

کشف مولفه های اجتماعی کردن هیجانات و ارائه الگوی والدگری بر مبنای آن: یک مطالعه کیفی

شهرزاد دوستانی¹

امیر قمرانی²

چکیده

اغلب کودکان از آشکار ساختن اندیشه و احساسات خود عاجز هستند بگونه‌ای که هیجانات آن‌ها اغلب مخالف کلمات یا اعمال آن‌ها است. لذا هدف این پژوهش کشف مولفه های اجتماعی کردن هیجانات کودک و ارائه الگوی والدگری بر این اساس بوده است.

روش: این مقاله با روش کیفی و با رویکرد تحلیل مضمون استقرایی انجام شد.

جامعه آماری شامل کلیه کتب، پایان نامه‌ها، مقالات، سایت های معتبر و مرتبط با موضوع پژوهش اعم از داخلی و خارجی که به توصیف و تحلیل موضوع پرداخته، می باشد.

یافته‌ها: با توجه به یافته‌های محقق، اجتماعی کردن هیجانات دارای پنج مولفه اصلی (واکنش حمایت‌گرایانه والدین به هیجانات کودک، واکنش غیرحمایت‌گرایانه والدین به هیجانات کودک، فلسفه فراهیجانی والدین، کفایت هیجانی در کودک و تعاملات هیجان محور خانواده) و 26 مفهوم فرعی می باشد.

واژگان کلیدی: اجتماعی کردن هیجانات، والدگری، مطالعه کیفی

مقدمه

از آشکار ساختن اندیشه و احساسات خود عاجز هستند و گاهی هیجانات آنها کاملاً مخالف کلمات یا اعمال آنها است. برای مثال کودک می‌خواهد برای رفتار خودش

دنیای احساسی کودکان با دنیای احساسی بزرگسالان تفاوت هایی دارد. کودکان اغلب

¹ کارشناس ارشد روانشناسی و آموزش کودکان با نیازهای خاص، دانشگاه اصفهان، ایران

doostani.shahrzad@yahoo.com

² نویسنده مسئول: استادیار گروه روانشناسی و آموزش کودکان با نیازهای خاص، دانشگاه اصفهان، ایران (نویسنده مسئول)

a.ghamarani@edu.ui.ac.ir

دلیلی بیاورد اما در فکرش ندارد و یا هیجان خود را بگوید اما روش آن را نمیداند، در نتیجه ممکن است نومیدی خود را با یک لیخند پیوشاند، و یا هنگامی که وحشت زده و ترسانده می شود چنان رفتار می کند که گویی خشمگین است (گرینبرگ^۰، 2015).

روان شناسان در تعریف هیجان و عاطفه اختلاف نظر دارند زیرا هر کدام در تعریف خود، زاویه ای از آن را در نظر می گیرند. چنان که بعضی از ایشان به منشأ و دگرگونی هیجان توجه دارند، برخی جنبه های عضوی آن را مورد توجه قرار می دهند و گروهی نیز می خواهند ماهیت هیجان و عاطفه را به فطری و فرهنگی تقسیم کنند. مثلاً استانلی^۰ هیجان را نخستین پایه ای که انرژی روانی در پیدایش و دگرگونی خود بر - استوار است تعریف میکند. جیمز- لنگه^۰ معتقدند که ادراک حالات عضوی یا بدنی باعث پیدایش حالات هیجانی و عاطفی می شود و هیجان و عاطفه در واقع همین ادراک است. مکدوگال^۰ هیجان را نشانه بروز غرایز می داند. مثلاً هیجان خشم علامت ظهور غریزه جنگجویی است. روانکاوان هیجان را از زاویه تعارض موجود بین فرد و محیط مطالعه می کنند که محیط سبب می شود فرد نتواند همه امیالش را ارضا کند و ناچار، هیجانهای او به طور ناخودآگاه سرکوب می شوند و این نیز در رفتار او اثر می گذارد. هدف اصلی «هیجان» آن است که تعادل از میان رفته فرد را در اثر اضطراب و اختلال به او برگرداند و سلامت و بهزیستی روانشناختی او را که عبارت از حفظ تعادل و سازگاری با محیط است تأمین کند. تحقیقات انجام شده در کودکان گویای اهمیت بسیار زیاد هیجانات بر سلامت هیجانی میباشند. در این راستا مشخص

شده است کودکانی که از نظر هیجانی سالمتر هستند، از توانمندی بالایی در همدلی با دیگران و همچنین کنترل تکانه برخوردارند. از طرفی دیگر بسیاری از پژوهشها به این نتیجه دست یافتهاند که بسیاری از مشکلات دوران کودکی، اعم از روانی و جسمانی، ناشی از آشنا نبودن کودکان و والدین با هیجانات و عدم توانایی در ابراز آنها میباشد. طبق آنچه گفته شد، لزوم آموزش و ایجاد آگاهی در والدین برای کمک به کودکان جهت آشناکردن کودک با هیجانات و علت و پیامدهای آن، مدیریت و نظمدهی صحیح هیجانات، بروز و هدایت هیجانی و نتیجتاً افزایش هوش هیجانی کودک، احساس می-گردد. اهداف فوق در ادبیات روانشناسی سالهای اخیر با مفهومی تازه ظهور به نام اجتماعی کردن هیجانات تبیین میشود. لذا برای نیل به این اهداف، در این پژوهش تلاش شده است تا مولفه های اجتماعی کردن هیجانات کودک کشف گردد و همچنین به منظر کاربست آن در امر فرزندپروری، الگوی آموزشی آن ارائه شود.

روش پژوهش

روش پژوهش حاضر تحلیل مضمون با رویکرد استقرایی (آتراید- استرلینگ^۰) میباشد که بدین منظور کدگذاری اولیه با استفاده از روش کدگذاری فرایندی استفاده شد که روشی مناسب برای تحلیل مضمون به شمار می رود (جعفری و همکاران 1390). سپس با مرور چندباره کدها، کدهای ایجادشده پالایش شد و سپس بر مبنای مشابتهای، تأکید و تکرار فراوان و یا جدید و نغز بودن کدهای نهایی مضامین تشکیل شدند.

^۰ Greenberg

^۰ Stanley

^۰ James-Lange

^۰ McDougall

^۰ Attridge-Stirling

استفاده شد تا اطمینان حاصل گردد که از لحاظ روششناسی و استانداردهای اخلاقی، جوانب لازم رعایت شده است. فرم پیشنهاد شده جهت بررسی اعتبار و کیفیت مقالات وارد شده در مطالعات ترکیب مضمون است. معیارهای کیفیت سنجش در این چک لیست عبارتند از: (1) استفاده از روش مرتبط برای دستیابی به اهداف تحقیق، (2) استفاده از نمونه کافی و روش نمونه‌گیری، (3) استفاده از راهبردهای مناسب جمع‌آوری داده‌ها، (4) استفاده از روش تحلیلی مناسب، (5) تفسیر داده‌ها بر اساس یافته‌ها و (6) تاییدی کد اخلاق و رعایت ملاحظات اخلاقی پژوهش، که تمامی موارد در مقالات نهایی چک و تایید شد.

روایی و پایایی

تعیین اعتبار و پایایی یافته مرحله ای حیاتی در فرایند پژوهش کیفی است. پایایی به همسانی نتایج حاصل از مصاحبه و روایی به میزانی اطلاق می گردد که یک روش قادر است هدف مطالعه را بسنجد. به عبارت دیگر در یک مطالعه کیفی، روایی به میزانی که محقق توانسته است پدیده مورد مطالعه یا متغیرهای مربوط به آن را انعکاس دهد اشاره میکند. به طور کلی، در روش کیفی، باید به روایی برای هر کدام از مراحل تحقیق توجه شود تا نتیجه قابل اتکا باشند. پایایی به سازگاری یافته های تحقیق اطلاق می گردد. پایایی در پژوهش کیفی، در مراحل چون نسخه برداری و تحلیل مطرح می گردد. در مورد پایایی نسخه برداری باید، به پایایی درون موضوعی نسخه برداری های انجام شده حین تایپ متون توسط دو فرد توجه نمود. توجه کدگذاران به درصدهای گزارش شده، در طول طبقه بندی متن ها، روشی برای تعیین پایایی تحلیل است. میزان (درصد) توافق درون موضوعی کدگذاران (شصت درصد یا بیشتر) در مورد یک متن نیز، روشی برای پایایی تحلیل است. لذا با توجه به مطالب گفته شده، در طول اجرای این پژوهش پنج نفر جستجو در موتورهای جستجوی علمی را با کلیدواژه های مناسب به انجام رساندند و پس از آن مقالات

همانگونه که بیان شد در این پژوهش از تکنیک تحلیل قالب مضمون استفاده شده است. در این روش، فهرستی از مضامین شناخته در ادبیات نظری و یا استخراج شده از متن داده ها به صورت درختی و سلسله مراتبی تنظیم می گردد. ویژگی کلیدی این روش، سازماندهی سلسله مراتبی مضامین و گروه بندی مضامین سطوح پایین تر در قالب خوشه ها و ایجاد مضامین سطح بالاتر از آنها است. به عبارتی تحلیل قالب شکلی از تحلیل موضوعی است که بر استفاده از کدگذاری سلسله مراتبی تاکید میکند. این تکنیک، توسعه یک قالب کدگذاری، براساس زیرمجموعه‌های از داده‌ها است، که سپس برای اطلاعات بیشتر، بازبینی و اصلاح میشود. این روش در مورد سبک و قالبی که تولید میشود انعطاف‌پذیر است و تحلیلگر را تشویق میکند که موضوعات را به طور گسترده‌تری گسترش دهد که در آن غنیترین داده‌های (در رابطه با سوال تحقیق) پیدا میشوند (کمالی، 1397).

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه آماری این پژوهش تمامی اسناد و مدارک ملی و بینالمللی مربوط به موضوع بوده است. اولین مرحله جهت شناسایی مقالات مرتبط، جستجوی کلیدواژه‌های Emotion socialization, Parenting, Meta emotion philosophy به همراه عملگرهای جستجو AND و OR در پایگاه‌ها Web of Science, Google Scholar و PsycINFO صورت گرفت. در جستجوی اولیه 82 مقاله شناسایی شد؛ سپس با روش پریسما⁰ مقالات تکراری حذف و غربالگری ابتدایی عناوین، چکیده‌ها کلمات کلیدی توسط دو نویسنده با همکاری یکدیگر آغاز شد و نهایتاً 32 پژوهش اعم از مقاله و پایاننامه، به عنوان نمونه نهایی وارد پژوهش شدند. جهت سنجش کیفیت مقالات از چک لیست CASB⁰

⁰ PRISMA diagram

⁰ Critical Appraisal Skills Program

جستجو شده با یکدیگر مقابله شد و از نظر میزان استناد و طرح بحث جدید توسط پنج نفر به شکلی انتخاب شد که تمامی حوزه مورد پژوهش را شامل گردد.

در مرحله کدگذاری نیز ده ارزیاب کدگذاری ها را انجام دادند که پس از آنکه کدها با یکدیگر مقابله شده و بر مبنای توافق ارزیابان کدهای نهایی انتخاب شد و سپس این کدها که از مرور چندباره حاصل شده بودند در کنار هم قرار گرفتند و مولفه‌های پژوهش را تشکیل دادند. برای ارزیابی روایی محتوایی از نظر متخصصان در مورد میزان هماهنگی محتوای ابزار اندازه‌گیری و هدف پژوهش، استفاده می‌شود. برای این منظور دو روش کیفی و کمی در نظر گرفته می‌شود. در بررسی کیفی محتوا پژوهشگر از متخصصان درخواست می‌کند تا بازخورد لازم را در ارتباط با ابزار ارائه دهند که بر اساس آن موارد اصلاح خواهند شد. برای بررسی روایی محتوایی به شکل کمی، از ضریب نسبی روایی محتوا (CVR)⁰ استفاده می‌شود. برای تعیین CVR از متخصصان درخواست می‌شود تا هر آیت را براساس طیف سه قسمتی ضروری است، مفید است ولی ضرورتی ندارد و ضرورتی ندارد بررسی نماید. در نهایت ضریب لاوشه $CVR=0.99$ ، $CVI=0.8$ به دست آمد.

یافته‌های پژوهش

مضامین اصلی اجتماعی شدن هیجانات کودک

1- واکنش حمایت‌گرایانه⁰ والدین به هیجانات کودک

واکنش حمایت‌گرایانه به این معنا است که والدین آموزش ببینند به هنگامی که کودک به دلایلی دچار هیجانات (مثبت و منفی؛ مثل سرزندگی، افتخار، عصبانیت، غم، ناامیدی و غیره) می‌شود، او را تشویق کنند تا هیجاناتی که در همان لحظه دارد را بگوید؛

مثلا به او بگوید مشکلی ندارد که وقتی ناراحتی گریه کنی. (پرمو و کیل⁰، 2016).

والدین حمایتگر، به تشویق ایده‌ها و دیدگاه‌های هیجان‌محور کودک خود می‌پردازند و همچنین در واکنش به هیجانات کودک رفتاری همدلانه و مشتاق دارند. آنها ضمن آموزش راهبردهایی به کودک که باعث کاهش، حفظ و یا افزایش یک هیجان می‌شوند و همچنین مشارکت در تجارب هیجانی فرزندشان، برای آشناسازی کودک با هیجاناتش، شرایط محیطی را فراهم می‌کنند که کودک بتواند برای تعدیل اثرات شدید تجارب هیجانی، به ارزیابی و درک مجدد وقایع بپردازد. از دیگر ویژگی‌ها حمایت‌گرایانه-ی والدین به هیجانات کودک، میتوان به آموزش رویکرد مسئله‌محور همراه با رویکرد هیجان‌محور اشاره کرد (ایزنبرگ و همکاران، 1998؛ ایزنبرگ، فیز و مورفی⁰، 1996؛ گاتمن، کتز و هوون⁰، 1996). تاکید این روش بر این است که والدین نباید تنها به

روشها مسئله‌محور صرف (رویکرد شناختی)، اکتفا کنند؛ بلکه در موقعیت های هیجانی مختلف باید در کنار رویکرد مسئله محور، از رویکردهای هیجانی ذکرشده نیز بهره ببرند. والدینی که به هیجانات فرزندشان اهمیت می‌دهند و واکنشهایی همچون پذیرش و حمایت‌شان می‌دهند، باعث تقویت مهارتهای نظم‌دهی هیجانات، ایجاد عزت نفس بالا و رابطه خوب با همسالان را برای فرزندشان به همراه می‌آورند (ایزنبرگ، 1998؛ به نقل از واندپول⁰ و همکاران، 2016)

2- فلسفه فراهیجانی والدین⁰:

فلسفه فراهیجانی والدین به معنی افکار و احساسهای نظم داده شده والدین در رابطه

⁰ Content Validity Raito

⁰ Supportive Reaction

⁰ Premo, & Kiel

⁰ Fabes & Murphy

⁰ Gottman, Katz, & Hooven

⁰ Van der Pol et al

⁰ Parents Meta-Emotion Philosophy

با هیجانات خود و کودکشان است. این فلسفه بر روشی که والدین به کودک کمک میکنند تا با هیجاناتش آشنا شود و آنها را تجربه و ابراز میکند، تاثیر میگذارد (کتر و ویندکر^۰، 2004). والدین در رابطه با هیجانات خود و فرزندشان دو نوع رویکرد اتخاذ میکنند:

الف- هدایت هیجانی^۰: این والدین وجود هیجانات منفی در کودک را به عنوان امکانی برای نزدیک شدن به کودک و آموزش آنها میدانند. آنها از وجود هیجانات در خود و فرزندشان آگاه هستند و علاقه دارند با همراهی فرزندشان بر روی هیجانات اسم بگذارند تا آنها را بهتر بشناسند (کتر، استلر و گورتوونکو^۰، 2016). والدین با فلسفه فراهیجانی بالا، هیجانات خود را به وضوح بروز می دهند و باعث افزایش درک هیجانی کودک و ایجاد نظریه ذهن در آن ها میشوند. همچنین به کودک خود استراتژیهای جهت کنترل برانگیختگیها و انتخاب راه مناسب بروز هیجانی در موقعیت و بافتهای مختلف را آموزش میدهند (کتر و همکاران، 2016). والدینی که فلسفه فراهیجانی بالایی دارند و در نتیجه هدایت هیجانی در کودک را تقویت میکنند، به بروز هیجانی آن ها اعتبار می بخشند، با فرزندشان همدل هستند و مشوق آن ها نیز میباشند. کودکان این والدین، که دارای فلسفه فراهیجانی بالایی نیز هستند، از منظر روابط با همسالان و همچنین از نظر اجتماعی با کفایت تر میباشند (شرت و همکاران^۰، 2010).
ب- نادیده گرفتن هیجانات^۰:

والدین این کودکان به هیجانات منفی به عنوان احساسی منفی و مانع یادگیری نگاه میکنند. سعی میکنند کودک و هیجاناتش را نادیده بگیرند. این والدین هیجانات کودک را کوچک می‌شمارند و به آنها سبک های مقابله ای ناکارآمد مثل اجتناب میآموزند. همچنین این والدین ابراز هیجانی کودک را تنبیه میکنند. به آن ها یاد میدهند که هیجانات ناخواستنی و غیرمهم هستند. کودکان این والدین، دارای نظم دهی هیجانی و کفایت اجتماعی پایینی هستند (گاتمن و همکاران، 2006؛ کتر و هاتتر، 2007).

3- وجوب تعاملات هیجانمحور^۰ خانوادگی:
یکی از اساسی ترین پیشنیازهای ایجاد تعاملات هیجانمحور در خانواده، وجود روابط لذتبخش خانوادگی و صمیمیت در میان اعضا میباشد. روابط صمیمی به این معنا که والدین نسبت به کودک مهربانی و پذیرش نامشروط داشته باشند، برای مثال جدای از هیجانی که کودک درگیر آن است، او را دوست بدارند و مورد پذیرش و مهربانی قرار دهند. اگر کودک رفتار یا هیجانی نامناسب انجام داد، والدین کل شخصیت کودک را هدف انتقاد قرار ندهند (فیز، پولین^۰، ایزنبرگ و مادن-دریچ^۰، 2002).
پس از ایجاد محیطی صمیمی در خانواده، والدین به عنوان الگوی باید به خودافشاگری هیجانی بپردازند. منظور از خودافشاگری هیجانی این است که والدین در هر زمان و مکان از هیجانات خود به عنوان یک الگو مثال بزنند و علت به وجود آمدن آن هیجان و پیامدهای آن را با فرزندشان به اشتراک بگذارند (فیز و همکاران، 2002).

^۰ Kaz & Windecker

^۰ Emotion coaching

^۰ Stettler, & Gurtovenko

^۰ Shortt et al

^۰ Emotion dismissing

^۰ Emotional Interactions

^۰ Poulin

^۰ Madden-Derich

از دیگر روشهای ایجاد تعاملات هیجانمحور در محیط خانوادگی، این است که والدین باید از هر موقعیتی جهت آشنا کردن کودک با هیجاناتش استفاده کنند. آشناسازی کودکان با هیجاناتشان صرفاً نباید در موقعیت و مکانی خاص صورت گیرد، بلکه در مهمی زمانها و مکانها (مثلاً آمادeh شدن برای رفتن به مدرسه، قبل خواب و غیره) میتواند صورت گیرد (دریک و جینسبرگ⁰، 2012).

4- ایجاد شایستگی هیجانی⁰ در کودکان:

گلن⁰ (1988)، شایستگی هیجانی را کاربرد قابلیت‌های آموخته شده مبتنی بر هوش هیجانی در زمینه‌های مختلف میدانند که موجب عملکرد عالی در کار میشود. همچنین، شایستگی هیجانی به توانایی و مهارت برای مذاکره کردن از طریق مبادلات بین فردی و تنظیم تجربیات عاطفی برای رسیدن به نتایج مطلوب در شرایط عاطفی اشاره دارد. پاسخ هیجانی نیز در تعریف شایستگی هیجانی وجود دارد و شامل دانستن این موضوع است که چگونه فرد انگیزه‌های خود را کنترل، قضاوت‌های خوب را انجام و عواطف خود را در پاسخ به عواطف و واکنش‌های دیگران تنظیم میکند (منیر⁰، 2015). مطابق با دیدگاه اشمیت-فاجلیک⁰ (2013) برخی از مهارتهای سازنده شایستگی هیجانی، آگاهی از حالت عاطفی خود، تعبیر و تفسیر عواطف دیگران، بیان موفقیت‌آمیز عواطف خود و توانایی همدلی و همدردی با دیگران است. با ابروصف، او معتقد است مفهوم شایستگی هیجانی نیز مانند دیگر مفاهیم شایستگی، فاقد تعریف مورد توافق است. گلن معتقد است که

شایستگی هیجانی برخلاف هوش شناختی که نسبتاً ثابت و تغییرناپذیر است، از طریق یادگیری بهبود مییابد. پژوهش‌های دیگری بر اهمیت آموزش شایستگی هیجانی در موفقیت‌های حرفه‌ای، رهبری در شغل، کاهش استرس و اختلالات روانی، تطابق و سازگاری تاکید داشته‌اند (پارکر، تیلور و باقی⁰، 2001). در راستای ایجاد شایستگی هیجانی در کودکان، یکی از وظایف والدین این است که دیدگاه‌گیری هیجانی⁰ کودک را تقویت کنند.

منظور از دیدگاه‌گیری هیجانی این است که کودک بتواند در موقعیت‌های مختلف هیجانی، علاوه بر شناخت و درک هیجان خود، هیجان فرد مقابل را نیز شناسایی و درک کند. والدین در صورتی که به خودافشاگری هیجانی بپردازند، کودکان آنها به مرور به درک و شناخت هیجانات اطرافیان نائل میشوند. همچنین والدین با تقویت ادبیات هیجانی (دایره لغات هیجانی) کودکان از طریق یاددهی لغات هیجانی مختلف و انطباق آن با حالات متفاوت هیجانی اومیتوانند به فرزندشان جهت درک هیجانات خود و دیگران و ایجاد پاسخی همدلانه کمک کنند (دنهام و کوچانف⁰، 2002).

از دیگر روشهای ایجاد شایستگی هیجانی در کودکان، آموزش موقعیت سنجی هیجانی است. موقعیت‌سنجی هیجانی به این معنا که کودک بتواند هیجانش را مطابق مقتضیات محیط و اهدافش، مدیریت کند. (ایزنبرگ و همکاران، 1996).

در مقابل موقعیت‌سنجی هیجانی، مفهومی با عنوان تکانشگری هیجانی⁰ نیز وجود دارد. تکانشگری هیجانی به معنی تغییرات ناگهانی

⁰ Drake & Ginsburg

⁰ Emotional Competence

⁰ Goleman

⁰ Monnier

⁰ Schmidt-Fajlik

⁰ Parker, Taylor and Baghy

⁰ Perspective Taking

⁰ Denham & Kochanoff

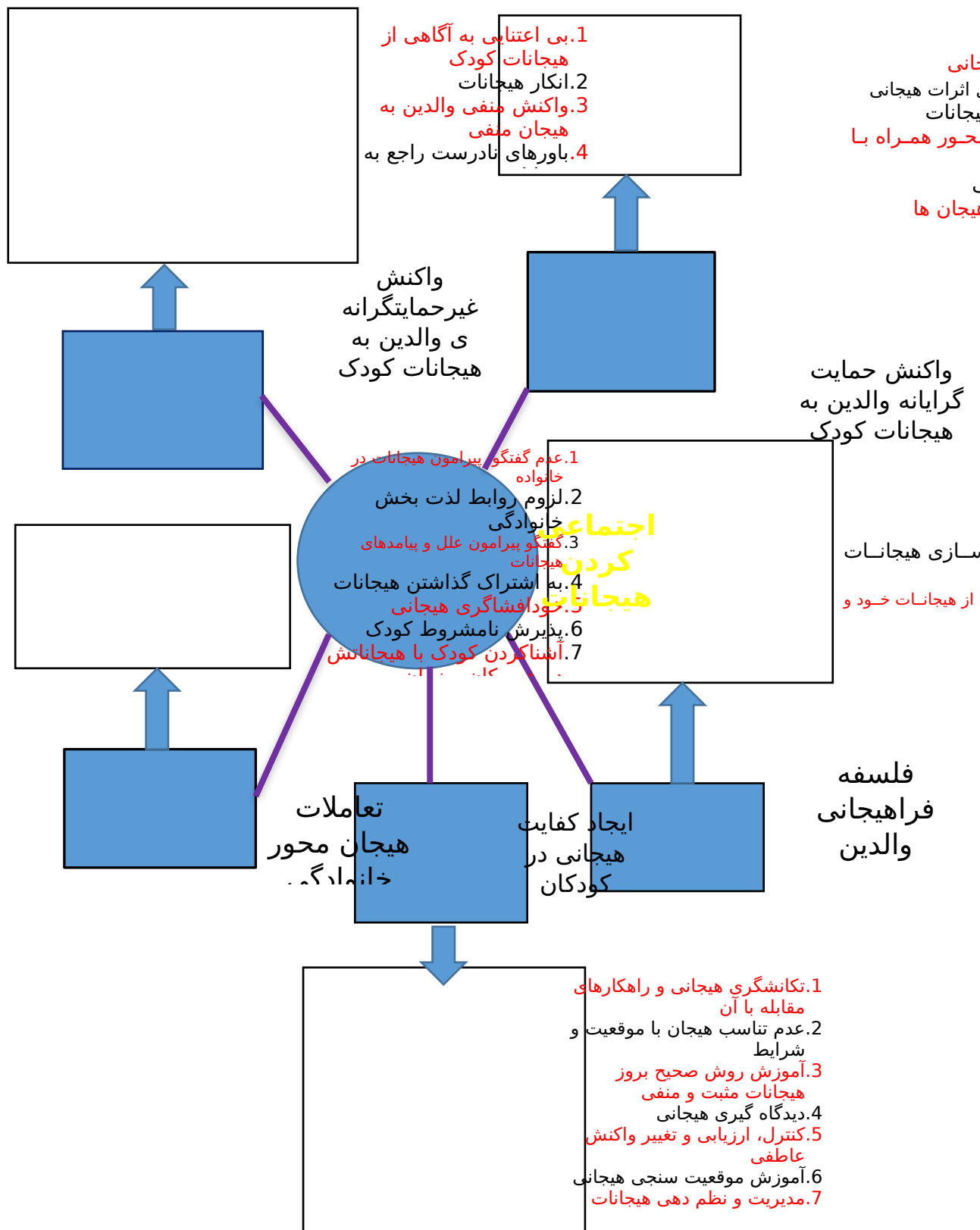
⁰ Emotional Impulsive

شوند(فریجدا، ریدرینخوف و ریتولد^۰، 2014).

در شکل زیر نمایی کلی از مولفه ها اصلی و فرعی شناسایی شده ارائه گردیده است:

و افراطی در هیجانات و خلق معنا میشود. برخی اوقات طریقه و شدت هیجان ابراز شده، با آنچه فرد در درون تجربه کرده کاملاً متفاوت است. در واقع این هیجان از نظر نوع، شدت و تداوم متناسب با اتفاق نیست. این افراد کنترلی بر هیجاناتشان ندارند. مثلاً ممکن است ناگهان گریه شدیدی بکنند در حالی که در درون خود به این شدت ناراحت نیستند. کودکانی که تکانشگری هیجانی دارند، توانایی تحمل شکست و ناامیدی را ندارند. اگر والدین به وسیله روند آشناسازی با هیجانات، باعث این شوند که کودک خود را دارای توانایی نظمدهی مجدد شرایط، پاسخ فعالانه به آنها و حل مسئله بداند، مانع تکانشگری هیجانی او و شکلگیری موقعیت سنجی هیجانی در او می-

شکل (1): مولفههای اصلی و فرعی اجتماعی شدن هیجان



قالبی مضامین، برای مضامین شناخته شده محتوا، فعالیتها و تمرین هایی جهت تدوین

برای جایابی مضامین شناخته شده در الگو والدگری، پس از تدوین و اعتباریابی تحلیل

بسته‌ی آموزشی در نظر گرفته شده است. مضامین از کل متغیرهای پژوهش حمایت می‌کنند و روح الگوی آموزشی تدوین شده از تمام مضامین بهره می‌گیرد همچنین محتوا، موضوعات مربوطه، فعالیت‌ها و تمرین‌های مرتبط به آنها را لحاظ نموده است.

همانگونه که اشاره شد درونمای کلی الگو آموزشی تدوین شده از تمام مضامین به شرحی که ذکر شد، استفاده کرده‌اند. همچنین محتوا، موضوعات مربوطه، فعالیتها و تمرینهای مرتبط به آنها اضافه شده است.

جدول (1): خلاصه الگو والدگری اجتماعی شدن هیجانات

جلسات	هدف	محتوا	تکالیف
جلسه اول	معارفه، بیان اهداف جلسات، توضیح پیرامون اهمیت هیجانها در زندگی و هوش هیجانی	توضیح پیرامون اهمیت انکارناپذیر هیجانات و لزوم آشنا کردن و اجتماعی کردن هیجانات	
جلسه دوم	به منظور ایجاد آمادگی ذهنی در والدین، به بحث بی رهنمود و بارش فکری پیرامون واکنشهای مختلف آنها به هیجانات کودک میپردازیم	بیان سناریوهای مختلف واکنشهای والدین به هیجانات کودک و بحث و نظردهی گروهی پیرامون آنها	والدین جدول خودنظارتی واکنش به هیجانات کودک را در طول یک هفته پاسخ میدهند
جلسه سوم	توضیح پیرامون انواع واکنشهای غیرحمایتگرایانه به هیجانات کودک	توضیح انکار هیجانات، بیاعتنایی به آگاهی از هیجانات، واکنش منفی به هیجان منفی و باورهای نادرست به هیجانات کودک	مجدداً به خودنظارتی بپردازند، اما فقط واکنشهای غیرحمایتگرایانه خود را ثبت کنند
جلسه چهارم	اولین پیشنیاز واکنشهای حمایتگرایانه به هیجانات کودکان	نقش الگویی والدین در مدیریت هیجانات، ایجاد محیط خانوادگی هیجان محور و تعاملات هیجان-محور	به ایجاد جو محیطی صمیمی و تعاملات هیجان محور خانوادگی بپردازند. همچنین در محیطی چگونگی مدیریت و خودافشگری هیجانات خویش برای فرزندشان به خودنظارتی و تمرین بپردازند.
جلسه پنجم	آموزش دومین پیشنیاز واکنش حمایتگرایانه به هیجانات کودک	آموزش و توضیح فلسفه فراهمی والدین (لزوم آگاهی والدین از هیجانات خود و فرزندانشان، هدایت هیجانی، نازندسازی هیجانی)	
جلسه ششم	آموزش واکنشهای حمایتگرایانه به هیجانات کودکان	آموزش تشویق و حمایت از هیجانات کودک، آموزش تعدیل هیجانی و آموزش به کارگیری رویکرد مسئله محور همراه با رویکرد هیجانمحور در واکنش به	پاسخهای غیرحمایتگرایانه به هیجانات کودک را جایگزین پاسخهای حمایتگرایانه که در جلسه سوم به آنها آگاهی یافتند، بکنند و در جدول

جلسه هفتم	آموزش ایجاد کفایت هیجانی در کودکان	هیجان‌ات کودک	بنویسند
جلسه هشتم	جمع بندی و ارائه راهکارهایی برای حفظ و بکارگیری روش‌ها در زندگی مرور کلی مطالب جلسات قبل	بررسی نظرات شرکت کنندگان در خصوص مفاهیم آموزشی و در خصوص تغییرات ایجاد شده در زندگی آنها ارائه بروشورها و دفترچه‌های حاوی رئوس و خلاصه مواد آموزشی	ترغیب شرکت کنندگان به کاربرد روش‌ها در آینده به منظور اجتماعی کردن هیجان‌ات فرزندشان

نتیجه گیری

هدف از پژوهش حاضر کشف مولفه‌های اجتماعی کردن هیجان‌ات کودک و ارائه الگوی والدگری بر اساس آن بوده است. این پژوهش با درک این خلا که تحقیقات کمی در ارائه یک الگوی والدگری و کشف مولفه‌های آن ناتوان می‌باشند به صورت کیفی انجام گردید. در این پژوهش یکی از موثرترین رویکردهای والدگری به عنوان مبنی تئوریکی به صورت مکنون مد نظر محققین بود، بدین صورت که والدگری مبتنی بر هیجان‌ات کودک که در ادبیات روانشناسی با عنوان اجتماعی کردن یا آشناکردن با هیجان‌ات از آن یاد میشود در این پژوهش کشف، شناسایی و جایابی آن در الگوی والدگری صورت پذیرفت.

لذا این پژوهش در راستای تکمیل پژوهش‌های قبلی انجام شده پیرامون اجتماعی کردن هیجان‌ات (ایزنبرگ و همکاران، 1998؛ ایزنبرگ، فییز و مورفی، 1996؛ گاتمن، کتر و هوون، 1996، به نقل از واندپول و همکاران، 2016) بوده و به عنوان یک مزیت پایدار، الگوی والدگری منتج از آن میتواند هم در قالب پژوهشهای آتی و هم در فرآیندهای کاربردی و مداخله‌های مد نظر مربیان و متخصصان قرار گیرد.

از سویی دیگر روشهای ارتباطی و تربیتی در خانواده تحت تاثیر فرهنگ قرار دارند. فرهنگ غالب والدین ایرانی فرهنگی جمعی است، به این معنا که خوب و بد بر مبنای اینکه دیگران چه نظری دربارهی آنها دارند، شکل گرفته؛ در صورتی که فرهنگ غرب، فرهنگی فردگراست به این معنا که هرکس در مقابل وجدان خود مسئول است و نظر جمع و دیگران در تعیین ارزشها و کار درست و یا نادرست دخیل نیست. برای مثال بسیاری از والدین در فرهنگهای جمعگرا گریه کردن مرد و حتی پسرچه را در مقابل جمع نادرست میدانند و معتقدند "مرد گریه نمیکند" و مراتب نادیده گرفتن هیجان‌ات و

انکار هیجانی را فراهم میآورند (پولاکس⁰، 1996). در نتیجه میتوان اذعان داشت به دلایل فوق، اهمیت معرفی الگوهای والدگری که بتوانند به والدین در جهت آشنا کردن فرزندشان با هیجانات و هدایت هیجانی آنها کمک کند، لازم است.

توصیه می شود که تاثیر الگوی آموزشی اجتماعی کردن هیجانات بر روی متغیرهای متعدد مثل کارکردهای اجرایی، فراشناخت، راهبردهای نظمدهی، تحمل ابهام، هیجان ابراز شده، هوش هیجانی و همچنین کودکان با مشکلات رفتاری درونی شده (مثل افسردگی و انزوای طلبی) که در درک و بیان هیجاناتشان دارای نقص هستند استفاده گردد

منابع

Cannon, W. B. (1927). The James-Lange theory of emotions: A critical examination and an alternative theory. *The American journal of psychology*, 39(1/4), 106-124.

Denham, S., & Kochanoff, A. T. (2002). Parental contributions to preschoolers' understanding of emotion. *Marriage & Family Review*, 34(3-4), 311-343.

Drake, K. L., & Ginsburg, G. S. (2012). Family factors in the development, treatment, and prevention of childhood anxiety disorders. *Clinical child and family psychology review*, 15(2), 144-162.

Eisenberg, N., Cumberland, A., & Spinrad, T. L. (1998). Parental socialization of emotion. *Psychological inquiry*, 9(4), 241-273.

Eisenberg, N., Fabes, R. A., & Murphy, B. C. (1996). Parents' reactions to children's negative emotions: Relations to children's social competence and comforting behavior. *Child development*, 67(5), 2227-2247.

⁰ Pulakos

Fabes, R. A., Poulin, R. E., Eisenberg, N., & Madden-Derdich, D. A. (2002). The Coping with Children's Negative Emotions Scale (CCNES): Psychometric properties and relations with children's emotional competence. *Marriage & Family Review*.

Fainsilber Katz, L., Stettler, N., & Gurtovenko, K. (2016). Traumatic stress symptoms in children exposed to intimate partner violence: the role of parent emotion socialization and children's emotion regulation abilities. *Social Development*, 25(1), 47-65.

Frijda, N. H., Ridderinkhof, K. R., & Rietveld, E. (2014). Impulsive action: emotional impulses and their control. *Frontiers in psychology*, 5, 518.

Goleman D. 1995. *Kecerdasan Emosi*. T Hermaya, Penerjemah. Jakarta, ID: Gramedia Pustaka Utama. Terjemahan dari *Emotional Intelligence*.

Gottman, J. M., Katz, L. F., & Hooven, C. (1996). Parental meta-emotion philosophy and the emotional life of families: Theoretical models and preliminary data. *Journal of family psychology*, 10(3), 243.

Greenberg, L. S. (2015). *Emotion-focused therapy: Coaching clients to work through their feelings*. American Psychological Association.

Johnson, A. M., Hawes, D. J., Eisenberg, N., Kohlhoff, J., & Dudeney, J. (2017). Emotion socialization and child conduct problems: A comprehensive review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 54, 65-80.

Johnson, A. M., Hawes, D. J., Eisenberg, N., Kohlhoff, J., & Dudeney, J. (2017). Emotion socialization and child conduct problems: A comprehensive review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 54, 65-80.

Katz, L. F., & Windecker-Nelson, B. (2004). Parental meta-emotion philosophy in families with conduct-problem children: Links with peer relations. *Journal of abnormal child psychology*, 32(4), 385-398.

McDougall, W. (1912). *Psychology, the study of behaviour* (No. 41). H. Holt.

Monnier, M. (2015). Difficulties in defining social-emotional intelligence, competences and skills-a theoretical analysis and structural suggestion. *International journal for research in vocational education and training*, 2(1), 59-84.

Parker, J.D.A. Taylor, G.J. Baghy, R.M. (2001). Relationship between alexithymia and Emotional Intelligence. *Personality and individual differences*, 30, 107-115

Premo, J. E., & Kiel, E. J. (2016). Maternal depressive symptoms, toddler emotion regulation, and subsequent emotion socialization. *Journal of Family Psychology*, 30(2), 276.

Shortt, J. W., Stoolmiller, M., Smith-Shine, J. N., Mark Eddy, J., & Sheeber, L. (2010). Maternal emotion coaching, adolescent anger regulation, and siblings' externalizing symptoms. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 51(7), 799-808.

Stanley, M. J., Canham, D. L., & Cureton, V. Y. (2006). Assessing prevalence of emotional and behavioral problems in suspended middle school students. *The Journal of school nursing*, 22(1), 40-47.

van der Pol, L. D., Groeneveld, M. G., Endendijk, J. J., van Berkel, S. R., Hallers-Haalboom, E. T., Bakermans-Kranenburg, M. J., & Mesman, J. (2016). Associations between fathers' and mothers' psychopathology symptoms, parental emotion socialization, and preschoolers' social-emotional development. *Journal of child and family studies*, 25(11), 3367-3380

عابدی جعفری، حسن؛ تسلیمی، محمدسعید؛ فقیهی، ابوالحسن؛ شیخ زاده، محمد. (1390). تحلیل مضمون و شبکه مضامین، روشی ساده و کارآمد برای تبیین الگوهای موجود در داده‌های کیفی. اندیشه مدیریت راهبردی (اندیشه مدیریت). 5(2)، 151-198.

کمالی، یحیی. (1397). روش شناسی تحلیل مضمون و کاربرد آن در مطالعات سیاستگذاری عمومی. فصلنامه سیاستگذاری عمومی. 4(2). 189-208.

محمدی، لایلا؛ بشارت، محمدعلی؛ رضازاده، محمدرضا؛ غلامعلی لواسانی، مسعود (1397). نقش واسطه ای عواطف مثبت و منفی در رابطه بین معنای زندگی و سلامت روانی. فصلنامه روانشناسی، سال بیست و دو، شماره 2.