preschool girls. The study falls under the category of hybrid heuristic research studies. The population of the study consists of two valuable books in the qualitative phase, namely Nahj al-Balaghah and Ghurar al-Hikam wa Durar al-Kalim. The purposive sampling method was used to select the sample. Two components, namely wisdom and parenting were extracted and coded using qualitative thematic analysis methods. Finally, a wise parenting package was formulated based on the teachings of Imam Ali in 12 sessions. The validity of the package was calculated using Fleiss' kappa method (0.84). In the quantitative phase, the research fell into the category of experimental studies with control group and pretest/posttest design. The population consisted of the parents of female preschoolers in Isfahan during the academic year 2017-2018. According to the inclusion criteria, 30 subjects were randomly assigned to an experimental group (receiving training with Wise Parenting Package) and a control group (without intervention) (15 subjects in each group). Data collection instruments included the Child Behavior Checklist (CBCL) and Pianta's Child-Parent Relationship Scale (CPRS). The MANCOVA results in SPSS-25 showed a significant difference between the parent-child relationship subscales (intimacy and conflict) and the behavior problems subscales (anxiety and depression) in the control group. However, no significant difference was found between dependence and physical complaints in the control group. It is recommended that this package be used to further improve health and conflict among family members.
Keywords: Imam Ali (AS) Teachings, Parenting, Wisdom, Parent-Child Relationship, Behavioral Problems.

چکیده

هدف از پژوهش حاضر، تدوین بسته والدگری خردمندانه براساس آموزه‌های امام علی (ع) و ارزیابی اثربخشی آن بر رابطه والد-فرزند و علائم مشکلات رفتاری درونی‌شده فرزندان دختر پیش‌دبستانی است. روش پژوهش از لحاظ هدف بنیادی و کاربردی و از تحقیقات ترکیبی-اکتشافی به‌شمار می‌رود. جامعه آماری پژوهش در بخش کیفی شامل کتاب‌های ارزشمند نهج‌البلاغه و غررالحکم و دررالکلم است که با روش نمونه‌گیری هدفمند گروه نمونه انتخاب شدند و سپس مؤلفه‌های خرد و والدگری از آن‌ها استخراج و با روش کیفی تحلیل مضمون کدگذاری شدند. درنهایت بسته والدگری خردمندانه براساس آموزه‌های امام علی (ع) طی دوازده جلسه تدوین شد. اعتبارسنجی بسته با روش کاپا فلیسه ۰/۸۴ محاسبه شد. روش پژوهش در بخش کمی از نوع شبه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش شامل والدین دانش‌آموزان دختر پیش‌دبستانی در سال تحصیلی ۱۳۹۷-۱۳۹۸ شهر اصفهان است که با توجه به ملاک‌های ورود، ۳۰ نفر به‌طور در دسترس و با گمارش تصادفی در دو گروه آزمایش (با آموزش دیدن بسته والدگری خردمندانه) و کنترل (بدون دریافت مداخله) جایگزین شدند (هر گروه ۱۵ نفر). ابزارهای پژوهش شامل سیاهه رفتاری کودک (CBCL) و پرسشنامه رابطه والد-کودک پینتا (CPRS) است. نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیره در نرم‌افزار SPSS-25 نشان داد دو زیرمقیاس رابطه والد-کودک، صمیمیت و تعارض به همراه دو زیرمقیاس مشکلات رفتاری، اضطراب و افسردگی تفاوت معناداری با گروه کنترل دارند، اما زیرمقیاس وابستگی و شکایات جسمانی با گروه کنترل تفاوت معناداری را نشان نمی‌دهد. پیشنهاد می‌شود این بسته برای ارتقای بهبود سلامت و تعارض‌های خانواده استفاده شود.

واژه‌های کلیدی: آموزه‌های امام علی (ع)، والدگری، خردمندی، رابطه والد-فرزند، مشکلات رفتاری.

* کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، دانشکده علوم انسانی، واحد نجف آباد دانشگاه آزاد اسلامی، نجف آباد، ایران

** نویسنده مسئول: استادیار گروه روان‌شناسی و آموزش کودکان با نیازهای خاص، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

Email: a.ghamarani@edu.ui.ac.ir

Received: 22 Feb 2021

Accepted: 20 Apr 2021

پذیرش: ۰۰/۰۱/۳۱

نوع مقاله: علمی پژوهشی

دریافت: ۹۹/۱۲/۰۴

مقدمه

خانواده بنیادی‌ترین نهادی است که از نظر اجتماعی و فرهنگی، اثرات پایداری را بر اعضای آن دارد؛ به‌صورتی که نگرش‌ها، باورها، رفتارها و عواطف افراد به‌طور وسیعی تحت تأثیر بستر خانواده است (آماتو و کین، ۲۰۱۱). در خانواده‌هایی که نزدیکی و صمیمیت و تفاهم در ارتباطات آن‌ها در اولویت است، می‌توان پیش‌بینی مناسبی از سلامت روانی افراد داشت (شارف، ۲۰۱۵). در دهه اخیر به مسائل و مشکلات رفتاری^۱ فرزندان به‌عنوان یکی از موضوعات عمده روان‌پزشکی و روان‌شناسی توجه زیادی می‌شود؛ زیرا از یک سو کودکان بخش عمده‌ای از جمعیت جوامع هستند و از سوی دیگر بسیاری از کودکان در سال‌های نخستین کودکی مشکلات عاطفی و رفتاری دارند و نه‌تنها به‌راحتی از این آسیب‌ها عبور نمی‌کنند، بلکه ممکن است این امر تا سال‌های بعدی زندگی از جمله بلوغ و حتی بزرگسالی نیز تداوم یابد (ساطوریان، هراتیان، طهماسبیان و احمدی، ۱۳۹۴). با بررسی تاریخچه زندگی بزرگسالانی که دچار مشکلات روانی هستند مشخص شد که این افراد در دوران کودکی با ناسامانی‌های زیادی روبه‌رو بوده‌اند یا در دوره‌ای از تحول و رشد خود، برخی آزرده‌گی‌های هیجانی و رفتاری را تجربه کرده‌اند (گله‌گیریان و دیره، ۱۳۹۶). به اعتقاد لکروی (۲۰۱۱) همواره افراد زیادی در جامعه از دست‌کم یکی از انواع اختلالات روانی^۲ رنج می‌برند و بسیاری از این افراد را کودکان تشکیل می‌دهند. مشکلات رفتاری کودکان نمود ظاهری بیشتری دارد و از این‌رو بیشتر مورد توجه والدین است. این رفتارهای مشکل‌آفرین از تعامل چندگانه عوامل بیولوژیکی، محیطی و خانوادگی سرچشمه می‌گیرد (بن، ۲۰۱۶). در این بین مشکلات هیجانی رفتاری بیشترین شکل آسیب‌های روانی کودک است که در جریان تحول و تکامل برخی از کودکان ایجاد می‌شود (ماگای، مالیک و کوت، ۲۰۱۸). ارتباط نادرست و رفتار منفی مادر موجب مشکلات رفتاری کودکان می‌شود (اسبرن، نورمان، کریستینسن و رینولد دان، ۲۰۱۸). اطرافیان، این کودکان را اطرافیان می‌کنند و در مدرسه مدام از آن‌ها شکایت دارند. رفتارهایی از این قبیل سبب رفتار و پاسخ‌های رفتاری نامتناسب با سن، فرهنگ و هنجارهای نژادی و بروز رفتارهای بزهکارانه می‌باشند (یونس، لیو، بیست و پنکالا، ۲۰۱۵). مشکلات رفتاری نشانه‌های سیستماتیکی از ناسازگاری‌های هیجانی هستند که در دو شکل متمایز روی می‌دهند: مشکلات رفتاری درونی‌شده و برونی‌شده (لندرز، بلامی، دانس و هاوک، ۲۰۱۷). آمارها حاکی از این است که ۱۰ تا ۲۰ درصد از کودکان و نوجوانان، مبتلا به اختلالات درونی‌سازی هستند (فاکس، هالپرن و فورسیث، ۲۰۰۸). مشکلات رفتاری کودکان در سال‌های اولیه زندگی با رفتار والدین رابطه‌ای دوسویه دارد. وجود رفتار مشکل‌ساز در کودک موجب کاهش اعتمادبه‌نفس و کاهش عملکرد تحصیلی وی نیز می‌شود (بولگان و کیفیتسی، ۲۰۱۷). به‌نظر می‌رسد هم مشکل رفتاری درونی و هم برونی‌شده از توانایی خودکنترلی کودک نشئت می‌گیرد (آیزنبرگ، هرماندز و اسپینارد، ۲۰۱۷). مشکلات رفتاری کودک می‌تواند بازتابی از مشکلات روانی و رفتاری

1. behavior problems

2. mental disorder

والدین به‌ویژه مادر باشد (کاتزمن، دوپفتر و گورتز-دورتن، ۲۰۱۸). یافته‌ها نشان می‌دهد والدینی که کودکانشان رفتارهای مخرب دارند، به‌طور معناداری استرس بیشتری را نسبت به والدینی که کودکانشان این رفتارها را ندارند گزارش کرده‌اند (لیو و همکاران، ۲۰۱۸).

اختلال‌های رفتاری مخرب مانند اختلال نارسایی توجه، فزون‌کشی، اختلال نافرمانی مقابله‌ای، اختلال رفتار هیجانی و رفتارهای پرخاشگرانه رایج‌ترین مشکلات رفتاری در کودکان پیش‌دبستانی و مدرسه‌ای هستند (اوگونده، ۲۰۱۸). کودکان مبتلا به اختلالات رفتاری برونی‌سازی‌شده در سازگاری اجتماعی یا جامعه‌پذیری با مشکلاتی مواجه هستند (دانسمور، بوکر، اولندیک و گرین، ۲۰۱۶). باید یادآوری کرد که این کودکان دارای مشکلات اساسی در زمینه اجتماعی، ارتباطی و تحصیلی هستند که هر یک از آن‌ها می‌تواند آینده کودک را به مخاطره افکند (روداس، چوپرا و باکر، ۲۰۱۷).

مشکلات درونی‌شده می‌توانند بسیار زود و از سن پایین (افسردگی از نوزادی و اضطراب از هفت‌سالگی) آغاز شوند (پرل و همکاران، ۲۰۱۳). به‌علاوه مطالعات متعددی حاکی از آن هستند که همچنان درصد زیادی از اختلالات درونی‌سازی‌شده در طول تحول و تا سال‌های بزرگسالی پایدار می‌مانند (کلمن، وادسورث، کرودات و جونز، ۲۰۰۷). میزان شیوع اختلالات درونی‌شده کودکان از جمله افسردگی و اضطراب نیز به‌ترتیب ۸-۹ درصد و ۱ درصد گزارش شده است (سادوک، سادوک و روئیز، ۱۳۹۶).

رایان، اوفارلی و رامچندانی (۲۰۱۷) در پژوهش خود نشان دادند که آموزش مهارت‌های والدگری موجب جلوگیری از بروز مشکلات روانی مداوم برای کودکان می‌شود. یافته‌های کاگلین، دوپلی، شاری، گوپیرین و بیٹی (۲۰۱۸) نیز نشان داد حضور والدین در برنامه آموزش مهارت‌های والدگری به کاهش مشکلات رفتاری کودکان، آرامش بیشتر آن‌ها، توانایی بهتر در برقراری ارتباط و نظم‌بخشی کودکان منجر می‌شود. همچنین بهوثری، فوفایبول، سوناروپ و ویوات وونکاسم (۲۰۱۸) دریافتند برنامه‌های آموزش مهارت‌های والدگری بر کاهش رفتارهای تهاجمی کودکان مؤثر است. علاوه بر این در ایران از دیگر مطالعات انجام‌شده می‌توان به نتایج پژوهشی سلیمی سودرجانی و یوسفی (۱۳۹۶) اشاره کرد که نشان داد آموزش سبک‌های والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد به مادران بر کاهش اضطراب جدایی و نافرمانی کودکان آن‌ها مؤثر بوده است. مطالعات فرشاد، نجارپوریان و شنبیدی (۱۳۹۷) درباره تأثیر معنادار آموزش والدگری مثبت مبتنی بر روی آورد، ساندرز^۱ (۲۰۰۰) در زمینه افزایش شادزیستی و کاهش تعارض والد-کودکی دانش‌آموزان و مطالعات عینی‌پور و شباهنگ (۱۳۹۷) درباره نقش مثبت آموزش مهارت حل مسئله در بهبود مهارت‌های ارتباطی، انسجام، احترام و کاهش استفاده از شیوه‌های والدگری سهلگیرانه و مستبدانه از دیگر مطالعات انجام‌شده در این حیطه هستند.

در سال‌های اخیر دانش بالینی بشر از اختلالات رفتاری تحولی افزایش یافته است و درمان‌ها به‌سمت مداخلات بالینی التقاطی کشیده شده است که در آن‌ها والدین به‌عنوان عضو فعال در درمان کودکان خود

1. Sanders, M. R.

مطرح هستند (گایدو، زیکاری، دوث و اسپالیس، ۲۰۱۹). مهم‌ترین نوع درمان برای این اختلال‌ها با توجه به پژوهش‌های انجام‌گرفته، مداخلات خانواده‌محور^۱ است. با توجه به تأثیر انکارنشده عوامل خطرناک خانوادگی مثل فرزندپروری ضعیف و استفاده‌نکردن از تکنیک‌های والدگری مثبت (فریر و اولندیک، ۲۰۱۳)، از آن بین آموزش والدین مداخله‌ای روانی-اجتماعی است که بیشترین حمایت تجربی را در درمان مشکلات رفتاری کودکان به خود اختصاص داده است (لابی، ۲۰۰۹). با توجه به افزایش نرخ شیوع اختلالات رفتاری در دهه گذشته (تیکسیز و بردی، ۲۰۱۹) نیاز به استفاده از روش درمان غیردارویی با تأثیرات پایدارتر احساس می‌شود. همچنین پیش‌آگهی نامطلوب این اختلال می‌تواند در سال‌های آینده افراد مبتلا را در معرض خطر مشکلات دیگری نظیر اختلال یادگیری، سوء‌مصرف مواد، اختلالات خلقی، اختلال شخصیت ضداجتماعی، ناتوانی در جامعه‌پذیری، نداشتن توانایی برقراری ارتباط صحیح با دیگران، شکست‌های تحصیلی و شغلی، کاهش اعتمادبه‌نفس، استفاده از دارو و الکل، بزهکاری و خشونت (استالارد، ۲۰۱۹) قرار دهد. بدین ترتیب به نظر می‌رسد ارائه یک بسته آموزشی بومی والدگری که برخاسته از مذهب و فرهنگ ایرانی باشد، بتواند مشکلات والدین و کودکان دارای اختلالات رفتاری را به‌طور مؤثر حل‌وفصل کند. آنچه امروزه به آن نیازمندیم، تبیین کاربردی اصول و مبانی تربیت دینی و ارائه آن به شکلی متناسب با ساختار و سبک زندگی رایج به‌منظور کاربست آن است که از سوی خداوند فرستاده شده و قرآن کریم بهترین مرجع و سیره پیامبران و امامان مناسب‌ترین الگو در این زمینه است (طباطبایی، ۱۳۷۴).

یکی از مسائل، پرسش‌ها و دغدغه‌های جامعه امروز ما بحث نظریه‌سازی یا وجود نظریه‌های بومی ساخته‌شده توسط اصحاب علوم انسانی است. نداشتن نظریه بومی مشکلاتی را به همراه می‌آورد که از همه مهم‌تر، نداشتن شناخت دقیق روان‌شناختی افراد جامعه و جامعه‌شناسی فرهنگ افراد و نهادهای اجتماعی آن جامعه است. در جامعه فعلی ما اکثر پژوهش‌ها به روش کمی که در پارادایم^۲ اثبات‌گرایی^۳ معنی دارند، انجام می‌شود. بر این باوریم که در صورتی که تحقیقات متعدد توسط پژوهشگران انجام شود و با روش‌های کیفی و به کمک نظریه‌های موجود خارجی به شناخت عمیق افراد و بخش‌های مختلف جامعه اعم از ساختارها و کارکردها بینجامد، امکان ساختن نظریه را برای پژوهشگران و جامعه علمی فراهم می‌سازد (منادی، ۱۳۸۹).

با توجه به اینکه براساس بررسی‌های پژوهشگر، تحقیقی با این عنوان یافت نشد در این پژوهش به تدوین بسته والدگری خردمندان مبتنی بر آموزه‌های امام علی (ع) می‌پردازیم. نتایج این پژوهش می‌تواند به سایر پژوهشگرانی که به حوزه پژوهش‌های کیفی و اسلامی علاقه‌مند هستند کمک شایانی کند؛ بنابراین سؤال اساسی پژوهش حاضر این است که بسته والدگری خردمندان براساس آموزه‌های امام علی (ع) چه ویژگی‌هایی دارد و اثربخشی آن بر رابطه والد-فرزند و علائم مشکلات رفتاری درونی‌شده فرزندان دختر

-
1. family focused
 2. paradigm
 3. positivism

پیش‌دستانی چگونه است.

روش

جامعه آماری، نمونه و روش اجرای پژوهش

پژوهش حاضر از نوع تحقیقات ترکیبی-اکتشافی به شمار می‌رود که ماهیت کیفی و کمی دارد. در پژوهش حاضر، ابتدا با استفاده از روش کیفی، بسته والدگری خردمندان براساس آموزه‌های امام علی (ع) تدوین شد. در بخش کیفی این پژوهش، دو مرحله اساسی وجود دارد:

۱. استخراج مؤلفه‌های خرد و والدگری از نگاه امام علی (ع): در این بخش در گام نخست از روش تحلیل مضمون استفاده شد که نوع تحلیل مضمون مورد استفاده تحلیل قالب^۱ مضامین بود. در این پژوهش با توجه به روند تحلیل مضمون در ابتدا کدگذاری اولیه با توجه به روش کدگذاری فرایندی استفاده شد که روشی مناسب برای تحلیل مضمون به‌شمار می‌آید. سپس با مرور چندباره کدها، کدهای ایجادشده پالایش شد و سپس بر مبنای شباهت‌ها، تأکید و تکرار فراوان یا جدید و نغز بودن کدهای نهایی، مضامین تشکیل شدند. با توجه به مؤلفه‌های خرد و والدگری که از بررسی کلیه آثار امام علی (ع) به‌دست آمده است (مقدم، قمرانی و عبادی، ۱۳۹۸)، بسته والدگری خردمندان از نگاه امام علی (ع) تدوین شده است. شرح جلسات این بسته آموزشی در جدول ۱ آمده است.

۲. اعتبارسنجی: برای اعتبارسنجی بسته والدگری خردمندان براساس آموزه‌های امام علی (ع) از شاخص کاپا فلیسه^۲ استفاده شد. شاخص توافق کاپا کوهن به‌منظور تعیین میزان توافق میان دو ارزیاب و شاخص توافق کاپا فلیسه به‌منظور بررسی توافق بیش از دو ارزیاب مورد استفاده قرار می‌گیرد. از آنجا که در پژوهش حاضر تعداد ارزیابان هفت نفر است، از شاخص توافق کاپا فلیسه استفاده شد و تجزیه و تحلیل اطلاعات با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۵ صورت پذیرفت.

در بخش کمی پژوهش از روش شبه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل استفاده شد. جامعه آماری بخش کمی شامل والدین فرزندان دختر مقطع پیش‌دستانی شهر اصفهان در سال تحصیلی ۱۳۹۷-۱۳۹۸ هستند. ابتدا پس از اعلام فراخوان برگزاری دوره‌های آموزش والدگری، این بسته در سه پیش‌دستانی از میان داوطلبان با رضایت آگاهانه سی والد طبق معیارهای ورود به‌صورت در دسترس انتخاب و به‌صورت گمارش تصادفی در گروه آزمایش (۱۵ نفر) و گروه کنترل (۱۵ نفر) قرار گرفتند. در یک جلسه توجیهی، اصول اخلاقی شامل اهداف و روند پژوهش، رازداری و حفظ اطلاعات محرمانه شرکت‌کنندگان تصریح شد و سپس پیش‌آزمون برای هر دو گروه اجرا شد. بسته والدگری خردمندان با توجه به مؤلفه‌های والدگری و خرد که از آموزه‌های امام علی (ع) استخراج شدند با توجه به تأثیرات مستقیم و غیرمستقیم هر مفهوم، طبقه‌بندی و در سیر دوازده جلسه ۱۲۰ دقیقه‌ای برای گروه آزمایش اجرا شد و گروه کنترل در لیست

1. template analysis

2. Fleiss' Kappa

انتظار قرار گرفت. در نهایت مرحله پس‌آزمون برای هردو گروه اجرا شد. خلاصه بسته والدگری خردمندان براساس آموزه‌های امام علی (ع) در جدول ۱ آمده است. ملاک‌های ورود به نمونه شامل زندگی کردن کودک با هردو والد، نداشتن بیماری جسمانی مزمن و ناتوان‌کننده یا تشخیص هم‌زمان اختلال روان‌شناختی در کودک، نبود اختلال حاد روان‌شناختی در والدین، تمایل داشتن والد به شرکت در جلسات آموزشی، حداقل سطح تحصیلات سیکل برای والد و ملاک‌های خروج شامل غیبت در جلسات، انجام‌ندادن تکالیف تعیین‌شده و ابراز بی‌علاقگی به همکاری بود.

جدول ۱. بسته والدگری خردمندان براساس آموزه‌های امام علی (ع)

جلسات	عنوان جلسه	اهداف (مؤلفه‌های شناسایی شده)	حدیث نمونه
		توانمندی	أصلُ العقلِ القدرةُ، وتَمَرَّتْهَا السُّرُورُ (میزان الحکمه-باب السرور) ریشه خرد توانمندی است و میوه آن شادی.
		منزلت و شأن خود را دانستن	ما عقل من عدا طوره (غررالحکم و دررالکلم، ۱۵۰۳). خرد را دریافت نکرده کسی که از حد و مرز خود تجاوز کند.
جلسه اول	خردورزی	اولویت آرامش به آسایش	وَمَا خَيْرٌ خَيْرٍ لَّا يَنَالُ إِلَّا بِشَرٍّ، وَ يَسِرُّ لَّا يَنَالُ إِلَّا بِعُسْرٍ (نهج‌البلاغه، نامه ۳۱) خیری که جز به شر حاصل نشود، در آن چه فایده؟ آسایشی که جز به مشقت به دست نیاید، چگونه آسایشی است؟
		شادی	أصلُ العقلِ القدرةُ، وتَمَرَّتْهَا السُّرُورُ (میزان الحکمه - باب السرور). ریشه خرد توانمندی است و میوه آن شادی.
		کمال جویی	العَاقِلُ يَطْلُبُ الكَمَالَ، الجَاهِلُ يَطْلُبُ المَالَ (میزان الحکمه، الکمال). خردمند، خواهان کمال است و نادان جویای مال.
		تقدم بهره‌گیری از خرد خود بر خرد دیگران	وَمَنْ لَّا يَنْفَعُهُ حَاضِرٌ لِّهُ فَعَازِبُهُ عَنْهُ أَغْجِرُ وَ غَائِبُهُ أَعْوَزُ (نهج‌البلاغه، خطبه ۱۲۰). کسی که از خرد خویش بهره‌مند نگردد برای پند گرفتن از عقل و فکر دیگران عاجزتر است، که آن غائب برای کمک کردن از عقل حاضر او ناتوان‌تر است.
محتوای جلسه اول		معرفی مربی و اعضا، بیان اهداف، بیان ساختار جلسات، بیان توقعات اعضا از جلسات، تشویق اعضا جهت بیان تعریف خرد و ویژگی‌های انسان خردمند، به چالش کشیدن اعضا در رابطه با مفاهیم آرامش، شادی، هدف، کمال‌جویی و شأن انسانی - تکلیف: از ۱۰ نفر در مورد ویژگی‌های انسان خردمند بپرسند و یادداشت کنند.	
		شناخت نفس	افضل العقل معرفة الانسان نفسه، فمن عرف نفسه عقل و من جهلها ضل (غررالحکم و دررالکلم، ۹۹۴۸). برترین خرد و دانایی آن است که انسان نفس خویش را بشناسد که هر کس نفس خود را شناخت دانا شد و هر کس آن را نشناخت گمراه گردید.
جلسه دوم	شناخت و پذیرش خود	محاسبه نفس	على العاقل أن يحصى على نفسه مساويها في الدين والرأى والأخلاق والأدب، فيجمع ذلك في صدره أو في كتاب ويعمل في إزالتها (میزان الحکمه، مراقبه). بر خردمند است که بدی‌های دینی و فکری و اخلاقی و تربیتی خود را شمارش کند و آن‌ها را در سینه خویش، یا به‌صورت نوشته، گرد آورد و در زدودن آن‌ها بکوشد.
		پذیرش اشتباهات	أعقل الناس أعذرهم للناس (میزان الحکمه، الاعتذار). خردمندترین مردم، عذرپذیرترین آن‌ها از مردم است.
		شجاعت	لا أشجع من لبيب (میزان الحکمه، شجاعه). شجاع‌تر از خردمند وجود ندارد.
محتوای جلسه دوم		بررسی اهمیت و جایگاه شناخت خودمان در زندگی، بررسی نیت‌هایمان از فرزنددار شدن و ... بیان مفهوم شجاعت و تأثیر پذیرفتن اشتباهات در رشد انسانی. تکلیف: معرفی خودشان، شخصیتشان و بیان خواسته‌های ذهنی‌شان بر روی کاغذ	

ادامه جدول ۱. بسته والدگری خردمندان براساس آموزه‌های امام علی (ع)

جلسات	عنوان جلسه	اهداف (مؤلفه‌های شناسایی شده)	حدیث نمونه
		داشتن اندیشه و تفکر	فَاتَّقُوا اللَّهَ - عِبَادَ اللَّهِ - تَقِيَّةَ ذِي لُبٍّ، شَغَلَ التَّفَكُّرُ قَلْبَهُ (میزان الحکمه، الهوی). پس، ای بندگان خدا، از خدا پروا کنید، همچون پروای خردمندی که اندیشیدن دل او را مشغول ساخته.
		زیرکی؛ تیزبینی	الْعَيْنُ جَاسُوسُ الْقَلْبِ وَيُرِيدُ الْعَقْلَ (میزان الحکمه، النظر). چشم، جاسوس دل و قاصد خرد است.
جلسه سوم	اندیشه و تفکر	عاقبت‌اندیشی و تدبیر	ادل شیء علی غزارة. العقل حسن التدبیر (غزرا الحکم و دررالکلم، ۲۷۰۷). راهبرترین چیز بر فراوانی عقل و خرد انسان، تدبیر نیک او است.
		فهمیدن، کسب دانش	هِمَّةُ السُّفَهَاءِ الرَّوَايَةُ، وَهِمَّةُ الْعُلَمَاءِ الدَّرَايَةُ (میزان الحکمه، باب الحدیث) همت نابخردان نقل کردن است و همت دانایان فهمیدن.
		مشاوره با خردمندان	حق علی العاقل ان یضیف الی رأیه رأی العلاء، و یضم الی علمه علوم الحکماء (غزرا الحکم و دررالکلم، ۴۶۰۶). بر شخص عاقل و خردمند لازم است که بیفزاید به رأی و اندیشه خود، رأی عاقلان و خردمندان را، و ضمیمه کند به علم و دانش خود دانش فرزنانگان و حکیمان را.
محتوای جلسه سوم			بررسی جایگاه اندیشه و تفکر در زندگی، بیان تفاوت زیرکی و داشتن نگاه تیزبینانه با حيله گری و نقشه چینی و بیان خاطرات و تجربه‌های اعضا در این رابطه، تفاوت فهمیدن و دانستن، تأثیر مشورت با خردمندان بر اندیشه، عاقبت‌اندیشی و تدبیر در انسان. تکلیف: با ده نفر در رابطه با موضوع این جلسه صحبت و برداشتهای خود را در جلسه بعد اعلام کنند.
		تقدم خودسازی بر دگرسازی؛ عیب خود را دیدن نه دیگران	أَعْقَلُ النَّاسِ مَنْ كَانَ بَعِيْبَهُ بَصِيْرًا، وَعَنْ عَيْبِ غَيْرِهِ ضَرِيْرًا (میزان الحکمه، العیب). خردمندترین مردم، کسی است که بینای عیب خود باشد و کور عیب دیگران.
		لزوم هماهنگی علم و عمل؛ سخن در آنچه بدان علم داری	العقل ان تقول ما تعرف و تعمل بما تنطق به (غزرا الحکم و دررالکلم، ۸۳۷۶). عقل و خرد آن است که بگویی آنچه را می‌شناسی، و عمل کنی بدانچه می‌گویی.
		مراقبت از زبان، توجه به گفتار خود؛ ضرورت کم‌گویی؛ هر آنچه را می‌داند نمی‌گوید؛ بداهه‌گویی	لسانُ العاقلِ وِراءَ قَلْبِهِ، وَقَلْبُ الْأَحْمَقِ وِراءَ لِسَانِهِ (میزان الحکمه، اللسان). زبان خردمند، در پس دل اوست و دل احمق، در پس زبان او.
جلسه چهارم	تربیت خود	بهره‌گیری از تجارب؛ تجربه اندر زدهنده هست	العقلُ حِفْظُ التَّجَارِبِ، وَخَيْرُ مَا جَرَّبْتَ مَا وَعَظَكَ (میزان الحکمه، العقل). خرد، نگاه‌داشتن تجربه‌هاست و بهترین تجربه‌هاست آن تجربه‌ای است که تو را اندرز دهد.
		آنچه برای خود می‌پسندی برای دیگران بپسند	فَأَحْبِبْ لِغَيْرِكَ مَا تُحِبُّ لِنَفْسِكَ وَ اَكْرَهُ لَهُ مَا تَكْرَهُ لَهَا (نهج البلاغه، نامه ۳۱). برای دیگران دوست بدار آنچه برای خود دوست می‌داری و برای دیگران نخواه آنچه برای خود نمی‌خواهی.
		توجه به تغییرات و شرایط زمانه؛ نگاه هوشمندانه به واقعیت‌ها	وَالْيَقِيْنُ مِنْهَا عَلَى أَرْبَعِ شُعَبٍ: عَلَى تَبَصُّرِ الْفِطْنَةِ وَ تَأْوُلِ الْحِكْمَةِ وَ مَوْعِظَةِ الْغَيْرَةِ وَ سُنَّةِ الْأَوَّلِينَ؛ فَمَنْ تَبَصَّرَ فِي الْفِطْنَةِ تَبَيَّنَتْ لَهُ الْحِكْمَةُ (نهج البلاغه، نامه ۳۱). یقین نیز بر چهار پایه استوار است: بینش زیرکانه، دریافت حکیمانه واقعیت‌ها، پندگرفتن از حوادث روزگار، و پیمودن راه درست پیشینیان. پس آن کس که هوشمندانه به واقعیت‌ها نگرست، حکمت را آشکارا ببیند.
محتوای جلسه چهارم			گام ابتدایی قبل از تربیت فرزند، تربیت خود است و قبل از آنکه به دنبال یافتن عیب دیگران باشیم عیب خود را باید ببینیم. آنچه فرزندان از ما می‌آموزند دانسته‌هایمان نیست، بلکه عمل و احساس ما است. تعریف تجربه و شرایط بهره‌گیری از تجارب در تربیت فرزندان، توجه به تغییرات و شرایط فرزندان و در نظر گرفتن واقعیت‌های جامعه اهمیت دارد. تکلیف: بررسی عیوب خود و ارائه راه پیشنهادی برای برطرف کردن آن.

ادامه جدول ۱. بسته والدگری خردمندانانه براساس آموزه‌های امام علی (ع)

جلسات	عنوان جلسه	اهداف (مؤلفه‌های شناسایی شده)	حدیث نمونه
		اصل آزادی و اختیار	لا تفسروا اولادکم علی آدابکم، فَأَنْتُمْ مَخْلُوقُونَ لِزَمَانٍ غَيْرِ زَمَانِكُمْ (شرح ابن ابی الحدید، ج ۲۰، کلمه ۱۰۲، ص ۲۶۷). آداب و رسوم خود را به فرزندانان تحمیل نکنید؛ زیرا آنان برای زمانی غیر از زمان شما آفریده شده‌اند.
		شتاب در تربیت فرزند در سنین پایین	فَبَادِرْتِكِ بِالْأَدَبِ قَبْلَ أَنْ يَفْسُقَ قَلْبُكَ وَ يَشْتَغَلَ لِيْكَ لِئَسْتَقْبِلَ بِجَدِّ رَأْيِكَ مِنَ الْأَمْرِ مَا قَدْ كَفَاكَ أَهْلُ التَّجَارِبِ غَيْبَتَهُ (نهج البلاغه، نامه ۳۱). در تربیت تو شتاب کردم، پیش از آنکه دل تو سخت شود، و عقل تو به چیز دیگری مشغول شود، تا به استقبال کارهایی بروی که صاحبان تجربه، زحمت آزمون آن را کشیده‌اند.
جلسه پنجم	والدگری و تربیت فرزند	بازی با کودکان	يُرْخِي الصَّبِيَّ سَبْعًا وَ يُؤَدِّبُ سَبْعًا وَ يُسْتَعْدَمُ سَبْعًا (مکارم الاخلاق، الطبرسی، ص ۲۲۲، سفینه البحار، محدث قمی، ج ۲، ص ۲۲۳). کودک در هفت سال [نخست زنگی] آزاد گزارده می‌شود و در هفت سال [دوم] ادب آموخته می‌شود و در هفت سال [سوم] به خدمت گرفته می‌شود.
		ادب؛ روش تشویق و تنبیه	الادب فی الاتمان كسجرة اصلها العقل (غررالحکم و دررالکلم). ادب در انسان همچون درختی است که ریشه‌اش عقل و خرد است. أَشَقُّتُ أَنْ يَلْتَبِسَ عَلَيْكَ مَا اخْتَلَفَ النَّاسُ فِيهِ مِنْ أَهْوَائِهِمْ وَ آرَائِهِمْ مِثْلَ أَلَذَى النَّبَسِ عَلَيْهِمْ فَكَانَ إِحْكَامُ ذَلِكَ عَلَيَّ مَا كَرِهْتُ مِنْ تَنْبِيهِكَ لَهُ أَحَبُّ إِلَيَّ مِنْ إِسْلَامِيكَ إِلَيَّ أَمْرًا لَا أَمْنُ عَلَيْكَ [فِيهِ] بِه الْهَلَكَةُ (نهج البلاغه، نامه ۳۱). از آن ترسیدم که مبادا رأی و هوایی که مردم را دچار اختلاف کرد و کار را بر آنان شبهه‌ناک ساخت، به تو نیز هجوم آورد. گرچه آگاه کردن تو را نسبت به این امور خوش نداشتم، آگاه شدن و استوارماندن را ترجیح دادم تا تسلیم هلاکت‌های اجتماعی نگردی.
محتوای جلسه پنجم		آنچه در تربیت فرزندان مهم است دیدن خود آن‌ها است، نه خواسته‌های پدر و مادر. روش تشویق و تنبیه کودکان، نوشتن ویژگی‌های فرزندان، آگاهی فرزند از شرایط جامعه و نحوه تأثیر محیط و جامعه بر تربیت، تکلیف: بازی با فرزندان به صورت خلاقانه	
		تلاش؛ دوری از سستی	التَّوَانِي سَجِيَّةُ التَّوَكِّي (غررالحکم و دررالکلم، ۱۰۵۶۵). سستی کردن شیوه بی‌خردان است.
		دوری از انتظار نیکی و توقع تشکر	أَحَقُّ النَّاسِ مَنْ يَمْنَعُ الْبِرَّ وَيَطْلُبُ الشُّكْرَ، وَيَفْعَلُ الشَّرَّ وَيَتَوَقَّعُ ثَوَابَ الْخَيْرِ (میزان الحکمه، باب الحمق). بی‌خردترین مردمان آن است که خوبی نمی‌کند و انتظار تشکر دارد و بدی می‌کند و توقع پاداش نیک دارد.
جلسه ششم	والدگری و تلاش	بهره‌گیری از فرصت‌ها، دوری از شتاب و عجله	بَادِرِ الْفُرْصَةَ قَبْلَ أَنْ تَكُونَ غُصَّةً (نهج البلاغه، نامه ۳۱). فرصت را پیش از آنکه از دست برود و مایه اندوه گردد غنیمت بشمار.
		عبرت‌آموزی؛ اندیشیدن در کردار و رفتار گذشتگان؛ پندگیری از گذشته	الْمَاضِيْنَ بَصِيْرَةٌ وَ مُعْتَبِرٌ إِنْ كُنْتُمْ تَعْقِلُونَ، أَوْ لَمْ تَرَوْا إِلَى الْمَاضِيْنَ مِنْكُمْ لَأَبْرَجِعُونَ وَإِلَى الْخَلْفِ الْبَاقِيْنَ لَأَيُّقُونَ (نهج البلاغه، خطبه ۹۹). اگر خردمندید آیا در زندگانی پدرانان آگاهی و عبرت‌آموزی نیست؟ مگر نمی‌بینید که گذشتگان شما باز نمی‌گردند و فرزندان شما باقی نمی‌مانند؟
محتوای جلسه ششم		بررسی تکلیف جلسه قبل. اهمیت تلاش و تأثیرات آن در همه ابعاد زندگی اعم از تربیت فرزند. تکلیف: چند عادت خود را بنویسید و رفتارهای خلاقانه جایگزین آن‌ها کنید.	

ادامه جدول ۱. بسته والدگری خردمندان براساس آموزه‌های امام علی (ع)

جلسات	عنوان جلسه	اهداف مؤلفه‌های شناسایی شده	حدیث نمونه
		دوری از شرایط شر	ثَلَاثَةٌ لَا يَنْتَصِفُونَ مِنْ ثَلَاثَةٍ أَبَدًا: الْعَاقِلُ مِنَ الْأَحْمَقِ، وَالْبَرُّ مِنَ الْفَاجِرِ، وَالكَرِيمُ مِنَ اللَّئِيمِ (میزان الحکمه، الانصاف). سه گروه‌اند که هرگز از سه گروه داد خود را نمی‌ستانند: خردمند از نابخرد، نیکوکار از نابکار و بزرگوار از فرومایه.
جلسه والدگری و هفتم	دوری از شر	دوری از خودپسندی، مدح و تمجید، مزاح، تکبر، خودرایی، کینه‌ورزی؛ آمال و خیالات و دنیاپرستی	الإِعْجَابُ ضِدُّ الصَّوَابِ، وَأَقْفُ الْأَلْبَابِ (میزان الحکمه، العجب) خودپسندی، دشمن‌دراستی و آفت خردها است.
		پرهیز از طمع، مستی ثروت، قدرت، دانش	أَكْثَرُ مَصَارِعِ الْعُقُولِ تَحْتَ بُرُوقِ الْمَطَامِعِ (میزان الحکمه، الطمع). بیشترین لغزشگاه‌های خردها، زیر درخشش طمع‌ها است.
		دوری از محرمات	لَوْ لَمْ يَنْهَ اللَّهُ سَبْحَانَهُ عَنْ مَحَارِمِهِ، لَوَجِبَ أَنْ يَجْتَنِبَهَا الْعَاقِلُ (غررالحکم و دررالکلم، ۱۶۴۷). اگر (فرضاً) خدای سبحان از کارهای حرام نهی نمی‌فرمود (باز هم) بر شخص عاقل و خردمند لازم بود از آن‌ها اجتناب ورزد.
		کنترل غریزه جنسی، دوری از هوی و هوس، لهو و لعب، شهوت	ذَهَابُ الْعَقْلِ بَيْنَ الْهَوَى وَالشَّهْوَةِ (میزان الحکمه، عقل). بر اثر هوس و شهوت، خرد از بین می‌رود.
محتوای جلسه هفتم		بررسی تکلیف جلسه قبل. ابتدا به تعریف خیر و شر پرداخته شد. نظرات افراد در رابطه با داشتن هرکدام از ردایل (تکبر، کینه‌ورزی و...) پرسیده شد و درباره اینکه با دوری از ردایل به ذهنی آرام‌تر و شادی و نشاط، بهتر می‌توان دست یافت. تکلیف: به رفت‌وآمدهای خود و ارتباطات اجتماعی در این هفته دقت ورزند و تأثیرات بعد از آن را یادداشت کنند.	
		عدالت؛ هر چیزی را سر جای خود به کار بردن	إِذَا بَنَى الْمَلِكُ عَلَى قَوَاعِدِ الْعَدْلِ وَدَعَمَ بِدَعَائِمِ الْعَقْلِ، نَصَرَ اللَّهُ مُوَالِيَهُ وَخَذَلَ مُعَادِيَهُ (میزان الحکمه، الملک).
		اعتدال و میانه‌روی	هرگاه حکومت بر پایه‌های دادگری بنا شود و با ستون‌های خرد برپا شود، خداوند دوستداران آن را یاری رساند و دشمنانش را تنها و بی‌یاور گذارد.
		داشتن رازداری، حیا، امانتداری، بخشندگی، حسن ظن	إِنَّ أَرْذَلَ قَطِيعَةِ أَخِيكَ فَاسْتَيْقِ لَهُ مِنْ نَفْسِكَ بَقِيَّةً يَرْجِعُ إِلَيْهَا إِنْ بَدَأَ لَهُ ذَلِكَ يَوْمًا مَا (نهج‌البلاغه، نامه ۳۱) اگر خواستی از برادرت جدا شوی جایی برای او باقی گذار که اگر روزی خواست برگردد، دستاویز برگشت داشته باشد.
جلسه هشتم	والدگری و گرایش و پرورش خیر	رزق حلال	صَدْرُ الْعَاقِلِ صُنْدُوقُ سِرِّهِ (میزان الحکمه، باب السر) سینه خردمند صندوق راز او است.
		قناعت؛ دوری از ولخرجی؛ ترک اسراف	کفی بالمرء عقلاً ان يجمل فی مطالبه (غررالحکم و دررالکلم، ۵۴۷۹). برای عقل و خرد انسان کافی است که در خواسته‌های خود میانه‌رو باشد.
		امر به معروف و نهی از منکر	غنی العاقل بحکمته و عزه بقناعته (غررالحکم و دررالکلم، ۲۰۸۲). توانگری عاقل و خردمند به حکمت او است و عزت و ارجمندی‌اش به قناعت است.
محتوای جلسه هشتم		بررسی ارائه تکلیف جلسه قبل. از افراد در رابطه با مفهوم عدالت سؤال پرسیده شد. سپس مفهوم اعتدال نیز به همین صورت تمرین شد. در ادامه افراد با صفاتی مانند رازداری، حیا، امانتداری و بخشندگی آشنا شدند و اینکه در فعالیت و کوشش خود برای زندگی به رزق حلال نیز توجه داشته باشند. تکلیف: درباره مفهوم اعتدال و عدالت تحقیق کنند.	
			وَأْمُرٌ بِالْمَعْرُوفِ تَكُنْ مِنْ أَهْلِهِ وَانْكَرُ الْمُنْكَرَ بِيَدِكَ وَلسَانِكَ وَبَابِنَ مَنْ فَعَلَهُ يَجْهَدُكَ (نهج‌البلاغه، نامه ۳۱). به نیکوکاری امر کن تا خود در زمره نیکوکاران درآیی. از کارهای زشت نهی بنماید، به دست و زبان، و آن را که مرتکب منکر می‌شود، بکوش تا از ارتکاب آن دور داری.

ادامه جدول ۱. بسته والدگری خردمندانانه براساس آموزه‌های امام علی (ع)

جلسات	عنوان جلسه	اهداف (مؤلفه‌های شناسایی شده)	حدیث نمونه
		صبر	الْجَلْمُ تَمَامُ الْعَقْلِ (میزان الحکمه، باب الحلم). بردباری کمال خرد است.
		مجاهدت و صبر در راه حق	تَمْرَةُ الْعَقْلِ اسْتِقَامَةٌ (میوه خرد)، استقامت (و پایداری در راه خدا) است.
جلسه نهم	والدگری و صبر	کنترل خشم؛ دوری از جدال؛ دوری از عصبانیت و اقدام عجولانه	املك حمیه نفسک و سورة غضبک و سطوة یدک و غرب لسانک و احترس فی ذلک کله بتأخیر البادره و کف السطوة حتی یسکن غضبک و یثوب الیک عقلک (غررالحکم و دررالکلم، ۹۷۳۹).
		نرم‌خویی؛ مدارا کردن با مردم	در اختیار خود غیرت کن و تندوی خشم و حمله دست و تیزی زبان خویشتن را و در همه این‌ها با به تأخیر انداختن اقدام عملی و نگه داشتن خود از به کار بردن قدرت، خویشتن داری کن تا خشم فرونشیند، و عقل و خردت به جای خود بازگردد.
			ثمره العقل مداراة الناس (غررالحکم و دررالکلم، ۲۷۳۹). میوه عقل و خرد مدارا کردن با مردم است.
محتوای جلسه نهم	بررسی تکلیف جلسه قبل. بررسی عملکرد افراد در شرایط سخت و بحرانی زندگی و تبیین تفاوت بین صبر و تحمل کردن. توجه به تأثیرات صبر بر نرم‌خویی. تکلیف: پرسش از ده نفر درباره چگونگی داشتن صبر		
	تأثیر همنشینی خانواده‌ها بر تربیت		لَا یکن اهلک و ذو و ذک أسقی الناس بک (غررالحکم و دررالکلم، ۷۵۲). نباید خانواده و دوستان تو بدبخت‌ترین مردم در رابطه با تو باشند.
	تأثیر جامعه و محیط در تربیت		وَ اسکن الْأَمْصَارَ الْعِظَامَ فَإِنَّهَا جَمَاعُ الْمُسْلِمِینَ، وَ اخذُرْ مَنَازِلَ الْعَقْلَةِ وَ الْجَنَاءِ وَ قَلَّةِ الْأَعْوَانِ عَلَى طَاعَةِ اللَّهِ (نهج البلاغه، نامه ۶۹). در شهرهای بزرگ سکونت کن؛ زیرا مرکز اجتماع مسلمانان است، و از جاهایی که مردم آن از یاد خدا غافل‌اند و به یکدیگر ستم روا می‌دارند، و بر اطاعت از خدا به یکدیگر کمک نمی‌کنند، پرهیز.
جلسه دهم	والدگری و همنشینی	دوستی بر مبنای اندیشه و عقاید	وَ رَبُّ یُعِیدُ أَقْرَبُ مِنْ قَرِیبٍ وَ قَرِیبٌ مِنْ یُعِیدُ (نهج البلاغه، نامه ۳۱). چه بسا بیگانه‌ای که خویشاوندتر از خویشاوند است، و چه بسا خویشاوندی که از بیگانه، بیگانه‌تر است.
		دوری از جاهل، ریاکار و پرهیز از دوستی با بخیل، بدکار، دروغگو	یا بُنیِ إِبَاکَ وَ مُضَادَّةَ الْأَحْمَقِ، فَإِنَّهُ یریدُ أَنْ ینفَعکَ فیضُرکَ؛ وَ إِبَاکَ وَ مُضَادَّةَ الْبَخِیلِ، فَإِنَّهُ یفَعْدُ عَنکَ أَحْوَجَ مَا تَکونُ إِلَیه؛ وَ إِبَاکَ وَ مُضَادَّةَ الْفَاجِرِ، فَإِنَّهُ یتبعکَ بِالنَّافِیهِ؛ وَ إِبَاکَ وَ مُضَادَّةَ الْکَذَّابِ، فَإِنَّهُ کَالسَّرَابِ یقربُ عَلَیکَ التَّعِیدَ وَ یبعُدُ عَلَیکَ القَرِیبَ (حکمت ۳۸). پسرم از دوستی با احمق پرهیز، چرا که می‌خواهد به تو نفعی رساند، اما دچار زیانت می‌کند. از دوستی با بخیل پرهیز؛ زیرا آنچه را که سخت به آن نیاز داری از تو دریغ می‌دارد. از دوستی با بدکار پرهیز که با اندک بهایی تو را می‌فروشد. و از دوستی با دروغگو پرهیز که او به سراب مانند دور را به تو نزدیک و نزدیک را دور می‌نمایاند.
محتوای جلسه دهم	بررسی تکلیف جلسه قبل. صحبت درباره تأثیر همنشینی خانواده‌ها بر تربیت فرزندان. بیان ملاک‌های انتخاب دوست برای خود و فرزندان. تکلیف: بررسی مکتوب اندیشه‌های خیر و شر خود و تأثیر آن در انتخاب برای دوستی و همنشینی.		

ادامه جدول ۱. بسته والدگری خردمندان براساس آموزه‌های امام علی (ع)

جلسات	عنوان جلسه	اهداف (مؤلفه‌های شناسایی شده)	حدیث نمونه
		حق پذیری	حَسْبُ الْمَرْءِ ... مِنْ عَقْلِهِ إِتْصَافُهُ مِنْ نَفْسِهِ ... وَمِنْ إِتْصَافِهِ قَبُولُهُ الْحَقَّ إِذَا بَانَ لَهُ (میزان الحکمة، الإتصاف). در خردمندی انسان همین بس که از خود دادخواهی کند و انصاف به خرج دهد ... و در انصاف‌داری او همین بس که هرگاه حقیقت برایش روشن شد آن را بپذیرد.
جلسه یازدهم	والدگری و حق پذیری	تلازم عقل و ایمان	ثَلَاثٌ مَنْ كُنَّ فِيهِ كَمُلُ إِيمَانُهُ، الْعَقْلُ، وَالْحِلْمُ، وَالْعِلْمُ (میزان الحکمة، الايمان). سه چیز است که هر کس داشته باشد ایمانش کامل است: خرد، بردباری و دانش.
		توجه به نشانه‌ها و آفریده‌های خداوند	فَطَهَّرَتِ الْبِدَائِعُ الَّتِي أَحَدَتْهَا آثَارُ صُنْعِهِ وَأَعْلَامُ حِكْمَتِهِ فَصَارَ كُلُّ مَا خَلَقَ حُجَّةً لَهُ وَ دَلِيلًا عَلَيْهِ (نهج البلاغه، خطبه ۹۱). در آنچه آفریده آثار صنع و نشانه‌های حکمت او پدیدار است که هریک از پدیده‌ها حجت و برهانی بر وجود او هستند.
		مرگ‌آگاهی و آخرت‌اندیشی	من عمر دار اقامته فهو العاقل (غررالحکم و دررالکلم، ۱۴۳). کسی که سرای پایدار خود را آباد کند به‌راستی خردمند و عاقل است.
محتوای جلسه یازدهم	بررسی تکلیف جلسه قبل. صحبت درباره مفهوم حق‌پذیری، حقیقت‌ها و واقعیت‌ها، شناخت نشانه‌های خداوند، توجه به مرگ و آخرت، توبه و داشتن شروعی نو. تکلیف: سنجش لحاظ کردن حق در کارهای روزمره.		
		تقوا	فَأَيُّ أَوْصِيكَ بِتَقْوَى اللَّهِ أَيُّ بَنِي وَ لُؤْمِ أُمْرِهِ (نهج البلاغه، نامه ۳۱). پسرمان تو را به تقوا در پیش خدا سفارش می‌کنم که پیوسته در فرمان او باشی.
		نیت و اخلاص عمل	فی إخلاص الاعمال تنافس أولى النهى و الألباب (غررالحکم و دررالکلم، ۲۴۶۲). رقابت خردمندان، در اخلاص عمل‌ها است.
جلسه دوازدهم	والدگری و اصلاح رابطه خود با خدا	عبادت، رابطه با خدا، اطاعت از خداوند	وَأَوْثَقُ سَبَبٍ أَخَذَتْ بِهِ سَبَبٌ بَيْنَكَ وَ بَيْنَ اللَّهِ سُبْحَانَهُ (نهج البلاغه، نامه ۳۱). استوارترین رشته پیوند، رشته پیوند میان تو و خدا است.
		حکمت، صلاح بنده	لِأَجْرِ السَّائِلِ وَ أَجْرُ لِعَطَاءِ الْآمِلِ، وَ رَبِّمَا سَأَلَتِ السَّمَاءُ فَلَا [عَطَاءُ] تُوْتَاهُ وَ أُوْتِيَتْ خَيْرًا مِنْهُ عَاجِلًا أَوْ آجِلًا أَوْ صَرَفَ عَنْكَ لِمَا هُوَ خَيْرٌ لَكَ (نهج البلاغه، نامه ۳۱). چه بسا چیزی را خواسته‌ای و تو را نداده‌اند، ولی بهتر از آن را در این جهان یا در آن جهان به تو دهند. یا صلاح تو در آن بوده که آن را از تو دریغ دارند.
		توبه، سعی و شروعی نو - اصلاح خود	وَفَتَحَ لَكَ بَابَ الْمَتَابِ، وَبَابَ الْإِسْتِغْنَابِ (نهج البلاغه، نامه ۳۱). در توبه و بازگشت و عذرخواهی را (همیشه) به رویت باز نگاه داشته.
محتوای جلسه دوازدهم	بررسی تکلیف جلسه قبل. جایگاه و اهمیت تقوا، توجه به اهمیت خلوص نیت در عبادات، توجه به حکمت خداوند. تکلیف: جست‌وجوی مفاهیم عنوان شده در این جلسه در آیات قرآن و نهج البلاغه.		

با استفاده از نرم‌افزار SPSS میزان توافق شاخص کاپا فلیسه $0/84$ با معناداری $P < 0/0005$ برای بسته والدگری خردمندان محاسبه شد. میزان توافق محاسبه شده بین $0/80 - 1/00$ نشان‌دهنده توافق بسیار مطلوب است؛ بنابراین سطح توافق ارزیابان برای محتوای بسته والدگری خردمندان بسیار مطلوب قلمداد شد.

ابزار سنجش

سیاهه رفتاری کودکان^۱ (CBCL)

این پرسشنامه توسط آخباخ و رسکورلا (۲۰۰۱) در دو قسمت تدوین شد. بخش اول به بررسی صلاحیت کلی کودک در سه مقیاس فعالیت‌ها، مقیاس اجتماعی و مدرسه می‌پردازد و شامل ۱۳ ماده است. بخش دوم به بررسی مشکلات هیجانی و رفتاری پرداخته که شامل ۱۱۳ ماده است و برای اولین بار در ایران توسط تهرانی‌دوست و زرگری‌نژاد در سال ۱۳۸۱ ترجمه و هنجاریابی شد و در این پژوهش از نسخه والد آن استفاده شد. پاسخ‌دهی براساس طیف لیکرت انجام می‌شود و سه گزینه آن عبارت‌اند از: نادرست است (نمره صفر)، گاهی درست است (نمره یک) و غالباً درست است (نمره دو). نمره مشکلات هیجانی و رفتاری از طریق جمع نمره‌های مشکلات رفتاری درونی‌سازی شده (شامل محورهای اضطراب، افسردگی، گوشه‌گیری و شکایات جسمانی) و مشکلات برونی‌سازی شده (شامل محورهای پرخاشگری و رفتارهای بزهکارانه) و مشکلات توجه، مشکلات تفکر و مشکلات اجتماعی به دست می‌آید. دامنه نمره‌های مشکلات رفتاری هیجانی از ۰ تا ۲۴۰ و گستره نمره‌های t برای دامنه مرزی از ۶۰ تا ۶۳ و بیشتر از نمره ۶۳ برای دامنه بالینی در نظر گرفته شده است (مینایی، ۱۳۹۰).

آخباخ و رسکورلا (۲۰۱۱) ضرایب کلی اعتبار را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۹۷ و با استفاده از اعتبار بازآزمایی ۰/۹۴ گزارش کرده‌اند. در هنجاریابی این سیاهه در جمعیت ایرانی، میزان اعتبار بازآزمایی و ضریب همسانی درونی با استفاده از محاسبه آلفای کرونباخ برای مقیاس‌های مشکلات رفتاری ۰/۵۸ و ۰/۸۳، مشکلات درونی‌سازی ۰/۴۸ و ۰/۸۶ و مشکلات برونی‌سازی ۰/۹۷ و ۰/۶۹ گزارش شده است (مینایی، ۱۳۹۰).

پرسشنامه رابطه والد-کودک پینتا^۲ (CPRS)

برای ارزیابی تعامل والد-کودک از مقیاس رابطه والد-کودک که روی والد اجرا می‌شود، استفاده شد. این مقیاس توسط پینتا (۱۹۹۴) ساخته شد و شامل ۳۳ ماده است که ادراک والدین را در مورد رابطه با کودکشان می‌سنجد. این مقیاس دارای حوزه‌های نزدیکی (۱۰ ماده)، وابستگی (۶ ماده)، تعارض (۱۷ ماده) و رابطه مثبت کلی است. ضرایب آلفای کرونباخ این پرسشنامه در هر یک از مؤلفه‌های تعارض، نزدیکی، وابستگی و رابطه مثبت کلی به ترتیب ۰/۷۵، ۰/۷۴، ۰/۶۹ و ۰/۸۰ به دست آمد (دریسکول و پینتا، ۲۰۱۱). روایی این حوزه‌ها در مطالعه ابارشی، طهماسیان، مظاهری و پناغی (۱۳۸۸) نیز به ترتیب ۰/۸۴، ۰/۷۰، ۰/۶۱ و ۰/۸۶ گزارش شده است. تعارض جنبه‌های منفی رابطه مانند کشمکش با یکدیگر، نافرمانی و پیش‌بینی‌ناپذیری را دربرمی‌گیرد. نزدیکی به میزانی که والدین رابطه خود را با فرزندشان گرم، عاطفی و راحت برداشت می‌کنند، اطلاق می‌شود. وابستگی، میزان وابستگی نابهنجار مادر و کودک را ارزیابی می‌کند. رابطه مثبت کلی نیز بر

1. Child Behavior Checklist (CBCL)

2. Pianta Child-Parent Relationship Scale (CPRS)

روابط نزدیک و صمیمی والد-کودک تأکید دارد. مقیاس رابطه والد-کودک یک پرسشنامه خودگزارش‌دهی است و نمره‌گذاری آن براساس مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت (۵= کاملاً موافقم و تا ۱= کاملاً مخالفم) صورت می‌پذیرد. رابطه مثبت کلی که همان نمره کل است، از مجموع نمره‌های حوزه نزدیکی و معکوس نمره‌های حوزه تعارض و وابستگی به دست می‌آید.

تجزیه و تحلیل داده‌ها با نرم‌افزار SPSS-25 صورت گرفت. برای این منظور، در سطح آمار توصیفی از میانگین و انحراف استاندارد و در سطح آمار استنباطی از طریق روش تحلیل آماری کوواریانس چندمتغیری استفاده شد.

یافته‌ها

الف) توصیف جمعیت‌شناختی

برخی از ویژگی‌های جمعیت‌شناختی در جدول‌های ۲ و ۳ ارائه شده است.

جدول ۲. سن آزمودنی‌ها به تفکیک گروه کنترل و آزمایش

متغیر	گروه	میانگین	انحراف استاندارد
سن آزمودنی‌ها	آزمایش	۳۳/۸	۱/۵۲
	کنترل	۳۳/۴	۱/۲۹

جدول ۳. فراوانی شرکت‌کنندگان در پژوهش برحسب تحصیلات والدین

متغیر	گروه	زیرگروه	فراوانی	درصد فراوانی
رشته تحصیلی	آزمایش	دیپلم و پایین‌تر	۳	۲۰/۰
		لیسانس	۸	۵۳/۳
	کنترل	فوق‌لیسانس و بالاتر	۴	۲۶/۷
		دیپلم و پایین‌تر	۳	۲۰/۰
		لیسانس	۷	۴۶/۷
		فوق‌لیسانس و بالاتر	۵	۳۳/۳

ب) توصیف شاخص‌ها

جدول ۴، میانگین و انحراف استاندارد متغیر رابطه والد-کودک و مؤلفه‌های آن را در گروه‌های آزمایش و کنترل نشان می‌دهد. براساس نتایج جدول ۴، میانگین نمره‌های گروه آزمایش در متغیر رابطه والد-کودک در پیش‌آزمون ۸۲/۵۴ و در پس‌آزمون ۱۲۵/۰۸ بوده است که نشان می‌دهد میانگین نمرات پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون افزایش داشته است.

جدول ۴. میانگین و انحراف استاندارد متغیر رابطه والد-کودک و مؤلفه‌های آن، قبل و بعد از برنامه والدگری خردمندان براساس آموزه‌های امام علی

زمان اندازه‌گیری	متغیر	گروه کنترل		گروه آزمایش	
		میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
پیش‌آزمون	تعارض	۵۸/۸۷	۸/۶۲	۶۱/۵۴	۶/۶۶
	صمیمیت	۳۰/۵۳	۷/۷۴	۲۹/۴۶	۹/۳۱
	وابستگی	۲۴/۸	۴/۳۲	۲۵/۴۶	۳/۰۴
	رابطه والد-کودک	۸۳/۲۷	۱۲/۶	۸۲/۵۴	۱۳/۵۸
پس‌آزمون	تعارض	۵۶/۲۷	۹/۳۵	۳۹/۴۶	۹/۵۷
	صمیمیت	۳۲/۲۷	۷/۴۱	۴۵/۶۹	۴/۴۶
	وابستگی	۲۴/۲۷	۳/۳	۲۴/۲۳	۳/۰۳
	رابطه والد-کودک	۸۵/۲۷	۱۳/۳۶	۱۲۵/۰۸	۱۳/۶۱

جدول ۵ میانگین و انحراف استاندارد متغیر مشکلات درونی و مؤلفه‌های آن را در گروه‌های آزمایش و کنترل نشان می‌دهد. براساس نتایج جدول ۵، میانگین نمره‌های گروه آزمایش در متغیر اختلالات رفتاری درونی شده در پیش‌آزمون ۶/۰۸ و در پس‌آزمون ۳/۵۴ بوده است که نشان می‌دهد میانگین نمرات پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون کاهش داشته است.

جدول ۵. میانگین و انحراف استاندارد متغیر مشکلات درونی و مؤلفه‌های آن، قبل و بعد از برنامه والدگری خردمندان براساس آموزه‌های امام علی (ع)

زمان اندازه‌گیری	متغیر	گروه کنترل		گروه آزمایش	
		میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
پیش‌آزمون	اضطراب	۵/۳۳	۳/۷۳	۳/۳۸	۲/۰۶
	گوشه‌گیری	۱/۷۳	۰/۹۶	۲/۰۸	۱/۱۱
	شکایات جسمانی	۱/۷۳	۲/۲۸	۰/۶۲	۰/۷۶
	مشکلات درونی	۸/۸۷	۵/۱۹	۶/۰۸	۲/۹۸
پس‌آزمون	اضطراب	۴/۶	۲/۸۷	۱/۹۲	۰/۸۶
	گوشه‌گیری	۱/۸۷	۰/۹۱	۰/۸۵	۰/۸۰۱
	شکایات جسمانی	۱/۵۳	۱/۳	۰/۷۷	۰/۸۳
	مشکلات درونی	۷/۸۷	۳/۹	۳/۵۴	۱/۴۵

ج) آزمون نرمال

همچنین به منظور بررسی نرمال بودن توزیع متغیرهای پژوهش، از آزمون کالموگروف-اسمیرنوف استفاده شد. نتایج نشان می‌دهد آماره Z آزمون کالموگروف-اسمیرنوف^۱ برای متغیرها در هر دو مرحله معنادار نیست یا به

1. Kolmogorov-Smirnov Test

عبارتی، توزیع آن‌ها نرمال است (جدول ۶).

جدول ۶. نتایج آزمون کالموگروف-اسمیرنوف برای متغیرهای پژوهش در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون

متغیر	مرحله	آماره Z	سطح معنی‌داری (sig)
رابطه والد-کودک	پیش‌آزمون	۰/۱۱۷	۰/۲
	پس‌آزمون	۰/۰۹۵	۰/۲
مشکلات درونی	پیش‌آزمون	۰/۱۰۶	۰/۷
	پس‌آزمون	۰/۱۶۳	۰/۰۶

یکی دیگر از مفروضه‌های تحلیل کوواریانس، همگنی واریانس است. در این پژوهش برای بررسی همگنی، از واریانس لوین^۱ استفاده شده است. نتایج این آزمون برای متغیر رابطه والد-کودک در مرحله پیش‌آزمون $F=۰/۳۷۷$ و $P=۰/۵۴۵$ ، پس‌آزمون $F=۰/۰۳۶$ و $P=۰/۸۵$ و برای متغیر مشکلات رفتاری درونی‌شده در مرحله پیش‌آزمون $F=۲/۰۹۹$ و $P=۰/۱۵۹$ ، پس‌آزمون $F=۳/۶۲$ و $P=۰/۰۶۱$ است؛ بنابراین در آزمون لوین، در تمام متغیرهای مورد بررسی، فرضیه یکسان بودن واریانس گروه‌ها پذیرفته می‌شود و مؤلفه‌ها دارای واریانس برابر در گروه‌ها هستند. در نتیجه با توجه به فرض صفر، تساوی واریانس‌ها ($p > ۰/۰۵$) تأیید می‌شود. همچنین با توجه به نتایج آزمون ام‌باکس^۲ ($P = ۰/۰۹۵$, $F = ۱/۶۱$) و با توجه به اینکه $P > ۰/۰۵$ است، فرضیه یکسان بودن کوواریانس گروه‌ها در سطح $۰/۰۵$ تأیید می‌شود. نتایج آزمون معناداری تحلیل کوواریانس چندمتغیری از جمله اثر پیلایی^۳ ($P=۰/۰۰۱$, $F=۳۱/۲۷$) و لامبدای ویلکز^۴ ($P=۰/۰۰۱$, $F=۷۶/۳۷$) روشن‌گر این هستند که گروه‌های آزمایش و کنترل در متغیر وابسته با یکدیگر تفاوت دارند و می‌توان از تحلیل کوواریانس (مانکوا) برای مقایسه گروه‌ها استفاده کرد.

د) آزمون فرضیه‌ها

همان‌گونه که در جدول ۷ مشاهده می‌شود، در نسبت F تحلیل کوواریانس با مهار پیش‌آزمون در بین شرکت‌کنندگان گروه آزمایش و کنترل در متغیر رابطه والد-کودک ($P \leq ۰/۰۰۱$, $F=۶۰/۷۵$) و همچنین در متغیر مشکلات رفتاری درونی‌شده ($P \leq ۰/۰۰۱$, $F=۱۴/۱۹$) تفاوت معناداری وجود دارد؛ یعنی آموزش بسته والدگری خردمندانه براساس آموزه‌های امام علی (ع) بر رابطه والد-کودک و علائم مشکلات رفتاری درونی‌شده فرزندان دختر پیش‌دبستانی معنادار بوده است. با توجه به مجذور اتا می‌توان گفت مقدار این اندازه اثر در متغیر رابطه والد-کودک ۷۰٪ و در متغیر مشکلات درونی ۳۵٪ بوده است.

1. Levene
2. Box M test
3. Pillais Trace
4. Wilks Lambda

جدول ۷. نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیره در متن مانکوا روی متغیرهای رابطه والد-کودک و مشکلات درونی گروه‌های آزمایش و کنترل

متغیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آماره F	سطح معناداری	مجذور اتا	توان
رابطه والد-کودک	۱۱۰۳۷/۳۹	۱	۱۱۰۳۷/۳۹	۶۰/۷۵	۰/۰۰۱	۰/۷۰	۰/۹۹
مشکلات درونی	۱۳۰/۴۶	۱	۱۳۰/۴۶	۱۴/۱۹	۰/۰۰۱	۰/۳۵	۰/۹۵

در جدول ۷ مشاهده می‌شود اثربخشی بسته والدگری خردمندان براساس آموزه‌های امام علی (ع) بر تعارض و صمیمیت معنادار بوده است ($P < 0/05$). با توجه به اینکه سطح معنی‌داری از $0/05$ کمتر است و نیز با توجه به مجذور اتا می‌توان گفت مقدار این اندازه اثر در مؤلفه تعارض ۴۵ درصد و در مؤلفه صمیمیت ۵۵ درصد بوده است. سایر نتایج نشان می‌دهد اثربخشی بسته والدگری خردمندان براساس آموزه‌های امام بر وابستگی، معنادار نیست ($P > 0/05$).

جدول ۸. نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیره در متن مانکوا روی مؤلفه‌های رابطه والد-کودک (تعارض، صمیمیت و وابستگی) گروه‌های آزمایش و کنترل

متغیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آماره F	سطح معناداری	مجذور اتا	توان
تعارض	۱۹۶۶/۸	۱	۱۹۶۶/۸	۲۲/۰۰۲	۰/۰۰۱	۰/۴۵	۰/۹۹
صمیمیت	۱۲۵۵/۲۹	۱	۱۲۵۵/۲۹	۳۲/۳۸۸	۰/۰۰۱	۰/۵۵	۰/۹۹
وابستگی	۰/۰۰۹	۱	۰/۰۰۹	۰/۰۰۱	۰/۹۷۶	۰/۰۱	۰/۰۵

با توجه به جدول ۸، اثربخشی بسته والدگری خردمندان براساس آموزه‌های امام علی (ع) بر اضطراب و گوشه‌گیری معنادار بوده است ($P < 0/05$). با توجه به اینکه سطح معنی‌داری از $0/05$ کمتر است و نیز با توجه به مجذور اتا می‌توان گفت مقدار این اندازه اثر در مؤلفه اضطراب ۲۸ درصد و در مؤلفه گوشه‌گیری ۲۷ درصد بوده است. سایر نتایج نشان می‌دهد اثربخشی بسته والدگری خردمندان براساس آموزه‌های امام بر شکایات جسمانی معنادار نبوده است ($P > 0/05$).

جدول ۹. نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیره در متن مانکوا روی مؤلفه‌های مشکلات رفتاری درونی شده (اضطراب، گوشه‌گیری و شکایات جسمانی) گروه‌های آزمایش و کنترل

متغیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آماره F	سطح معناداری	مجذور اتا	توان
اضطراب	۴۹/۹۰۵	۱	۴۹/۹۰۵	۱۰/۴۲	۰/۰۰۳	۰/۲۸	۰/۸۷
گوشه‌گیری	۷/۲۵	۱	۷/۲۵۳	۹/۷۰۸	۰/۰۰۴	۰/۳۷	۰/۸۵
شکایات جسمانی	۴/۰۶۶	۱	۴/۰۶۶	۳/۲۹۹	۰/۰۸۱	۰/۱۱	۰/۴۱

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر تدوین بسته والدگری خردمندانه براساس آموزه‌های امام علی (ع) و ارزیابی اثربخشی آن بر رابطه والد-کودک و علائم مشکلات رفتاری درونی‌شده فرزندان دختر پیش‌دبستانی بود که مقایسه نتایج گروه آزمایش با گروه کنترل در مرحله پس‌آزمون حاکی از اثربخشی بسته والدگری خردمندانه بر رابطه والد-کودک و مشکلات رفتاری درونی‌شده بود. با توجه به اینکه تاکنون پژوهشی در این زمینه صورت نگرفته است، نمی‌توان همسو یا ناهمسو بودن این پژوهش را با سایر پژوهش‌ها مقایسه کرد.

نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد این بسته در ارتقا و بهبود روابط بین والد و کودک مؤثر بوده و موجب افزایش صمیمیت و کاهش تعارض بین والد و کودک شده، اما سبب کاهش مؤلفه وابستگی نشده است. شاید این نتیجه دور از انتظار نیست؛ چرا که این بسته فقط به مدت دو ماه به والدین آموزش داده شده است. افزایش صمیمیت می‌تواند در مدت کم سبب افزایش وابستگی بین والد و کودک نیز شود و هنوز تفکیک‌پذیری بین صمیمیت و وابستگی برای والد و کودک صورت نپذیرفته است.

به‌طور خلاصه می‌توان گفت آموزش بسته والدگری خردمندانه از نگاه امام علی (ع) به والدین سبب بهبود مشکلات اضطرابی و افسردگی کودکان شده است، اما تفاوت معناداری در حل مشکلات جسمانی کودکان نداشته است. در تبیین این موضوع می‌توان گفت مشکلات جسمانی یک بعد تغذیه‌ای و پزشکی نیز دارند، اما آموزش‌های ما در این بسته بیشتر بر حوزه روان و عاطفه متمرکز بوده است.

رمدانیاتی و هرمانینگسی (۲۰۱۶) در مطالعه‌ای از تأثیر بازی‌درمانی بر کاهش اضطراب کودکان پیش‌دبستانی خبر دادند که با نتایج پژوهش انجام‌شده همسو است. همچنین هالوگ، هنریچ، کوسچل، برترام و نومن (۲۰۱۰) مطالعه‌ای در زمینه اثربخشی برنامه فرزندپروری کارآمد بر کودکانی که دارای مشکلات درون‌سو و برون‌سو بودند انجام دادند. نتایج دو سال پیگیری نشان داد والدینی که در معرض آموزش بودند، کاهش عمده‌ای در مشکلات درون‌سو و برون‌سو و کودکان خود گزارش دادند.

برخلاف بسته‌های دیگر درمان که با ارائه تکنیک‌هایی برای رفع یا بهبود پارامتری تلاش دارند، این بسته بر جهان‌بینی افراد تأثیر می‌گذارد. زمانی که بر جهان‌بینی متمرکز می‌شویم، هم‌زمان می‌توانیم بسیاری از ویژگی‌های فرد را افزایش یا کاهش دهیم. از دیگر مزایای اصلاح جهان‌بینی فرد می‌توان به ماندگاری آن اشاره کرد. شاید زمان لازم برای اصلاح جهان‌بینی نسبت به خیلی از روش‌های درمانی زودبازده بیشتر باشد، اما باید در نظر داشت با اصلاح و تغییر نگاه شخص به زندگی، فرد بدون نیاز به نظارت، حمایت، تشویق و تنبیه بیرونی برای آنچه درست می‌پندارد تلاش می‌کند. این دقیقاً همان رویکردی است که مذاهب، دین، پیامبران و امامان انتخاب کرده‌اند.

در بسته والدگری خردمندانه نیز با توجه به اهمیت اصلاح جهان‌بینی فرد به سراغ شخصیتی در تاریخ اسلام و بشریت رفتیم که الگوی خرد و خردورزی است. امام علی (ع) بی‌شک از تأثیرگذارترین افراد تاریخ بشریت به‌شمار می‌آیند و زندگی ایشان خود نشان از خرد بالای ایشان است. علاوه بر این فرزندان ایشان

هریک اسوه‌ای برای بشریت هستند و چنین فرزندان‌ی بی‌شک حاصل تربیت پدر و مادری خردمندند. خرد مفهومی است که قرن‌هاست در فرهنگ، دین و ادبیات ما جای داشته است، اما روان‌شناسان به‌تازگی به آن پرداخته‌اند. شناخت مؤلفه‌های خرد و راه‌های دستیابی به آن می‌تواند به ما کمک کند در تمامی امور زندگی‌مان از عملکرد بهتری برخوردار باشیم. مطمئناً انسان خردمند در ارتباط با والدگری و تربیت فرزند نیز به‌مراتب درست‌تر از دیگران عمل می‌کند.

اگر انتظار داریم به‌عنوان پدر یا مادر بتوانیم بر تربیت فرزندانمان مؤثر باشیم، ابتدا باید بر خود و رفتارمان متمرکز شویم. امام علی (ع) هم در آموزه‌های خود تأکید بسیاری بر نفس و خودشناسی داشته‌اند. ایشان می‌فرمایند برترین خردورزی، خودشناسی انسان است؛ پس هرکه خود را شناخت خردمند شد و هرکه خود را نشناخت گمراه گشت. «أَفْضَلُ الْعَقْلِ مَعْرِفَةُ الْإِنْسَانِ نَفْسَهُ، فَمَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ عَقْلًا، وَ مَنْ جَهَّلَهَا ضَلَّ» (غررالحکم، ۳۲۲۰). در احادیث دیگری نیز ایشان به اهمیت شناخت نفس تأکید داشته‌اند. «أَفْضَلُ الْمَعْرِفَةِ مَعْرِفَةُ الْإِنْسَانِ نَفْسَهُ» (غررالحکم، ۲۹۳۵). «أَفْضَلُ الْحِكْمَةِ مَعْرِفَةُ الْإِنْسَانِ نَفْسَهُ وَ وَقُوفُهُ عِنْدَ قَدَرِهِ» (غررالحکم، ۳۱۰۵). «كَيْفَ يَعْرِفُ غَيْرَهُ مَنْ يَجْهَلُ نَفْسَهُ» (غررالحکم، ۶۹۹۸).

در جایی دیگر ایشان به زیبایی به تقدم خودسازی بر دگرسازی و همچنین لزوم پرداختن به عیب خود و نه دیگران اشاره می‌کنند؛ ایرادی که بی‌شک در بسیاری از ما وجود دارد و اگر تلاش بر رفع آن کنیم، چه در ارتباط با فرزندانمان چه دیگران رشد عمده‌ای خواهیم داشت. «أَعْقَلُ النَّاسِ مَنْ كَانَ بَعِيهِ بَصِيرًا، وَعَنْ عَيْبِ غَيْرِهِ ضَرِيرًا» (میزان الحکمه، العیب)، اما دانستن این مفاهیم خود چاره‌ساز نیست، بلکه آنچه اهمیت دارد لزوم هماهنگی علم و عمل است. ایشان می‌فرمایند: «العقل ان تقول ما تعرف و تعمل بما تنطق به» (غررالحکم و دررالکلم، ۸۳۷۶).

ایشان می‌فرمایند در تربیت فرزند پیش از آنکه دل او سخت و عقلش به چیز دیگری مشغول شود باید شتاب ورزید و تربیت را از سنین پایین آغاز کنید. «أَوْ يَسْبِقُنِي إِلَيْكَ بَعْضُ غَلَبَاتِ الْهَوَى وَ فِتَنِ الدُّنْيَا فَتَكُونَ كَالصَّعْبِ النَّفُورِ وَ إِنَّمَا قَلْبُ الْحَدِيثِ كَالْأَرْضِ الْخَالِيَةِ مَا أَلْقَى فِيهَا مِنْ شَيْءٍ قَبِلَتْهُ فَبَادَرْتُكَ بِالْأَدَبِ قَبْلَ أَنْ يَسْأَلَ قَلْبُكَ وَ يَشْتَغَلَ لُبُّكَ لِنَسْتَقْبَلُ بِجِدِّ رَأْيِكَ مِنَ الْأَمْرِ مَا قَدْ كَفَاكَ أَهْلُ التَّجَارِبِ غَيْتَهُ» (نهج‌البلاغه، نامه ۳۱). با وجود این نباید آداب‌ورسوم خود را به فرزندانمان تحمیل کنیم؛ زیرا آنان برای زمانی غیر از زمان ما آفریده شده‌اند. «لَا تَقْسِرُوا أَوْلَادَكُمْ عَلَى آدَابِكُمْ، فَإِنَّهُمْ مَخْلُوقُونَ لِزَمَانٍ غَيْرِ زَمَانِكُمْ» (شرح ابن ابی‌الحدید، ج ۲۰، کلمه ۱۰۲، ص ۲۶۷)؛ بنابراین علاوه بر اینکه باید از سنین پایین در تربیت فرزندان کوشا باشیم، باید با توجه به استعداد و توانایی فرزندانمان و همچنین شرایط زمانه با آن‌ها برخورد کنیم.

همان‌طور که خانواده در تربیت فرزندان نقش مهمی دارد، محیط و جامعه‌ای که فرزند در آن قرار می‌گیرد در این تربیت بی‌تأثیر نخواهد بود. امام علی (ع) در ارتباط با تأثیر هم‌نشینی خانواده‌ها بر تربیت

فرزند می‌گوید: «ثُمَّ الصَّقُ بِذَوِي الْمُرُوءَاتِ وَالْأَحْسَابِ، وَأَهْلِ الْبُيُوتَاتِ الصَّالِحَةِ، وَالسَّوَابِقِ الْحَسَنَةِ» (نهج‌البلاغه، نامه ۵۳). روابط خود را با افراد با شخصیت و اصیل و خانواده‌های صالح و خوش سابقه برقرار ساز. همچنین در ارتباط با ملاک‌های انتخاب دوست می‌فرمایند: باید از فرد جاهل، ریاکار، بخیل، بدکار و دروغگو دوری کنیم و بر مبنای اندیشه و عقاید، دوست انتخاب کنیم. «يَا بُنَيَّ إِيَّاكَ وَمُصَادَقَةَ الْأَحْمَقِ، فَإِنَّهُ يَرِيدُ أَنْ يَنْفَعَكَ فَيَضُرُّكَ؛ وَإِيَّاكَ وَمُصَادَقَةَ الْبَخِيلِ، فَإِنَّهُ يَقْعُدُ عَنْكَ أَحْوَجَ مَا تَكُونُ إِلَيْهِ؛ وَإِيَّاكَ وَمُصَادَقَةَ الْفَاجِرِ، فَإِنَّهُ يَبِيعُكَ بِالتَّنَافِهِ؛ وَإِيَّاكَ وَمُصَادَقَةَ الْكَذَّابِ، فَإِنَّهُ كَالسَّرَابِ يَقْرَبُ عَلَيْكَ الْبُعِيدَ وَيَبْعُدُ عَلَيْكَ الْقَرِيبَ» (حکمت ۳۸). «وَرُبَّ بَعِيدٍ أَقْرَبُ مِنْ قَرِيبٍ وَقَرِيبٍ أَبْعَدُ مِنْ بَعِيدٍ» (نهج‌البلاغه، نامه ۳۱). ایشان ضمن اینکه تأکید فراوانی بر تلاش و دوری از سستی دارند «التَّوَانِي سَجِيَّةُ النَّوْكَى» (غررالحکم و درر الکلم، ۱۰۵۶۵) در جایی دیگر نیز اشاره می‌کنند گاه ممکن است بنده چیزی را خواسته و به او نداده‌اند و بهتر از آن در این جهان یا در آن جهان در انتظار او است یا صلاح بنده در آن بوده که از او دریغ کنند. «لِأَجْرِ السَّائِلِ وَأَجْزَلٍ لِعَطَاءِ الْأَمَلِ، وَرَبَّمَا سَأَلْتَ الشَّيْءَ فَلَا تُعْطَاهُ» تَوَاتَاهُ وَأُوْتِيَتْ خَيْرًا مِنْهُ عَاجِلًا أَوْ آجِلًا أَوْ صَرِفَ عَنْكَ لِمَا هُوَ خَيْرٌ لَكَ» (نهج‌البلاغه، نامه ۳۱). این نگاه سبب می‌شود انسان هیچ‌گاه از تلاش نایستد و اگر هم به خواسته خود نرسید دچار یأس و سرخوردگی نشود و به سمت هدفی بالاتر حرکت کند.

این دست پژوهش‌ها چون در گروه کیفی و کمی قرار می‌گیرند، در پیشبرد تولید و توسعه علم بسیار مؤثرند. انجام پژوهش‌های بومی و کیفی با اینکه می‌تواند در رشد علمی جامعه ما بسیار مؤثر باشد، چندان رواج ندارد و بیشتر پژوهش‌ها به صورت کمی صورت می‌گیرد. اهمیت یافته‌های پژوهش حاضر در راستای پاسخ به خلأ پژوهشی کمبود تحقیقات بومی و کیفی است. براساس بررسی‌های محققان، بسته والدگری خردمندان براساس آموزه‌های امام علی (ع) برای اولین بار تدوین شده است. بی‌شک توجه به ظرفیت‌های بومی با توجه به قرابت بیشتری که با فرهنگ ما دارد تأثیرگذاری بیشتری نسبت به بسته‌های مشابه دارد. انتظار داریم این بسته مدنظر محققان به‌ویژه محققان حوزه روان‌شناسی دین قرار گیرد.

با توجه به آنچه از نتایج پژوهش حاضر به دست آمده است، پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی این بسته آموزشی در مقایسه با سایر روش‌های والدگری نیز مقایسه شود. همچنین با توجه به وسعت و ظرفیت بالای فرهنگی و مذهبی، بسته والدگری خردمندان از نگاه قرآن، سایر امامان و حتی منابع غنی دینی، فرهنگی، ادبی و تاریخی کشورمان تدوین شود. این پژوهش با محدودیت‌هایی روبه‌رو بود که برخی از آن‌ها عبارت‌اند از: نداشتن امکان اجرای درمان در جلساتی که هردو والد در آن شرکت داشته باشند، استفاده نکردن از طرح A-B-A-C که امکان مشاهده تغییرات متغیرها را بهتر فراهم می‌آورد، عدم اجرای مقدماتی و پایلوت در پژوهش، و مقطعی بودن اطلاعات و داده‌های جمع‌آوری شده در بخش کمی تحقیق. دیگر اینکه مراجعان گروه کنترل پس از شناسایی و جایگزینی تا پایان فرایند پژوهش هیچ درمانی دریافت نکردند. اگرچه پژوهشگران متعهد شدند پس از پایان فرایند تحقیق، مراجعان گروه کنترل را وارد فرایند درمان کنند، همین

انتظار طولانی از نظر اخلاق پژوهش محدودیت محسوب می‌شود و پیداکردن راهکاری برای غلبه بر این محدودیت در پژوهش‌های مشابه ضروری به نظر می‌رسد.

منابع

- ابارشی، ز.، طهماسیان، ک.، مظاهری، م. ع. و پناغی، ل. (۱۳۸۸). تأثیر آموزش برنامه ارتقای روانی اجتماعی کودک از طریق بهبود تعامل مادر کودک بر خودآزمندی والدگری و رابطه مادر و کودک زیر سه سال. *فصلنامه علمی-پژوهشی در سلامت روان شناختی*. ۳(۳)، ۵۲-۵۰.
- امام علی (ع) (۱۳۸۰). *نهج البلاغه*. ترجمه محمد دشتی. چاپ اول. قم: مؤسسه تحقیقاتی امیرالمؤمنین.
- تمیمی آمدی، م. (۱۳۸۰). *غررالحکم و درر الکلم*. ترجمه و تحقیق سید هاشم رسولی محلاتی. قم: دفتر نشر فرهنگ اسلامی.
- سادوک، ب.، سادوک، و.، و روئیز، پ. (۱۳۹۶). *خلاصه روان‌پزشکی کاپلان و سادوک*. ترجمه مهدی گنجی. تهران: ساوالان.
- ساطوریان، س. ع.، هراتیان، ع.، طهماسیان، ک.، و احمدی، م. (۱۳۹۴). مشکلات درونی‌سازی شده و برونی‌سازی شده در کودکان: ترتیب تولد و فاصله سنی. *روان‌شناسی تحولی: روان‌شناسان ایرانی*. ۱۲(۴۶)، ۱۸۷-۱۷۳.
- سلیمی سودرجانی، م.، و یوسفی، ز. (۱۳۹۶). تأثیر آموزش سبک‌های والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد به مادران بر اضطراب جدایی و نافرمانی کودکان. *فصلنامه سلامت روان کودک*. ۲، ۱۱۵-۱۰۴.
- طباطبایی، م. ح. (۱۳۷۴). *المیزان*. قم: دفتر انتشارات اسلامی جامعه مدرسین حوزه علمیه قم.
- عینی‌پور، ج.، و شباهنگ، ن. (۱۳۹۷). تجارب زیسته مادران از والدگری موفق در تحصیل: مطالعه پدیدارشناختی. *فصلنامه سلامت روان کودک*. ۵(۴)، ۶۶-۵۲.
- فرشاد، م. ر.، نجاریوریان، س.، و شنبیدی، ف. (۱۳۹۷). تأثیر آموزش والدگری مثبت مبتنی بر روی آورد ساندروز بر شادزیستی و تعارض والد-فرزندی دانش‌آموزان. *فصلنامه سلامت روان کودک*. ۵(۱)، ۶۷-۵۹.
- گله‌گیریان، ص.، و دیره، ع. (۱۳۹۶). مقایسه تأثیر فراشناخت درمانی و درمان مبتنی بر دلبستگی بر مشکلات رفتاری برون‌نمود کودکان پرخاشگر. *فصلنامه سلامت روان کودک*. ۴(۱)، ۳۴-۲۴.
- محمدی ری‌شهری، م. (۱۳۹۵). *میزان الحکمه*. قم: مرکز تحقیقات کامپیوتری علوم انسانی.
- مقدم، م.، قمرانی، ا.، و عبادی، ا. (۱۳۹۸). *تدوین بستنه والدگری خردمندانانه براساس آموزه‌های امام علی (ع) و ارزیابی اثربخشی آن بر خردمندی والدین، رابطه والد-کودک، خلاقیت و علائم کودکان دختر پیش‌دبستانی دارای مشکلات رفتاری درونی‌شده*. پایان‌نامه منتشر نشده کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد نجف‌آباد، دانشکده علوم انسانی، گروه تحصیلی روان‌شناسی بالینی.
- منادی، م. (۱۳۸۹). روش کیفی و نظریه‌سازی. *راهبرد*. ۱۹(۵۴)، ۱۳۴-۱۰۷.
- مینایی، ا. (۱۳۹۰). *کتابچه راهنمای فرم‌های سن مدرسه، نظام سنجش مبتنی بر تجربه آخنباخ*. تهران: پژوهشگاه مطالعات آموزش و پرورش.

References

- Amato, P. R., & Kane, J. B. (2011). Parents' marital distress, divorce, and remarriage: Links with daughters' early family formation transitions. *Journal of Family Issues, 32*(8), 1073-1103.
- Ban, J., & Oh, I. (2016). Mediating effects of teacher and peer relationships between parental abuse/neglect and emotional/behavioral problems. *Child Abuse & Neglect, 61*(1), 35-42.
- Bhusiri, P., Phuphaibul, R., Suwonnarop, N., & Viwatwongkasem, C. (2018). Effects of parenting skills training program for aggressive behavior reduction among school-aged children: a quasi-experimental study. *Pacific Rim International Journal of Nursing Research, 22*(4), 332-346.
- Bulgan, G., & Çiftçi, A. (2017). Psychological adaptation, marital satisfaction, and academic self-efficacy of international students. *Journal of International Students, 7*(3), 687-702.
- Colman, I., Wadsworth, M. E., Croudace, T. J., & Jones, P. B. (2007). Forty-year psychiatric outcomes following assessment for internalizing disorder in adolescence. *American Journal of Psychiatry, 164*(1), 126-133.
- Driscoll, K., & Pianta, R. C. (2011). Mothers' and Fathers' Perceptions of Conflict and Closeness in Parent-Child Relationships during Early Childhood. *Journal of Early Childhood & Infant Psychology, 7*(7).
- Dunsmore, J. C., Booker, J. A., Ollendick, T. H., & Greene, R. W. (2016). Emotion socialization in the context of risk and psychopathology: Maternal emotion coaching predicts better treatment outcomes for emotionally labile children with oppositional defiant disorder. *Social Development, 25*(1), 8-26.
- Eisenberg, N., Hernández, M. M., & Spinrad, T. L. (2017). The relation of self-regulation to children's externalizing and internalizing problems. *Emotion regulation and psychopathology in children and adolescents, 18-42*.
- Esbjørn, B. H., Normann, N., Christiansen, B. M., & Reinholdt-Dunne, M. L. (2018). The efficacy of group metacognitive therapy for children (MCT-c) with generalized anxiety disorder: An open trial. *Journal of anxiety disorders, 53*, 16-21.
- Fox, J. K., Halpern, L. F., & Forsyth, J. P. (2008). Mental health checkups for children and adolescents: A means to identify, prevent, and minimize suffering associated with anxiety and mood disorders. *Clinical Psychology: Science and Practice, 15*(3), 182-211.
- Fraire, M. G., & Ollendick, T. H. (2013). Anxiety and oppositional defiant disorder: A transdiagnostic conceptualization. *Clinical Psychology Review, 33*(2), 229-240.
- Guido, C. A., Zicari, A. M., Duse, M., & Spalice, A. (2019). Eye movement desensitisation and reprocessing (EMDR) treatment associated with parent management training (PMT) for the acute symptoms in a patient with PANDAS syndrome: a case report. *Italian journal of pediatrics, 45*(1), 74.
- Hahlweg, K., Heinrichs, N., Kuschel, A., Bertram, H., & Naumann, S. (2010). Long-term outcome of a randomized controlled universal prevention trial through a positive parenting program: is it worth the effort?. *Child and Adolescent Psychiatry*

- and *Mental Health*, 4(1), 1-14.
- Katzmann, J., Döpfner, M., & Görtz-Dorten, A. (2018). Child-based treatment of oppositional defiant disorder: mediating effects on parental depression, anxiety and stress. *European child & adolescent psychiatry*, 27(9), 1181-1192.
- Landers, A. L., Bellamy, J. L., Danes, S. M., & Hawk, S. W. (2017). Internalizing and externalizing behavioral problems of American Indian children in the child welfare system. *Children and Youth Services Review*, 81(2), 413-421.
- LeCroy, C. W. (2011). *Parenting mentally ill children: Faith, caring, support, and surviving the system*. California: ABC-CLIO.
- Liu, X., Lin, X., Heath, M. A., Zhou, Q., Ding, W., & Qin, S. (2018). Longitudinal linkages between parenting stress and oppositional defiant disorder (ODD) symptoms among Chinese children with ODD. *Journal of Family Psychology*, 32(8), 1078.
- Luby, J. L. (Ed.). (2009). *Handbook of preschool mental health: Development, disorders, and treatment*. New York: Guilford Press.
- Magai, D. N., Malik, J. A., & Koot, H. M. (2018). Emotional and behavioral problems in children and adolescents in Central Kenya. *Child Psychiatry & Human Development*, 49(4), 659-671.
- Ogundele, M. O. (2018). Behavioural and emotional disorders in childhood: a brief overview for paediatricians. *World journal of clinical pediatrics*, 7(1), 9-26.
- Perle, J. G., Levine, A. B., Odland, A. P., Ketterer, J. L., Cannon, M. A., & Marker, C. D. (2013). The association between internalizing symptomology and risky behaviors. *Journal of Child & Adolescent Substance Abuse*, 22(1), 1-24.
- Ramdaniati, S., & Hermaningsih, S. (2016). Comparison study of art therapy and play therapy in reducing anxiety on pre-school children who experience hospitalization. *Open journal of nursing*, 6(01), 46-52.
- Rodas, N. V., Chavira, D. A., & Baker, B. L. (2017). Emotion socialization and internalizing behavior problems in diverse youth: A bidirectional relationship across childhood. *Research in developmental disabilities*, 62, 15-25.
- Ryan, R., O'Farrelly, C., & Ramchandani, P. (2017). Parenting and child mental health. *London Journal of Primary Care*, 9(6), 86-94.
- Sharf, R. S. (2015). *Theories of psychotherapy & counseling: Concepts and cases*. Cengage Learning.
- Stallard, P. (2019). *Think Good, Feel Good: A cognitive behavioural therapy workbook for children and young people*. United Kingdom: John Wiley & Sons.
- Tkacz, J., & Brady, B. (2019). Pmh28 the increasing rate of childhood mental illnesses and associated healthcare costs in the United States: Trends over the past decade. *Value in Health*, 22(2), 231.
- Yunus, F. W., Liu, K. P., Bissett, M., & Penkala, S. (2015). Sensory-based intervention for children with behavioral problems: a systematic review. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 45(11), 3565-3579.