



# چهارمین همایش ملی تازه های روانشناسی مثبت نگر

(سفند ماه ۱۳۹۶)

## اثربخشی آموزش والدگری مثبت مبتنی بر شادی بر خودکارآمدی دختران ۱۲ تا ۱۴ ساله

شهر قم

اعظم بهرامی<sup>۱</sup>، منصوره چاوشی<sup>۲</sup>، رضیه عمرانی نژاد<sup>۳</sup>

۷. دکترای روانشناسی عمومی، دانشگاه فرهنگیان پردیس حضرت معصومه (س) قم

۸. دانشجوی دکترای مشاوره، دانشگاه فرهنگیان پردیس حضرت معصومه (س) قم

۹. دانشجوی دکترای جامعه‌شناسی، دانشگاه فرهنگیان پردیس حضرت معصومه (س) قم

• پست الکترونیک نویسنده ی مسئول: azam\_bahrami\_51@yahoo.com

• شماره تماس نویسنده مسئول: ۰۹۱۲۱۵۳۱۵۲۳

## چکیده

هدف این پژوهش اثربخشی والدگری مثبت مبتنی بر شادی بر خودکارآمدی نوجوانان دختر ۱۲ تا ۱۴ ساله بود. روش پژوهش شبه تجربی بود. جامعه پژوهش شامل کلیه مادران نوجوانان دختر ۱۲ تا ۱۴ ساله شهر قم و نمونه پژوهش شامل ۳۰ نفر از این مادران بود که به شیوه تصادفی ساده در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) به طور تصادفی جایگزین شدند. متغیر مستقل بسته آموزشی والدگری مثبت مبتنی بر شادی بود که در ۸ جلسه به گروه آزمایش آموزش داده شد و گروه گواه هیچ مداخله ای دریافت نکرد. ابزار پژوهش پرسشنامه خودکارآمدی بود. یافته های پژوهش نشان داد که مداخلات باعث بهبود و ارتقاء خودکارآمدی در بین دانش آموزان دختر دبیرستانی شده است. نتایج مرحله پیگیری پس از دو ماه نیز نشان داد که اثر بخشی مداخله باقی مانده بود.

کلمات کلیدی: روانشناسی مثبت نگر، والدگری مثبت، شادی، خودکارآمدی، نوجوان