

## معرفی برنامه سال‌های شگفت‌انگیز به منظور کاهش مشکلات رفتاری کودکان با اختلال‌های هیجانی- رفتاری

عادل محمدزاده/ کارشناسی ارشد روان‌شناسی کودکان با نیازهای خاص / دانشگاه اصفهان  
امیر قمرانی<sup>۱</sup> / عضو هیأت علمی گروه روان‌شناسی کودکان با نیازهای خاص / دانشگاه اصفهان

### چکیده

**زمینه و هدف:** به‌طور کلی، الگوهای رفتاری مخربی از قبیل اختلال کم‌توجهی-بیش‌فعالی، نافرمانی مقابله‌ای و سلوک و اختلال‌های افسردگی و اضطرابی را با عنوان اختلال‌های هیجانی- رفتاری معرفی می‌کنند. از آن‌جا که این اختلال‌ها مشکلاتی را در مدرسه، خانه و دیگر موقعیت‌های اجتماعی برای این کودکان و اطرافیان آن‌ها ایجاد کرده، همچنین بر عملکرد روانی- اجتماعی و موفقیت‌های تحصیلی آن‌ها اثر سوء می‌گذارد، انجام مداخله‌هایی برای کاهش مشکلات رفتاری این کودکان، ضروری به نظر می‌رسد. از این‌رو، هدف پژوهش حاضر، معرفی برنامه سال‌های شگفت‌انگیز به‌عنوان مداخله‌ای برای کاهش مشکلات رفتاری این کودکان بود. به این منظور با روش مروری، متون اصلی شامل کتاب‌ها و مقاله‌های علمی در این زمینه طی سال‌های ۱۹۹۵ تا ۲۰۱۷ از پایگاه‌های معتبر اطلاعاتی استخراج و بررسی شد.

**نتیجه‌گیری:** مرور ادبیات پژوهش نشان داد که برنامه سال‌های شگفت‌انگیز می‌تواند از طریق آموزش والدین به‌عنوان مداخله‌ای کارآمد، کم‌هزینه و مقرون‌به‌صرفه برای کاهش مشکلات رفتاری کودکان با اختلال‌های هیجانی- رفتاری در مدارس و کلینیک‌های توان‌بخشی استفاده شود.

**واژه‌های کلیدی:** برنامه سال‌های شگفت‌انگیز، مشکلات رفتاری، اختلال‌های هیجانی- رفتاری

### مقدمه

اختلال‌های هیجانی- رفتاری<sup>۲</sup> به شرایطی گفته می‌شود که پاسخ‌های هیجانی و رفتاری فرد نسبت به هنجارهای سنی، فرهنگی و قومی در تناقض بوده و بر عملکرد تحصیلی فرد، مراقبت از خود، روابط اجتماعی و سازگاری فردی نیز تاثیر منفی می‌گذارد. این اختلال‌ها باید دست‌کم در دو موقعیت متفاوت بروز کنند (۱). به‌طور کلی، کودکانی که اختلال‌های هیجانی- رفتاری دارند، باید یک یا چند ویژگی زیر را در طول دوره زمانی نسبتاً طولانی نشان دهند، به‌طوری‌که این ویژگی‌ها تا حد مشخصی بر عملکردهای آن‌ها تاثیر گذاشته باشد (۱) با کمبودهای ذهنی<sup>۳</sup>، حسی<sup>۴</sup> و عوامل مختلف سلامت<sup>۵</sup> قابل توضیح نباشد، (۲) به فقدان ارتباط مناسب و رضایت‌بخش میان فرد با همسالان یا

دیگر افراد منجر شود، (۳) موجب بروز انواع نامطلوب رفتارها یا هیجان‌های غیرعادی شود و (۴) با خلق و خوی ناراحت‌کننده یا همراه با افسردگی مرتبط باشد. شایان ذکر است این نشانه‌ها نباید با دیگر اختلال‌های روانی همچون اسکیزوفرنیا قابل توجیه باشند (۲).

برخی از پژوهشگران اختلال‌های رفتاری را به دو دسته کلی تقسیم کرده‌اند: اختلال‌های رفتاری درون‌نمود و برون‌نمود (۳). مشکلات درون‌نمود مانند گوشه‌گیری، افسردگی و اضطراب، بیشتر معطوف به درون کودک بوده و مشکلات برون‌نمود مثل پرخاشگری، بیش‌فعالی و نافرمانی معطوف به محیط پیرامون است (۴). افزون‌براین، پژوهشگران، اختلال‌های هیجانی- رفتاری را به دو طبقه مجزای اختلال‌های رفتاری<sup>۶</sup> و هیجانی<sup>۷</sup> نیز دسته‌بندی می‌کنند. در این صورت، اختلال کم‌توجهی- بیش‌فعالی<sup>۸</sup>،

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

2- emotional and behavioral disorders (EBD)

3- intellectual

4- sensory

5- health factors

6- behavioral disorders

7- emotional Disorders

8- attention-deficit hyperactivity disorder (ADHD)

اهمیت جنبه‌های منفی روابط والد-کودک در بروز مشکلات رفتاری را تایید کرده و همگی نشان‌دهنده این مسئله هستند که تنبیه فیزیکی، ارتباطات تعارض‌آمیز و شیوه‌های خشونت‌آمیز والدین بر مشکلات رفتاری کودکان تاثیر سوء می‌گذارند (۱۱).

یکی از مداخله‌هایی که در سال‌های اخیر، برای کاهش اختلال‌های هیجانی-رفتاری کودکان استفاده شده، برنامه سال‌های شگفت‌انگیز<sup>۴</sup> است (۱۲). از این روش درمانی برای درمان و پیشگیری از اختلال‌های رفتاری و مشکلات هیجانی کودکان، آموزش والدین و مربیان به منظور رفتار مناسب با کودکان، آموزش کودکان با اختلال اتیسم، درمان مشکلات کودکان مبتلا به بی‌اعتنایی مقابله‌ای، اختلال سلوک، کم‌توجهی-بیش‌فعالی و کودکان ناشنوای با مشکلات رفتاری استفاده شده است (۱۳). از آن‌جا که کودکان با اختلال‌های هیجانی-رفتاری با مشکلات رفتاری مواجه بوده و با توجه به این‌که براساس بررسی‌های پژوهشگران تاکنون در ایران اثربخشی برنامه سال‌های مهم و حیاتی بررسی نشده است، بنابراین در پژوهش حاضر، برنامه سال‌های شگفت‌انگیز به‌عنوان مداخله‌ای برای کاهش مشکلات رفتاری این کودکان بررسی شده است. به این منظور با استفاده از روش مروری، متون اصلی شامل کتاب‌ها و مقاله‌های علمی طی سال‌های ۱۹۹۵ تا ۲۰۱۷ از پایگاه‌های اطلاعاتی ساینس دایرکت<sup>۵</sup>، اشپرینگر<sup>۶</sup>، کتابخانه اینترنتی ویلی<sup>۷</sup>، مجلات سیج<sup>۸</sup> و گوگل اسکولار<sup>۹</sup> انتخاب شده و سپس با توجه به هدف پژوهش، محورهای اصلی از این متون استخراج و مطالعه شد.

## معرفی برنامه سال‌های شگفت‌انگیز

برنامه سال‌های شگفت‌انگیز، درمانی است که توسط وبستر استراتون<sup>۱۰</sup> طراحی شد. این درمان مبتنی بر آموزش‌های مستقیم و غیرمستقیمی است که برای تربیت رفتاری کودک استفاده می‌شود. این رویکرد

نافرمانی مقابله‌ای<sup>۱</sup> و سلوک<sup>۲</sup> در طبقه اختلال‌های رفتاری قرار می‌گیرند و اختلال‌های افسردگی<sup>۳</sup> و اضطرابی<sup>۴</sup> نیز جزو اختلال‌های هیجانی محسوب می‌شوند (۵).

مشکلات رفتاری<sup>۵</sup>، به الگوهای رفتاری گفته می‌شود که به رابطه سالم بین کودک و محیط و فرصت‌های یادگیری خدشه وارد می‌کند (۶). به بیان دیگر، کودکان در مقابل تنش‌های زندگی یا تعارضاتی که برای‌شان رخ می‌دهد، واکنش‌های نسبتاً تند و سریع از خود بروز می‌دهند (۷). در رابطه با اختلال سلوک نیز می‌توان گفت مشخصه اصلی این کودکان پرخاشگری و تجاوز به حقوق دیگران است (۸). اختلال نافرمانی مقابله‌ای نیز از رایج‌ترین اختلال‌هایی است که با شیوع ۲ تا ۱۶ درصدی در میان کودکان پیش‌دبستانی و دبستانی بروز می‌کند (۹). اختلال کم‌توجهی-بیش‌فعالی نیز یکی از گسترده‌ترین اختلال‌های رفتاری شناخته‌شده در سنین مدرسه است و با مشکلات رفتاری در موقعیت‌های مختلف (خانه و مدرسه) شناخته می‌شود (۳). کودکان مبتلا به اختلال‌های افسردگی و اضطرابی نیز مشکلات رفتاری خود را با کناره‌گیری از جمع و گوشه‌گیری، اختلال خلق و هیجان نشان می‌دهند (۱۰). از آن‌جا که مشخصه اصلی کودکان با اختلال‌های هیجانی-رفتاری، بروز مشکلات رفتاری در آن‌ها است، بنابراین انجام مداخله‌هایی برای کاهش این مشکلات ضروری به نظر می‌رسد.

عوامل خطر ساز مشکلات رفتاری در کودکان، به‌طور عمده با عوامل خانوادگی - به‌عنوان پیش‌بینی‌کننده‌های مشکلات رفتاری-ارتباط دارند. خانواده بافت اصلی رشد کودک است و عوامل خانوادگی، ویژگی‌های فردی کودک یا بروز ناسازگاری‌های رشدی و آسیب‌های روان‌شناختی را پیش‌بینی می‌کنند (۱۱). به سخن دیگر، اختلال‌های رفتاری کودکان ارتباط تنگاتنگی با رفتار والدین دارد، زیرا والدین نخستین کسانی هستند که به‌طور مستقیم با کودک ارتباط برقرار می‌کنند. پژوهش‌های مختلفی

4- incredible years program (IYP)

5- Science Direct

6- Springer

7- Wiley Online Library

8- Sage Journal

9- Google Scholar

10- Webster-Stratton

9- oppositional defiant disorder (ODD)

10- conduct disorder (CD)

1- depressive disorders

2- anxiety disorders

3- behavioral problems

خانواده‌هایی که سرپرستی تعدادی کودک را برعهده گرفته بودند (۱۸). به‌طورکلی می‌توان گفت در این پژوهش‌ها، انواع مختلفی از خانواده‌ها با سبک‌های فرزندپروری متفاوت و خانواده‌های دارای کودکان با مشکلات رفتاری شدید بررسی شدند، همچنین رفتارهای مناسب مورد نیاز در محیط‌های مختلفی همچون خانه، مدرسه و کلاس درس مطالعه شد. پس از این بررسی‌های وسیع و میدانی، موثرترین روش‌های تربیتی برای برخورد با این مشکلات انتخاب شدند (۱۲).

### نقش برنامه سال‌های شگفت‌انگیز در کاهش اختلال‌های هیجانی کودکان

همان‌طور که اشاره شد، برنامه سال‌های شگفت‌انگیز سعی کرده است با روشی صحیح نظریه‌های مختلف تربیتی و درمانی را با هم تعامل داده و به‌گونه‌ای پیوسته و کاربردی از آن‌ها استفاده کند. از جمله نظریه‌هایی که برنامه سال‌های شگفت‌انگیز برای کاهش مشکلات هیجانی کودکان و ام‌دار آن است، می‌توان به نظریه‌های دلبستگی بالبی، نظریه درمان‌شناختی افسردگی بک و نظریه زوج‌درمانی رفتاری جاکوبسون و مارگولین اشاره کرد (۱۵).

### الف) تاثیرپذیری سال‌های شگفت‌انگیز از نظریه دلبستگی

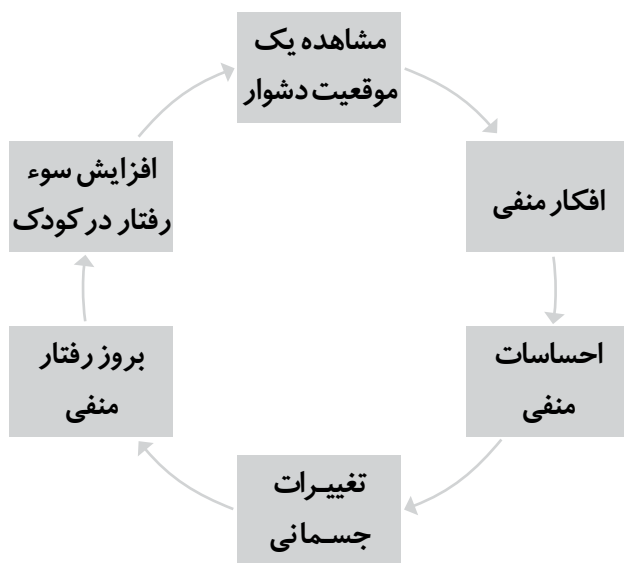
در این‌باره می‌توان گفت برنامه سال‌های شگفت‌انگیز، با توجه به اهمیت نظریه دلبستگی بالبی و آیزنورث و نقش آن در سلامت روانی کودکان، همچنین نقشی که والدین در ایجاد احساس دلبستگی در کودکان دارند، سعی کرده است در جریان برنامه‌های مداخله‌ای خود بر این مقوله تمرکز داشته باشد (۱۶). این برنامه‌ها بر مهارت‌های فرزندپروری متناسب با سن رشدی کودک تاکید دارند. از اهداف اصلی این برنامه‌ها، بهبود دلبستگی میان والدین و فرزندان است که از طریق پرورش تعاملات میان آن‌ها، بهبود نظم و انضباط در روابط با فرزندان (با استفاده از قوانین و مقررات قابل انجام، تعیین حد و حدود و راهبردهای حل مسئله) و رفع مشکلاتی که میان خود والدین وجود دارد، فراهم می‌شود (۱۶). کسانی که به

درمانی توانسته است به شیوه‌ای مطلوب و منسجم اصول نظریه‌های مختلفی هم چون نظریه دلبستگی بالبی<sup>۱</sup> و آیزنورث<sup>۲</sup>، مراحل رشد شناختی پیازه و اینهلدر<sup>۳</sup>، نظریه یادگیری اجتماعی پترسون، رید و دیشن<sup>۴</sup>، نظریه شناختی-اجتماعی بندورا<sup>۵</sup>، درمان‌شناختی رفتاری بک<sup>۶</sup>، رفتار حل مسئله دی‌زوریللا و نزو<sup>۷</sup> و زوج‌درمانی رفتاری جاکوبسون و مارگولین<sup>۸</sup> را تلفیق کرده و از این طریق برنامه‌های مداخله‌ای ارزشمندی را برای بهبود رفتارهای والدین و تعاملات اجتماعی آن‌ها فراهم آورد (۱۴ و ۱۵). این شیوه درمانی، جلساتی را تدارک می‌بیند که طی آن والدین با شیوه‌ها و مهارت‌های مطلوب فرزندپروری آشنا شده، موجبات تغییرات رفتاری کودک خود را فراهم می‌آورند (۱۶).

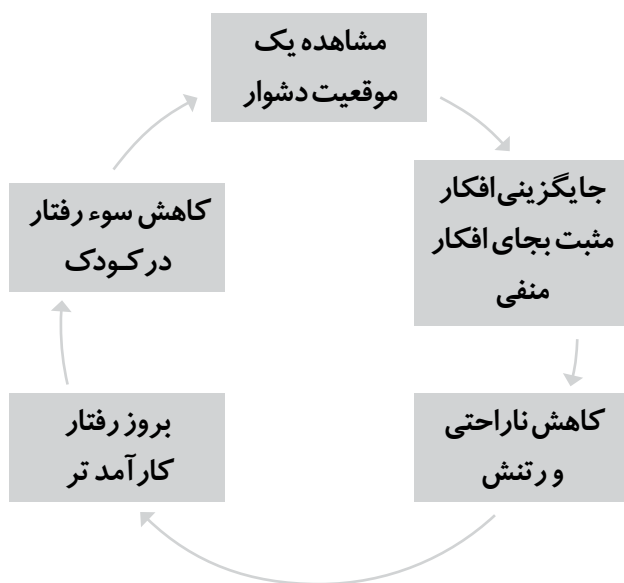
این برنامه برای نخستین بار در سال ۱۹۹۰، براساس پژوهش‌هایی در کلینیک تربیت در دانشگاه واشینگتن، با هدف اولیه فراهم کردن یک برنامه موثر درمانی برای خانواده‌هایی که کودکان غیرقابل کنترلی داشتند، طراحی شد. طی این پژوهش‌ها بیش از ۱۰۰۰ نفر از والدینی که کودکان با مشکلات رفتاری داشتند، مورد مطالعه و تحت برنامه‌های تربیتی سال‌های شگفت‌انگیز قرار گرفتند (۱۷). هدف اولیه انجام این پژوهش‌ها تهیه یک برنامه موثر درمانی برای خانواده‌هایی بود که کودکانی غیرقابل کنترل داشتند، سپس کودکانی که مشکلات کمتری همچون لجبازی یا بیش‌تحریکی داشتند یا کودکانی که مشکلاتی همچون دروغ‌گویی و دزدی را از خود بروز می‌دادند، بررسی شدند. لازم به ذکر است در این پژوهش‌ها انواعی از خانواده‌ها نیز مورد مطالعه قرار گرفته‌اند؛ خانواده‌هایی که هر دو والد در قید حیات بوده و با هم زندگی می‌کردند، خانواده‌هایی که در آن فقط یکی از والدین حضور داشتند، خانواده‌هایی که کودکی را به فرزندپذیری پذیرفته بودند و

- 1- Bowlby
- 2- Ainsworth
- 3- Piaget and Inhelder
- 4- Patterson, Reid, and Dishion
- 5- Bandura
- 6- Beck
- 7- D:Zurilla and Nezu
- 8- Jacobson and Margolin

نیست که والدین احساسات خود را از بین ببرند، بلکه باید روی واکنش‌های هیجانی تسلط بیشتری داشته باشند (۱۶). آنچه در برنامه سال‌های شگفت‌انگیز به‌عنوان چرخه معیوب افکار ناکارآمد و تأثیری که این افکار بر رفتار والدین می‌گذارد، در شکل ۱، نشان داده شده است. همچنین، شکل ۲، نشان‌دهنده چرخه واکنش‌های مثبت ناشی از افکار مثبت و کارآمد است که در ادامه به اختصار شرح داده می‌شوند.



شکل ۱. چرخه افکار ناراحت‌کننده در برنامه سال‌های شگفت‌انگیز



شکل ۲. چرخه افکار مثبت در برنامه سال‌های شگفت‌انگیز

طرح‌ریزی برنامه سال‌های شگفت‌انگیز پرداخته‌اند، سعی داشته‌اند برای هر گروه از کودکان در سنین مختلف و با مشکلات متفاوت، برنامه ویژه‌ای در نظر بگیرند. افرادی که تحت آموزش این برنامه‌ها قرار می‌گیرند، به سه دسته کلی کودکان، والدین و معلمان تقسیم می‌شوند. از این میان، برنامه‌هایی که برای کودکان در نظر گرفته شده‌اند، تنها کودکان ۳ تا ۸ سال را شامل می‌شود، این در حالی است که برنامه‌های ویژه خردسالان کوچک‌تر در گروه آموزش والدین قرار خواهند گرفت و والدین تحت برنامه‌های ویژه‌ای از قبیل برنامه آموزشی ویژه والدین دارای کودک شیرخوار<sup>۱</sup> (از تولد تا ۱ سالگی)، برنامه ویژه والدین با کودک نوپا<sup>۲</sup> (۱ تا ۳ سالگی)، والدین با کودک پیش‌دبستانی<sup>۳</sup> (۳ تا ۶ سال) و والدین با کودکان سنین مدرسه‌رو<sup>۴</sup> (۶ تا ۱۲ سال) خواهند بود (۱۲). بنابراین با توجه به نیازهای مراقبتی و حمایتی که هر والد با توجه به ویژگی‌های فرزند خود به آن احتیاج دارد، در این برنامه‌ها شرکت می‌کند. والدین هنگام شرکت در این جلسات، با بسیاری از نکاتی که کودک را به سمت دلبستگی ایمن سوق می‌دهد، آشنا می‌شوند (۱۶).

## ب) تأثیرپذیری سال‌های باور نکردنی از نظریه

### درمان‌شناختی بک

در برنامه سال‌های شگفت‌انگیز با الهام از درمان‌شناختی بک، نقش افکار خودآیند منفی و تأثیر آن بر رفتار والدین مهم تلقی می‌شود.

وبستراستراتون در برنامه سال‌های شگفت‌انگیز، بیان می‌کند که همه والدین وقتی با رفتارهای بد کودکان‌شان روبه‌رو می‌شوند، احساس خشم، افسردگی و گناه می‌کنند. همچنین او وجود این افکار را به‌طور کامل بد نمی‌داند، زیرا این افکار را انگیزه‌ای برای رفع آن مشکل قلمداد می‌کند. وی معتقد است زمانی این افکار مشکل‌ساز می‌شوند که بر احساسات والد غلبه کرده و موجب رفتارهای منفی، از قبیل پرخاشگری یا افسردگی در آن‌ها شود. پس هدف این

1- Babies

2- toddler

3- preschool

4- school age

جمله آن‌ها می‌توان به نظریه یادگیری اجتماعی پسران ضداجتماعی پترسون، رید و دیشن، نظریه شناختی-اجتماعی بندورا و درمان مبتنی بر حل مسئله دی‌زوریلا و نزو اشاره کرد (۱۵).

### الف) تاثیرپذیری سال‌های شگفت انگیز از نظریه یادگیری اجتماعی

برنامه سال‌های شگفت انگیز با تأسی از نظریه یادگیری اجتماعی بندورا، نقش والدین در تربیت کودک را بسیاری ضروری می‌داند، زیرا براساس نظریه بندورا، رفتار کودکان منعکس شده رفتار والدین آن‌هاست و اغلب رفتارها، چه خوب و چه بد، چه بهنجار و چه نابهنجار با تقلید کردن از رفتار و الگوپذیری از والدین شکل می‌گیرد (۲۰). در الگویی که سبراسانتوس و همکاران<sup>۱</sup> از برنامه سال‌های شگفت انگیز ارایه دادند، به بیان نقش والدین در الگودهی و تربیت اجتماعی و رفتاری کودکان پرداختند. براساس این الگو که در شکل ۳ نشان داده شده است، سبراسانتوس و همکاران گزارش دادند برنامه سال‌های شگفت انگیز، هم به صورت مستقیم (خطوط ممتد نشان داده شده در الگو) و هم غیرمستقیم (خطوط هاشورزده الگوی ارایه شده) موجب تغییر رفتاری کودک می‌شود. در تبیین تاثیرات مستقیمی که برنامه سال‌های شگفت انگیز دارد، می‌توان گفت والدین آموزش‌هایی را در زمینه تربیت رفتاری و اجتماعی کودک فرا گرفته و سپس از آن‌ها در جهت تربیت کودک استفاده می‌کنند. افزون بر این به صورت غیرمستقیم نیز این برنامه در ابتدا باعث تغییر نگرش والدین شده و موجب می‌شود افکار خودکار آمد در آن‌ها ارتقا یابد. در پی آن، این افکار کارآمد سبب می‌شود والدین در رفتارهای خود تغییرات مطلوب‌تری ایجاد کنند. کودکان نیز با الگوگیری از این رفتارها به‌طور غیرمستقیم یاد می‌گیرند در موقعیت‌های مشابه از رفتار والد خود تقلید و از آن‌ها استفاده کنند. به بیان ساده‌تر، سبراسانتوس و همکاران، آموزش رفتاری والد به کودک را تاثیر مستقیم و الگوگیری از والدین را تاثیر غیرمستقیم برنامه سال‌های شگفت انگیز قلمداد می‌کنند (۲۱).

همان‌طور که در شکل ۱ آمده است، در برنامه سال‌های شگفت انگیز به والدین آموزش داده می‌شود، اگر به افکار منفی درباره خود (مانند من نمی‌توانم فرزندم را تربیت کنم) یا در مورد فرزندشان (پسرم غیر قابل تحمل است) توجه کنند، این افکار موجب بروز احساسات منفی از قبیل خشم یا ناراحتی در آن‌ها می‌شود. همین احساسات نیز ممکن است منجر به بروز رفتارهای ناشایستی از قبیل تنبیه بدنی، پر خاشگری یا درماندگی در والدین شود. در نتیجه، نه تنها والدین نتوانسته‌اند مشکل را حل کنند، بلکه بر مشکل خود افزوده‌اند و در یک دور باطل، این چرخه را ادامه داده‌اند. اما اگر بتوانند مطابق شکل ۲ از افکار مثبتی همچون «من می‌توانم از پس این مشکل بربیایم» یا «کودک من نیاز به فرصت بیشتری دارد» استفاده کنند، از میزان تنش و ناراحتی خود کاسته، سعی می‌کنند رفتار بهتری از خود نشان دهند و از این طریق موجب کاهش مشکل رفتاری کودک خود شوند (۱۹).

### ج) تاثیرپذیری سال‌های شگفت انگیز از زوج درمانی رفتاری

از جمله مواردی که برنامه سال‌های شگفت انگیز در صدد آن است، بهبود روابط میان والدین است. بر همین اساس، این برنامه طی جلسات خود، با رویکردی کاملاً کاربردی، مشکل مطرح شده از جانب والدین را در گروه به چالش کشیده و به آن‌ها راهبردهای حل مسئله ارایه می‌دهد. از جمله راهبردهایی که این برنامه به والدین آموزش می‌دهد، مهارت‌های گوش دادن فعال، مهارت‌های برقراری ارتباط موثر، نحوه حل مشکل با همسر و چگونگی بیان احساسات خود است. لازم به ذکر است این برنامه تنها به آموزش صرف موارد بیان شده نمی‌پردازد، بلکه سعی می‌کند طی جلسات خود با روش‌های ایفای نقش، والدین تصنعی این نقش‌ها را بازی کرده و به صورت عملی، راهبردهای لازم را تمرین کنند (۱۶).

### نقش برنامه سال‌های شگفت انگیز در کاهش اختلال‌های رفتاری کودکان

در زمینه کاهش مشکلات رفتاری کودکان نیز این برنامه از نظریه‌های مختلفی بهره برده است که از

1- Seabra-Santos and et al

وجود دارد، تعیین شود. به سخن دیگر، در این مرحله باید افراد اهداف قابل دسترس را برای مشکل خود در نظر گرفته باشند و به این معناست که آن‌ها می‌خواهند در صورت رفع شدن مشکل، به چه چیزی دست یابند. **(۳) بررسی راه‌حل‌های احتمالی:** در این مرحله باید انواع راه‌حل‌هایی که می‌توانند به رفع مشکل کمک کنند، مشخص شوند. لازم به ذکر است که نباید حتماً این راه‌حل‌ها درست و منطقی باشند، زیرا کیفیت راه‌حل‌ها ملاک نبوده، بلکه کمیت آن‌ها حائز اهمیت است.

**(۴) انتخاب بهترین راه‌حل:** در این مرحله، پس از بررسی تمامی راه‌حل‌های احتمالی، راه‌حلی که بهترین و بیشترین مزیت‌ها و در عین حال کمترین مضرات را دارد، انتخاب می‌شود.

**(۵) اجرای راه‌حل:** در این مرحله، ابتدا مقدماتی که برای انجام این راه‌حل لازم است، فراهم شده، سپس راه‌حل مربوطه اجرا می‌شود.

**(۶) ارزیابی یا بازخورد:** در پایان، میزان کارآمدی راه‌حل اجرا شده، بررسی شده و در صورت مفید بودن، در موقعیت‌های مشابه دیگر استفاده می‌شود و در غیر این صورت، فرد دوباره به مرحله انتخاب بهترین راه‌حل بازگشت می‌کند (۲۴).

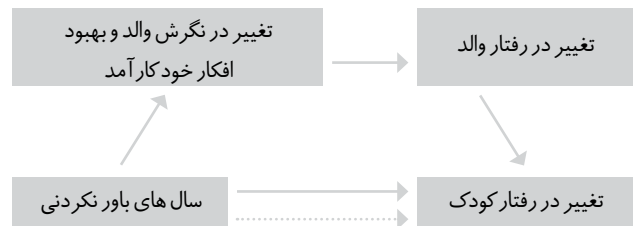
در برنامه سال‌های شگفت‌انگیز بر ضرورت آموزش رفتار حل مسئله به کودکان تأکید می‌شود. در این برنامه سعی می‌شود با کمک والدین، راهکارهای حل مسئله دی‌زوریل و نزو، متناسب با نیازها و سطح توانایی کودک آموزش داده شود. به سخن دیگر، والدین در این مداخله یاد می‌گیرند چگونه رفتار حل مسئله را هم در خود و هم کودکان‌شان ارتقا دهند (۱۲).

### الگوی جامع وبستر استراتون در مورد برنامه سال‌های باور نکردنی

به‌طور کلی، می‌توان مبانی نظری برنامه سال‌های شگفت‌انگیز را در اصول متعدد زیر خلاصه کرد:

الف) برنامه سال‌های شگفت‌انگیز، به جای این‌که بر مشکلات فردی تأکید داشته باشد، بر گروهی از مسائل که

افزون بر این، برنامه سال‌های شگفت‌انگیز بر اساس نظر پترسون و همکاران، نقش والدین را در پیشگیری از ابتلای کودکان به مشکلات رفتاری از قبیل اختلال سلوک و رفتارهای ضداجتماعی بسیار مهم ارزیابی می‌کند. موریت و همکاران در پژوهشی نقش برنامه سال‌های شگفت‌انگیز را در پیشگیری از ابتلای کودکان به اختلال‌های رفتاری همچون اختلال سلوک تأیید کردند (۲۲). بر این اساس می‌توان گفت برنامه سال‌های شگفت‌انگیز سعی دارد به طریقی، شیوه صحیح مسئولیت‌های والدگری را به والدین آموزش دهد. در این جلسات سبک‌های غلط و صحیح فرزندپروری، رفتارهای حل مسئله، روش‌های صحیح تنبیه و تحسین کودکان همچنین رعایت نظم و انضباط و قوانین مطلوب خانوادگی آموزش داده می‌شود (۱۶) و سعی می‌شود با در نظر گرفتن نقش تربیتی والدین، نواقص و کاستی‌هایی که ممکن است در رفتار والدین وجود داشته باشد، مشخص شده و در یک برنامه مدون آموزشی و کاربردی در جهت رفع این کاستی‌ها گام برداشته شود.



شکل ۳. الگوی ارایه‌شده توسط سبراسانتوس و همکاران از برنامه سال‌های شگفت‌انگیز

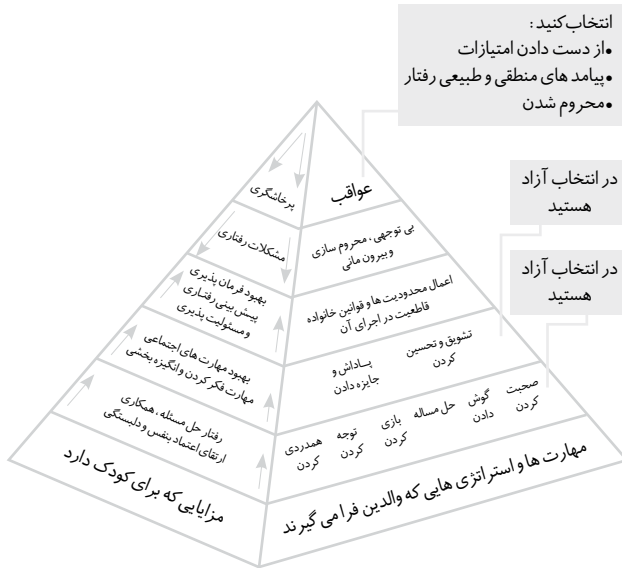
### ب) تاثیرپذیری سال‌های شگفت‌انگیز از نظریه درمان مبتنی بر حل مسئله

در درمان مبتنی بر حل مسئله به افراد آموزش داده می‌شود که چگونه طی یک فرآیند مرحله‌ای، مسائل و مشکلات خود را حل کنند (۲۳). مرحله‌ای که درمان مبتنی بر حل مسئله بر آن استوار است، به قرار زیر است:

**(۱) تعریف مسئله:** نخستین مرحله مهارت حل مسئله، تعریف واضح و روشن از مشکلی است که فرد با آن روبه‌رو است.

**(۲) تعیین اهداف مناسب برای حل مسئله:** در این مرحله باید سعی شود اهداف مناسبی برای مشکلی که

می‌آورد (۲۶). این برنامه بر مداخله مبتنی بر والدگری و روش‌های برقراری ارتباط، استوار است و در آن از روش‌هایی چون آموزش ویدیویی، ایفای نقش و روش‌های مبتنی بر عملکرد استفاده می‌شود (۲۷). بر همین اساس وبستر استراتون، الگویی را برای برنامه سال‌های شگفت‌انگیز ارائه کرد که در شکل ۴ نشان داده شده است.



شکل ۴. الگوی سال‌های باورنکردنی (وبستر استراتون، ۲۰۱۶)

همان‌طور که در الگوی نشان داده شده در شکل ۴ آمده است، سه قسمت ابتدایی یک سطح هرم، مربوط به آموزش والدین است که نتایج آن در رفتار کودک، در سطح دیگر هرم نشان داده شده است. در تبیین این الگو می‌توان گفت اگر والدین بتوانند به‌طور مطلوب با کودکان‌شان ارتباط برقرار کنند، به دنبال آن در رفتار کودک خود تغییرات مطلوبی ایجاد خواهند کرد. در واقع، با توجه به شکل می‌توان گفت والدینی که با کودکان خود به‌طور مطلوب بازی کرده، به آن‌ها توجه داشته و به حرف‌شان گوش می‌دهند و هنگام بروز یک مشکل، به آن‌ها رفتار حل مسئله را می‌آموزند، توانسته‌اند احساس دلبستگی و اعتماد به نفس را در کودک خود تقویت و رفتار حل مسئله را در آن‌ها ایجاد کنند. همچنین اگر والدین پس از مشاهده رفتار مثبتی در کودک خود، او را به روشی صحیح تشویق و تحسین کنند، نه تنها انگیزه کودک را برای تکرار مجدد آن کار بالا برده‌اند، بلکه مهارت‌های اجتماعی او را نیز تقویت کرده‌اند. دو قسمت بعدی هرم نیز، مربوط به روش‌هایی

مشکلات تمرکز دارد که میان تعداد زیادی از والدین مشترک است. به بیان دیگر، سعی در برطرف کردن مشکلاتی دارد که میان تعداد زیادی از خانواده‌ها عمومیت دارد.

(ب) به تفاوت‌های فرهنگی که میان خانواده‌ها وجود دارد، احترام می‌گذارد، برای مثال قوانین و ارزش‌هایی را که هر خانواده برای خود قائل هستند، محترم می‌شمارد.

(ج) پس از بررسی موانع و مشکلاتی که در خانواده‌ها از نظر فرهنگی، محیطی یا طبقه اجتماعی آن‌ها وجود دارد، سعی می‌کند بهترین برنامه مداخله‌ای ممکن را طرح‌ریزی کند. به سخن دیگر، با توجه به فرهنگ و موقعیتی که والدین و فرزندان درگیر آن هستند، مداخله‌های خود را برنامه‌ریزی می‌کند (۲۵).

(د) همه کودکان مشکلات رفتاری دارند، چون هنوز به مرحله‌ای از رشد شناختی و اجتماعی نرسیده‌اند که هنجارهای جامعه را درک کنند. والدین نیز ممکن است در جریان تربیتی خود دچار لغزش‌های رفتاری شوند، بنابراین نباید خود را سرزنش کرده و از ادامه راه باز بمانند. آن‌ها می‌توانند با تغییر روش‌های فرزندپروری در جهت بهبود رفتاری کودک خود گام بردارند (۱۲).

با توجه به نتایج پژوهش‌های گسترده‌ای که در زمینه بررسی اثربخشی برنامه سال‌های شگفت‌انگیز به دست آمده، نتایج حاکی از آن است که این برنامه توانسته در بهبود تعاملات والدین و کاهش مشکلات رفتاری کودکان در زمینه‌های مختلف اجتماعی، اقتصادی و قومیتی، همچنین با طیف وسیعی از کودکان با اختلال‌های گوناگون از قبیل کودکان مبتلا به اختلال اتیسم، بیش‌فعالی، نافرمانی مقابله‌ای و افراد مبتلا به اختلال سلوک متمرثر باشد (۲۵).

برنامه سال‌های شگفت‌انگیز برای حمایت از والدین و بهبود شیوه‌های فرزندپروری آن‌ها طراحی شد تا از این طریق، مشکلات رفتاری کودکان کاهش یابد و شایستگی‌های اجتماعی و هیجانی در آن‌ها تقویت شود. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که برنامه سال‌های شگفت‌انگیز، بهبود قابل توجهی را در تعاملات پدر و مادر، کاهش مشکلات رفتاری، هیجانی و اجتماعی کودکان فراهم

جلسات	مدت جلسات	عنوان	محتوا
نهم	۶۰الی ۹۰ دقیقه	چگونه سازگاری کودکم را بهبودبخشم؟	بررسی پیامدهای طبیعی و منطقی رفتارها
دهم	۶۰الی ۹۰ دقیقه	چگونه رفتار حل مسئله را در کودک خود بالا ببرم؟	الگو قرار دادن رفتارهای حل مسئله والدین، شناسایی مشکل و بررسی راه‌حل‌های ممکن
یازدهم	۶۰الی ۹۰ دقیقه	چگونه بر خودم مسلط باشم؟	مهارت‌های ناراحت‌کننده، آشنا شدن با واکنش‌های هیجانی احتمالی والدین، تسلط بر واکنش‌های هیجانی، راهبردهای بیرون ماندن از تنش
دوازدهم	۶۰الی ۹۰ دقیقه	مهارت‌های ارتباطی خود را چگونه تقویت کنم؟	آشنا شدن با روش‌های گوش دادن فعال، بیان کردن احساسات، نحوه برخورد مناسب با اطرافیان و نحوه برخورد مناسب با مشکل میان خود و همسر

## بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش‌های مختلف نشان داده است که برنامه‌های سال‌های شگفت‌انگیز می‌تواند به‌عنوان روشی کارآمد و مناسب از طریق آموزش والدین، برای کاهش مشکلات هیجانی-رفتاری کودکان با اختلال‌های هیجانی-رفتاری استفاده شود. در پژوهشی، لیچتن و همکاران اثربخشی برنامه آموزشی سال‌های شگفت‌انگیز را روی خانواده‌های قشر ضعیف اقتصادی-اجتماعی مطالعه کردند. در این پژوهش ۱۵۴ خانواده که از نظر اقتصادی اجتماعی پایین بوده و کودکانی با مشکلات رفتاری، اختلال کم‌توجهی-بیش‌فعالی و اختلال نافرمانی مقابله‌ای داشتند، مورد مطالعه قرار گرفتند. نتایج نشان داد برنامه سال‌های شگفت‌انگیز می‌تواند در کاهش استرس والدین برای تربیت فرزندان‌شان مفید باشد، همچنین موجب کاهش بسیاری از مشکلات رفتاری کودکان آن‌ها شود (۲۸). در پژوهشی دیگر، ادواردس و همکاران<sup>۱</sup> سعی داشتند برنامه والدین سال‌های شگفت‌انگیز را از نظر کارآمدی بررسی کنند. در این پژوهش، طی یک بررسی ۶ ماهه، کودکان والدینی که در این برنامه شرکت داشتند، از نظر رفتاری ارزیابی شدند. همچنین هزینه‌هایی که از نظر اقتصادی و اجرایی این برنامه مداخله‌ای ایجاد می‌شد، نیز بررسی شد. نتایج نشان داد استفاده از برنامه آموزش

برای کاهش رفتارهای منفی در کودکان است. افزون‌براین، همان‌طور که در رأس هرم آمده است، اگر کودک رفتار نامطلوبی همچون پرخاشگری را داشته باشد، در واقع به طبقه قبلی هرم یعنی بروز مشکلات رفتاری بازگشت کرده است. بنابراین، با توجه به عواقب رفتارهای نامطلوب او مانند از دست دادن امتیازات یا پیامدهای منفی که آن رفتار دارد- والدین می‌توانند با اعمال روش‌های تنبیهی صحیح دوباره در رفع مشکلات رفتاری او تلاش کنند.

## جلسات برنامه سال‌های شگفت‌انگیز

جلسات بیان شده در جدول ۱ بر اساس الگوی معرفی شده توسط وبستر استراتون است. طی این جلسات والدین با آموزش‌هایی که دریافت می‌کنند، هم با ویژگی‌ها و نیازهای شناختی، هیجانی و رفتاری کودکان‌شان آشنا می‌شوند، هم به صورت کاربردی یاد می‌گیرند که چگونه با فرزندان خود رفتار کرده، بازخورد بگیرند و در جهت کاهش مشکلات رفتاری آن‌ها گام بردارند.

جدول ۱. خلاصه‌ای از جلسات برنامه سال‌های باور نکردنی

جلسات	مدت جلسات	عنوان	محتوا
نخست	۶۰الی ۹۰ دقیقه	چرا در این برنامه شرکت می‌کنم؟	معرفی برنامه سال‌های باور نکردنی، شرح اهداف و وظایف محوله
دوم	۶۰الی ۹۰ دقیقه	کودک من چه ویژگی‌هایی دارد؟	آشنایی با ویژگی‌های دوران کودکی، تفاوت میان نیازهای والدین و کودکان یا ناتوانی ذهنی، سطح انتظارات والدین از کودکان و والدین از والدین
سوم	۶۰الی ۹۰ دقیقه	چگونه قاطعیت داشته باشم؟	معرفی انواع سبک‌های فرزندپروری، تفاوت میان استبداد و قاطعیت
چهارم	۶۰الی ۹۰ دقیقه	چگونه با فرزندم بازی کنم؟	دادن مسئولیت به کودک و بازی کردن با او
پنجم	۶۰الی ۹۰ دقیقه	چگونه کودکم را تشویق و تحسین کنم؟	اهمیت تحسین کردن کودک و روش‌های صحیح تحسین کردن او
ششم	۶۰الی ۹۰ دقیقه	چگونه به کودکم یادش دهم؟	استفاده صحیح و به‌موقع از تقویت‌کننده‌ها
هفتم	۶۰الی ۹۰ دقیقه	چگونه قانون را در خانه اجرا کنیم؟	بیان قوانین به‌صورت قابل فهم و با بیان روشن و پایداری در اجرای این قوانین



همگی آن‌ها اثربخشی این برنامه را برای کاهش مشکلات هیجانی- رفتاری تایید کرده‌اند (۱۷، ۲۱، ۳۱ و ۳۴).

در تبیین نتایج این پژوهش‌ها درباره تاثیر برنامه سال‌های شگفت انگیز بر مشکلات هیجانی کودکان می‌توان گفت از آن‌جا که کودکانی که مشکلات هیجانی دارند، هنوز به خوبی نمی‌توانند این حالات و احساسات خود را بیان کنند، بنابراین نمی‌توان به درستی علت وجود این مشکلات را در آن‌ها تشخیص داد، زیرا ممکن است مشکلات آن‌ها ناشی از نحوه برخورد ناصحیح والدین از قبیل موردپر خاشگری قرار گرفتن، سرزنش شدن یا تحقیر و تنبیه شدن باشد یا از مشکلاتی که در رابطه میان والدین با هم (از قبیل جروبحث‌های خانوادگی، طلاق و نبود هماهنگی والدین) وجود دارد، ناشی شود. البته نباید نقش ویژگی‌های شخصیتی این کودکان را نادیده گرفت (۳۵). بنابراین برنامه سال‌های شگفت انگیز در جلسات آموزشی خود، والدین را با این ویژگی‌ها و مسائل آشنا می‌کند و با کمک راهبردهای عملی که به آن‌ها ارائه می‌دهد، برای رفع این مسائل تلاش می‌کند. طی این جلسات والدین با برخی موانع ارتباط موثر و روش‌های غلبه بر آن‌ها آشنا شده و برخی از مهارت‌ها را که موجب بهبود ارتباط آن‌ها با همسر یا فرزندان می‌شود، فرا می‌گیرند؛ مهارت‌هایی از قبیل نحوه گوش دادن فعال، ابراز صحیح احساسات، نحوه استفاده از کلمات و جملات مناسب ارتباطی و فنون آرامش‌بخشی به خود (۱۵).

در تبیین دیگر نتایج می‌توان به این موضوع اشاره کرد که از آن‌جا که این کودکان در مقابل یک تنش یا مشکلی، به نحوی ناکارآمد عمل کرده و دچار استرس و اضطراب می‌شوند، برنامه سال‌های شگفت انگیز با آموزش رفتار حل مسئله می‌تواند در کاهش این مشکلات سودمند باشد. اگر به کودکان فرصت داده شود، مهارت‌های حل مسئله والدین را مشاهده کنند یا با فنون آن آشنا شوند، در مقابل مشکلات احتمالی با پذیرش مسئولیت خود، با اعتماد به نفس بیشتری می‌توانند برای رفع آن مشکل تلاش کنند (۱۹). بنابراین، این‌گونه مستقل رفتار کردن، توانایی آن‌ها را هنگام برخورد کارآمد با مسائل و مشکلات زندگی

والدین سال‌های شگفت انگیز، نه تنها از نظر مدت انجام مداخله مقرون به صرفه است، بلکه هزینه‌های درمانی والدین را نیز به مراتب کاهش می‌دهد. افزون بر این بالینی نیاز به مراقبت ویژه دارند، ۲۳ درصد کاهش می‌دهد (۲۹). لسارد، نورماندیو و روبای<sup>۱</sup> در پژوهش خود اثربخشی برنامه سال‌های شگفت انگیز را بر خانواده‌های دارای کودکان مبتلا به اختلال کم‌توجهی- بیش‌فعالی بررسی کردند. در این پژوهش، ۷۷ خانواده در دو گروه حضور یافتند که از این میان، یک گروه از والدین تحت برنامه سال‌های شگفت انگیز ویژه کودکان مدرسه‌رو که فرزندان‌شان دارو مصرف می‌کردند، قرار گرفت و در گروه دیگر، تنها به درمان دارویی بسنده شد. نتایج نشان داد برنامه سال‌های شگفت انگیز موجب بهبود مهارت‌های فرزندپروری والدین کودکان مبتلا به اختلال کم‌توجهی- بیش‌فعالی می‌شود، این در حالی است که درمان دارویی به مراتب اثرات کمتری دارد (۳۰). در پژوهشی، موریت و همکاران به مطالعه اثربخشی برنامه سال‌های شگفت انگیز بر کودکان پیش‌دبستانی پرداختند. در این پژوهش که با هدف اثربخشی این برنامه بر کاهش اختلال‌های رفتاری کودکان مبتلا به اختلال سلوک زودرس انجام شد، ۶۱ کودک مبتلا به اختلال سلوک که از این میان ۱۰ نفر در گروه آزمایش و ۵۱ نفر نیز در گروه گواه بودند، انتخاب شدند و سپس گروه آزمایش تحت برنامه آموزشی والدین سال‌های شگفت انگیز قرار گرفت. پس از پیگیری ۶ ماهه، نتایج پژوهش نشان داد برنامه آموزشی والدین سال‌های شگفت انگیز می‌تواند در کاهش مشکلات کودکان مبتلا به اختلال سلوک زودرس موثر باشد (۲۲). از دیگر پژوهش‌ها می‌توان به آزدو، سبراسانتوس، گاسپر و هومم<sup>۲</sup>، منتینگ و همکاران، انیل، مک‌گیوای، دونلی، بایواتر و کلی<sup>۳</sup>، سبراسانتوس و همکاران، گاردنر، مونتگومری و کنر<sup>۴</sup>، ویلند و همکاران<sup>۵</sup> و گاردنر و لیجتن اشاره کرد که

2- Lessard, Normandeau and Robaey

3- Azevedo, Seabra-Santos, Gaspar and Homem

4- O'Neill, McGilloway, Donnelly, Bywater and Kelly

5- Gardner, Montgomery and Knerr

6- Weeland and et al

ارتقا می‌دهد و از میزان اضطراب‌شان کاسته می‌شود. درباره تأثیر برنامه سال‌های شگفت‌انگیز بر مشکلات بیش‌فعالی-تکانشگری نیز می‌توان این‌گونه تبیین کرد، کودکانی که رفتارهای بیش‌فعالی-تکانشگری را از خود نشان می‌دهند، کودکانی هستند که تکانشی رفتار کرده، در رعایت کردن نوبت یا پایان دادن یک فعالیت مشکل دارند و اغلب ناشکیبا بوده و صبر کافی ندارند، در نتیجه کمتر با گروه تعامل پیدا کرده و از جانب دیگران طرد می‌شوند. همین مسئله باعث می‌شود هم حرمت خود در آن‌ها کاهش یابد و هم فرصت‌های یادگیری را از دست دهند. با این حال، بسیاری از پژوهش‌ها تأثیر آموزش والدین در کاهش این قبیل از مشکلات رفتاری را تایید کرده‌اند (۳۶). برنامه سال‌های شگفت‌انگیز باعث تغییر نگرش والدین و بهبود تعاملات والدین و کودک می‌شود. تریلینگسگارد و همکاران در پژوهشی نشان دادند که برنامه سال‌های شگفت‌انگیز می‌تواند موجب تنظیم مهارت‌های هیجانی-رفتاری کودکان مبتلا به بیش‌فعالی-تکانشگری شود (۱۳).

از آن‌جا که این کودکان ممکن است در تشخیص رفتار مثبت و منفی مشکل داشته باشند، برنامه سال‌های شگفت‌انگیز به والدین کمک می‌کند تا دریابند آنچه از کودک خود انتظار دارند را چگونه از او درخواست کنند، در موقعیت‌های مختلف چگونه او را تشویق یا تنبیه کنند، رعایت کردن قوانین و مقررات را چگونه به کودکان بیاموزند، میزان حد و حدود رفتاری کودک را چگونه به او بشناسانند و شناخت‌شان را نسبت به پیامدهای طبیعی و منطقی رفتار چگونه ارتقا دهند. آموزش این مسایل توسط والدین که بیشترین زمان را با کودک خود می‌گذرانند، می‌تواند نتایج مداوم و ثمربخشی در زمینه رفتاری کودکان داشته باشد. طی این جلسات والدین، ابتدا مشکلات رفتاری فرزندان خود را برشمرده، سپس نوع، شدت و فراوانی آن را ثبت می‌کنند، پس از آن، برای برخورد با هر کدام از این رفتارها، راهبرد متناسب با آن رفتار را درپیش می‌گیرند و اگر چنانچه در اجرای راهبردها موفق نبودند، می‌توانند با اصلاح یا جایگزینی راهبردهای دیگر، در جهت بهبود رفتاری کودک خود گام بردارند.

در زمینه تأثیر برنامه سال‌های شگفت‌انگیز بر مشکلات سلوک نیز می‌توان گفت از آن‌جا که مشکلات سلوک در کودکان رایج‌ترین دلیل مراجعه والدین به کلینیک‌های روان‌درمانی بوده و شیوع آن در جامعه ۵ تا ۱۰ درصد است، همچنین با توجه به اثرات منفی مشکلات روی زندگی فرد، خانواده و جامعه از قبیل رفتارهای ضداجتماعی، افزایش هزینه‌های آموزشی و تربیتی و در سنین بالاتر افزایش جرم و جنایت (۳۷)، انجام اقداماتی برای رفع این مشکلات ضروری است. شواهد نشان داده است که مداخله‌های مبتنی بر آموزش والدین می‌تواند در کاهش مشکلات سلوک و همچنین بهبود مهارت‌های هیجانی-اجتماعی آن‌ها سودمند باشد (۳۸)، از این‌رو می‌توان برنامه سال‌های شگفت‌انگیز را از این دسته مداخله‌ها قلمداد کرد که خود بر پایه الگوی‌های تعامل والد-فرزند از مبانی نظری پسران ضداجتماعی پترسون و نظریه یادگیری اجتماعی بندورا است. از این میان، نظریه یادگیری اجتماعی بندورا بر اصول تقویت‌دهی رفتاری استوار است؛ به بیانی دیگر، می‌توان گفت رفتارهایی که تقویت می‌شوند، افزایش یافته و رفتارهایی که تنبیه می‌شوند، کاهش می‌یابند. بر این اساس، اجزای کلیدی برنامه‌های تربیتی والدین در برنامه سال‌های شگفت‌انگیز، به‌کارگیری روش‌ها و فنون تغییر و اصلاح رفتاری است (۳۷). همچنین این برنامه راهبردهایی برای افزایش رفتارهای مشارکتی همچون افزایش تعامل و روابط کودک با والد یا کودک با دیگر اعضای خانواده-که در تقویت شناخت و رعایت هنجارهای اجتماعی سودمند هستند- را به والدین آموزش می‌دهد. بنابراین می‌توان رفتار کودکانی را که هنوز به‌درستی قادر بر کنترل رفتاری خود نبوده و با هنجارهای اجتماعی آشنایی ندارند، بهبود بخشید (۲۲). بر این اساس، می‌توان برنامه سال‌های شگفت‌انگیز را به‌عنوان رویکردی کارآمد برای کاهش مشکلات سلوک کودکان با کم‌توانی ذهنی قلمداد کرد که هم از لحاظ اقتصادی برای خانواده‌ها مقرون‌به‌صرفه است و هم می‌تواند نقشی پیشگیرانه در بروز رفتارهای ضداجتماعی این افراد ایفا کند (۲۹). برنامه سال‌های شگفت‌انگیز فرصتی را فراهم می‌آورد تا والدین در جلسات گروهی حضور یافته، طی یک

Behavioral Disorders in Children with Attention Deficit Hyperactivity. Archives of Rehabilitation. 32-25:(1)18;2017. [Persian].

4. Bagheri N, Shehni Yailagh M, Alipoor S, Zargar Y. Investigating effectiveness of school-based group activity play therapy on behavior problems of the elementary school male students in Shahrekord. Journal of Shahrekord Univ Med Sci. ;2017 157-148:(1)19. [Persian].
5. Egger HL, Angold A. Common emotional and behavioral disorders in preschool children: presentation, nosology, and epidemiology. Journal of Child Psychology and Psychiatry. 337-313:(4/3)47;2006.
6. Ranjdoust SH, lazani SH. On the behavioral problems of mentally retarded children using fuzzy regression approach. Journal of Psychology of Exceptional Individuals.:(18)5;2015 175-157. [Persian].
7. Tarkeshdooz Sh, Farokhzad P. The Relationship between Children Behavioral Disorders with Parenting Styles and Attachment Styles. Community Health. 126-118:(2)4;2017. [Persian].
8. kabosi MB, ghorbani A. Effects of Cognitive-behavioral Anger Management on Adolescents with Conduct Disorder. Exceptional Education. 30-22:(138)1;2016. [Persian].
9. Sohrabi F, Asadzade H, Arabzade Z. Effectiveness of Barkley's parental education program in reducing the symptoms of oppositional defiant disorder on preschool children. Journal of school psychology. 266-253:(2)3;2014. [Persian].
10. Satoorian SA, Tahmassian K, Ahmadi MR. The Role of Parenting Dimensions and Child-Parent Relationship in Children's Internalized and Externalized Behavioral Problems. Journal of Family Research. 705-683:(4)12;2017. [Persian].
11. Pourvahed A, Amiri Majd M. The Relationship between Maternal Mental Health Problems and Domestic Violence with Mentally Retarded Children Behavioral Problems. Journal of Community Health. 117-110:(2)4;2017. [Persian].
12. Webster-Stratton C. The Incredible Years: Parents, teachers, and children's training series: Program content, methods, research and dissemination (1. (2011-1980st Edition. USA: Seattle, WA: Incredible Years, Inc. 2011; pp: 12-9.
13. Trillingsgaard T, Trillingsgaard A, Webster-stratton C. Assessing the effectiveness of the 'Incredible Years parent training' to parents of young children with ADHD symptoms – a preliminary report. Journal of Psychology. -538:55;2014 545.
14. Dababnah S. Pilot Trial of the Incredible Years for Parents of Preschool Children with Autism Spectrum Disorder [Doctoral dissertation]. [North Carolina, USA]: Chapel Hill, University of North Carolina. 2014; pp: 2.
15. Webster-Stratton C, Reid J. The Incredible Years Parents, Teachers and Children Training Series: A Multifaceted

برنامه ساختاریافته، به صورت آزادانه به بیان مسائل و چالش‌هایی که در جریان تربیت فرزندان خود با آن مواجه هستند، بپردازند، سپس راهبردهای مواجهه با این مشکلات را به‌گونه‌ای عملیاتی و کاربردی فرا گرفته، تمرین کرده و در موقعیت‌های مشکل‌زا به کار گیرند. طی این برنامه، والدین به‌عنوان مربی که بیشترین تعامل را با کودکشان دارد، به‌خوبی با نقش تربیتی خود آشنا می‌شوند و آنچه را فرا گرفته‌اند، در عمل اجرا می‌کنند، زیرا این برنامه مبتنی بر نظریه‌های مختلفی در زمینه یادگیری، رشد و تربیت کودک است. به سخن دیگر، کسانی که برنامه سال‌های شگفت‌انگیز را طراحی کرده‌اند، توانسته‌اند آنچه را که در نظریه‌های درمانی آمده است، به صورت کاملاً کاربردی مورد استفاده قرار دهند. از این نظر می‌توان گفت برنامه سال‌های شگفت‌انگیز مداخله‌ای سودمند و پربازده است که در وقت و هزینه والدین صرفه‌جویی می‌کند. پژوهش‌های مختلفی اثربخشی این رویکرد مداخله‌ای را برای پیشگیری و کاهش مشکلات استرس‌فرزندی‌پروری والدین، درمان اختلال‌های بیش‌فعالی، سلوک، نزاع‌طلبی مقابله‌ای و مشکلات رفتاری تایید کرده‌اند. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی اثربخشی این مداخله روی والدین و کودکان با اختلال‌های دیگر در گروه‌های مختلف سنی، همچنین نقش برنامه سال‌های شگفت‌انگیز در پیشگیری از ابتلای کودکان به مشکلات رفتاری و اختلال سلوک بررسی قرار شود. افزون‌براین، در پژوهش‌های آینده مقایسه‌ای میان این مداخله و دیگر مداخله‌های مبتنی بر والدگری و مدیریت والدین انجام شده و نقاط تمایز و برجسته این مداخله‌ها مشخص شود.

## References

1. Darvizeh Z, Dehshiri GHR, khosravi Z. Predicting of externalizing and internalizing problems in adulthood basis of temperament and character. Quarterly Journal of Psychological Studies. 26-7:(3) 12;2016. [Persian].
2. Landrum TJ. Emotional and Behavioral Disorders. In: Kauffman JM, Hallahan DP, Pullen PC. Handbook of Special Education. 2nd Edition. New York: Routledge. 2017; pp: -209 210.
3. Sattari M, Hosseini S A, Rassafiani M, Mahmoudi Gharaei M J, Biglarian A, Tarkesh Esfahani N. Prevalence of Comorbidity

- Treatment Approach for Young Children with Conduct Problems. In: Weisz JR, Kazdin AE. Evidence-based psychotherapies for children and adolescents. 3rd Edition. New York: Guilford Publications. 2017; pp: 129.
16. Webster-Stratton C. The incredible years: use of play interventions and coaching for children with externalizing difficulties. In: Reddy, T. M. Empirically Based Play Interventions for Children (pp. 2 (158-137nd Edition. Washington DC: American Psychological Association. 2016; pp: 139-138.
  17. Menting ATA, OrobiodoCastro B, Matthys W. Effectiveness of the incredible years parent training to modify disruptive and prosocial child behavior: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*. 913-901 :33 ;2013.
  18. Webster-Stratton C. Incredible years: Psychology of Behavioral problems in children. Fanaeian R. (Persian translator). 2nd Edition. Tehran: Nokhostin Publisher. 2008; pp: 14-12.
  19. Webster-Stratton C. Pittige jaren: Praktische gids bij het opvoeden van jonge kinderen. 1st Edition. Houten: Bohn Stafleu van Loghum. 2007; pp: 184-180. [Dutch].
  20. Schutz DP, Schutz SE. Theories of Personality. SayedMohamadi Y. (Persian translator). 32th Edition. Tehran: virayesh Publisher. 2015; pp: 542-541.
  21. Seabra-Santos MJ, Gaspar MF, Azevedo AF, Homem TC, Guerra J, Martins V, and et al. Incredible Years parent training: What changes, for whom, how, for how long? *Journal of Applied Developmental Psychology*. 104-93 :44 ;2016.
  22. Morpeth L, Blower S, Tobin K, Taylor RS, Bywater T, Edwards RT. The effectiveness of the Incredible Years pre-school parenting programme in the United Kingdom: a pragmatic randomised controlled trial. *Journal of Child Care in Practice*. 161-141 :(2)23 ;2017.
  23. Eskin M. Problem Solving Therapy in the Clinical Practice. 1st Edition. London: Elsevier. 99-95 ;2013.
  24. Gustavson KA, Alexopoulos GS, Niu GC, McCulloch C, Meade T, Areán PA. Problem-Solving Therapy Reduces Suicidal Ideation In Depressed Older Adults with Executive Dysfunction. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*. 17-11 :(1)24 ;2016.
  25. Leijten P, Raaijmakers MAJ, OrobiodoCastro B, Ban E, Matthys W. Effectiveness of the Incredible Years Parenting Program for Families with Socioeconomically Disadvantaged and Ethnic Minority Backgrounds. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*. 73-59 :(1)46 ;2017.
  26. Webster-Stratton C, Reid MJ. The Incredible Years parents, teachers and children training series: A multifaceted treatment approach for young children with conduct problems. In: Weisz J, Kazdin A. Evidence-based psychotherapies for children and adolescents. 1st+ Edition. New York: Guilford Publications. 197-194 ;2010.
  27. Webster-Stratton C, Gaspar MF, Seabra-Santos MJ. Incredible Years Parent, Teachers and Children's Series: Transportability to Portugal of Early Intervention Programs for Preventing Conduct Problems and Promoting Social and Emotional Competence. *Psychosocial Intervention*. ;2012 169-157 :(2)21.
  28. Leijten P, Gardner F, Landau S, Harris V, Mann J, Hutchings J, and et al. Harnessing the power of individual participant data in a meta-analysis of the benefits and harms of the Incredible Years parenting programme. *Journal of child psychology and psychiatry*. 33-21 :(5)30 ;2016.
  29. Edwards RT, Jones C, Berry V, Charles J, Linck P, Bywater T, Hutchings J. Incredible Years parenting programme: cost-effectiveness and implementation. *Journal of Children's Services*. 72-54 :(1)11 ;2016.
  30. Lessard J, Normandeau S, Robaey P. Effects of the Incredible Years Program in Families of Children with ADHD. *Journal of Child and Family Studies*. 3727-3716 :(12)25 ;2016.
  31. Azevedo AF, Seabra-Santos M J, Gaspar MF, Homem TC. The Incredible Years Basic Parent Training for Portuguese Preschoolers with AD/HD Behaviors: Does it make a Difference? *Journal of Child and Youth Care Forum*. ;2013 424-403 :(5)42.
  32. O'Neill D, McGilloway S, Donnelly M, Bywater T, Kelly P. A cost-effectiveness analysis of the Incredible Years parenting programme in reducing childhood health inequalities. *Journal of the European Journal of Health Economics*. ;2013 94-85 :(1)14.
  33. Gardner F, Montgomery P, Knerr W. Transporting Evidence-Based Parenting Programs for Child Problem Behavior (Age 10-3) Between Countries: Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*. 762-749 :(6)45 ;2016.
  34. Gardner F, Leijten P. Incredible Years parenting interventions: current effectiveness research and future directions. *Journal of Current Opinion in Psychology*. 104-99:15;2017.
  35. Beauchaine TP, Webster-Stratton C, Reid MJ. Mediators, Moderators, and Predictors of -1Year Outcomes Among Children Treated for Early-Onset Conduct Problems: A Latent Growth Curve Analysis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 388-371 :(3)73 ;2005.
  36. Webster-Stratton C, Reid J. Tailoring the Incredible Years. In Ghuman, J., and H. Ghman, ADHD in Preschool Children: Assessment and Treatment (1 (131-113st Edition. New York: Oxford University Press. 2012; pp: 115-113.
  37. Bywater TJ. Perspectives on the Incredible Years Programme: Psychological Management of Conduct Disorder. *The British Journal of Psychiatry*. 87-85;2012.
  38. Furlong M, McGilloway S, Bywater T, Hutchings J, Smith SM, Donnelly M. Behavioural and cognitive-behavioural group-based parenting programmes for early-onset conduct problems in children aged 3 to 12 years. *Journal of the Cochrane Library*. 375-1 :(2)15 ;2012.