

# Effectiveness of Acceptance and Commitment-Based Parenting on Parental Orientation in Mothers and Problem Solving in Adolescents

1. Razieh Rabiee : Department of Counseling, Isf.C., Islamic Azad University, Isfahan, Iran
  2. Zahra Yousefi \*: Assistant Professor, Department of Cilinical Psychology, Isf.C., Isalmic Azad University, Isfahan, Iran
  3. Mansoureh Bahramipour Isfahani : Associate Professor, Department of cilinical Psychology, Isf. C., Islamic Azad University, Isfahan, Iran
- \*Corresponding Author's Email: dr\_yousefi@iau.ac.ir

Received: 2025-09-01

Revised: 2025-10-12

Accepted: 2025-12-01

Published: 2026-01-29



## Abstract

**Introduction and Aim:** Adolescents and their families face many challenges, including a decline of parental orientation in mothers and a decrease in problem-solving ability in adolescents. Therefore, the aim of this research was determine the effectiveness of acceptance and commitment-based parenting on parental orientation in mothers and problem-solving in adolescents.

**Methodology:** This research was a quasi-experimental with a pre-test, post-test, and follow-up design with a control group. The study population consisted of mothers with adolescents of Isfahan city along with their children in 2024 year, which number of 30 mothers and their children were selected through purposive sampling method and randomly assigned into two equal groups. Mothers in the experimental group trained 8 sessions for one month by method of acceptance and commitment-based parenting, and the control group remained on the waiting list for training. The research instruments included the Parental Orientation Questionnaire (Yousefi, 2021) and Problem Solving Questionnaire (Cassidy & Long, 1996). The data of this study were analyzed using analysis of variance with repeated measures and Bonferroni post hoc test in SPSS software.

**Findings:** The results of this study showed that acceptance and commitment-based parenting increased parental orientation in mothers and the results remained at the follow-up stage ( $P < 0.05$ ), but acceptance and commitment-based parenting did not have a significant effect on increasing problem solving in adolescent and its persistence ( $P > 0.05$ ).

**Conclusion:** According to the results of the present study, psychologists and counselors can use the acceptance and commitment-based parenting method to increase parental orientation in mothers.

**Keywords:** Acceptance and Commitment-Based Parenting, Parental Orientation, Problem Solving, Mothers, Adolescents.

**How to Cite:** Rabiee, R., Yousefi, Z., & Bahramipour Isfahani, M. (2026). Effectiveness of Acceptance and Commitment-Based Parenting on Parental Orientation in Mothers and Problem Solving in Adolescents. *Psychology of Motivation, Behavior, and Health*, 3(4), 1-13.



**Copyright:** © 2025 by the authors. Published under the terms and conditions of Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0) License.

## Extended Abstract

### Introduction and Aim

Adolescence is one of the most important, sensitive and challenging periods of life, which is accompanied by many tensions and challenges (Vonden Driesch et al., 2026). During this period, the mental health of adolescents undergoes extensive changes due to the transition from childhood to a new stage of life (Yoon et al., 2023), which on the one hand affects problem solving in adolescents and on the other hand parental orientation in mothers. Because mothers have a more prominent role in raising children (children and adolescents) compared to fathers (Mirzakhloo et al., 2023).

One factor that needs to be examined in adolescents is problem solving (Pollak et al., 2023), which is a cognitive and behavioral process focused on the problem and requires the use of purposeful strategies during which the individual defines the problem, decides on a solution, uses problem-solving strategies, and monitors the effectiveness of the solutions (A'rabiyan & Al-Ma'ali, 2018). Problem solving is a type of problem-focused coping that leads to the adoption of purposeful policies during which individuals define the problem, generate and evaluate different solutions, select and implement the best solution, and then review and evaluate the implemented solution, and this process continues until the problem is solved (Zheng et al., 2026).

Another factor that needs to be examined in adolescents and their parents' parenting style is parental orientation (Fields et al., 2022). Parental orientation can play an effective role in improving adolescent performance and optimizing their performance (Harpaz et al., 2021). Parental orientation is derived from the life orientation construct, which shows optimistic and pessimistic expectations about life events in various aspects. As a result, parental orientation indicates parents' optimism and pessimism about children, parenting, and parenting (Motovalibashi Naeini et al., 2025). Adaptive parental orientation can provide the basis for gaining more experiences by reducing stress and increasing optimism, helping individuals solve various problems and find suitable ways for them, and improving health and quality of life (Herbert et al., 2025).

One possible approach to improving parental orientation in mothers and problem solving in adolescents is acceptance and commitment-based parenting. Acceptance and commitment training is an intervention method derived from the third wave of

psychotherapy that emphasizes improving traits through values-based, committed behavior change (Whittingham et al., 2022). Acceptance and commitment-based parenting is a way of living a meaningful life based on six processes: present moment awareness (being aware of the present experience rather than dwelling on past or future thoughts), disassociation (distinguishing oneself from thoughts, feelings, and memories), acceptance (accepting thoughts, desires, and painful feelings rather than fighting or running away from them), self-as-context (self-observation of thoughts, feelings, and memories in every moment), value articulation and adherence (having clear values to create a meaningful life), and committed action (taking effective action guided by personal values) (Whittingham et al., 2020). Acceptance and commitment-based parenting training helps parents better cope with negative thoughts and feelings, accept feelings, concerns, and perceived inadequacies, demonstrate compassionate behaviors, and improve their parenting efficacy (Zandifar & Fallahiyeh, 2025).

Adolescence is a stressful and challenging period, and adolescents face many challenges, including weakness in problem solving. Also, parents of adolescents have weaknesses and problems in the field of parental orientation and parenting. Another important point is that mothers are more responsible for raising adolescents than fathers and have more interactions with them. Given these challenges, there is a need to use appropriate therapeutic methods to improve adolescents' problem solving and their mothers' parenting orientation, and it seems that acceptance and commitment-based parenting can be successful in this area. Although research has been conducted on acceptance and commitment-based parenting on parental, but no research has been found on mothers' parental orientation in this field, nor has any research examined its effectiveness on children's problem solving. Given the aforementioned gaps, the aim of this research was determine the effectiveness of acceptance and commitment-based parenting on parental orientation in mothers and problem-solving in adolescents.

### Methodology

This research was a quasi-experimental with a pre-test, post-test, and follow-up design with a control group. The study population consisted of mothers with adolescents of Isfahan city along with their children in 2024 year, which number of 30 mothers and their children were selected through purposive sampling method and randomly assigned into two equal groups. Mothers in the experimental group

trained 8 sessions for one month by method of acceptance and commitment-based parenting, and the control group remained on the waiting list for training.

The inclusion criteria for the present study included the ability to attend intervention sessions, literacy, being a teenager aged 12 to 15, not having cognitive and personality disorders, not having a history of participating in parenting training based on acceptance and commitment, parenting, acceptance and commitment training and related intervention methods, and simultaneously participating in other training courses and workshops. Also, the exclusion criteria included withdrawing from further cooperation, missing more than two sessions, and not responding to the research instruments during the assessment stages.

The research instruments included the Parental Orientation Questionnaire (Yousefi, 2021) and Problem Solving Questionnaire (Cassidy & Long, 1996). The data of this study were analyzed using analysis of variance with repeated measures and Bonferroni post hoc test in SPSS software.

## Findings

The results of this study showed that acceptance and commitment-based parenting increased parental orientation in mothers and the results remained at the follow-up stage ( $P < 0.05$ ), but acceptance and commitment-based parenting did not have a significant effect on increasing problem solving in adolescent and its persistence ( $P > 0.05$ ).

## Discussion and Conclusion

The results of this study showed that accepting and committed-based parenting increased parental orientation in mothers and the results remained at the follow-up stage, but accepting and committed-based parenting did not have a significant effect on increasing problem solving in adolescents and its persistence. Considering the above results, psychologists and counselors can use the accepting and committed-based parenting method to increase parental orientation in mothers.

## اثربخشی والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد بر جهت گیری والدینی در مادران و حل مسئله در نوجوانان

۱. راضیه ریعی<sup>ID</sup>: دانشجوی دکتری مشاوره، واحد اصفهان (خوراسگان)، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران
  ۲. زهرا یوسفی<sup>ID</sup>: استادیار، گروه روان شناسی بالینی، واحد اصفهان (خوراسگان)، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران
  ۳. منصوره بهرامی پور اصفهانی<sup>ID</sup>: دانشیار، گروه روان شناسی، واحد اصفهان (خوراسگان)، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران
- \*ایمیل نویسنده مسئول: dr\_yousefi@iau.ac.ir

دریافت: ۱۴۰۴/۰۶/۱۰ بازنگری: ۱۴۰۴/۰۷/۲۰ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۹/۱۰ انتشار: ۱۴۰۴/۱۱/۰۸

### چکیده

**مقدمه و هدف:** نوجوانان و خانواده‌های آنان با چالش‌های بسیاری از جمله افت جهت گیری والدینی در مادران و کاهش توانایی حل مسئله در نوجوانان روبرو هستند. بنابراین، هدف این پژوهش تعیین اثربخشی والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد بر جهت گیری والدینی در مادران و حل مسئله در نوجوانان بود.

**روش شناسی:** این پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری با گروه کنترل بود. جامعه پژوهش حاضر مادران دارای نوجوان شهر اصفهان به همراه فرزندان آنها در سال ۱۴۰۳ بودند که تعداد ۳۰ مادر و فرزندان آنها با روش نمونه گیری هدفمند انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه مساوی جایگزین شدند. مادران در گروه آزمایش ۸ جلسه به مدت یک ماه با روش والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد آموزش دید و گروه کنترل در لیست انتظار برای آموزش ماند. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه جهت گیری والدینی (یوسفی، ۱۴۰۰) و پرسشنامه حل مسئله (کسیدی و لانگ، ۱۹۹۶) بودند. داده‌های این مطالعه با روش‌های تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر و آزمون تعقیبی بونفرونی در نرم افزار SPSS تحلیل شدند.

**یافته‌ها:** نتایج این پژوهش نشان داد که والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد باعث افزایش جهت گیری والدینی در مادران شد و نتایج در مرحله پیگیری نیز باقی ماند ( $P < 0/05$ )، اما والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد بر افزایش حل مسئله در نوجوانان و ماندگاری آن اثر معناداری نداشت ( $P > 0/05$ ).

**نتیجه گیری:** با توجه به نتایج مطالعه حاضر، روان‌شناسان و مشاوران می‌توانند از روش والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد برای افزایش جهت گیری والدین در مادران استفاده کنند.

**کلیدواژگان:** والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد، جهت گیری والدینی، حل مسئله، مادران، نوجوانان.



مجوز و حق نشر: © ۱۴۰۴ تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است. انتشار این مقاله به صورت دسترسی آزاد مطابق با گواهی (CC BY-NC 4.0) صورت گرفته است.



**نحوه استناددهی:** ریعی، راضیه؛ یوسفی، زهرا و بهرامی پور اصفهانی، منصوره. (۱۴۰۴). اثربخشی والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد بر جهت گیری والدینی در مادران و حل مسئله در نوجوانان. *روان شناسی انگیزش، رفتار و سلامت*، (۴)، ۱۳-۱.

## مقدمه

مقابله‌ای انطباقی و سازگار برای حل مشکل‌ها و چالش‌ها استفاده می‌کنند (Bruton et al., 2023).

یکی دیگر از عوامل نیازمند بررسی در نوجوانان و شیوه تربیتی والدین آنها، جهت‌گیری والدینی است (Fields et al., 2022). جهت‌گیری والدینی می‌تواند نقش موثری در بهبود عملکرد نوجوانان داشته باشد و سبب بهینه‌سازی عملکرد آنان گردد (Harpaz et al., 2021). والدین در والدگری و تربیت فرزندان خود، هدف‌ها و انتظارات مشخصی را دنبال می‌کنند که می‌تواند متأثر از عوامل گوناگونی از جمله جهت‌گیری والدینی باشد (Saadati et al., 2020). جهت‌گیری والدینی برگرفته از سازه جهت‌گیری زندگی است که انتظارات خوش‌بینانه و بدبینانه نسبت به وقایع زندگی در جنبه‌های مختلف را نشان می‌دهد. در نتیجه، جهت‌گیری والدینی نشان‌دهنده خوش‌بینی و بدبینی والدین نسبت به فرزندان، فرزندپروری و والدگری است (Motovalibashi Naeini et al., 2025). بنابراین، جهت‌گیری خوش‌بینانه به معنای داشتن انتظارات دریافت نتایج مثبت و جهت‌گیری بدبینانه به معنای داشتن انتظارات دریافت نتایج منفی است و والدین با جهت‌گیری خوش‌بینانه در مقایسه با والدین با جهت‌گیری بدبینانه می‌توانند اعتماد، ابتکار عمل، اشتیاق، مهربانی و غرور را به فرزندان خود آموزش دهند و چنین فرزندانی در مواجهه با مشکل‌ها درمانده نمی‌شوند و از خود مقاومت نشان می‌دهند (Seligman, 2010). جهت‌گیری والدینی سازگار از طریق کاهش استرس و افزایش خوش‌بینی می‌تواند زمینه را برای کسب تجربه‌های بیشتر فراهم آورد، به افراد در حل مسئله‌های مختلف و یافته راه‌هایی مناسب برای آنها کمک کند و سبب بهبود سلامت و کیفیت زندگی گردد (Herbert et al., 2025).

یکی از روش‌های احتمالی برای بهبود جهت‌گیری والدینی در مادران و حل مسئله در نوجوانان، والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد است. آموزش پذیرش و تعهد یکی از روش‌های مداخله برگرفته از موج سوم روان‌درمانی می‌باشد که بر بهبود ویژگی‌ها از طریق تغییر رفتار متعهدانه مبتنی بر ارزش‌ها تأکید می‌کند (Whittingham et al., 2022). این روش برخلاف روش‌های روانکاوی، رفتاری و شناختی به جای تمرکز صرف بر تغییر رفتارها و شناخت‌های کارکردی بر پذیرش کارکردها با هدف رهایی از بسیاری از درگیری‌های

نوجوانی یکی از مهم‌ترین، حساس‌ترین و چالش‌انگیزترین دوره‌های زندگی است که با تنش‌ها و چالش‌های زیادی همراه می‌باشد (Vonden Driesch et al., 2026). دوره نوجوانی از حساس‌ترین مراحل زندگی تحولی هر انسانی است و نوجوانان به‌عنوان مهم‌ترین سرمایه‌های مهم جامعه به‌دلیل عدم رشد کافی شناختی، هیجانی و اجتماعی با مخاطره‌های زیادی مواجه می‌شوند (Darbani & Parsakia, 2023). در این دوره، سلامت روان نوجوان به‌واسطه گذار از دوره کودکی و ورود به مرحله جدیدی از زندگی، دستخوش تغییرهای گسترده‌ای می‌گردد (Yoon et al., 2023) که این امر از یک سو بر حل مسئله در نوجوانان و از سوی دیگر بر جهت‌گیری والدینی در مادران تأثیر می‌گذارد. چون مادران در مقایسه با پدران نقش برجسته‌تری در تربیت فرزندان (کودکان و نوجوانان) دارند (Mirzakhloo et al., 2023).

یکی از عوامل نیازمند بررسی در نوجوانان، حل مسئله است (Pollak et al., 2023) که یک فرآیند شناختی و رفتاری معطوف به مسئله و مستلزم به‌کارگیری راهبردهای هدفمند می‌باشد که فرد طی آن مشکل را تعریف می‌کند، تصمیم به اتخاذ راه‌حل می‌گیرد، از راهبردهای حل مسئله استفاده می‌نماید و بر کارآمدی راه‌حل‌ها نظارت می‌کند (A'rabiyan & Al-Ma'ali, 2018). زندگی در دنیای پیچیده امروز نیازمند سازگاری موفق با محیط از طریق توانمندی حل مسئله‌های مختلف است؛ به‌طوری که حل مسئله باید بتواند زمینه را برای انتخاب بهترین، مناسب‌ترین و سازگارترین پاسخ فراهم آورد (Azzam et al., 2025). حل مسئله نوعی مقابله متمرکز بر مسئله است که موجب اتخاذ خط‌مشی‌های هدفمندانه می‌شود که افراد در طی آن مسئله را تعریف، راه‌حل‌های مختلف را تولید و بررسی، بهترین راه‌حل را انتخاب و اجرا و سپس راه‌حل اجراشده را مورد بررسی و ارزیابی قرار می‌دهد و این فرآیند تا زمانی که ادامه می‌یابد که مسئله حل شود (Zheng et al., 2026). افراد دارای توانمندی حل مسئله بالا در زندگی با چالش‌های کمتری مواجه می‌شوند، دارای تنش، اضطراب و افسردگی کمتری هستند، رفتارهای پرخطر کمتری از خود نشان می‌دهند و از راهبردهای

اجتماعی- هیجانی و حل مسئله اجتماعی نوجوانان دارای رفتار پرخطر شد. در پژوهشی دیگر، (Dousti et al, 2024) گزارش کردند که مدل تلفیقی پذیرش و تعهد و طرحواره درمانی باعث کاهش احساس تنهایی و افزایش حل مسئله در افراد مبتلا به اختلال سوگ طولانی مدت شد.

دوره نوجوانی دوره‌ای استرس‌زا و چالش‌انگیز است و نوجوانان با چالش‌های بسیاری از جمله ضعف در حل مسئله مواجه می‌باشند. همچنین، والدین نوجوانان دارای ضعف‌ها و مشکل‌هایی در زمینه جهت‌گیری والدینی و چگونگی والدگری و فرزندپروری هستند. نکته حائز اهمیت دیگر اینکه، مادران در مقایسه با پدران بیشتر مسئول تربیت نوجوانان می‌باشند و تعامل‌های بیشتری با آنان دارند. با توجه به این چالش‌ها نیاز است که با استفاده از روش‌های درمانی مناسب به دنبال بهبود حل مسئله نوجوانان و جهت‌گیری والدگری مادران آنها بود که به نظر می‌رسد آموزش والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد بتواند در این زمینه موفق عمل کند. با اینکه پژوهش‌هایی درباره والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد بر والدگری انجام شده، اما هم در این زمینه پژوهشی بر روی جهت‌گیری والدینی مادران یافت نشد و هم پژوهشی اثربخشی آن را بر حل مسئله فرزندان بررسی نکرده است. با توجه به خلأهای ذکرشده، هدف این پژوهش تعیین اثربخشی والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد بر جهت‌گیری والدینی در مادران و حل مسئله در نوجوانان بود.

### روش‌شناسی

این پژوهش نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری با گروه کنترل بود. جامعه پژوهش حاضر مادران دارای نوجوان شهر اصفهان به همراه فرزندان آنها در سال ۱۴۰۳ بودند که تعداد ۳۰ مادر و فرزندان آنها با روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه مساوی جایگزین شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش حاضر شامل امکان حضور در جلسه‌های مداخله، سواد خواندن و نوشتن، داشتن نوجوان ۱۲ تا ۱۵ سال، عدم ابتلاء به اختلال‌های شناختی و شخصیتی، عدم سابقه شرکت در آموزش والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد، فرزندپروری، آموزش پذیرش و تعهد و روش‌های مداخله مرتبط با آنها و شرکت همزمان در سایر دوره‌ها و کارگاه‌های آموزشی بودند. همچنین، ملاک‌های خروج از

غیرضروری تمرکز و سپس به دنبال تلاش برای انتخاب بهترین راهکار بین راهکارهای موجود (انعطاف‌پذیری روان‌شناختی) است (Chong et al., 2025). والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد شیوه‌ای برای داشتن زندگی ارزشمند بر اساس شش فرآیند ارتباط با لحظه حال (هوشیاری نسبت به تجربه حال به جای غرق‌شدن در افکار گذشته یا آینده)، همجوشی‌زدایی (متمایز کردن خود از افکار، احساس‌ها و خاطره‌ها)، پذیرش (پذیرش افکار، امیال احساس‌های دردناک به جای مبارزه یا فرار از آنها)، خود به عنوان زمینه (خودمشاهده گری افکار، احساس‌ها و خاطره‌ها در هر لحظه)، تصریح و پیروی از ارزش‌ها (داشتن ارزش‌های روشن برای خلق یک زندگی پرمعنا) و عمل متعهدانه (انجام عملی موثر و هدایت‌شده توسط ارزش‌های فردی) می‌باشد (Whittingham et al., 2020). آموزش والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد به والدین کمک می‌کند تا بهتر بتوانند با افکار و احساس‌های منفی کنار بیایند، احساس‌ها، نگرانی‌ها و نارسایی‌های درک‌شده را بپذیرند، از خود رفتارهای مبتنی بر شفقت نشان دهند و کفایت والدگری خود را بهبود بخشند (Zandifar & Fallahiyeh, 2025).

پژوهش‌هایی درباره والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد انجام شده است. برای مثال، نتایج پژوهش (Ni et al, 2025) نشان داد که برنامه والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد باعث کاهش استرس والدگری و افزایش اعتماد به نفس والدگری در والدین کودکان مبتلا به اختلال طیف اتیسم و کاهش علائم اضطراب و افسردگی و مشکل‌های عاطفی و رفتاری کودکان مبتلا به اختلال طیف اتیسم شد. Zandifar & Fallahiyeh (2025) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که فرزندپروری مبتنی بر پذیرش و تعهد باعث کاهش اجتناب تجربه‌ای و افزایش کفایت والدگری در مادران کودکان دارای اختلال نارسایی توجه بیش‌فعالی شد. در پژوهشی دیگر، Mottaghi (2024) گزارش کرد که آموزش فرزندپروری مبتنی بر پذیرش و تعهد باعث افزایش خودکارآمدی والدینی و بهبود رابطه والد- کودک در مادران جوان شد. نتایج پژوهش Tardast et al (2021) حاکی از آن بود که آموزش فرزندپروری مبتنی بر پذیرش و تعهد باعث کاهش اضطراب کودکان و استرس فرزندپروری مادران شد. همچنین، نتایج پژوهش Saffarinia et al (2024) نشان داد که آموزش درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد باعث بهبود شایستگی‌های



پژوهش شامل انصراف از ادامه همکاری، غیبت بیشتر از دو جلسه و عدم پاسخگویی به ابزارهای پژوهش در مراحل ارزیابی بودند.

برای انجام این پژوهش پس از هماهنگی با معاونت پژوهشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان و اخذ مجوزهای لازم و دریافت کد اخلاق، به مدارس متوسطه اول مراجعه و از بین همه داوطلبان برای حضور در دوره آموزشی ثبت‌نام به عمل آمد و سپس ۳۰ نفر از آنها با روش نمونه‌گیری هدفمند بر اساس ملاک‌های ورود به مطالعه به‌عنوان نمونه انتخاب و به دو گروه ۱۵ نفری شامل گروه‌های

آزمایش و کنترل تقسیم شدند. برای نمونه‌های پژوهش، اهمیت و ضرورت پژوهش تشریح و درباره رعایت نکات اخلاقی به آنان اطمینان داده شد. مادران در گروه آزمایش ۸ جلسه به مدت یک ماه با روش والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد آموزش دید و گروه کنترل در لیست انتظار برای آموزش ماند. در این پژوهش برای والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد از بسته فرزندپروری مبتنی بر پذیرش و تعهد (Mobini Keshe et al, 2024) استفاده که در خلاصه جلسه به جلسه محتوا و تکلیف آن در جدول ۱ ارائه شد.

جدول ۱. خلاصه جلسه به جلسه محتوا و تکلیف والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد

| جلسه  | محتوا                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | تکلیف                                                                                                                                                                                                                 |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| اول   | آشنایی اعضا با یکدیگر، ایجاد رابطه مبتنی بر همکاری، بیان خلاصه ای از مراحل شکل‌گیری گروه و علت انتخاب آنها، تعیین اهداف و قوانین گروه، تشریح نحوه تشکیل جلسات و زمان جلسه‌های بعدی، تشریح عامل اصلی بروز اختلال‌های رفتاری در کودکان و نوجوانان یعنی سبک فرزندپروری والدین و تشریح سبک‌های والدگری مقتدر، سهل‌گیر و مستبد | با دقت به روابط خود با فرزندان در کاربرگ مربوطه یادداشت کنید که سبک والدگری شما چیست؟                                                                                                                                 |
| دوم   | مروری بر تکالیف خانگی انجام‌شده، معرفی بهترین نحوه تربیت فرزند (والدگری مقتدرانه)، توضیح چگونگی ارتباط سبک‌های فرزندپروری با مشکل‌ها و اختلال‌های رفتاری فرزندان با توضیح دلایل و چرایی آن و مرور جلسه و جمع‌بندی مطالب                                                                                                   | بررسی کنید و در کاربرگ مربوطه به این سوال پاسخ دهید که چه عواملی باعث شد که والدگری مقتدرانه نداشته باشید یا گاهی والد مقتدری نباشید؟                                                                                 |
| سوم   | مروری بر تکالیف خانگی انجام‌شده، شناخت موانع فکری، احساسی و رفتاری به کارگیری سبک والدگری مقتدرانه، معرفی رویکرد اکت و انطباق آن با سبک‌های والدگری و مرور جلسه و جمع‌بندی مطالب                                                                                                                                          | با اینکه می‌دانید سبک مقتدرانه بهترین نحوه تربیت فرزند است، چه افکار و احساساتی مانع از این می‌شود که گاهی یا اغلب سبک والدگری مقتدرانه نداشته باشید؟                                                                 |
| چهارم | مروری بر تکالیف خانگی انجام‌شده، معرفی دنیای درون (تولیدهای ذهن)، تشریح انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، تشریح شش ضلعی اکت برای رسیدن به انعطاف‌پذیری روان‌شناختی برای حفظ مادران و فرزندان از آسیب روانی                                                                                                                        | اجراء استعاره کیک شکلاتی در یک روز، نمره به افکار و احساس‌ها، نمره‌دهی به تاثیر این افکار بر رفتار و عملکرد، نمره عدم پیروی و آزادی از افکار و احساس‌ها از یک تا پنج و میانگین این سه نمره به‌عنوان نمره انعطاف‌پذیری |
| پنجم  | مروری بر تکالیف خانگی انجام‌شده، تصریح ارزش‌های والدگری (ضلع تصریح ارزش‌ها در برابر عدم آن)، آموزش فنون والدگری با هدف رسیدن به ارزش‌ها، تشریح تاثیر فنون والدگری بر سبک‌های والدگری و نحوه اصلاح روابط والد-فرزند در جهت حرکت به سوی رفتار کارآمد و در راستای ارزش‌ها                                                    | عمیق‌ترین آرزو و خواسته قلبی شما قبل از تولد فرزندان درباره تربیت آنها چه بود؟ دوست داشتید چگونه والدی برای فرزند خود باشید؟ ارزش‌های والدگری شما هستند؟                                                              |
| ششم   | مروری بر تکالیف خانگی انجام‌شده، بیان اشکال‌های والدین در به‌کار بستن فنون والدگری (غفلت از ارزش‌های فرزندپروری) و ماندن در جزیره با استعاره کشتی و جزیره، تماس با لحظه اینجا و اکنون با گشودگی با شناخت و پذیرش ویژگی‌های نوجوان به جای مقابله با او با استعاره مهمان ناخوانده                                           | رفتارهای جزیره‌ای خود را بنویسید. قبل از طوفان و اگر در جزیره باشید، مقصد شما کجاست؟                                                                                                                                  |
| هفتم  | کشف موقعیت‌های اجتناب‌شده و تماس با آنها از طریق پذیرش، توضیح درباره خودمشاهده‌گری و مفهوم نقش در زمینه با استعاره صفحه شطرنج                                                                                                                                                                                             | موقعیت‌های اجتناب‌شده شما در فرزندپروری چیست؟ راهبردهای کنترل‌گری شما چیست؟                                                                                                                                           |
| هشتم  | مشکلات درون‌ریز (ترس، اضطراب و انزوا) و توضیح درباره تاثیر فنون والدگری و                                                                                                                                                                                                                                                 | کاربست راهبردهای یادگرفته‌شده در زندگی واقعی برای                                                                                                                                                                     |

نمره صفر و بله با نمره یک وجود داشت. بنابراین، حداقل نمره در پرسشنامه حل مسئله ۰ و حداقل نمره در آن ۲۴ بود و نمره بالاتر نشان‌دهنده توانمندی حل مسئله بیشتر و مطلوب‌تر است. روایی سازه پرسشنامه حل مسئله با روش تحلیل عاملی اکتشافی بررسی و دارای شش عامل درماندگی، مهارگری، خلاقیت، اعتماد، اجتناب و گرایش بود و پایایی مولفه‌ها و کل آن با روش آلفای کرونباخ بالاتر از ۰/۷۰ گزارش شد. در پژوهش Akbari Lakeh et al (2025) پایایی پرسشنامه حل مسئله با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۶ گزارش شد. در پژوهش حاضر، مقدار پایایی از طریق ضریب همبستگی بین گویه‌های پرسشنامه حل مسئله ۰/۸۸ به‌دست آمد.

داده‌های این مطالعه با روش‌های تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر و آزمون تعقیبی بونفرونی در نرم‌افزار SPSS در سطح معناداری ۰/۰۵ تحلیل شدند.

#### یافته‌ها

هیچ ریزشی در نمونه‌های هیچ یک از دو گروه اتفاق نیفتاد و نرخ مشارکت در پژوهش حاضر برابر با ۱۰۰ درصد بود. نتایج میانگین و انحراف معیار پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری جهت‌گیری والدینی در مادران و حل مسئله در نوجوانان گروه‌های آزمایش و کنترل در جدول ۲ ارائه شد.

ابزارهای پژوهش حاضر به شرح زیر می‌باشند که در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری اجرا شدند.

#### الف) پرسشنامه جهت‌گیری والدینی ( Parental Orientation Questionnaire)

(Yousefi (2021 ساخته شد؛ به‌طوری که دارای ۱۵ گویه بود و برای پاسخگویی به هر گویه پنج گزینه شامل کاملاً مخالفم با نمره یک، مخالفم با نمره دو، نظری ندارم با نمره سه، موافقم با نمره چهار و کاملاً موافقم با نمره پنج وجود داشت. بنابراین، حداقل نمره در پرسشنامه جهت‌گیری والدینی ۱۵ و حداقل نمره در آن ۷۵ بود و نمره بالاتر نشان‌دهنده جهت‌گیری والدینی مطلوب‌تر و خوش‌بینانه‌تر است. روایی همگرایی پرسشنامه جهت‌گیری والدینی با جهت‌گیری زندگی از طریق ضریب همبستگی بین دو ابزار محاسبه و در سطح کوچک‌تر از ۰/۰۰۱ معنادار بود و پایایی آن با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۵ گزارش شد. در پژوهش حاضر، مقدار پایایی از طریق ضریب همبستگی بین گویه‌های پرسشنامه جهت‌گیری والدینی ۰/۸۳ به‌دست آمد.

#### ب) پرسشنامه حل مسئله ( Problem Solving Questionnaire)

(Cassidy & Long (1996 ساخته شد؛ به‌طوری که دارای ۲۴ گویه بود و برای پاسخگویی به هر گویه سه گزینه شامل خیر با نمره صفر، نمی‌دانم با

جدول ۲. نتایج میانگین و انحراف معیار پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری جهت‌گیری والدینی در مادران و حل مسئله در نوجوانان گروه‌های آزمایش و کنترل

| متغیر            | آماره     | آزمایش  |              | کنترل   |              |
|------------------|-----------|---------|--------------|---------|--------------|
|                  |           | میانگین | انحراف معیار | میانگین | انحراف معیار |
| جهت‌گیری والدینی | پیش‌آزمون | ۴۱/۰۶   | ۴/۳۶         | ۳۸/۷۱   | ۳/۹۸         |
|                  | پس‌آزمون  | ۴۷/۸۶   | ۵/۵۷         | ۴۳/۴۶   | ۷/۷۶         |
|                  | پیگیری    | ۴۹/۷۳   | ۵/۶۷         | ۳۶/۴۰   | ۲/۸۹         |
| حل مسئله         | پیش‌آزمون | ۱۵/۸۰   | ۲/۴۱         | ۱۶/۸۰   | ۲/۷۲         |
|                  | پس‌آزمون  | ۱۸/۷۳   | ۲/۴۹         | ۱۵/۰۰   | ۲/۱۷         |
|                  | پیگیری    | ۱۹/۸۰   | ۲/۵۶         | ۱۶/۰۰   | ۲/۷۰         |

مراحل پس‌آزمون و پیگیری افزایش بیشتری یافته است. نتایج پیش‌فرض‌های تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر شامل آزمون

طبق نتایج جدول ۲، میانگین جهت‌گیری والدینی و حل مسئله گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل از مرحله پیش‌آزمون نسبت به



شاپیرو- ویلک، آزمون لوین، آزمون ام‌باکس و آزمون موخلی در جدول ۳ ارائه شد.

جدول ۳. نتایج پیش فرض‌های تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر شامل شاپیرو- ویلک، لوین، ام‌باکس و موخلی

| متغیر            | آزمون     | شاپیرو- ویلک |          | لوین  |          | ام‌باکس |          | موخلی |          |
|------------------|-----------|--------------|----------|-------|----------|---------|----------|-------|----------|
|                  |           | آماره        | معناداری | آماره | معناداری | آماره   | معناداری | آماره | معناداری |
| جهت‌گیری والدینی | پیش‌آزمون | ۰/۹۴۶        | ۰/۴۵۸    | ۰/۳۵۷ | ۰/۷۰۲    |         |          |       |          |
|                  | پس‌آزمون  | ۰/۹۵۵        | ۰/۶۰۴    | ۲/۶۹  | ۰/۰۷۹    | ۱/۶۹    | ۰/۵۰۱    | ۰/۷۳۱ | ۰/۰۰۲    |
|                  | پیگیری    | ۰/۹۷۳        | ۰/۹۰۰    | ۲/۰۲  | ۰/۱۴۵    |         |          |       |          |
| حل مسئله         | پیش‌آزمون | ۰/۰۵۱        | ۰/۰۵۱    | ۲/۷۸  | ۰/۵۱۰    |         |          |       |          |
|                  | پس‌آزمون  | ۰/۴۹۳        | ۰/۴۹۳    | ۲/۶۰  | ۰/۸۴۰    | ۱/۸۳    | ۰/۰۵۷    | ۰/۸۷۹ | ۰/۰۳۱    |
|                  | پیگیری    | ۰/۱۴۱        | ۰/۱۴۱    | ۲/۶۱  | ۰/۰۶۵    |         |          |       |          |

نمود ( $P < ۰/۰۵$ ). با توجه به پیش‌فرض‌های فوق در تحلیل‌ها باید از شاخص گرینه‌اوس- گیزر استفاده شود. نتایج تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر برای تعیین اثربخشی والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد بر جهت‌گیری والدینی در مادران و حل مسئله در نوجوانان در جدول ۴ گزارش شد.

طبق نتایج جدول ۳، پیش‌فرض‌های نرمال بودن متغیرها در مراحل ارزیابی بر اساس آزمون شاپیرو- ویلک، برابری واریانس‌های متغیرها در مراحل ارزیابی بر اساس آزمون لوین و برابری ماتریس‌های واریانس- کوواریانس متغیرها بر اساس آزمون ام‌باکس برقرار بود ( $P > ۰/۰۵$ )، اما پیش‌فرض کرویت بر اساس آزمون موخلی برقرار

جدول ۴. نتایج تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر برای تعیین اثربخشی والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد بر جهت‌گیری والدینی در مادران و حل مسئله در نوجوانان

| متغیر            | منبع تغییرات | مجموع مجذورات | درجه آزادی | میانگین مجذورات | F      | معناداری | مجذور اتا | توان آزمون |
|------------------|--------------|---------------|------------|-----------------|--------|----------|-----------|------------|
| جهت‌گیری والدینی | زمان         | ۱۱۰۱/۴۳       | ۱/۵۷       | ۶۹۹/۰۰          | ۱۷۳/۷۰ | ۰/۰۰۱    | ۰/۸۰۵     | ۱/۰۰       |
|                  | زمان*گروه    | ۶۶۹/۵۸        | ۳/۱۵       | ۲۱۲/۴۷          | ۵۲/۸۰  | ۰/۰۰۱    | ۰/۷۱۵     | ۱/۰۰       |
|                  | خطا          | ۲۶۶/۳۱        | ۶۶/۱۸      | ۴/۰۲            |        |          |           |            |
|                  | گروه         | ۶۲۱/۰۸        | ۲          | ۳۱۰/۵۴          | ۶۶/۸۱  | ۰/۰۰۱    | ۰/۷۶۱     | ۱/۰۰       |
|                  | خطا          | ۱۹۵/۲۰۰       | ۴۲         | ۴/۶۴            |        |          |           |            |
| حل مسئله         | زمان         | ۳۴۹/۱۷        | ۱/۷۸       | ۱۹۵/۷۳          | ۱۴۴/۴۶ | ۰/۰۰۰    | ۰/۷۷۵     | ۱/۰۰       |
|                  | زمان*گروه    | ۹۰/۶۵         | ۳/۵۶       | ۲۵/۴۰           | ۱۸/۷۵  | ۰/۰۰۰    | ۰/۴۷۲     | ۱/۰۰       |
|                  | خطا          | ۱۰۱/۵۱        | ۷۴/۹۲      | ۱/۳۵            |        |          |           |            |
|                  | گروه         | ۲۰۰/۱۰        | ۲          | ۱۰۰/۰۵          | ۱/۰۶   | ۰/۳۵۴    | ۰/۰۴۸     | ۰/۲۲۴      |
|                  | خطا          | ۳۹۴۶/۲۲       | ۴۲         | ۹۳/۹۵           |        |          |           |            |

بونفرونی برای مقایسه اثربخشی والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد بر جهت‌گیری والدینی در مادران و حل مسئله در نوجوانان در جدول ۵ گزارش شد.

طبق نتایج جدول ۴، در متغیر جهت‌گیری والدینی مادران اثر زمان، اثر تعامل زمان و گروه و اثر گروه و در متغیر حل مسئله نوجوانان اثر زمان و تعامل زمان و گروه معنادار بود ( $P < ۰/۰۰۱$ )، اما در متغیر حل مسئله نوجوانان اثر گروه معنادار نبود ( $P > ۰/۰۵$ ). نتایج آزمون تعقیبی

جدول ۵. نتایج آزمون تعقیبی بونفرونی برای مقایسه اثربخشی والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد بر جهت گیری والدینی در مادران و حل مسئله در نوجوانان

| متغیر            | مرحله     | گروه مبنا | گروه مقایسه | تفاوت میانگین | خطای استاندارد | معناداری |
|------------------|-----------|-----------|-------------|---------------|----------------|----------|
| جهت گیری والدینی | پیش آزمون | آزمایش    | کنترل       | ۴/۳۳          | ۱/۳۲           | ۰/۰۵۱    |
|                  | پس آزمون  | آزمایش    | کنترل       | ۱۱/۷۳         | ۱/۵۸           | ۰/۰۰۱    |
|                  | پیگیری    | آزمایش    | کنترل       | ۱۳/۳۳         | ۱/۶۳           | ۰/۰۰۱    |
| حل مسئله         | پیش آزمون | آزمایش    | کنترل       | -۴/۰۰         | ۲/۰۱           | ۰/۰۵۳    |
|                  | پس آزمون  | آزمایش    | کنترل       | -۱/۲۶         | ۲/۰۵           | ۰/۵۴۲    |
|                  | پیگیری    | آزمایش    | کنترل       | ۰/۸۶۷         | ۲/۱۳           | ۰/۹۲۶    |

طبق نتایج جدول ۵، والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد باعث افزایش جهت گیری والدینی در مادران شد و نتایج در مرحله پیگیری نیز باقی ماند ( $P < ۰/۰۵$ )، اما والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد بر افزایش حل مسئله در نوجوانان و ماندگاری آن اثر معناداری نداشت ( $P > ۰/۰۵$ ).

### بحث و نتیجه گیری

با توجه به مشکل‌ها و چالش‌های فراوانی که نوجوانان و بالطبع والدین آنها (به‌ویژه مادران) با آن مواجه هستند، هدف این پژوهش تعیین اثربخشی والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد بر جهت گیری والدینی در مادران و حل مسئله در نوجوانان بود.

یافته‌های این مطالعه نشان داد که والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد باعث افزایش جهت گیری والدینی شد و اثربخشی روش مداخله بر آن در مرحله پیگیری نیز باقی ماند. این یافته با یافته‌های پژوهش‌های [Mottaghi, Zandifar & Fallahiyeh \(2025\)](#)، [Ni et al \(2025\)](#) و [Tardast et al \(2021\)](#) همسو بود. در تبیین اثربخشی و ماندگاری اثربخشی والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد بر افزایش جهت گیری والدینی در مادران می‌توان گفت که جهت گیری والدینی به خوش‌بینی و بدبینی والدین نسبت به والد بودن خود، وظایف والدگری و آینده فرزندان اطلاق می‌شود. خوش‌بینی، تمایل به اتخاذ دیدگاه امیدوارانه و نقش عاملیت خود در حس کنترل بر زندگی و توانمندی مدیریت آن اشاره دارد. نکته مهم دیگر اینکه، جهت گیری والدینی به باورها، نگرش‌ها و رفتارهایی اشاره دارد که والدین در نقش خود به‌عنوان والد اتخاذ می‌کنند و شامل ایده‌هایی درمورد اینکه چه چیزی رفتارها و انتظارات مناسب والدین را تشکیل می‌دهد و شیوه درک مسئولیت‌های والدینی در برابر فرزندان می‌شود. جهت گیری والدینی برگرفته از جهت گیری زندگی است

که به خوش‌بینی و بدبینی اشاره دارد. جهت گیری خوش‌بینانه به معنای داشتن انتظارات مثبت برای نتایج و پیامدها و جهت گیری بدبینانه به معنای داشتن انتظارات منفی برای نتایج و پیامدها می‌باشد و این سازه انتظارات مادران را در مقابل رویدادهای زندگی فرزندان نشان می‌دهد. بنابراین، تلقی خوش‌بینانه و بدبینانه به‌طور مثبت و منفی دو طیف جهت گیری است که جزء کیفیت‌های اساسی شخصیت به‌شمار می‌روند و بر چگونگی سازگاری افراد با حوادث زندگی و انتظارات ذهنی آنها در مواجهه با مشکل‌ها و رفتارها تاثیر می‌گذارند. همچنین، والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد با هدف آموزش انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در والدگری با استفاده از مولفه گسلش شناختی به والدین می‌آموزد که در شرایط سخت فرزندپروری، بجای همجوشی با افکار و احساس‌های منفی و ناخوشایند که به شکل خودآیند به ذهن ورود پیدا می‌کند و کنترلی بر آن ندارند، بدون الزام به مبارزه و کنترل آنها، اجازه دهند که این افکار و احساس‌ها منفی بمانند و عبور کنند و با مولفه اقدام به عمل متعهدانه به آنان می‌آموزد که با دیدی باز و منعطف، موقعیت‌های زندگی از جمله موقعیت‌های مشکل‌سازی را که با فرزند خود تجربه می‌کنند را از جوانب مختلف و مثبت بنگرند و به جای جزم‌اندیشی و درگیر شدن در افکار منفی بر آنچه کنترل دارند، متمرکز شوند که این باور باعث حس کنترل بر فرزندپروری و شرایط والدگری حتی در شرایط سخت می‌شود. در نتیجه، این آموزش‌ها با ایجاد حس کنترل و عاملیت می‌تواند منجر به دیدگاهی مثبت‌تر و امیدوارانه‌تر در والدین نسبت به فرزندپروری شود. با توجه به مطالب مطرح‌شده، منطقی به نظر می‌رسد که والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد بتواند نقش موثری در بهبود جهت گیری والدینی در مادران دارای فرزند

نوجوان داشته باشد و باعث افزایش معنادار جهت‌گیری والدینی گردد.

دیگر یافته‌های این مطالعه نشان داد که والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد نقش موثری در افزایش حل مسئله در نوجوانان در مراحل پس‌آزمون و پیگیری نداشت. این یافته با یافته‌های پژوهش‌های (Saffarinia et al, 2024) و (Dousti et al, 2024) ناهمسو بود. در تبیین تفاوت نتیجه پژوهش حاضر با نتایج پژوهش‌های ذکرشده می‌توان گفت که در پژوهش حاضر مادران دارای نوجوان آموزش دیدند و اثربخشی آموزش به مادران بر حل مسئله نوجوانان مورد بررسی قرار گرفت، اما در دو پژوهش فوق خود افرادی که تحت آموزش قرار گرفتند، از نظر حل مسئله مورد بررسی قرار گرفتند. منطقی به نظر می‌رسد هنگامی که خود افراد آموزش ببینند در مقایسه با زمانی که افرادی که با آنها سروکار دارند (والدین از جمله مادران آنان) آموزش ببینند، انتظار نتایج متفاوتی داشت. افزون بر آن، در تبیین عدم اثربخشی والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد بر حل مسئله در نوجوانان می‌توان گفت که شاید یکی از دلایل احتمالی به شرایط طبیعی نوجوانان برگردد. نوجوانان به دلیل میل به استقلال تمایل دارند که برای تصمیم‌گیری درباره حل مشکل‌ها و چالش‌های خود به‌عنوان افرادی مستقل و آزاد عمل کنند که بدون شک به دلیل تجربه اندک و عدم رشد شناختی کافی در این زمینه دچار خطاهای بسیاری نیز می‌شوند. همچنین، نوجوانان بیشتر از سایر گروه‌های سنی تحت تاثیر همسالان خود قرار دارند و کمتر از بزرگسالان از جمله والدین تاثیر می‌پذیرند. از آنجایی که در این پژوهش مادران دارای فرزند نوجوان تحت والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد قرار گرفتند، لذا، منطقی به نظر می‌رسد که والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد نتواند نقش موثری در بهبود حل مسئله در نوجوانان داشته باشد.

این پژوهش همانند سایر پژوهش‌ها با محدودیت‌هایی مواجه بود که از جمله می‌توان به استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس، محدود شدن نمونه مطالعه به مادران دارای نوجوان شهر اصفهان و فرزندان نوجوان آنها و استفاده از ابزارهای خودگزارشی بود. بنابراین، استفاده از سایر روش‌های نمونه‌گیری به دلیل خطای نمونه‌گیری کمتر، انجام پژوهش بر روی پدران دارای فرزند نوجوان و استفاده از مصاحبه یا مشاهده برای گردآوری داده‌ها و حتی از

ابزارهای دیگر گزارشی پیشنهاد می‌شود. نتایج این پژوهش نشان داد که والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد باعث افزایش جهت‌گیری والدینی در مادران شد و نتایج در مرحله پیگیری نیز باقی ماند، اما والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد بر افزایش حل مسئله در نوجوانان و ماندگاری آن اثر معناداری نداشت. با توجه به نتایج فوق، روان‌شناسان و مشاوران می‌توانند از روش والدگری مبتنی بر پذیرش و تعهد برای افزایش جهت‌گیری والدین در مادران استفاده کنند.

#### تعارض منافع

بین نویسندگان هیچ تعارض منافی وجود نداشت.

#### حامی مالی

این پژوهش بدون حامی مالی و با هزینه شخصی دانشجو انجام شده است.

#### ملاحظات اخلاقی

این مقاله مستخرج از رساله دکتری مشاوره است که دارای کد اخلاق می‌باشد.

#### مشارکت نویسندگان

نویسندگان این مقاله در همه مراحل با یکدیگر همکاری داشتند.

#### تشکر و قدردانی

بدین وسیله از همه کسانی که سهمی در انجام این مطالعه داشتند، تشکر می‌شود.

## References

- Akbari Lakeh, M., Naseri Saleh Abad, M., Alizadeh Otaghvar, H. R., & Hoseinpoor, R. (2025). Comparative study of problem solving style among the first, fourth and eighth-semester nursing students of Shahid Beheshti University of Medical Sciences using Cassidy and Long questionnaire. *Development Strategies in Medical Education*, 12(2), 149-160. <http://dx.doi.org/10.48312/dsme.12.2.338.1>
- A'rabiyan, A., & Abu Al-Ma'ali, Kh. (2018). The explaining structural relationship between problem solving ability, resiliency and academic burnout in high school girl students. *Journal of Educational and Scholastics Studies*, 7(1), 140-163. <https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.2423494.1397.7.1.6.0>
- Azzam, I., Bello, Kh., El Breidi, F., & Aqlan, F. (2025). Collaborative problem-solving in mixed reality manufacturing environments. *Manufacturing Letters*, 46, 118-122. <https://doi.org/10.1016/j.mfglet.2025.10.018>
- Bruton, A. E., Debosik, L. R., Pitzer, K. A., Csikai, E. L., & Washington, K. T. (2023). Problem-solving dimensions among caregivers of people with cancer receiving outpatient palliative care. *Journal of*

- Mobini Keshe, F., Jadidi, M., & Pourseyyed Aghaei, Z. (2024). The effectiveness of acceptance and commitment based parenting on social competence and anxiety of students with externalized behavioral-emotional problems. *Medical Journal of Mashhad University of Medical Sciences*, 67(2), 741-759. <https://doi.org/10.22038/mjms.2024.80424.4639>
- Motovalibashi Naeini, E., Yousefi, Z., & Golparvar, M. (2025). Exploring parenting components that improve adaptability in children: A qualitative research example. *Journal of New Approach to Children's Education*, 7(3), In Press. <https://doi.org/10.22034/naes.2025.514149.1681>
- Mottaghi, R. (2024). The effectiveness of parenting education based on acceptance and commitment on self-efficacy and parent-child relationship in young mothers. *Journal of Nursing Education*, 13(1), 58-67. <http://dx.doi.org/10.22034/JNE.13.1.58>
- Ni, L. S., Tong, C. W., & Stanley, L. K. K. (2025). Effects of an acceptance and commitment-based parenting program for parents of children with autism spectrum disorder on parenting stress and other parent and children health outcomes: A pilot randomized controlled trial. *Autism: The International Journal of Research and Practice*, 29(6), 1524-1539. <https://doi.org/10.1177/13623613241311323>
- Pollak, O. H., Cheek, S. M., Rudolph, K., Hastings, P. D., Nock, M., & Prinstein, M. J. (2023). Social problem-solving and suicidal behavior in adolescent girls: A prospective examination of proximal and distal social stress-related risk factors. *Journal of Psychopathology and Clinical Science*, 32(5), 610-620. <https://doi.org/10.1037/abn0000836>
- Saadati, N., Yousefi, Z., & Golparvar, M. (2020). Effectiveness of systematic training of effective parenting (STEP) on parenting stress, emotion regulation, and cognitive flexibility on mothers of male adolescents. *Applied Psychology*, 14(2), 77-100. <https://doi.org/10.52547/apsy.14.2.77>
- Saffarinia, M., Alipoor, A., Zare, H., & Zalizadeh, M. (2024). Investigation of the effectiveness of treatment training acceptance and commitment therapy (observer, discoverer, and values advisor) model on socio-emotional competence and social problem solving of high-risk behavior adolescents. *Quarterly Social Psychology Research*, 13(51), 75-92. <https://doi.org/10.22034/spr.2023.347808.1760>
- Seligman, M. (2010). *Flourish: Positive psychology and positive interventions*. University of Utah. <https://books.google.com/books/about/Flourish.html?id=IK-nzQEACAAJ>
- Tardast, K., Amanelahi, A., Rajabi, G., Aslani, K., & Shiralinia, K. (2021). The effectiveness of acceptance and commitment-based parenting education on children's anxiety and the parenting stress of mothers. *Payesh*, 20(1), 91-107. <http://dx.doi.org/10.29252/payesh.20.1.91>
- Social Work in End of Life & Palliative Care*, 19(1), 23-32. <https://doi.org/10.1080/15524256.2022.2139333>
- Cassidy, T., & Long, C. (1996). Problem-solving style, stress and psychological illness: Development of a multifactorial measure. *British Journal of Clinical Psychology*, 35(2), 265-277. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8260.1996.tb01181.x>
- Chong, Y. Y., Chien, W. T., Fung, K. P., Leung, S. P., & Lam, S. Y. (2025). Acceptance and commitment therapy-based parenting program in children with co-occurring asthma and ADHD: A randomized clinical trial. *JAMA Pediatrics*, 179(8), 846-856. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2025.1313>
- Darbani, S. A., & Parsakia, K. (2023). Investigating the effectiveness of strength-based counseling on adolescent resilience. *Journal of Adolescent and Youth Psychological Studies*, 4(5), 169-175. <https://doi.org/10.61838/kman.jayps.4.5.16>
- Dousti, P., Dousti, P., & Yavari, A. (2024). The effectiveness of the integrated model of acceptance and commitment and schema therapy on the feeling of loneliness and social problem solving of people with prolong grief disorder. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal*, 12(11), 161-170. <https://frooyesh.ir/article-1-4861-en.html>
- Fields, A., Silvers, J. A., Callaghan, B. L., Van Tieghem, M., Choy, T., O'Sullivan, K., & Tottenham, N. (2022). Fear modulates parental orienting during childhood and adolescence. *Journal of Experimental Child Psychology*, 221, 105461. <https://doi.org/10.1016/j.jecp.2022.105461>
- Harpaz, G., Grinshtain, Y., & Yaffe, Y. (2021). Parental self-efficacy predicted by parents' subjective well-being and their parenting styles with possible role of help-seeking orientation from teachers. *The Journal of Psychology*, 155(6), 571-587. <https://doi.org/10.1080/00223980.2021.1926896>
- Herbert, H. M., Kim, J., & Kochanska, G. (2025). Bridging parental attachment insecurity, social cognition, parenting, and temperament to elucidate the origins of antisocial orientation in preschoolers. *Attachment & Human Development*, 27(6), 910-934. <https://doi.org/10.1080/14616734.2025.2575464>
- Mirzaei, M., Yousefi, Z., & Baratali, M. (2024). Comparison of the effectiveness of anxiety management training for parents of college entrance exam candidates and acceptance and commitment training on parenting adaptability, parenting orientation, and parental rumination in mothers of college entrance exam candidates. *Journal of Psychological Dynamics in Mood Disorders*, 4(1), 18-35. <https://doi.org/10.61838/kman.pdmd.4.1.2>
- Mirzakhani, H. R., Yousefi, Z., & Manshaee, G. R. (2024). Development of an adolescent responsibility improvement package. *Journal of Psychological Dynamics in Mood Disorders*, 3(1), 74-85. <https://doi.org/10.61838/kman.pdmd.3.1.7>

- Vonden Driesch, L., Koenig, J., Reichl, C., Sigrist, C., Sele, S., Kaess, M. (2026). Predicting urges for non-suicidal self-injury using cardiac autonomic indices in outpatient adolescents: A pilot ecological momentary assessment study. *Journal of Affective Disorders*, 394(2), 120578. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2025.120578>
- Whittingham, K., Sheffield, J., Mak, C., Dickinson, C., & Boyd, R. N. (2020). Early parenting acceptance and commitment therapy 'early PACT' for parents of infants with cerebral palsy: A study protocol of a randomised controlled trial. *BMJ Open*, 10(10), e037033. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-037033>
- Whittingham, K., Sheffield, J., Mak, C., Wright, A., & Boyd, R. N. (2022). Parenting acceptance and commitment therapy: An RCT of an online course with families of children with CP. *Behaviour Research and Therapy*, 155, 104129. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2022.104129>
- Yang, T., Gai, X., Wang, S., & Gai, S. (2024). The relationship between parenting behaviors and adolescent well-being varies with the consistency of parent-adolescent cultural orientation. *Behavioral Sciences*, 14(193), 1-18. <https://doi.org/10.3390/bs14030193>
- Yoon, Y., Eisenstadt, M., Leraya, S. T., & Deighton, J. (2023). Gender difference in the change of adolescents' mental health and subjective wellbeing trajectories. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 32(9), 1569-1578. <https://doi.org/10.1007/s00787-022-01961-4>
- Zandifar, F., & Fallahiyeh, S. (2025). The effectiveness of parenting based on acceptance and commitment on experiential avoidance and the sense of competence of mothers of children with attention deficit hyperactivity disorder. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal*, 13(12), 235-244. <https://frooyesh.ir/article-1-5479-fa.html>
- Zheng, L., Shi, Z., & Gao, L. (2026). A generative artificial intelligence-enhanced multiagent approach to empowering collaborative problem solving across different learning domains. *Computers & Education*, 241, 105489. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2025.105489>