

ORIGINAL ARTICLE

The effectiveness of the adolescent development program in today's world on the sense of belonging, competence, emotional independence, and social adequacy of 13-15 year old adolescents

Hamidreza Hatampour Azarkhavarani¹, Mansoureh Bahramipour Esfahani^{*2}

1. M.Sc. in the Department of Psychology, Isfahan Branch (Khorasgan), Islamic Azad University, Isfahan, Iran.

2. Associate Professor, Department of Psychology, Isfahan Branch (Khorasgan), Islamic Azad University, Isfahan, Iran.

Correspondence:

Mansoureh Bahramipour Esfahani

Email:

bahramipourisfahani@iau.ac.ir

Received: 20/Nov/2024

Revised: 22/Jan/2025

Accepted: 07/Mar/2025

How to cite:

Hatampour Azarkhavarani, H.; Bahramipour Esfahani, M. (2025). The effectiveness of the adolescent development program in today's world on the sense of belonging, competence, emotional independence, and social adequacy of 13-15 year old adolescents, *Journal of Social Cognition*, 14 (27), 167-182.
(DOI: [10.30473/sc.2026.76897.3135](https://doi.org/10.30473/sc.2026.76897.3135))

ABSTRACT

The Effectiveness of the “Adolescent Growth and Development Program in the Modern Era” on Belonging, Competence, Emotional Autonomy, and Social Adequacy in 13–15-Year-Old Adolescents Active listening and mutual understanding are essential for the growth and development of adolescents in the modern era. This study aimed to investigate the effectiveness of the “Adolescent Growth and Development Program in the Modern Era” on the sense of belonging, competence, emotional autonomy, and social adequacy of adolescents aged 13–15. The research method was quasi-experimental with a pre-test, post-test, and 45-day follow-up design, utilizing both experimental and control groups. The statistical population consisted of all parents of 13–15-year-olds in Isfahan who visited child and adolescent counseling centers in the spring of 2025. Using convenience sampling, 40 parents were selected and randomly assigned to experimental and control groups (n=20 each). The research instruments included the Parker et al. (1979) Sense of Belonging Scale, the Cohen and Rossman (1972) Social Competence Scale, the Felner et al. (1990) Social Adequacy Scale, and the Steinberg and Silverberg (1986) Emotional Autonomy Scale. The experimental group received the 8-session (60-minute per session) “Adolescent Growth and Development Program in the Modern Era” developed by Carey and Rodkin (2023), while the control group received no intervention. Data were analyzed using Repeated Measures Analysis of Variance (ANOVA). The results indicated that the program significantly improved the sense of belonging, competence, emotional autonomy, and social adequacy of the adolescents ($p < 0.001$). Therefore, the “Adolescent Growth and Development Program in the Modern Era” can be considered an appropriate and innovative strategy for mitigating problems associated with adolescence. It is recommended that this program be integrated into therapeutic processes.

KEYWORDS

Adolescent Growth and Development Program, Sense of Belonging, Competence, Emotional Independence, and Social Competence.



Introduction

Adolescence is one of the most sensitive and complex stages of human development, during which individuals face numerous physical, emotional, cognitive, and social changes. These transitions can often lead to challenges in personal and social adjustment. During this period, adolescents gradually distance themselves from childhood dependencies and strive to redefine their identity, independence, social standing, and role within the family and society. In this context, targeted educational and intervention programs that strengthen the psychological and social needs of adolescents are of paramount importance.

In recent years, educational specialists and psychological researchers have focused on programs that facilitate balanced development by reinforcing an adolescent's internal resources and skills. One such initiative is the "Developing the Modern Adolescent Program," designed to enhance various dimensions of psycho-social growth. It aims to improve key indicators such as sense of belonging, competence, emotional autonomy, and social adequacy. These variables are critical components of mental health and adjustment, playing a vital role in forming positive relationships, self-confidence, autonomy, and effective environmental interaction.

Sense of belonging, as a fundamental human need, reflects an individual's perception of being part of a group or community where they feel valued and accepted. Competence refers to an individual's perception of their own abilities to perform tasks and handle various situations. Emotional autonomy involves the gradual detachment from excessive emotional dependencies to achieve a level of emotional self-governance. Finally, social adequacy represents the ability to communicate effectively, adapt to others, and function appropriately in social settings. Therefore, evaluating the effectiveness of an educational program on these four components provides valuable insights for parents, counselors, and educators. The primary objective of this study was to investigate the effectiveness of the "Developing the Modern Adolescent Program" on four psychological and social variables: sense of belonging, competence, emotional autonomy, and social adequacy among adolescents aged 13 to 15. The researchers sought to determine whether this program could improve the psycho-social functioning of adolescents and whether these effects remain stable over a follow-up period.

Methodology

This study employed a quasi-experimental design with a pre-test, post-test, and a 45-day follow-up period. The statistical population consisted of parents of adolescents aged 13 to 15 in Isfahan, Iran. Participants were selected using convenience sampling, resulting in a total of 40 individuals who were randomly assigned into two equal groups: Experimental and Control (20 participants per group).

Several standardized instruments were used to measure the variables: Sense of Belonging: Parker et al. (1979) Scale. Social Competence: Kohn and Rosman (1972) Questionnaire. Social Adequacy: Felner et al. (1990) Scale. Emotional Autonomy: Steinberg and Silverberg (1986) Questionnaire.

The intervention consisted of 8 sessions of 60 minutes each, based on the "Developing the Modern Adolescent" model (Carey & Rudkin, 2023). These sessions were designed to foster skills and positive attitudes. Following the intervention, a post-test was conducted, and a follow-up assessment was performed 45 days later to evaluate the sustainability of the results. Data were analyzed using Repeated Measures Analysis of Variance (ANOVA).

Results

The results indicated that the program had a statistically significant impact on all four variables. Adolescents in the experimental group showed significantly higher improvements in sense of belonging, competence, emotional autonomy, and social adequacy compared to the control group. The reported significance level was $p < 0.001$, indicating a robust and substantial effect. Sense of Belonging: The program helped adolescents feel more connected to

their surroundings, increasing social bonds and acceptance. Competence: The intervention strengthened the adolescents' perception of their personal abilities and functional self-confidence. Emotional Autonomy: Participants were able to reduce unhealthy emotional dependencies and achieve greater emotional self-reliance. Social Adequacy: Significant improvements were observed in communication skills, social interaction, and interpersonal adjustment.

The follow-up data demonstrated that the positive effects were not limited to the immediate post-intervention phase but remained largely stable over the 45-day period. This suggests that the program provides durable and high-quality outcomes.

Table 1. Results of Multivariate Analysis of Variance (MANOVA)

Stage	Pillai's Trace	Wilks' Lambda	Hotelling's Trace	Roy's Largest Root	F	df1	df2	Sig.	Eta Squared	Power
Post-test	0.746	0.524	0.910	0.995	7.95	4	35	0.001	0.476	0.995
Follow-up	0.348	0.652	0.533	0.917	4.66	4	35	0.004	0.348	0.917

The difference between the mean scores of the research variables in the experimental and control groups was significant at both the post-test and follow-up stages. The effect was stronger at the post-test than at follow-up.

Discussion

Based on the results, the "Developing the Modern Adolescent Program" is an effective and practical intervention for enhancing key indicators of psycho-social development in adolescents. By emphasizing personal skills, emotional awareness, social relationships, and autonomy, the program significantly impacts various dimensions of mental health.

The findings align with the view that when adolescents receive targeted training and support, they achieve better emotional and social growth, allowing them to face the challenges of this sensitive period more adaptively. High social adequacy and a strong sense of belonging reduce isolation, while increased competence prepares them for academic and familial responsibilities. Emotional autonomy serves as a hallmark of psychological maturity, readying the adolescent for the next stages of life.

From a practical standpoint, these results suggest that implementing such programs in schools, counseling centers, and family interventions is highly beneficial. It is recommended as a modern and appropriate strategy for both prevention and treatment within educational and therapeutic processes.

Conclusions

In conclusion, this study confirmed that the "Developing the Modern Adolescent Program" significantly improves the sense of belonging, competence, emotional autonomy, and social adequacy of 13- to 15-year-olds. The quasi-experimental design, the use of validated tools, and the inclusion of a follow-up phase underscore the reliability of these findings. Targeted developmental programs not only empower individuals but also play a vital role in mitigating the psychological and social difficulties inherent in adolescence.

CONFLICT OF INTEREST

"The authors declare that there are no conflicts of interest regarding the publication of this manuscript".

Keywords

Adolescent Growth and Development Program, Sense of Belonging, Competence, Emotional Independence, and Social Competence.

«مقاله پژوهشی»

اثربخشی برنامه پرورش نوجوان در دنیای امروزی بر احساس تعلق، شایستگی، استقلال عاطفی و کفایت اجتماعی نوجوانان ۱۵-۱۳ ساله

حمیدرضا حاتم پور آذر خوارانی^۱، منصوره بهرامی پور اصفهانی^{۲*} **iD**

چکیده

برنامه رشد و پرورش نوجوانان در عصر حاضر با گوش دادن فعال و درک متقابل نوجوان دارای اهمیت است. لذا پژوهش با هدف اثربخشی برنامه رشد و پرورش نوجوان در عصر حاضر بر احساس تعلق، شایستگی، استقلال عاطفی و کفایت اجتماعی نوجوانان ۱۳-۱۵ ساله انجام شد. روش پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون و پیگیری ۴۵ روزه همراه با گروه آزمایش و کنترل بود. جامعه آماری شامل کلیه والدین نوجوانان ۱۳-۱۵ ساله شهر اصفهان مراجعه کننده به مراکز مشاوره فعال در حوزه کودک و نوجوان در بهار ۱۴۰۴ بود که به شیوه نمونه گیری دردسترس تعداد ۴۰ والد انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه (۲۰ نفر) آزمایش و کنترل قرار داده شد. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه های احساس تعلق پارکر و همکاران (۱۹۷۹)، شایستگی اجتماعی کوهن و رسمن (۱۹۷۲)، کفایت اجتماعی فلنر و همکاران (۱۹۹۰)، استقلال عاطفی استنبرگ و سیلوربرگ (۱۹۸۶) بود. گروه آزمایش طی ۸ جلسه ۶۰ دقیقه ای برنامه رشد و پرورش نوجوان در عصر حاضر کری و رودکین (۲۰۲۳) را دریافت و گروه کنترل مداخله ای دریافت نکرد. جهت تجزیه و تحلیل داده ها از تحلیل واریانس با اندازه های مکرر استفاده شد. نتایج نشان داد برنامه رشد و پرورش نوجوان در عصر حاضر بر احساس تعلق، شایستگی، استقلال عاطفی و کفایت اجتماعی نوجوانان ۱۳-۱۵ ساله موثر است ($p < 0.001$). بنابراین برنامه رشد و پرورش نوجوان در عصر حاضر می تواند به عنوان راهبردی مناسب و نوین جهت ارتقاء مشکلات ناشی از دوران نوجوانی به کار گرفته شود. لذا به کارگیری برنامه رشد و پرورش نوجوان در عصر حاضر در فرایند درمان پیشنهاد می گردد.

واژه‌های کلیدی

برنامه رشد و پرورش نوجوان، احساس تعلق، شایستگی، استقلال عاطفی و کفایت اجتماعی.

۱. کارشناس ارشد، گروه روانشناسی، واحد اصفهان (خوراسگان)، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران.
۲. استادیار، گروه روانشناسی، واحد اصفهان (خوراسگان)، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران.

نویسنده مسئول:

منصوره بهرامی پور اصفهانی

رایانامه:

bahramipourisfahani @iaui.ac.ir

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۸/۳۰

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳/۱۱/۰۳

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۱۲/۱۷

استناد به این مقاله:

حاتم پور آذر خوارانی، حمیدرضا؛ بهرامی پور اصفهانی، منصوره (۱۴۰۴). اثربخشی برنامه پرورش نوجوان در دنیای امروزی بر احساس تعلق، شایستگی، استقلال عاطفی و کفایت اجتماعی نوجوانان ۱۳-۱۵ ساله، *دوفصلنامه شناخت اجتماعی*، ۱۴ (۲۷)، ۱۶۷-۱۸۲.

(DOI: [10.30473/sc.2026.76897.3135](https://doi.org/10.30473/sc.2026.76897.3135))



مقدمه

از دیدگاه والدین و نوجوان؛ دوران پر تلاطم نوجوانی سخت‌تر و دشوارتر از دوران کودکی می‌باشد. بر این اساس دور از انتظار نمی‌باشد که دوران عبور از کودکی به بزرگسالی همراه با فراز و نشیب‌هایی باشد (ابوحامد، جونز و جرکامل^۱، ۲۰۲۱). در راستای آن‌چه بیان گردید نوجوان در این دوران هم با رشد بلوغ جسمانی و جنسی دست و پنجه نرم می‌کند و از سوی دیگر با انتظاراتی که خانواده و جامعه از او در جهت مستقل شدن دارند رودرو می‌شود که این استقلال خود می‌تواند زمینه‌ای در جهت شکل‌گیری روابط جدید با همسالان محسوب گردد و هم دستیابی به مهارت‌های لازم در راستای اهداف شغلی و اجتماعی باشد (رجان و وان در والک و برانج^۲، ۲۰۲۱). از این رو، نوجوان باید علاوه بر پذیرش و سازگاری با این همه تغییر و تحول، هویت منسجمی نیز برای خود کسب کند و به سؤالات دشوار و قدیمی «من کیستم؟»، «جای من در هستی کجاست؟» و «از زندگی خود چه می‌خواهم؟» پاسخ مشخص و اختصاصی بدهد (زمان، شارما و روند^۳ و همکاران، ۲۰۲۵). احساس تعلق^۴ به عنوان یکی از نیازهای اولیه انسان به گروه‌های اجتماعی، فرهنگی و حتی ملیتی به فرد هویت می‌بخشد و به او امکان می‌دهد تا جایگاه خود را در جهان پیدا کند (فیریس^۵ و همکاران، ۲۰۲۴). در واقع، تعلق به یک جامعه یا گروه، به افراد اجازه می‌دهد که در مواجهه با چالش‌های زندگی، به پشتیبانی و حمایت دیگر اعضای جامعه اعتماد کنند و این پشتیبانی می‌تواند به صورت عاطفی، مالی یا حتی فیزیکی باشد و به فرد احساس آرامش و اطمینان بدهد که در مواقع سختی تنها نیست (پیکوک^۶ و همکاران، ۲۰۲۰). در مقابل احساس بی‌هویتی، انزوا و فقدان حمایت اجتماعی از جمله پیامدهای منفی عدم تعلق هستند و این احساسات می‌توانند منجر به بحران‌های روانی و اجتماعی شوند که نیازمند مداخله و حمایت روانی است (رامان^۷، ۲۰۲۴).

احساس شایستگی^۸ به عنوان یکی از مولفه‌های مهم در دوران نوجوانی به عنوان هدف یا اتصال شخصی به اهداف

شخصی مطرح می‌گردد (استنسفلد^۹ و همکاران، ۲۰۱۹). وو، دنگ و لی^{۱۰} (۲۰۱۸) سه شرط لازم جهت رسیدن به احساس شایستگی را شامل: ۱- رسیدن به این درک و باور که فرد توانمند می‌باشد، ۲- درک و این باور که تمام تلاش خویش را نموده است و ۳- باور به این امر که موانع سدی در جهت دنبال کردن اهدافش نمی‌باشد، است. بر این اساس احساس شایستگی موجب تقویت حس اعتماد به نفس فرد برای درگیر شدن در مسائل کاری و تلاش برای بهبود و تغییر می‌شود (اولیور^{۱۱} و همکاران، ۲۰۲۰). همچنین وجود احساس شایستگی موجب ارزشمندی فرد در راستای تجارب خویش و به کارگیری تلاش خود در راستای بهبود عملکرد است (ژئو^{۱۲} و همکاران، ۲۰۲۲). از این رو احساس شایستگی با سبک فرزندپروری والدگری همچون ارتباط مناسب و دوستانه با کودک و مسئولیت‌پذیری ارتباط دارد و برعکس احساس عدم شایستگی موجب افزون شدن اضطراب و استرس در والد گشته و در ورای آن زمینه‌ای برای رسیدن به ناامیدی و خشم را فراهم میگرداند که این موارد عامل ایجاد کننده‌ای در ایجاد رفتارهای نامناسب، شیوه‌های انضباطی ناصحیح و ناشایسته همراه با قوانین سخت برای کودک می‌باشد (عبدالله‌پور و همکاران، ۱۳۹۶). ولیکن والد با احساس شایستگی از ارتباط با فرزند لذت برده و احساس گرمی و صمیمیت بیشتری می‌کند (جان دریک و کورتویک^{۱۳}، ۲۰۲۱).

همچنین از سویی دیگر افزایش استقلال عاطفی نوجوانان، یکی از بحران‌های دوران نوجوانی است که اغلب والدین با فرزندان خود با آن درگیر می‌باشند (شکیبافرد و همکاران، ۱۴۰۲). استقلال عاطفی به عنوان فرایندی تعریف می‌گردد که به وسیله آن افراد می‌توانند از میزان وابستگی خود به والدشان چشم‌پوشی نمایند و موجبات ادراک آگاهانه‌تر و بالغانه‌تر و در نهایت واقعی‌تر را خود و نقش والدین فراهم گردانند (آندرسون و هامان^{۱۴}، ۲۰۲۴). در همین راستا طهماسبی و همکاران (۱۳۹۴) در مطالعه‌ای دریافته‌اند، بین کارکرد خانواده و اضطراب رابطه منفی معناداری مشاهده می‌شود؛ همچنین بین کارکرد خانواده و استقلال عاطفی با مشکلات عاطفی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. از این رو با افزایش سطح استقلال عاطفی وابستگی فرد به والدین کم

9. Stansfeld

10. Wu, Deng, & Li

11. Olivier

12. Zhu

13. Jandrić & Kurtović

14. Anderson & Hamman

1. Abu Hamad, Jones & Gercama I

2. Rejaan, van der Valk, & Branje

3. Zaman, Sharma & Round

4. sense of belonging

5. Fabris

6. Peacock

7. Raman

8. competence

می‌گردد و زمانی که نوجوان به استقلال عاطفی دست می‌یابد خود را برای پذیرفتن مسئولیت جدید آماده می‌کند و می‌تواند به درستی شرایط استرس‌زا و بحرانی را پشت سر بگذارد (فیندکلی^۱ و همکاران، ۲۰۲۱).

کفایت اجتماعی^۲، به عنوان متغیر مطرح دیگر در پژوهش به توانایی رسیدگی مؤثر در تعاملات اجتماعی و برقراری ارتباط و حفظ آن در راستای دستیابی به روش‌های سازگارانه و مناسب در موقعیت‌های اجتماعی اشاره می‌نماید (هویر، پلاتنر و شومیتز^۳، ۲۰۱۹). در نگاهی دیگر وجود ساختار چندبعدی کفایت اجتماعی موجب می‌گردد تا افراد در موقعیت‌های زندگی خود به شیوه مطلوب عمل نمایند. از این‌رو، نقص در کفایت اجتماعی موجب می‌گردد افراد در مقابل شرایط پراسترس و تنش آسیب‌پذیر گردند (هتمنزیک^۴، ۲۰۲۵). به طور کلی شایستگی اجتماعی، در برگیرنده سه حوزه شناختی، به معنای درک حقوق و قوانین و پذیرش دیدگاه‌های دیگران؛ احساسی، به معنای مدیریت احساسات و هیجان‌ها با شرایط اجتماعی و رفتاری به معنای به کارگیری مهارت‌های اجتماعی متناسب با سن است (کوماری و کانتال^۵، ۲۰۱۸).

به طور کلی می‌توان بیان نمود در شدت بحران‌های نوجوانی خانواده نقش بسزایی دارد (آلکاسر آلکاریشی^۶، ۲۰۲۳). از جمله برنامه‌های مطرح در این راستا برنامه رشد و پرورش نوجوان در عصر حاضر است. در این برنامه آموزشی والدین می‌آموزند به صداهای درونی خویش بدون توجه به موقعیت نوجوانان بیان می‌کنند گوش دهند و مراقب برچسب‌هایی که می‌زنند به صورت آگاهانه باشند (رودکین و کرسی^۷، ۲۰۲۳). از این‌رو فهم تحول‌شناختی مطرح شده در این برنامه می‌تواند موجبات بهبود روابط والدین با نوجوانان گردد و به والدین بیاموزد به جای خاموشی یا پاسخ دفاعی و یا حمایت از نوجوانان به آنان گوش دهند (رودکین و کرسی، ۲۰۲۳). به طور کلی برنامه رشد و پرورش نوجوانان در عصر حاضر به والدین کمک می‌نماید تا نوجوانان را به سمت پاسخ‌های معقول هدایت نمایند. زیرا واکنش‌های شدید نوجوانان ممکن است برقراری ارتباط با والدین را مختل کند

و والدین نتوانند به فرزندان خود عشق و درک را دهند از این رو برنامه پرورش نوجوان در دنیای امروزی با تقویت درک‌نمودن و گوش دادن فعال نوجوانان حس اعتماد و شنیده شدن را تقویت مینماید (رودکین و کرسی، ۲۰۲۳). در نهایت نوجوانان یاد می‌گیرند هیجان‌ها و انگیزه‌های خود را مدیریت کنند و به دنبال جایگاهی در سلسله مراتب اجتماعی باشند (رودکین و کرسی، ۲۰۲۳).

در نهایت از آن جایی که والدگری رشد و پرورش نوجوانان در عصر حاضر شامل انتقال آگاهی والد بدون قضاوت به حال می‌باشد که در راستای آن می‌تواند چشم‌اندازی مناسب از افکار، هیجان‌ها و احساسات بدنی را در ایجاد خانواده‌ای سالم پرورش دهد (رودکین و کرسی، ۲۰۲۳). بر این اساس مداخله در والدگری، توانایی والدین در درک افکار، احساسات و رفتارهای خود را افزایش می‌دهد و بر روند تغییر خود و کودکان خویش، همچنین رابطه‌ی آنان و دیگر اعضای خانواده اثر مثبتی می‌گذارد (والاندی و آفیاتین^۸، ۲۰۲۰). در همین راستا مطالعاتی بسیاری نشان داده‌اند که آموزش‌های والدگری می‌تواند موجب بهبود احساس تعلق (آلن^۹ و همکاران، ۲۰۲۲؛ آلن و همکاران، ۲۰۲۴؛ بوتلر^{۱۰} و همکاران، ۲۰۲۰؛ کری^{۱۱}، ۲۰۲۳؛ زمان، شارما و راند^{۱۲}، ۲۰۲۱)، شایستگی (تونلیپوچیتانان^{۱۳} و همکاران، ۲۰۲۲؛ احمدپور و همکاران، ۱۳۹۹؛ عثمان^{۱۴} و همکاران، ۲۰۱۷؛ مارتنز-گانزالز^{۱۵} و همکاران، ۲۰۱۶)، استقلال عاطفی (حسین عرب، ۱۳۹۷؛ کوسمیاتینیگی و نوراهیتی^{۱۶}، ۲۰۲۴؛ بارلیان^{۱۷} و همکاران، ۲۰۲۳) و کفایت اجتماعی (موسوی، امیرعرب و نظری، ۱۳۹۸؛ قره لویی، ۱۴۰۴؛ بیاکو^{۱۸} و همکاران، ۲۰۲۴) گردد. اگرچه مطالعات متعددی در خارج از کشور در رابطه با نقش آموزش فرزندپروری انجام شده است، اما در داخل کشور، تعداد مطالعات صورت گرفته بسیار در راستای بررسی همزمان متغیرهای فوق با یکدیگر اندک می‌باشد و با توجه به این که برنامه رشد و پرورش نوجوان در عصر حاضر برنامه جدید

8. Wulandari & Afiatin

9. Allen

10. Butler

11. Keary

12. Zaman, Sharma & Round

13. Tuntipuchitanon

14. Osman

15. Martinez-González

16. Kusmiationingsih & Nurhayati

17. Barlian

18. Baiocco

1. Finkeldey

2. social adequacy

3. Huber, Plötner, Schmitz

4. Hetmańczyk-Bajer

5. Kumari & Kuntal

6. Alcocer Alkureishi

7. Rudkin & Carey

خیلی کم = می‌باشد. گویه‌های ۱، ۵، ۶، ۱۳، ۸، ۱۷، ۱۹ و ۲۰ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند و تفسیر پرسشنامه براساس میزان نمره به دست آمده است. حداکثر نمره مراقبت ۳۶ و حداکثر نمره حمایت افراطی ۳۹ می‌باشد. سازندگان این پرسشنامه پایایی بازآزمایی سه هفته‌ای را برابر با ۰/۷۶ و ۰/۸۳ و برای مقیاس‌های محافظت و مراقبت، گزارش نمودند. روایی این آزمون برای مقیاس مراقبت ۰/۷۶ و محافظت ۰/۶۳ به دست آمد. آلفای کرونباخ مراقبت والدین ۰/۹۳، محافظت والدین ۰/۸۷ از سوی مولفین ذکر شده است (نریمانی و همکاران، ۱۳۸۸). اعتبار و پایایی (دامنه ۰/۷۲ تا ۰/۸۵) این پرسشنامه در ایران در حد مطلوبی گزارش شد (بهزادی و همکاران، ۱۳۹۰). همچنین در پژوهش حاضر پایایی پرسشنامه به روش ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۹ گزارش شد.

پرسشنامه شایستگی^۴

مقیاس شایستگی اجتماعی توسط کوهن و روسمان^۵ (۱۹۷۲) به دو صورت فرم ۷۳ و ۶۴ گزینه‌ای ساخته شد و توسط مورگان^۶ (۱۹۷۵) برای کودکان دبستانی هنجاریابی شد و در نهایت سوالات آن به ۴۴ سؤال کاهش یافت و دو عامل همکاری-تسلیم در مقابل خشم-مخالفت و تمایل-مشارکت در مقابل سردی-کناره‌گیری را می‌سنجد. روش نمره‌گذاری به صورت همیشه ۵= تا هرگز ۱= است. همچنین هر سؤال دو قطب متضاد هم را ارزیابی و بررسی می‌کند. کمترین و بیشترین نمره برای عامل همکاری-تسلیم در مقابل خشم-مخالفت (۸۵-) و (۷+) و برای عامل تمایل-مشارکت در مقابل سردی-کناره‌گیری (۳۳-) و (۵۱+) می‌باشد. مورگان (۱۹۷۵) جهت تعیین روایی مقیاس از روش روایی ملاکی با استفاده از مقیاس کلاس درس اسچفر^۷ استفاده کرد. همبستگی کلاس درس و مقیاس همکاری-تسلیم در مقابل خشم-مخالفت ۰/۸۰ و خرده مقیاس تمایل-مشارکت در مقابل سردی-کناره‌گیری ۰/۸۳ به دست آمد (مورگان، ۱۹۷۵). همچنین، روایی مقیاس مذکور با استفاده از روش همزمان با ضرایب همبستگی ۰/۷۴ و ۰/۷۱ برای خرده مقیاس اول و ۰/۷۶ و ۰/۷۷ دوم گزارش شد (مورگان، ۱۹۷۵). همچنین پایایی عامل تمایل - مشارکت در مقابل سردی-کناره‌گیری را ۰/۹۳ و پایایی عامل همکاری-تسلیم در مقابل خشم -

نوین می‌باشد پژوهشگر سعی بر آن داشته است تا با اجرای پژوهش حاضر بخشی از کمبود دانشی و پژوهشی موجود در راستای عدم توجه همزمان به متغیرهای پژوهش را برطرف نماید. براین اساس هدف از اجرا پژوهش حاضر پاسخگویی به این سوال می‌باشد که آیا برنامه رشد و پرورش نوجوان در عصر حاضر بر احساس تعلق، شایستگی، استقلال عاطفی و کفایت اجتماعی نوجوانان ۱۳-۱۵ ساله موثر است؟

روش‌شناسی پژوهش

روش پژوهش نیمه آزمایشی با گروه آزمایش و کنترل و پیش‌آزمون، پس‌آزمون و مرحله پیگیری ۴۵ روزه بود. جامعه آماری شامل کلیه والدین نوجوانان ۱۳-۱۵ ساله شهر اصفهان در سال ۱۴۰۴-۱۴۰۳ بود که به روش نمونه‌گیری دردسترس از بین والدین مراجعه کننده به مراکز مشاوره فعال در حوزه کودک و نوجوان ۴۰ والد انتخاب شد. در نهایت از بین ۴۰ والد به شیوه دردسترس انتخاب شدند؛ بطور تصادفی در دو گروه ۲۰ نفر آزمایش و ۲۰ کنترل مورد بررسی قرار گرفتند. گروه آزمایش جلسات برنامه رشد و پرورش نوجوان در عصر حاضر (رودکی و کرسی، ۲۰۲۳) را طی ۸ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای دریافت کردند اما گروه گواه در طول مطالعه هیچ مداخله‌ای دریافت نکردند. حجم نمونه با استفاده از جدول کوهن و تعیین اندازه اثر با توجه به $a = 0.05$ ، $\beta = 0.8$ و با توجه به اندازه اثرات پیشینه تحقیق (کلین^۱ و همکاران، ۲۰۰۱) در هر دو گروه ۴۰ نفر (در هر گروه ۲۰ نفر) محاسبه شد. ملاک وود به پژوهش والدین نوجوانان ۱۳-۱۵ ساله و حداقل سواد خواندن دیپلم و ملاک خروج شامل: شرکت هم‌زمان در دوره‌های آموزشی یا روان‌شناختی و غیبت بیش از دو جلسه در دوره درمان بود.

ابزار پژوهش

پرسشنامه احساس تعلق^۲

این پرسشنامه توسط پارکر^۳ و همکاران (۱۹۷۹) به منظور سنجش پیوند خانوادگی ساخته شده است که از ۲۵ گویه و ۲ خرده مقیاس مراقبت سوالات (۱-۲-۳-۴-۵-۶-۷-۸-۹-۱۰-۱۱-۱۲-۱۳-۱۴-۱۵-۱۶-۱۷-۱۸-۱۹-۲۰-۲۱-۲۲-۲۳-۲۴) و حمایت افراطی سوالات (۱-۲-۳-۴-۵-۶-۷-۸-۹-۱۰-۱۱-۱۲-۱۳-۱۴-۱۵-۱۶-۱۷-۱۸-۱۹-۲۰-۲۱-۲۲-۲۳-۲۴) تشکیل شده است. نمره‌گذاری پرسشنامه بصورت طیف لیکرت خیلی زیاد=۳ تا

4. Competency questionnaire

5. Kohen & Rosman

6. Morag

7. Schefr

1. Kline

2. Sense of Belonging Questionnaire

3. Parker

مخالفت را ۰/۹۵ گزارش کرده است و پایایی بین ارزیاب‌ها برای عامل همکاری-تسلیم در مقابل خشم-مخالفت ۰/۹۵ و برای عامل تمایل مشارکت در مقابل سردی-کناره‌گیری ۰/۹۴ بود (مورگان، ۱۹۷۵). در پژوهش حاضر نیز پایایی پرسشنامه به روش ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۰ گزارش شد و برای خرده مقیاس‌های همکاری-تسلیم در مقابل خشم-مخالفت و تمایل-مشارکت در مقابل سردی-کناره‌گیری به ترتیب ۰/۷۹ و ۰/۸۵ به دست آمد.

پرسشنامه کفایت اجتماعی^۱

پرسشنامه کفایت اجتماعی توسط فلنر^۲ و همکاران (۱۹۹۰) طراحی و تدوین شده است. این پرسشنامه دارای ۴۷ سوال و شامل ۴ مولفه عامل مهارت‌های رفتاری (سوال ۱ تا ۳۴)، عامل آمیبه‌های انگیزش و انتظارات (سوالات ۳۵ تا ۴۱)، عامل مهارت‌های شناختی (سوال ۴۲ تا ۴۴) و عامل کفایت هیجانی (سوال ۴۵ تا ۴۵) می‌باشد و براساس طیف هفت گزینه‌ای لیکرت کاملاً موافقم=۷ تا کاملاً مخالفم=۱ با سوالاتی مانند (وقتی از کسی یا چیزی عصبانی هستم، سعی می‌کنم سریع واکنشی نشان ندهم) به سنجش کفایت اجتماعی می‌پردازد.

همچنین سوالات شماره ۳، ۶، ۸، ۹، ۱۱، ۱۲، ۱۵، ۱۶، ۲۱، ۲۵، ۲۶، ۲۸، ۳۲، ۳۶، ۳۷، ۳۸، ۴۳، ۴۴ و ۴۵ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شود. کسب نمره بالا نشان دهنده بالا بودن کفایت اجتماعی و برعکس می‌باشد. براساس این روش از تحلیل نمره‌های به دست آمده را جمع می‌نماییم. در صورتی که نمرات پرسشنامه بین ۴۷ تا ۱۰۹ باشد، میزان کفایت اجتماعی در این جامعه نامطلوب می‌باشد. نمرات پرسشنامه بین ۱۱۰ تا ۲۲۰ باشد، میزان کفایت اجتماعی در نسبتاً مطلوبی می‌باشد و نمرات بالای ۲۲۰ باشد، میزان کفایت اجتماعی در حد مطلوبی می‌باشد. ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شده در پژوهش پیری و اسدیان (۱۳۹۰) برای این پرسشنامه بالای ۰/۷ برآورد شد. در پژوهش حاضر نیز پایایی پرسشنامه به روش ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۲ گزارش شد.

پرسشنامه استقلال عاطفی^۳

پرسشنامه استقلال عاطفی توسط استینبرگ و سیلوربرگ^۴

(۱۹۸۶) طراحی شده است و دارای ۱۶ سوال و ۴ مولفه عدم وابستگی، فردیت، غیرایده‌آل بودن والدین و درک والدین می‌باشد. دو عامل آن عاطفی و هیجانی (عدم وابستگی شامل سوالات ۱، ۳، ۵ و فردیت شامل سوالات ۲، ۴، ۶، ۸) و دو عامل دیگر آن مربوط به بعد شناختی استقلال (غیرایده‌آل بودن والدین شامل سوالات ۹، ۱۰، ۱۳، ۱۶ و درک والدین شامل سوالات ۱۱، ۱۲، ۱۴، ۱۵ به عنوان افرادی عادی است). این پرسشنامه براساس مقیاس لیکرتی از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) تهیه شده است. برای محاسبه امتیاز کلی پرسشنامه، نمره همه گویه‌های پرسشنامه با هم جمع می‌شود. دامنه امتیاز این پرسشنامه بین ۱۶ تا ۶۴ خواهد بود. هرچه امتیاز حاصل شده از این پرسشنامه بیشتر باشد، نشان دهنده میزان بیشتر استقلال عاطفی خواهد بود و بالعکس. در پژوهش صبحی و همکاران (۱۴۰۲) روایی محتوایی و صوری و ملاکی این پرسشنامه مناسب ارزیابی شده است و ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شده بالای ۰/۷ برآورد شد. در پژوهش حاضر نیز پایایی پرسشنامه به روش ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۱ به دست آمد.

شیوه اجرای پژوهش

پس از هماهنگی با مراکز مشاوره فعال در حوزه روانشناسی کودک و نوجوان شهر اصفهان به روش نمونه‌گیری در دسترس تعداد ۴۰ والد که تمایل به همکاری داشتند به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه (هر گروه ۲۰ نفر) گمارده شدند و ابزار پژوهش بر روی هر دو گروه به اجرا درآمد. در مرحله بعد گروه آزمایش جلسات برنامه رشد و پرورش نوجوان در عصر حاضر (کرسی و رودکین، ۲۰۲۳) را طی ۸ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای دریافت و گروه کنترل مداخله‌ای دریافت نکرد. پس از آن ابزار پژوهش بر روی هر دو گروه آزمودنی به اجرا درآمد و نهایتاً بعد از دوره پیگیری ۴۵ روزه مجدداً ابزار پژوهش بر روی کلیه آزمودنی‌ها به اجرا درآمد. لازم به ذکر است از آن جایی که پروتکل حاضر برنامه رشد و پرورش نوجوان در عصر حاضر (کرسی و رودکین، ۲۰۲۳) نخستین بار در ایران توسط پژوهشگر براساس برگرفته از کتب، مقالات و پژوهش‌ها به اجرا در آمد، ابتدا توسط پنج نفر از متخصصین حوزه کودک و نوجوان از نظر ساختار، محتوی زمان و فرایند برنامه ارزیابی و با ضریب توافق ۰/۹۸ مورد تایید قرار گرفت و به طور مقدماتی بر روی تعدادی از والدین توسط پژوهشگر و با نظارت استاد راهنما بر روی گروه

1. Social adequacy questionnaire

2. Felner

3. Emotional Independence Questionnaire

4. Steinberg, Silverberg

آزمایش به مرحله اجرا در آمد. در این تحقیق برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از دو سطح آمار توصیفی و استنباطی استفاده شده است. در سطح آمار توصیفی، میانگین و انحراف معیار و در سطح آمار استنباطی از آزمون شاپیرو-ویلک^۱ برای بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها (حد بهینه بیشتر از ۰/۰۵)، آزمون

لوین برای بررسی برابری واریانس‌ها (بهینه)، برای بررسی فرضیه کروییت داده‌ها از تحلیل مولی (حد بهینه بیشتر از ۰/۰۵)، و برای آزمون فرضیه تحقیق از تحلیل واریانس با اندازه‌های مکرر استفاده شد. نتایج آماری با استفاده از نرم افزار آماری SPSS-26 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

جدول ۱. خلاصه برنامه رشد و پرورش نوجوانان در عصر حاضر

جلسات	اهداف جلسات	محتوی	تکالیف
اول	آشنایی اعضا با یکدیگر، بررسی قوانین حاکم بر آموزش، گرفتن پیش آزمون، توصیه‌هایی برای آشنایی با سال‌های نوجوانی	۱. رویارویی با سال‌های نوجوانی خودتان ۲. آشنایی با مغز نوجوان ۳. هدایت سال‌های نوجوانی	۱. به تفاوت‌های دوران نوجوانی و نوجوانی فرزندانشان نگاهی بیاندازند و علت درک نشدن را یادداشت نمایند
دوم	احساس تعلق	۱. برای کمک به حس تعلق در بخش نظم و ترتیب نگاهی مرحله‌ای در لحظه داشته باشید ۲. درباره فواید برنامه داشتن و رسیدن به نظم و ترتیب صحبت کنید ۳. با گوش دادن فعال و همدلی می‌توان از آزردگی‌های بی‌ارزش جلوگیری نمود ۴. از زمان بدون هدف لذت ببرید ۵. توانمندی‌های نوجوان را بیان کنید	۱. تصمیم‌گیری‌های مهم نوجوان که به تنهایی انجام داده را یادداشت نماید. ۲. نکات مثبت نوجوان که منجر به آرامش می گردد را ذکر کنید ۳. از پرسیدن سوالات زیادی پرهیز کنید ۴. برای آخر هفته برنامه برای لذت بردن از بودن کنار هم بگذارید ۵. از نوجوان بخواهید به تعهداتش در مورد دنبال نمودن علایقش احترام بگذارد ۶. خودسنجی را تمرین کنید (اگر نمی‌ترسیدم چه می‌گفتم؟)
سوم	شایستگی چیست؟ چگونه شایستگی‌ها مورد توجه قرار می‌گیرد؟	۱. نوجوان به شدت به مقایسه اجتماعی شدن حساس است (دادن توجه لازم و کافی در رابطه با نیازهای نوجوان) ۲. خواسته‌های نوجوان را گوش کنید (زیرا نوجوان دنیا را سیاه و سفید می‌بیند) ۳. در مورد نمادها صحبت کنید ۴. در مورد انتظارات خود از نوجوان مطابق با سنش صحبت کنید	۱. دستاوردهایی خلاقانه خود که در راستای نیاز نوجوان برآورده می‌کنید ذکر کنید. ۲. میزان سازگاری نوجوان را با شرایطش بیان نمایید ۳. پیام‌های نوجوان را چگونه تفسیر می‌کنید؟
چهارم	تقویت شایستگی	۱. آموزش قانون ۸۰/۲۰ ۲. تعاملات خود را با نوجوان از طریق کارهای گروهی بیافزایید ۳. مدیریت هیجانات را به او دوستانه آموزش دهید و بیان کنید هیجاناتی چون خشم طبیعی است (احساسات نوجوان را تایید کنید) ۴. تمرین راه حل‌های نوشتاری جهت تقویت حل مساله	۱. به احساسات نوجوان گوش دهید (مبادله و اشتراک گذاری احساسات) ۲. در مورد افکار نوجوانی اش و چیزهایی که دوست دارد پرسید. ۳. مثبت همدلی با نوجوان ۴. مثبت درک پایین‌ترین سطح نهفته (بدون قضاوت گوش کنید و رابطه دوستی را تقویت کنید)

جلسات	اهداف جلسات	محتوی	تکالیف
		۵. به نوجوان جهان بینی بدهید (هر قسمتی از کار نباید کامل باشد و این کمال گرایی می تواند بر خلق اثرگذار باشد)	
پنجم	تقویت استقلال عاطفی	۱. مدیریت زمان را بیان کنید (زمان طلایی چیست) ۲. به پایش عواطف نوجوان کمک نمایید ۳. کمک کنید تا نوجوان با واقعیت زندگی آشنا گردد ۴. از نوجوان بپرسید چه کاری دوست دارد با او همراه شوید ۵. برای رویارویی با مشکلات عاطفی از آزمون مادر بزرگ استفاده کنید (اگر به در دسر بیافتم چه چیزی را باید به اشتراک بگذارم)	۱. در طی روز با گوش دادن فعال عشق را رشد دهید ۲. در مورد مرزهای تصمیم گیری به نوجوان فرصت دهید. ۳. به تعاملات خود با نوجوان فکر کنید
ششم	شناخت تعارض ها در روند استقلال نوجوان	۱. نقش تعارض و توصیه هایی برای حذف تعارضی که استقلال را تضعیف می کند (سرزنش کردن ممنوع). ۲. تعارض ضروری و توصیه هایی برای برخورد با آن (انتقادات باید با دلیل بیان گردد).	۱. انتظارات را به صورت شفاف بیان کنید ۲. بررسی گفتار والد با نوجوان و شناسایی واکنش های تدافعی ۳. ثبت درک آگاهانه به جایی سرزنش
هفتم	کفایت اجتماعی	۱. مهارت پرسشگری را در نوجوان بیدار کنید (مهارت حل مساله) ۲. درباره مرزها صحبت کنید ۳. در مورد فریب شبکه های اجتماعی اطلاعاتی بدهید ۴. مراقب لحن خود باشید ۵. صحبت ها با نوجوان را شخصی نکنید (درک متقابل) ۶. در مورد رشد مهارت اجتماعی صحبت کنید ۷. به نوجوان دیدگاه دهید نه دیدگاه خود را تزریق کنید ۸. آشنایی با حقوق اجتماعی خود و دیگران	۱. زمان گفتگو با نوجوان را تعیین کنید و ثبت نمایید. ۲. از عبارات من استفاده کنید (به جای اینکه بگویید شما اشتباه کردید بگویید من احساس می کنم که ۳. اجازه دهید دایره اجتماعی خود را نوجوان گسترش دهد و با او گفت و گو کنید ۴. ثبت برنامه های ایمن جهت بهبود کفایت اجتماعی
هشتم	جمع بندی و گرفتن پس آزمون	۱. بررسی سوالات والدین و پاسخگویی به آن ۲. جمع بندی راه های برخورد با نوجوان و بهبود تعاملات ارتباطی	پس آزمون

یافته ها

یافته های توصیفی پژوهش مربوط به متغیرهای پژوهش در جدول ۲ ارائه گردید. براساس یافته های توصیفی میانگین نمرات متغیرهای پژوهش شامل احساس تعلق، شایستگی، استقلال عاطفی و کفایت اجتماعی در گروه آزمایش نسبت به کنترل افزایش بیشتری در مرحله پس آزمون و پیگیری

نسبت به پیش آزمون داشته است.

نتایج آزمون شاپیرو ویلکز، مبنی بر نرمال بودن توزیع نمرات نشان داد همه متغیرهای پژوهش شامل احساس تعلق، شایستگی، استقلال عاطفی و کفایت اجتماعی در هر سه مرحله پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری باقی است یعنی توزیع نمرات نمونه نرمال و همسان با جامعه است (همه

تأیید شده است ($p > 0.05$). اما در سایر متغیرهای پژوهش شامل احساس تعلق، شایستگی، و کفایت اجتماعی رد شده است ($p < 0.05$). نتایج تحلیل چند متغیره جهت بررسی اثربخشی برنامه پرورش نوجوان در دنیای امروزی بر بهبود متغیرهای پژوهش در مراحل پس آزمون و پیگیری در جدول (۳) ارائه شده است.

سطوح معنی‌داری بزرگ‌تر از ۰/۰۵ می‌باشد). همچنین پیش‌فرض لوین مبنی بر برابری واریانس‌ها در گروه‌ها در متغیرهای پژوهش شامل احساس تعلق، شایستگی، استقلال عاطفی و کفایت اجتماعی در هر سه مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری باقی مانده است (سطح معنی‌داری بیشتر از ۰/۰۵ است). در نهایت پیش‌فرض یکنواختی کوواریانس‌ها با استفاده از آزمون مایلی در استقلال عاطفی

جدول ۲. شاخص‌های توصیفی نمرات متغیرهای پژوهش به تفکیک دو گروه و سه مرحله پژوهش

متغیر	آزمایش			کنترل		
	پیش آزمون	پس آزمون	پیگیری	پیش آزمون	پس آزمون	پیگیری
احساس تعلق	۴۲/۱۵	۴۶/۸۵	۴۵/۸۵	۴۳/۴۰	۴۴/۷۰	۴۴/۷۰
	میانگین	۴/۰۷	۴/۱۸	۴/۰۵	۶/۶۱	۶/۸۳
شایستگی	۱۲۶/۹۵	۱۴۰/۷۰	۱۳۸/۲۰	۱۲۵/۳۰	۱۲۵/۰۵	۱۲۶/۱۰
	میانگین	۱۵/۱۱	۱۳/۳۶	۱۰/۷۵	۱۱/۲۸	۱۱/۶۸
استقلال عاطفی	۴۰/۴۵	۴۳/۹۵	۴۳/۰۰	۳۸/۶۰	۳۸/۶۵	۳۸/۶۵
	میانگین	۵/۵۸	۵/۰۱	۴/۲۹	۴/۸۲	۴/۸۴
کفایت اجتماعی	۲۵۰/۶۰	۲۶۲/۴۰	۲۶۰/۱۵	۲۵۰/۴۰	۲۵۰/۳۵	۲۵۰/۶۵
	میانگین	۲۳/۸۵	۲۰/۲۷	۲۱/۲۳	۲۵/۶۴	۲۷/۸۹

جدول ۳. نتایج کلی تحلیل واریانس چند متغیری بررسی اثربخشی برنامه رشد و پرورش نوجوان در عصر حاضر بر بهبود متغیرهای پژوهش در مراحل پس آزمون و پیگیری

مراحل	اثرات گروه	ارزش F	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	سطح معناداری	میزان تأثیر	توان آماري
پس آزمون	اثر پیلای ^۱	۷/۹۵	۴	۳۵	۰/۰۰۱	۰/۴۷۶	۰/۹۹۵
	لامبدای ویلکز ^۲	۷/۹۵	۴	۳۵	۰/۰۰۱	۰/۴۷۶	۰/۹۹۵
	اثر هتلینگ ^۳	۷/۹۵	۴	۳۵	۰/۰۰۱	۰/۴۷۶	۰/۹۹۵
	بزرگترین ریشه روی ^۴	۷/۹۵	۴	۳۵	۰/۰۰۱	۰/۴۷۶	۰/۹۹۵
پیگیری	اثر پیلای	۴/۶۶	۴	۳۵	۰/۰۰۴	۰/۳۴۸	۰/۹۱۷
	لامبدای ویلکز	۴/۶۶	۴	۳۵	۰/۰۰۴	۰/۳۴۸	۰/۹۱۷
	اثر هتلینگ	۴/۶۶	۴	۳۵	۰/۰۰۴	۰/۳۴۸	۰/۹۱۷
	بزرگترین ریشه روی	۴/۶۶	۴	۳۵	۰/۰۰۴	۰/۳۴۸	۰/۹۱۷

1. Pillai's Trace
2. Wilks' Lambda
3. Hotelling's Trace
4. Roy's Largest Root

براساس جدول ۳ تفاوت بین میانگین متغیرهای پژوهش در گروه‌ها در مراحل پس‌آزمون و پیگیری در مجموع معنادار است. به عبارت دیگر، بین افراد نمونه در گروه‌های آزمایش کنترل در متغیرهای پژوهش در مراحل پس‌آزمون و پیگیری تفاوت معنی‌داری وجود دارد ($p < 0/001$). میزان این تفاوت در متغیرهای پژوهش در مرحله پس‌آزمون برابر با $0/476$ و در مرحله پیگیری برابر با $0/347$ است. به عبارت دیگر $47/6$ درصد از تفاوت‌های فردی در متغیرهای پژوهش شامل احساس تعلق، شایستگی، استقلال عاطفی و کفایت اجتماعی در مرحله پس‌آزمون و $34/8$ درصد در مرحله پیگیری مربوط به عضویت گروهی یا تأثیر برنامه رشد و پرورش نوجوان در عصر حاضر مربوط است.

نتیجه‌گیری

نتایج نشان داد برنامه رشد و پرورش نوجوان در عصر حاضر بر احساس تعلق نوجوانان ۱۳ تا ۱۵ ساله موثر است. نتایج حاضر با پژوهش‌های زمان و همکاران (۲۰۲۵)؛ کری (۲۰۲۳)؛ بوتلر آلن و همکاران (۲۰۲۴)؛ آلن و همکاران (۲۰۲۲) و البرزی و همکاران (۱۴۰۰) همسو است. در تبیین یافته حاضر می‌توان اذعان نمود برنامه رشد و پرورش نوجوان در عصر حاضر موجب تحکیم احساس تعلق نوجوانان از طریق تقویت "گوش دادن فعال" و "درک متقابل" می‌گردد (کری و رودکین، ۲۰۲۳). از این رو، از آن جایی که در سنین ۱۳ تا ۱۵ سالگی، نوجوانان در حال شکل‌دهی به هویت خود هستند و نیاز شدیدی به دیده شدن، شنیده شدن و تأیید شدن دارند، نوجوانان شروع به ابراز عقاید و احساسات پیچیده‌تر می‌کنند (آلن و همکاران، ۲۰۲۴). وقتی والدین به جای قضاوت، خاموشی یا پاسخ‌های دفاعی، به طور فعال به آن‌ها گوش می‌دهند (همانطور که برنامه آموزش تأکید دارد جلسه دوم)، نوجوان احساس می‌کند که افکار، احساسات و تجربیاتش ارزشمند و مهم است که این حس ارزش‌مندی، سنگ بنای احساس تعلق است. همچنین برنامه رشد و پرورش نوجوان با آموزش والدین در زمینه "فهم تحول شناختی نوجوانان" و "هدایت به سمت پاسخ‌های معقول" به جای واکنش‌های شدید، زمینه را برای درک عمیق‌تر نوجوان فراهم می‌کند و وقتی نوجوان احساس می‌کند والدینش دنیای او را درک می‌کند، حتی اگر کاملاً با آن موافق نباشند، کمتر احساس تنهایی و انزوا می‌کند. از این رو، این درک، فضایی از همدلی ایجاد می‌کند که برای رشد احساس تعلق

ضروری است. همچنین گوش دادن فعال و درک متقابل باعث تقویت اعتماد بین والدین و نوجوان می‌شود و این اعتماد، نوجوان را تشویق می‌کند تا بیشتر خود را ابراز کند و احساسات و مشکلاتش را با والدینش در میان بگذارد و وقتی نوجوان بداند که می‌تواند با اطمینان خاطر با والدینش صحبت کند و شنیده می‌شود، احساس می‌کند که بخشی جدایی‌ناپذیر و مهم از خانواده است و این ارتباط باز، بنیان احساس تعلق عمیق را می‌سازد.

از دیگر نتایج پژوهش این بود که برنامه رشد و پرورش نوجوان در عصر حاضر بر شایستگی نوجوانان ۱۳ تا ۱۵ ساله موثر است که با یافته‌های احمدپور و همکاران (۱۳۹۹)؛ تونلیوچیتان و همکاران (۲۰۲۲)؛ عثمان و همکاران (۲۰۱۷) و مارتینز-گازنزالز و همکاران (۲۰۱۶) همسو است. برنامه رشد و پرورش نوجوان در عصر حاضر، نخست با فهم تحول شناختی نوجوان آغاز می‌شود و به والدین می‌آموزد که در این سنین، نوجوانان ظرفیت‌های فکری جدیدی از جمله تفکر انتزاعی و استدلال را تجربه می‌کنند. با درک این موضوع، والدین تشویق می‌شوند تا به جای تحمیل عقاید، به گوش دادن فعال به دیدگاه‌های نوجوانان، به آن‌ها اجازه دهند تا افکار و ایده‌های خود را ابراز کنند. همچنین این رویکرد، نه تنها به نوجوان حس ارزشمندی می‌دهد، بلکه به طور مستقیم شایستگی شناختی و فکری او را تقویت کرده و به او اعتماد به نفس لازم برای تفکر مستقل و حل مسائل پیچیده‌تر را می‌بخشد (جلسات سوم و چهارم). با تمریناتی همچون ذکر دستاوردهای خلاقانه و بیان سازگاری نوجوانان با شرایط موجود تقویت گردید. در نگاهی دیگر در دورانی که نوجوانان ممکن است واکنش‌های احساسی شدیدی نشان دهند، والدین می‌آموزند که چگونه آن‌ها را به سمت تفکر منطقی و یافتن راه‌حل‌های سازنده سوق دهند و این فرایند آموزش، مستقیماً به تقویت مهارت حل مسئله عملی در نوجوانان کمک می‌کند و به آن‌ها نشان می‌دهد که می‌توانند با آرامش و تفکر، با چالش‌ها روبرو شوند و از عهده آن‌ها برآیند. همچنین این برنامه با تجهیز نوجوانان به ابزارهای کنترل هیجانی، به آن‌ها کمک می‌کند تا در مواجهه با فشارهای اجتماعی، خوشتن‌داری بیشتری داشته باشند. موفقیت در این امر، به طور طبیعی به شایستگی عاطفی آن‌ها می‌افزاید و آن‌ها را قادر می‌سازد تا در تعاملات اجتماعی خود، جایگاه مناسب و سالمی را برای خود پیدا کنند و احساس کارآمدی بیشتری داشته باشند (جلسه سوم). از این

قضاوت‌های عاطفی درونی، جزئی حیاتی و لازم از استقلال عاطفی است.

همچنین نتایج پژوهش حاضر نشان داد برنامه رشد و پرورش نوجوان در عصر حاضر بر کفایت اجتماعی نوجوانان ۱۳ تا ۱۵ ساله موثر است که با یافته‌های قره‌لویی (۱۴۰۳)؛ موسوی امیرعرب و نظری مقدم (۱۳۹۸)؛ بیاکو و همکاران (۲۰۲۴) همسو است. برنامه رشد و پرورش نوجوان در عصر حاضر با تمرکز بر تقویت مهارت‌های ارتباطی، درک متقابل، تنظیم هیجانات در بافت اجتماعی و ایجاد فضای امن برای تعامل، به طور مستقیم و غیرمستقیم به تقویت کفایت اجتماعی در نوجوانان ۱۳ تا ۱۵ ساله کمک می‌کند. این برنامه با پذیرش "خود" والدین و پرورش همدلی در خانواده، ابتدا به والدین می‌آموزد که افکار و احساسات خود را بدون قضاوت درک کرده و بپذیرند (جلسه هفتم از طریق تمرین گسترش دایره نوجوان و ثبت برنامه‌های ایمن). این خودآگاهی والدین، آن‌ها را قادر می‌سازد تا با آرامش و همدلی بیشتری با نوجوان خود ارتباط برقرار کنند. در نهایت محیطی که والدین در آن با خود و سپس با نوجوانشان همدلی می‌کنند، به طور طبیعی به نوجوان می‌آموزد که چگونه با دیگران همدلی کند. این همدلی، که سنگ بنای کفایت اجتماعی است، به فرد امکان می‌دهد احساسات و دیدگاه‌های دیگران را درک کند و براساس آن، واکنش‌های اجتماعی مناسبی از خود نشان دهد؛ این توانایی در درک و همدردی با دیگران، پایه و اساس روابط اجتماعی سالم است و به نوجوان کمک می‌کند تا در موقعیت‌های مختلف اجتماعی، رفتاری متناسب و مؤثر داشته باشد. همچنین، برنامه پرورش نوجوان امروزی به هدایت به سمت پاسخ‌های معقول و تقویت مهارت‌های حل مسئله اجتماعی می‌پردازد و والدین را در زمینه کمک به نوجوانان برای مدیریت واکنش‌های احساسی شدید و هدایت آن‌ها به سمت پاسخ‌های منطقی‌تر توانمند می‌سازد. در موقعیت‌های اجتماعی، به خصوص در مواجهه با چالش‌ها و تعارضات، توانایی کنترل واکنش‌های احساسی و ارائه پاسخ‌های معقول، بسیار مهم است؛ وقتی نوجوان یاد می‌گیرد که به جای واکنش‌های تکانشی، با آرامش و تفکر به مسائل اجتماعی بپردازد، مهارت‌های حل مسئله اجتماعی او تقویت می‌شود و این به او کمک می‌کند تا در دوستی‌ها، گروه‌های همسالان و حتی موقعیت‌های تحصیلی، تعارضات را به شیوه‌ای سازنده مدیریت کند، نه اینکه با واکنش‌های نامناسب، روابطش را به

رو، والدینی که از خودآگاهی بیشتری برخوردارند، می‌توانند محیطی امن‌تر، حمایت‌کننده‌تر و بازتر را برای فرزندانشان فراهم کنند. در چنین محیطی، نوجوانان با اطمینان خاطر بیشتری به کشف استعدادها، تجربه‌ی چالش‌ها و یادگیری از شکست‌ها می‌پردازند، که همگی به طور هم‌افزا به تقویت شایستگی آن‌ها در تمامی ابعاد زندگی کمک می‌کنند.

نتایج دیگر پژوهش بیانگر این بود که برنامه رشد و پرورش نوجوان در عصر حاضر بر استقلال عاطفی نوجوانان ۱۳ تا ۱۵ ساله موثر است. نتایج فوق با یافته‌های حسین عرب (۱۳۹۷)؛ کوسمیاتینیگهی و نورهیتی (۲۰۲۴)؛ بارلیان و همکاران (۲۰۲۳) همسو است. این برنامه به والدین می‌آموزد تا با گوش سپردن به صدای درونی خودشان و پرورش همدلی آغاز کنند؛ این خودآگاهی درونی، آن‌ها را قادر می‌سازد تا با آرامش و درکی عمیق‌تر، به حرف‌ها و احساسات نوجوانانشان گوش فرا دهند. وقتی والدین چنین فضای امن و پذیرا را برای نوجوان فراهم می‌کنند، نوجوان به تدریج می‌آموزد که احساساتش معتبر و ارزشمند هستند و نیازی نیست برای جلب رضایت یا دوری از قضاوت، آن‌ها را پنهان کند یا تغییر دهد و این تجربه نه تنها بذرتوانایی شناسایی و پذیرش احساسات درونی را در نوجوان می‌کارد، بلکه به او می‌فهماند که این احساسات متعلق به خودش هستند و می‌تواند بدون اتکا به راهنمایی یا تأیید بیرونی، آن‌ها را پردازش کند که خود، اولین ستون استقلال عاطفی است. هم‌زمان با این فرآیند، برنامه رشد و پرورش نوجوان در عصر حاضر تأکید ویژه‌ای بر اجتناب از برچسب‌گذاری (کری و رودکین، ۲۰۲۳) و تمرکز بر توصیف رفتارها دارد. در سنین ۱۳ تا ۱۵ سالگی، نوجوانان شدیداً درگیر شکل‌گیری هویت خود هستند و برچسب‌گذاری می‌تواند این هویت عاطفی را به واکنش‌ها و تعاریف بیرونی گره بزند و با پرهیز از برچسب‌گذاری و تمرکز بر توصیف عینی رفتار، والدین فضایی را برای نوجوان خلق می‌کنند که او بتواند خود را فراتر از تعاریف دیگران ببیند و هویت عاطفی‌اش را بر پایه تجربیات درونی و واقعی خود بسازد. زمانی که والدین دیدگاه‌های مستقل نوجوان را حتی اگر شامل دیدگاه‌های عاطفی متفاوت باشد می‌پذیرند، به او این پیام را می‌دهند که به عنوان یک فرد دارای احساسات و افکار مستقل، ارزشمند است که این امر، اعتماد نوجوان را به احساسات و برداشت‌های عاطفی خود تقویت می‌کند و او را کمتر برای تأیید آن‌ها به دیگران وابسته می‌سازد؛ این اعتماد به

با عنوان برنامه رشد و پرورش نوجوان در عصر حاضر می‌توان موجبات بهبود احساس تعلق، شایستگی، استقلال عاطفی و کفایت اجتماعی نوجوانان را توسط مشاورین فراهم گرداند، والدگری آگاهانه نقش مهمی در تقویت شایستگی اجتماعی نوجوانان دارد، تهیه و اجرای بسته‌های آموزشی برای مشاوران مدارس می‌تواند زمینه‌ساز مداخلات پیشگیرانه و حمایتی مؤثر باشد، با توجه به نقش مثبت تربیتی والدین در تقویت احساس تعلق نوجوانان، می‌توان طرح‌هایی طراحی کرد که والدین را در فعالیتهای فرهنگی، ورزشی و داوطلبانه همراه با فرزندانشان درگیر کند تا فرصت تجربه‌ی ارتباط مثبت در موقعیتهای واقعی ایجاد شود.

خطر بیندازد. همچنین از منظر مدیریت هیجان‌ها و انگیزه‌ها و تقویت خودتنظیمی در تعاملات اجتماعی، این برنامه به نوجوانان کمک می‌کند تا هیجان‌ات و انگیزه‌های خود را بهتر مدیریت کنند و در فرآیند یافتن جایگاه خود در اجتماع موفق‌تر عمل کنند. این پژوهش همچون سایر پژوهش‌ها دارای محدودیت‌هایی همچون نتایج پژوهش فقط محدود به والدین نوجوانان ۱۳-۱۵ ساله شهر اصفهان می‌شود و نتایج حاصل از پژوهشگر قابل تعمیم به دیگر جوامع نمی‌باشد، روش نمونه‌گیری به صورت غیرتصادفی بوده است و همچنین محدود بودن نمونه پژوهش است. از این رو پیشنهاد می‌گردد، با برگزاری دوره‌های گروهی و جمعی ویژه والدین

References

- Abdollahpour, N., Seyedfatemi, N., HakimShooshtari, M., Mehran, A. (2017). The Effect of Education On Sense Of Competence Of Mothers Of Children With Hyperactivity Disorder. *IJPN*, 5(4): 19-26. (in Persian)
- Abu Hamad, B., Jones, N., Gercama, I. (2021). Adolescent access to health services in fragile and conflict-affected contexts: The case of the Gaza Strip. *Confl Health*, 15, 40.
- Ahmadpour, R., & Hashemi, N. (2020). The effectiveness of the educational program on parenting methods with the Lynn Clark approach on the perception of competence, self-regulation and critical thinking of female students in the second year of high school in Tehran, *Third International Conference on Psychology, Educational Sciences, Social Sciences and Humanities*. (in Persian)
- Alborzi, M., Khoshbakht, F., & Zakizadeh, M. (2021). Investigating the role of parents' and teachers' attitudes towards school in students' sense of belonging to school: The mediating role of academic motivation. *Journal of Education and Learning Studies*, 13(2), 241-261. (in Persian)
- Alcocer Alkureishi, L. (2023). What every family with a teenager should know—the role of naloxone in the opioid crisis. *Pediatric Annals*, 52(2), e39-e41.
- Allen, K. A., Berger, E., Campbell, T., U'Ren, M., & Andrews, M. L. (2022). Finding a sense of belonging in the absence of family. In *Youth without family to lean on* (pp. 41-58). Routledge.
- Allen, K. A., McGlinchey, C., Wong, D., Boyle, C., Lan, M., & Chan, T. (2024). The integral role of parents in fostering a sense of belonging for school-aged children. In *International Perspectives on Parenting Support and Parental Participation in Children and Family Services* (pp. 83-102). Routledge.
- Anderson, D. W., & Hamman, J. J. (2024). *The Essence of Leadership: Maintaining Emotional Independence in Situations Requiring Change*. CRC Press.
- Baiocco, R., Favini, A., Pistella, J., Carone, N., Speranza, A. M., & Linguardi, V. (2024). Prosocial and externalizing behaviors in children raised by different-and same-gender parent families: new directions in parenting research. *Frontiers in psychology*, 14, 1325156.
- Barlian, U. C., Rosyadah, R., & Juniarti, R. (2023). Enhancing Early Childhood Independence: A Framework for Effective Parenting Management. *Journal of Advanced Studies in Social Sciences*, 1(1), 26-34
- Behzadi, B., Soruqd, C., Samani, S. (2011). Confirmatory factor analysis on the Persian version of the Parker Parental Bonding Scale. *Psychological Methods and Models*, 2(6), 81-98. (in Persian)
- Butler, J., Gregg, L., Calam, R., & Wittkowski, A. (2020). Parents' perceptions and experiences of parenting programmes: A systematic review and metasynthesis of the qualitative literature. *Clinical child and family psychology review*, 23(2), 176-204.
- Carey, T. & Rudkin, A. (2023). *What is my teenager thinking? Applied child psychology for today's parents*. Translated by Babakhani, Kh. (1402). Arjomand Publications. First edition.
- Fabris, M. A., Settanni, M., Longobardi, C., & Marengo, D. (2024). Sense of belonging at school and on social media in adolescence:

- associations with educational achievement and psychosocial maladjustment. *Child Psychiatry & Human Development*, 55(6), 1620-1633.
- Felner, R. D., Lease, A. M., Phillips, R. S. (1990). Social competence and the language of adequacy as a subject matter for psychology: A quadripartite tri-level framework. *The development of social competence in adolescence*. 245-264.
- Finkeldey, J. G., Longmore, M. A., Giordano, P. C., & Manning, W. D. (2021). An exploratory investigation of parental incarceration, emotional independence, and adult children's criminal activity. *Journal of developmental and life-course criminology*, 7(2), 151-175.
- Gharaloui, P. (2024). Effectiveness of Parent Behavioral Management Training on Social Competence of Parents with Hyperactive Children 13 to 7 Years Old in Sarab City. *Journal of Psychological Studies and Educational Sciences*, 6(59), 1-16. (in Persian)
- Hetmańczyk-Bajer, H. (2015). "Gender and Social Competence of Younger Students". *European Journal of Social Sciences*, 4(2), 273-280.
- Hossein Arab, N. (2018). Investigating the relationship between parenting styles and emotional independence of male first-year high school students in Shush city, *Third International Conference on New Research Achievements in Social Sciences, Educational Sciences and Psychology, Karaj*. (in Persian)
- Huber, L., Plötner, M., Schmitz, J. (2019). Social competence and psychopathology in early childhood: a systematic review. *Eur Child Adolesc Psychiatry*, 28(4), 443-459.
- Jandrić, S., & Kurtović, A. (2021). Parenting sense of competence in parents of children with and without intellectual disability. *Europe's journal of psychology*, 17(2), 75.
- Keary, A., Zheng, H., & Garvis, S. (2023). Educators' construction of a sense of belonging in ECEC: An Australian case study. *Education Sciences*, 13(5), 510.
- Kline, G., Honaker, J., Joseph, A., & Scheve, K. (2001). Analyzing incomplete political science data: An alternative algorithm for multiple imputation. *American Political Science Review*, 95, 49-69.
- Kohen, M., & Rosman, B. L. (1972). A social competence scale and symptom checklist for preschool child: factor dimension their cross-instrument generality, and longitudinal persistence. *Journal of Developmental Psychology*, 6, 430-444.
- Kumari, A., Kuntal, M. (2018). Social Competence among Adolescents of Working and Non Working Mothers. (23) 3, 71-77.
- Kusmiatiningsih, E., & Nurhayati, S. (2024). Fostering Early Childhood Independence Through Positive Parenting Programs. *PAUD Lectura: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(02), 38-50.
- Martínez-González, R. A., Rodríguez-Ruiz, B., Álvarez-Blanco, L., & Becedóniz-Vázquez, C. (2016). Evidence in promoting positive parenting through the Program-Guide to Develop Emotional Competences. *Psychosocial intervention*, 25(2), 111-117.
- Morag, E. G. (1975). *validity of Kohn Social Competence Scale for USE with Elementary School Children. A thesis submitted in partial fulfillment of the requirements for the degree of master of education*. University of British Colombia
- Mousavi Amirabad, Z., & Nazarimoghadam, P. (2019). Effectiveness of positive parenting skills training on social competence and emotion regulation in student. *Rooyesh*. 8(10), 39-46. (in Persian)
- Narimani, M., Mahmoudi, N., Malekshahifar, M. (2009). Comparison of emotional intelligence and attachment style in children with and without stuttering. *Research in the field of exceptional children*, 9 (2), 155-162. (in Persian)
- Olivier, E., Galand, B., Hospel, V., & Dellisse, S. (2020). Understanding behavioural engagement and achievement: The roles of teaching practices and student sense of competence and task value. *British Journal of Educational Psychology*, 90(4), 887-909.
- Osman, F., Salari, R., Klingberg-Allvin, M., Schön, U. K., & Flacking, R. (2017). Effects of a culturally tailored parenting support programme in Somali-born parents' mental health and sense of competence in parenting: a randomised controlled trial. *BMJ open*, 7(12), e017600
- Parker, G., Tupling, H., and Brown, L.B. (1979). A Parental Bonding Instrument, *British Journal of Medical Psychology*, 52, 1-10.
- Peacock, S., Cowan, J., Irvine, L., & Williams, J. (2020). An exploration into the importance of a sense of belonging for online learners. *International Review of Research in Open and Distributed Learning*, 21(2), 18-35.
- Piri, M., Asadian, S. (2011). The relationship between family functioning and social competence of students of Islamic Azad University, Salmas Branch, *Quarterly Journal of Behavioral Sciences*, 25-41. (in Persian)
- Raman, S. (2024). *Sense of belonging*.

- In Encyclopedia of quality of life and well-being research* (pp. 6308-6310). Cham: Springer International Publishing
- Rejaän, Z., van der Valk, I. E., & Branje, S. (2022). The role of sense of belonging and family structure in adolescent adjustment. *Journal of Research on Adolescence*, 32(4), 1354-1368.
- Shakibafard, R. Chalmeh, R. Khorramdel, K. (2023). Studying the effect of family emotional climate on adolescents' emotional independence, *Second National Conference on Clinical Child and Adolescent Psychology, Ardabil*. (in Persian)
- Sobhi, A. Taghi Lu, S. Heydari, M. Rahimi, A. Babaei, M. Honarbakhsh, K. (2023). Predicting academic self-concept based on emotional independence and self-compassion with the mediation of cognitive flexibility, *Third International Conference on Psychology, Educational Sciences, Social and Cultural Studies, Hamadan*. (in Persian)
- Stansfeld, J., Crellin, N., Orrell, M., Wenborn, J., Charlesworth, G., & Vernooij-Dassen, M. (2019). Factors related to sense of competence in family caregivers of people living with dementia in the community: a narrative synthesis. *International psychogeriatrics*, 31(6), 799-813.
- Steinberg L, Silverberg SB.(1986). The vicissitudes of autonomy in early adolescence. *Child Dev*, 57(4), 841-51
- Tahmasbi Gandokari, F. Fathalipour, Z. Abbasi Hajiabad, M. Seddigh Rad, G. (2015). The relationship between family functioning and emotional independence with emotional problems of female students in Ahvaz, *First National Congress of Family Psychology: A Step in Drawing the Desired Family Model, Ahvaz*. (in Persian)
- Tuntipuchitanon, S., Kangwanthiti, I. O., Jirakran, K., Trairatvorakul, P., & Chonchaiya, W. (2022). RETRACTED ARTICLE: Online positive parenting programme for promoting parenting competencies and skills: randomised controlled trial. *Scientific reports*, 12(1), 6420.
- Wu, C. H., Deng, H., & Li, Y. (2018). Enhancing a sense of competence at work by engaging in proactive behavior: The role of proactive personality. *Journal of Happiness Studies*, 19, 801-816.
- Wulandari, S., & Afiatin, T. (2020). Positive parenting program to improve mother efficacy in parenting teenagers. *Jurnal Psikologi*, 47(1), 30-42.
- Zaman, R. A., Sharma, U., & Round, P. (2025). Who is in? Who is out? Exploring primary school students' sense of belonging using Photovoice. *International Journal of Educational Research*, 130, 102545.
- Zhu, Y., Zhou, X., Yin, X., Qiu, L., Sun, N., An, R., & Gong, Y. (2022). Parenting sense of competence and its predictors among primiparous women: a longitudinal study in China. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 22(1), 548.