

# The Effectiveness of the Tuning in to Kids Program on the Dimensions of Social-Emotional Competence of Preschool Children

[DOI: 10.22070/itr.2025.19694.1676](https://doi.org/10.22070/itr.2025.19694.1676)

Shahrooz Nemati <sup>\*1</sup>, Rahim Badri Gargari <sup>2</sup>, Roghayeh Sarvazad Sofiyani <sup>3</sup>

1. Professor of Psychology and Education of Exceptional Children, Department of Educational Sciences, Faculty of Education and Psychology, University of Tabriz, Tabriz, Iran. (Corresponding Author)  
Email: sh.nemati@Tabrizu.ac.ir
2. Professor: Department of Educational Science, University of Tabriz, Tabriz, Iran.  
Email: Badri\_rahim@yahoo.com
3. M.A. in Educational Psychology, University of Tabriz, Tabriz, Iran.  
Email: r.sarvazad79@gmail.com

Received on: 12/10/2024

Revised on: 19/07/2025

Accepted on: 18/11/2025



Research  
Article

Vol. 23, No. 1, Serial 43

Spring & Summer

2026

pp: 155-168

## Abstract

**Aim and introduction:** The development of social-emotional competence is a crucial milestone for preschool children, as those who are socially and emotionally competent during this stage are more likely to experience academic and social success later in life. Conversely, failure to develop emotional competence is linked to numerous adverse outcomes. In this context, social-emotional competence serves as a vital protective factor for young children, shielding them from stressors and helping to prevent serious emotional and behavioral problems in the future. In Iran, the most common interventions aimed at improving social-emotional competence are typically designed within the cultural context and often rely on a combination of traditional psychological approaches. However, compared to evidence-based programs such as the Tuning in to Kids program, these interventions may have limitations regarding empirical support, scope, and professional training. Consequently, Havighurst and Harley developed the Tuning in to Kids program specifically for parents of preschool children. This program focuses on the socialization of preschoolers' emotions and is an emotion-focused parenting initiative designed to educate parents about the importance of fostering social-emotional competence in their children. Background research indicates that preschool children face mental health challenges. Therefore, the present study aims to prevent mental health issues in children and ultimately reduce psychological harm during their developmental years. Accordingly, this research was conducted to evaluate the effectiveness of the Tuning in to Kids program on various dimensions of social-emotional competence in preschool girls exhibiting emotional and behavioral problems.

**Methodology:** The research employed a semi-experimental design with experimental and control groups, including a follow-up phase. The statistical population consisted of 5- to 6-year-old preschool children from Marand city during 2024–2025. A multi-stage cluster random sampling method was used. First, the central district was randomly selected from the five districts of Marand city. Then, three kindergartens were randomly chosen from this district, and 340 preschool children were selected from these kindergartens. The social-emotional competence questionnaire was completed by their mothers. In this questionnaire, scores below the 40th percentile were considered the cut-off point. Among these children, 40 with low scores based on this cut-off were selected through voluntary targeted sampling. These children were randomly assigned to the experimental group (20 participants) and the control group (20 participants). The experimental group participated in the Tuning in to Kids program, which consisted of eight

*Received on: 12/10/2024*

*Revised on: 19/07/2025*

*Accepted on: 18/11/2025*



**Research  
Article**

*Vol. 23, No. 1, Serial 43*

*Spring & Summer*

*2026*

*pp 155-168*

weekly sessions lasting 90 minutes each. The questionnaire's validity was confirmed by subject matter experts, and its reliability was assessed using Cronbach's alpha. Data were analyzed using a mixed multivariate analysis of variance (MANOVA).

**Finding:** An examination of the statistical assumptions for the mixed multivariate analysis of variance (MANOVA) test revealed the following: The assumption of normality for the dependent variable distribution was assessed using the Shapiro-Wilk test, which indicated that the data were normally distributed ( $p > 0.01$ ). The assumption of homogeneity of variance was evaluated using Levene's test and confirmed ( $p > 0.05$ ). The Mauchly's test of sphericity was conducted to assess the equality of variance-covariance matrices, confirming the assumption of homogeneity ( $p > 0.001$ ). However, Mauchly's sphericity test results showed that the assumption of equality of within-subject variances for the total score of social-emotional competence and its four components—self-regulation, social competence, empathy, and emotional knowledge—was violated. Consequently, the Greenhouse-Geisser correction was applied for these components. Data analysis results demonstrated significant main effects of group, time, and the interaction between time and group on the total social-emotional competence score and its four components (self-regulation, social competence, empathy, and emotional knowledge) in preschool children, indicating that the Tuning in to Kids program intervention was effective in improving social-emotional competence, particularly self-regulation and social competence ( $p < 0.05$ ). However, the intervention's effect on empathy was not statistically significant ( $p > 0.05$ ). Effect size analysis revealed that the Tuning in to Kids program had the greatest impact on the total social-emotional competence score, followed by the social competence component. Therefore, the intervention effectively enhanced social-emotional competence among participants. Furthermore, Bonferroni post hoc tests and the non-significant difference between follow-up and post-test means suggest that the intervention's effects were stable over time ( $p > 0.05$ ).

**Discussion and Conclusions:** As mentioned, the failure to develop social-emotional competence is associated with a range of undesirable consequences, highlighting the importance of focusing on the preschool period and designing and implementing effective educational programs. The current research demonstrated that the Tuning in to Kids program can be an effective and efficient intervention to support this group of children. Therefore, it is recommended that counselors and psychologists incorporate the principles of the Tuning in to Kids program in therapy sessions with families facing emotional regulation challenges. One limitation of the present study is that it was conducted on a small sample of preschool girls, so caution should be exercised when generalizing the results to broader populations. Additionally, the study did not control for certain factors that may influence the intervention's effectiveness, such as the level of parental participation, socio-economic changes, community culture, and peer interactions. Consequently, future research should investigate the impact of the program on these variables. Furthermore, it is suggested that workshops for parents and teachers be organized based on the principles of the Tuning in to Kids program to enhance children's social-emotional competence.

**Keywords:** The Tuning in to Kids Program, Social-Emotional Competence, Preschool Children.

# اثر بخشی برنامه تنظیم هیجانی والد محور کودکان بر ابعاد شایستگی اجتماعی هیجانی کودکان پیش دبستانی

DOI: [10.22070/tlr.2025.19694.1676](https://doi.org/10.22070/tlr.2025.19694.1676)

شهر روز نعمتی<sup>۱\*</sup>، رحیم بدری گرگری<sup>۲</sup> و رقیه سروآزاد صوفیانی<sup>۳</sup>

۱. استاد روان شناسی و آموزش کودکان استثنایی، گروه علوم تربیتی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.  
(نویسنده مسئول)

Email: [sh.nemati@Tabrizu.ac.ir](mailto:sh.nemati@Tabrizu.ac.ir)

۲. استاد گروه علوم تربیتی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.

Email: [Badri\\_rahim@yahoo.com](mailto:Badri_rahim@yahoo.com)

۳. کارشناسی ارشد روان شناسی تربیتی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.

Email: [r.sarvazad79@gmail.com](mailto:r.sarvazad79@gmail.com)

## چکیده

مقدمه: هدف پژوهش حاضر اثربخشی برنامه تنظیم هیجانی والد محور کودکان بر ابعاد شایستگی اجتماعی هیجانی کودکان پیش دبستانی بود.

روش: روش پژوهش نیمه آزمایشی با گروه آزمایش و کنترل و مرحله پیگیری بود. جامعه آماری پژوهش کودکان پیش دبستانی شهرستان مرند بود که ۴۰ نفر از آن‌ها که براساس نقطه برش آزمون شایستگی اجتماعی هیجانی راویچ (۲۰۱۳) نمره‌های پایینی داشتند، با روش نمونه گیری هدفمند داوطلبانه انتخاب و به صورت تصادفی در گروه‌های آزمایش (۲۰ نفر) و کنترل (۲۰ نفر) گمارش شدند. برای گروه آزمایش به مدت ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای برنامه تنظیم هیجانی والد محور اجرا شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره مختلط استفاده شد.

نتایج: یافته‌ها حاکی از اثربخشی و ماندگاری برنامه آموزش تنظیم هیجانی والد محور کودکان بر شایستگی اجتماعی هیجانی کودکان پیش دبستانی بود.

بحث و نتیجه گیری: نتایج نشان داد که برنامه تنظیم هیجانی والد محور کودکان می‌تواند روشی مؤثر در بهبود شایستگی اجتماعی هیجانی کودکان پیش دبستانی در نظر گرفته شود؛ بنابراین مربیان و والدین می‌توانند برای افزایش شایستگی اجتماعی هیجانی در کودکان پیش دبستانی از این بسته آموزشی استفاده کنند.

**واژگان کلیدی:** برنامه تنظیم هیجانی والد محور، شایستگی اجتماعی هیجانی، کودکان پیش دبستانی.

نشریه علمی  
پژوهش‌های  
آموزش و یادگیری

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۷/۲۱

تاریخ اصلاحات: ۱۴۰۴/۰۴/۲۸

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۸/۲۷



مقاله پژوهشی

Journal of  
Training & Learning  
Researches  
Vol. 23, No. 1, Serial 43  
Spring & Summer  
2026

دوره ۲۳، شماره ۱، پیاپی ۴۳  
بهار و تابستان ۱۴۰۵  
صص: ۱۶۸-۱۵۵

## مقدمه

اعتماد به نفس بالا، تعامل‌های اجتماعی مطلوب و عملکرد تحصیلی موفق داشته باشد [۸]. شایستگی اجتماعی هیجانی شامل پنج مؤلفه اصلی خودآگاهی، خودمدیریتی، آگاهی اجتماعی، مهارت‌های ارتباطی و تصمیم‌گیری مسئولانه است. خودآگاهی توانایی درک احساس‌ها، افکار و ارزش‌های خود و چگونگی تأثیر آن‌ها بر رفتار در زمینه‌هاست. خودمدیریتی توانایی مدیریت مؤثر احساس‌ها، افکار و رفتارهای خود در موقعیت‌های مختلف و دستیابی به اهداف و آرزوهاست. آگاهی اجتماعی توانایی درک دیدگاه‌های دیگران و همدلی با آن‌هاست، از جمله دیدگاه‌هایی که پیشینه‌ها، فرهنگ‌ها و زمینه‌های مختلف دارند. مهارت‌های ارتباطی توانایی ایجاد و حفظ روابط سالم و حمایتی و هدایت مؤثر در تنظیم‌ها با افراد و گروه‌های مختلف است. تصمیم‌گیری مسئولانه توانایی انتخاب‌های مهم و سازنده درباره رفتار شخصی و تعامل‌های اجتماعی در موقعیت‌های مختلف است [۹]. رشد شایستگی اجتماعی چالشی کلیدی برای کودکان خردسال است؛ زیرا آن‌ها وارد عرصه اجتماعی پیش‌دستانی می‌شوند و با خواسته‌های پیچیده معلمان و همسالان روبه‌رو می‌شوند. کودکان دارای مهارت اجتماعی توانایی ایجاد روابط با همسالان و بزرگسالان را دارند که برای موفقیت در موقعیت‌های تحصیلی و اجتماعی ضروری است [۱۰]. از این نظر شایستگی اجتماعی هیجانی می‌تواند عامل محافظتی مهمی برای کودکان خردسال در نظر گرفته شود، آن‌ها را از عوامل استرس‌زا محافظت کند و به جلوگیری از ایجاد مشکل‌های جدی عاطفی و رفتاری در زندگی بعدی کمک کند [۱۱].

در ایران برنامه‌های متنوعی برای بهبود مهارت‌های اجتماعی هیجانی کودکان وجود دارد. برنامه یادگیری اجتماعی هیجانی کودکان قوی یکی از راه‌های ارتقای شایستگی اجتماعی هیجانی کودکان است [۱۲]. پژوهش زینلی ده‌رجبی و عاشوری [۱۳] نشان داد که بازی درمانی مبتنی بر رویکرد آکسلاین<sup>۱</sup> باعث بهبود شایستگی‌های اجتماعی هیجانی و تاب‌آوری کودکان

سال‌های پیش‌دستانی دوره رشدی کلیدی است که در آن مهارت‌های ضروری برای موفقیت تحصیلی و اجتماعی بعدی کسب و تقویت می‌شود. رشد شایستگی عاطفی اجتماعی نقطه عطف مهمی برای کودکان پیش‌دستانی است؛ زیرا کودکانی که از نظر اجتماعی و عاطفی در دوره پیش‌دستانی توانمند هستند، احتمالاً در آینده در زمینه‌های تحصیلی و اجتماعی موفق خواهند بود [۱]. شکست در ایجاد شایستگی عاطفی با مجموعه‌ای از پیامدهای نامطلوب مرتبط است. سطوح بالای هیجان‌های منفی و مشکل‌ها در تنظیم هیجان‌ها قبل از شروع مشکل‌های رفتاری رخ می‌دهد و شاخص‌های مهمی از کودکانی هستند که در معرض خطر مشکل‌های بعدی هستند [۲].

یکی از مهارت‌هایی که کودکان می‌توانند در دوره پیش‌دستانی کسب کنند، شایستگی اجتماعی هیجانی است [۳]. شایستگی هیجانی به درک، تنظیم و بیان کافی احساس‌ها اشاره دارد؛ درحالی‌که شایستگی اجتماعی شامل توانایی حل مشکل‌ها و تنظیم رفتارها در موقعیت‌های اجتماعی است [۴]. ازاین‌رو شایستگی اجتماعی هیجانی نشان می‌دهد که شایستگی هیجانی و شایستگی اجتماعی با هم در جهت رفتار انطباقی کار می‌کنند [۵]. شایستگی اجتماعی هیجانی شامل دانش هیجانی و مهارت‌هایی چون بیان، درک و مدیریت هیجان‌هاست که به افراد کمک می‌کند تا در تعامل‌ها و موقعیت‌های مختلف پاسخ‌های اجتماعی و واکنش‌های هیجانی مناسبی از خود بروز بدهند [۶]. همچنین شایستگی اجتماعی هیجانی را می‌توان رفتار مشارکتی و حمایت اجتماعی، شروع و حفظ دوستی با همسالان و روابط با بزرگسالان، مدیریت پرخاشگری و تعارض، توسعه حس تسلط و ارزش به خود، تنظیم هیجانی و واکنش‌پذیری تعریف کرد [۷]. کودکانی که شایستگی اجتماعی هیجانی بالایی دارند، به احتمال زیاد در مسئولیت‌پذیری و شناخت و مدیریت احساس‌های خود موفق می‌شوند؛ بنابراین شایستگی اجتماعی هیجانی می‌تواند به کودک کمک کند نگرش مدرسه‌ای مثبت،

1. Axline

ایجاد کنند. والدینی که می‌توانند احساس‌های خود را تنظیم کنند، در موقعیت بهتری برای کمک به فرزندان خود در رشد شایستگی عاطفی هستند [۱۸]. همچنین این برنامه مهارت‌هایی را به والدین می‌آموزد تا آن‌ها بتوانند در موقعیت‌های استرس‌زا آرام بمانند، تجربه‌های عاطفی خود را بپذیرند و تنظیم کنند و به فرزند خود بیاموزند که همین کار را انجام دهد.

نتایج پژوهش‌های مختلف [۱۹] [۲۰] [۲۱] [۲۲] بیانگر آن است که آموزش برنامه تنظیم هیجانی والدمحور کودکان باعث بهبود شایستگی اجتماعی هیجانی کودکان پیش دبستانی می‌شود. سال‌های پیش دبستانی نقش مهمی در زندگی ایفا می‌کند؛ زیرا مهارت‌ها و رفتارهای بسیاری در این دوران شکل می‌گیرد. وضعیتی که در دوران پیش دبستانی پدید می‌آید، نه تنها مستقیماً بر کودک تأثیر می‌گذارد، بلکه بر رشد و سلامت آینده نیز تأثیرگذار است [۲۳]. یافته‌ها حاکی از آن است که کودکان پیش دبستانی مشکل سلامت روانی دارند و در دختران بیشتر از پسران است [۲۴]. مشکل‌های رفتاری و عاطفی کودکان می‌تواند بر زندگی روزمره و سلامت روان آن‌ها در نوجوانی و حتی بزرگسالی تأثیر منفی بگذارد؛ بنابراین پژوهش حاضر به پیشگیری از نگرانی‌های مربوط به سلامت روان در کودکان و در نهایت به حداقل رساندن آسیب‌های روانی در طول سال‌های رشد آن‌ها کمک می‌کند؛ بنابراین یافته‌های پژوهش حاضر به بسط و تعدیل دیدگاه‌های نظری مرتبط با سازه‌های پژوهش حاضر کمک خواهد کرد و به لحاظ اهمیت تجربی این یافته‌ها افق‌های مداخله بالینی را فراوری متخصصان این حوزه قرار خواهد داد؛ در نتیجه پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی آموزش برنامه تنظیم هیجانی والدمحور کودکان بر ابعاد شایستگی اجتماعی هیجانی در کودکان پیش دبستانی دختر دارای مشکل‌های هیجانی رفتاری انجام شد.

کم‌شنوای پیش دبستانی شده است. همچنین پژوهش محمدی فرمند و همکاران [۱۴] حاکی از اثربخشی برنامه کوپین بر آمادگی ورود به دبستان و شایستگی اجتماعی هیجانی کودکان پیش دبستانی بود؛ بنابراین متداول‌ترین مداخله‌های مورداستفاده در ایران اغلب با بافت فرهنگی طراحی شده است و براساس ترکیبی از رویکردهای روان‌شناختی سنتی است. با این حال در مقایسه با برنامه‌های مبتنی بر شواهد مانند برنامه تنظیم هیجانی والدمحور کودکان ممکن است از نظر حمایت تجربی، دامنه و آموزش حرفه‌ای محدودیت‌هایی داشته باشد. در نتیجه هاویگرس و هارلی [۱۵] برنامه تنظیم هیجانی والدمحور کودکان را برای والدین کودکان پیش دبستانی طراحی کردند. این برنامه شیوه‌های اجتماعی شدن عاطفه کودکان پیش دبستانی را مد نظر قرار می‌دهد.

برنامه تنظیم هیجانی والدمحور کودکان برنامه‌ای متمرکز بر احساس‌هاست که برای آموزش والدین درباره اهمیت ایجاد شایستگی اجتماعی هیجانی در فرزندانشان طراحی شده است. این برنامه براساس فلسفه فرااحساس گاتمن و همکاران به والدین پنج مرحله مربیگری احساس‌ها را آموزش می‌دهد: آگاهی از احساس‌های کودک؛ در نظر گرفتن آن همچون فرصتی برای آموزش و صمیمیت؛ برقراری ارتباط با پذیرش و درک احساس‌های کودک؛ کمک به کودک برای توصیف احساس خود؛ کمک به کودک در حل مسئله و تعیین محدودیت [۱۶]. همچنین برای بهبود یا جلوگیری از مشکل‌های رفتاری اولیه ایجاد شد تا به والدین آموزش دهد که چگونه به احساس‌های کودک خود به روش‌های حمایتی و کمتر نادیده‌انگیز واکنش نشان دهند. با انجام این کار کودکان درک و مهارت بیشتری در تنظیم احساس‌های خود می‌یابند [۱۷]. برخلاف آموزش والدین برای تغییر رفتار فرزندشان این برنامه به والدین کمک می‌کند تا احساس‌ها را بپذیرند و مهارت‌های تحمل پریشانی و تنظیم هیجان را در خود

## فرضیه‌های پژوهش

### فرضیه اصلی

برنامه تنظیم هیجانی والدمحور بر ابعاد شایستگی اجتماعی هیجانی در کودکان پیش‌دبستانی مؤثر است.

### فرضیه‌های اختصاصی

- برنامه تنظیم هیجانی والدمحور بر خودتنظیمی در کودکان پیش‌دبستانی مؤثر است.
- برنامه تنظیم هیجانی والدمحور بر شایستگی اجتماعی در کودکان پیش‌دبستانی مؤثر است.
- برنامه تنظیم هیجانی والدمحور بر همدلی در کودکان پیش‌دبستانی مؤثر است.
- برنامه تنظیم هیجانی والدمحور بر دانش هیجانی در کودکان پیش‌دبستانی مؤثر است.
- برنامه تنظیم هیجانی والدمحور بر مسئولیت‌پذیری در کودکان پیش‌دبستانی مؤثر است.

## روش پژوهش

جامعه آماری شامل کودکان پیش‌دبستانی ۵ تا ۶ ساله شهرستان مرند در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۳ بود. روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای بود. به این صورت که ابتدا از بین پنج بخش مختلف شهرستان مرند بخش مرکزی به صورت تصادفی انتخاب شد و از بین مهدکودک‌های این بخش سه مهدکودک به صورت تصادفی و از میان آن‌ها ۳۴۰ کودک پیش‌دبستانی انتخاب شدند و پرسش‌نامه شایستگی اجتماعی هیجانی را مادران آن‌ها تکمیل کردند. در پرسش‌نامه شایستگی اجتماعی هیجانی نمره‌های پایین‌تر از نقطه ۴۰ درصدی نقطه برش در نظر گرفته شد. از میان این کودکان پیش‌دبستانی ۴۰ نفر از آن‌ها که براساس نقطه برش آزمون شایستگی اجتماعی هیجانی نمره‌های پایینی داشتند، با روش نمونه‌گیری هدفمند داوطلبانه انتخاب شدند. این کودکان به صورت تصادفی در گروه‌های آزمایش (۲۰ نفر) و کنترل (۲۰ نفر) گمارش

شدند. گروه آزمایش برنامه تنظیم هیجانی والدمحور را طی ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای هفته‌ای یک بار دریافت کرد. معیارهای ورود به پژوهش کودکان پیش‌دبستانی دارای نمره پایین‌تر از نقطه برش (کودکان دارای مشکل‌های هیجانی و رفتاری) و رضایت آگاهانه مادران کودکان پیش‌دبستانی برای مشارکت در پژوهش و معیارهای خروج از پژوهش غیبت مادران کودکان پیش‌دبستانی بیش از سه جلسه و رضایت کافی نداشتن از روند اجرای پژوهش در نظر گرفته شد.

الف. پرسش‌نامه شایستگی اجتماعی هیجانی: این پرسش‌نامه را راویچ (۲۰۱۳) با هدف ارزیابی یادگیری اجتماعی و هیجانی کودکان پیش‌دبستانی ساخته است [۲۵]. این مقیاس ۴۲ گویه دارد و شامل پنج خرده‌مقیاس خودتنظیمی (۱۰ گویه)، شایستگی اجتماعی (۱۲ گویه)، همدلی (۷ گویه)، دانش هیجانی (۵ گویه) و مسئولیت‌پذیری (۸ گویه) است. روش نمره‌گذاری به صورت مقیاس لیکرت چهاردرجه‌ای (هرگز، گاهی، اغلب) و همیشه (۳) است. دامنه نمره‌های آن بین ۰ تا ۱۲۶ قرار دارد و نمره کل مقیاس از مجموعه نمره‌های خرده‌مقیاس‌ها به دست می‌آید. راویچ [۲۵] پایایی این مقیاس را با آلفای کرونباخ بین ۰/۹۰ تا ۰/۹۵ و برای کل مقیاس ۰/۹۷ گزارش کرد. همچنین روایی این پرسش‌نامه از راه تحلیل عاملی در دامنه ۰/۳۹ تا ۰/۹۲ قرار دارد که مطلوب گزارش شده است. در پژوهش عاشوری و یزدانی پور [۲۶] ضریب پایایی با استفاده از روش آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس‌های خودتنظیمی ۰/۷۸، شایستگی اجتماعی ۰/۸۶، همدلی ۰/۹۰، مسئولیت‌پذیری ۰/۸۴، دانش هیجانی ۰/۸۶ و ضریب پایایی کل مقیاس ۰/۸۸ به دست آمد. در این پژوهش ضریب پایایی با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۵ به دست آمد.

## روش اجرا و برنامه مداخله

برنامه تنظیم هیجانی والدمحور کودکان پیش‌دبستانی

گرفته است. این برنامه به گروه آزمایش طی ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای (هفته‌ای ۱ بار) داده شد. طرح کلی محتوای برنامه تنظیم هیجانی والدمحور کودکان در جدول ۱ ارائه شده است.

اقتباس شده از محتوای کتابچه راهنمای گروهی سنتی هاویگرست و هارلی است [۱۵]. در پژوهش‌های قبلی در ایران اثربخشی این برنامه بر کودکان دارای مشکل‌های رفتاری [۲۷] و کاهش اضطراب کودکان پیش دبستانی ادیسی و همکاران [۲۸] مورد تأیید قرار

جدول ۱. محتوای برنامه تنظیم هیجانی والدمحور برای کودکان پیش دبستانی

جلسه‌ها و محتوای جلسه‌ها
اول (آشنایی با برنامه و معارفه اعضای گروه): آشنایی اعضا با یکدیگر و پژوهشگر، تبیین هدف و بیان قوانین جلسه‌ها و برگزاری پیش‌آزمون شایستگی اجتماعی هیجانی.
دوم (چگونگی تربیت کودکان با هوش هیجانی): آشنایی با هوش هیجانی، مربیگری احساس‌ها و ارتباط با کودکان حول محور احساس‌ها. فعالیت در خانه: توجه به احساس‌ها با شدت کم و نام‌گذاری احساس‌ها.
سوم (نام‌گذاری احساس‌ها): آگاهی از احساس‌ها، هماهنگی با احساس‌های کودک و فرااحساس و تأثیر آن بر فرزندپروری. فعالیت در خانه: شناسایی فرااحساس و احساس‌های با شدت کم.
چهارم (درک تجربه عاطفی کودک): توسعه همدلی، انعکاس احساس‌ها و ایجاد مهارت‌های مربیگری احساس‌ها. فعالیت در خانه: ایجاد همدلی.
پنجم (حل مسئله و مراقبت از خود هنگام مربیگری احساس‌ها): تثبیت مهارت‌های مربیگری هیجانی، سبک‌های فرزندپروری، حل مسئله و شناسایی نیازهای دل‌بستگی کودک. فعالیت در خانه: ارتباط/کاوش با کودک و مربیگری ترس‌ها/نگرانی‌ها.
ششم (آموزش احساس‌ها به خشم فرزندتان): درک و پاسخ به خشم و رفتار عصبانیت و آرام‌سازی پیش‌رونده عضلانی. فعالیت در خانه: مربیگری احساس خشم و ایجاد در یک مکث.
هفتم (فرزندپروری هوشمندانه عاطفی در حال و آینده): بررسی و تقویت اصول و مهارت‌های مربیگری احساس‌ها، بررسی برنامه، آرامش و آگاهی هیجانی، خودمراقبتی عاطفی و مدیریت خشم خود والدین. فعالیت در خانه: بازی نقش با عصبانیت رقابت خواهر و برادر.
هشتم (جمع‌بندی و اجرای پس‌آزمون‌ها): مرور و جمع‌بندی جلسه‌های قبل، نتیجه‌گیری نهایی، اجرای پس‌آزمون و تشکر از گروه‌ها.

استاندارد ۵/۳۰ بود. داده‌های توصیفی مؤلفه‌های متغیر شایستگی اجتماعی هیجانی در جدول ۲ نشان داده شده است.

نتایج جدول ۲ نشان داد که میانگین کل شایستگی اجتماعی هیجانی کودکان پیش دبستانی در گروه آزمایش در پیش‌آزمون برابر با ۶۵/۲۲ بود که در پس‌آزمون به ۷۳/۵۷ و در پیگیری به ۷۳/۲۷ رسید و مقداری افزایش را نشان داد. در گروه کنترل تغییرهای میانگین به‌طور محسوسی کمتر بود. بررسی میانگین مؤلفه‌ها نشان داد که در گروه آزمایش یعنی برنامه آموزش تنظیم هیجان میانگین تمامی مؤلفه‌های شایستگی اجتماعی هیجانی در پس‌آزمون و پیگیری بیشتر از پیش‌آزمون بود. میانگین

### روش تحلیل یافته‌ها

برای تحلیل داده‌های بررسی شده در این تحقیق از آمار توصیفی (میانگین، انحراف استاندارد) و آمار استنباطی (تحلیل واریانس چندمتغیره مختلط) استفاده شد. داده‌های به‌دست آمده در این تحقیق توسط SPSS 28 تحلیل شده است.

### یافته‌ها

دامنه سنی مادران شرکت‌کننده از ۲۳ تا ۴۲ سال و میانگین سن گروه آزمایش ۳۱/۶۷ سال با انحراف استاندارد ۵/۰۱ و گروه کنترل ۳۱/۲۱ با انحراف

میانگین مؤلفه دانش هیجانی در گروه آزمایش در پیش‌آزمون ۷/۶۱ بود که در پس‌آزمون به ۸/۸۴ و در پیگیری به ۸/۲۷ رسید. میانگین مؤلفه مسئولیت‌پذیری در گروه آزمایش در پیش‌آزمون ۱۲/۵۰ بود که در پس‌آزمون به ۱۳/۲۲ و در پیگیری به ۱۳/۱۱ رسید. در گروه کنترل تغییر چشمگیری در میانگین مؤلفه‌ها مشاهده نشد.

مؤلفه خودتنظیمی در گروه آزمایش در پیش‌آزمون ۱۵/۵۰ بود که در پس‌آزمون به ۱۸/۲۲ و در پیگیری به ۱۸/۳۳ رسید. میانگین مؤلفه شایستگی اجتماعی در گروه آزمایش در پیش‌آزمون ۱۸/۵۰ بود که در پس‌آزمون به ۲۰/۳۹ و در پیگیری به ۲۰/۵۶ رسید. میانگین مؤلفه همدلی در گروه آزمایش در پیش‌آزمون ۱۱/۱۱ بود که در پس‌آزمون به ۱۲/۸۹ و در پیگیری به ۱۳/۰۰ رسید.

جدول ۲. آمارهای توصیفی شایستگی اجتماعی هیجانی و مؤلفه‌های آن به تفکیک گروه و زمان

متغیر	زمان	آزمایش		کنترل	
		میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
خودتنظیمی	پیش‌آزمون	۱۵/۵۰	۵/۷۴	۱۶/۱۶	۳/۶۹
	پس‌آزمون	۱۸/۲۲	۴/۲۸	۱۷/۰۵	۳/۵۸
	پیگیری	۱۸/۳۳	۴/۲۱	۱۷/۴۲	۳/۳۵
شایستگی اجتماعی	پیش‌آزمون	۱۸/۵۰	۴/۲۵	۲۰/۰۰	۴/۹۱
	پس‌آزمون	۲۰/۳۹	۲/۵۸	۱۹/۶۳	۵/۱۹
	پیگیری	۲۰/۵۶	۳/۶۳	۱۹/۹۵	۴/۹۴
همدلی	پیش‌آزمون	۱۱/۱۱	۳/۳۲	۱۰/۱۶	۴/۱۵
	پس‌آزمون	۱۲/۸۹	۲/۴۲	۱۰/۸۴	۳/۲۹
	پیگیری	۱۳/۰۰	۲/۱۱	۱۱/۴۷	۳/۱۷
دانش هیجانی	پیش‌آزمون	۷/۶۱	۳/۰۹	۷/۸۴	۳/۰۲
	پس‌آزمون	۸/۸۴	۲/۴۳	۷/۷۴	۳/۲۶
	پیگیری	۸/۲۷	۱/۹۸	۸/۱۶	۳/۳۴
مسئولیت‌پذیری	پیش‌آزمون	۱۲/۵۰	۳/۲۲	۱۱/۸۹	۳/۱۴
	پس‌آزمون	۱۳/۲۲	۳/۲۶	۱۲/۱۶	۳/۰۴
	پیگیری	۱۳/۱۱	۳/۲۲۹	۱۲/۳۷	۲/۵۶
شایستگی اجتماعی هیجانی (کل)	پیش‌آزمون	۶۵/۲۲	۱۵/۹۶	۶۶/۰۵	۱۲/۴۴
	پس‌آزمون	۷۳/۵۷	۱۳/۱۱	۶۷/۴۲	۱۱/۸۵
	پیگیری	۷۳/۲۷	۱۲/۵۵	۶۹/۳۷	۱۱/۰۲

همگنی واریانس طبق آزمون لوین بررسی شد و مورد تأیید قرار گرفت ( $p > 0/05$ ). نتایج آزمون ام‌باکس جهت بررسی پیش‌فرض تساوی واریانس کوواریانس نشان داد سطح معنی‌داری آزمون ام‌باکس برای شایستگی اجتماعی هیجانی و تمامی مؤلفه‌های آن بیشتر از معیار  $0/01$  بود و به معنای تأیید مفروضه همگنی

بررسی مفروضه‌های آماری آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره مختلط نشان داد پیش‌فرض نرمال بودن توزیع متغیر وابسته با استفاده از آزمون شاپیروویلک ارزیابی شد که سطح معنی‌داری برای همه متغیرها در زمان‌های مختلف بیشتر از  $0/01$  بود که نشان داد انحراف شدیدی از توزیع نرمال مشاهده نشد ( $p > 0/01$ ). پیش‌فرض

و در نتیجه از آزمون جایگزین محافظه کارانه گرینهاوس گیزر برای این مؤلفه‌ها استفاده شد. در جدول ۳ نتایج آزمون تحلیل واریانس مختلط به منظور بررسی اثر گروه و زمان بر سه متغیر وابسته پژوهش آمده است.

ماتریس‌های واریانس کوواریانس بود ( $p > 0/001$ ). بررسی نتایج آزمون کرویت‌موجلی نشان داد فرض برابری واریانس‌های درون آزمودنی برای نمره کل شایستگی اجتماعی هیجانی و چهار مؤلفه خودتنظیمی، شایستگی اجتماعی، همدلی و دانش هیجانی برقرار نبود.

جدول ۳. نتایج آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره مختلط به منظور آزمون اثربخشی مداخله برنامه آموزش تنظیم هیجانی والدمحور بر شایستگی اجتماعی هیجانی و مؤلفه‌های آن در کودکان پیش دبستانی

متغیرها	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	میانگین مجذورات	مقدار F	مقدار p	ضریب جزئی اتا	توان آماری
خودتنظیمی	گروه	۲۵/۹۷	۲۵/۹۷	۱۵/۴۷	<0/001	0/313	0/969
	زمان	۹۲/۷۲	۷۷/۴۷	۴۰/۹۴	<0/001	0/539	۱
	گروه × زمان	۱۸/۰۹	۱۵/۱۲	۷/۹۹	0/005	0/186	0/835
شایستگی اجتماعی	گروه	۴۱/۲۴	۴۱/۲۴	۱۹/۵۳	<0/001	0/365	0/990
	زمان	۲۰/۲۰	۱۴/۲۴	۱۰/۸۹	0/001	0/237	0/957
همدلی	گروه × زمان	۲۹/۴۶	۲۰/۷۷	۱۵/۸۹	<0/001	0/312	0/994
	گروه	۱۰/۶۸	۱۰/۶۸	۶/۳۰	0/017	0/126	0/758
	زمان	۲۳/۲۶	۱۸/۳۰	۱۰/۴۷	0/001	0/230	0/932
دانش هیجانی	گروه × زمان	۱۶/۴۵	۱۶/۴۵	۸/۱۲	0/004	0/191	0/842
	گروه	۸/۶۳	۸/۶۳	۵/۵۹	0/024	0/116	0/701
	زمان	۹/۳۶	۹/۳۶	۸/۲۶	0/006	0/178	0/804
مسئولیت پذیری	گروه × زمان	۱۴/۹۳	۱۴/۹۳	۶/۴۵	0/016	0/129	0/761
	گروه	۲/۳۷	۲/۳۷	۱/۶۵	0/208	0/046	0/239
	زمان	۶/۶۵	۳/۳۲	۴/۱۷	0/029	0/107	0/717
شایستگی اجتماعی هیجانی	گروه × زمان	۱/۰۳	0/51	0/64	0/528	0/018	0/154
	گروه	۲۷۴/۴۸	۲۷۴/۴۸	۳۱/۱۱	<0/001	0/478	۱
	زمان	۵۴۸/۹۵	۴۵۶/۵۶	۵۰/۱۵	<0/001	0/589	۱
	گروه × زمان	۱۴۸/۰۵	۱۲۳/۱۳	۱۳/۵۲	<0/001	0/279	0/970

اجتماعی هیجانی و دو مؤلفه آن یعنی خودتنظیمی و شایستگی اجتماعی اثربخش بود ( $p < 0/05$ ). یافته‌ها همچنین نشان داد که اثربخشی مداخله بر مسئولیت‌پذیری تأیید نشد ( $p > 0/05$ ). بررسی مقادیر اندازه اثر گروه نشان داد مداخله برنامه آموزش تنظیم هیجانی والدمحور بیشترین اثربخشی را بر نمره کل

نتایج جدول ۳ نشان داد که اثر گروه، اثر زمان و اثر تعاملی زمان و گروه برای نمره کل شایستگی اجتماعی هیجانی و چهار مؤلفه آن یعنی خودتنظیمی، شایستگی اجتماعی، همدلی و دانش هیجانی در کودکان پیش دبستانی معنادار بود و بدین معنا بود که مداخله برنامه آموزش تنظیم هیجانی والدمحور بر شایستگی

شایستگی اجتماعی هیجانی ( $\eta_p^2=0/478$ ) و بعد از آن بر مؤلفه شایستگی اجتماعی ( $\eta_p^2=0/365$ ) داشت. برای بررسی تفاوت اثرهای مداخله در گروه مداخله در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری (درون‌گروهی) برای هریک از متغیرهای وابسته از آزمون تعقیبی بونفرونی استفاده شد که نتایج در جدول ۴ آمده است.

جدول ۴. نتایج آزمون تعقیبی در سه زمان پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری در گروه مداخله

متغیرها	پیش‌آزمون - پس‌آزمون			پیش‌آزمون - پیگیری			پس‌آزمون - پیگیری		
	تفاوت میانگین	خطای استاندارد	مقدار p	تفاوت میانگین	خطای استاندارد	مقدار p	تفاوت میانگین	خطای استاندارد	مقدار p
خودتنظیمی	۲/۷۲	۰/۴۹۷	<۰/۰۰۱	۲/۸۳	۰/۵۳۸	<۰/۰۰۱	۰/۱۱	۰/۱۳۷	۰/۴۳۰
شایستگی اجتماعی	۱/۸۹	۰/۴۲۷	<۰/۰۰۱	۲/۰۶	۰/۴۱۶	<۰/۰۰۱	۰/۱۷	۰/۱۴۶	۰/۲۶۹
همدلی	۱/۷۸	۰/۵۰۳	۰/۰۰۲	۱/۸۹	۰/۵۱۱	۰/۰۰۲	۰/۱۱	۰/۲۶۷	۰/۶۸۲
دانش هیجانی	۱/۲۳	۰/۳۸۶	۰/۰۰۵	۰/۶۶	۰/۳۳۴	۰/۰۰۵	۰/۵۷	۰/۳۲۲	۰/۰۹۴
مسئولیت‌پذیری	۰/۷۲	۰/۲۲۶	۰/۰۰۵	۰/۶۱	۰/۲۵۷	۰/۰۰۵	۰/۱۱	۰/۱۹۶	۰/۵۷۹
شایستگی اجتماعی (کل)	۶/۹۴	۱/۰۳	<۰/۰۰۱	۶/۹۴	۱/۱۴	<۰/۰۰۱	۰/۰۰	۰/۳۸۸	۱

در کودکان پیش‌دستانی بود. یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که برنامه تنظیم هیجانی والدمحور بر شایستگی اجتماعی هیجانی کودکان پیش‌دستانی اثربخش بود و به‌طور معناداری نمره کل شایستگی اجتماعی هیجانی و نمره‌های ابعاد خودتنظیمی، شایستگی اجتماعی و همدلی را در مرحله پس‌آزمون و پیگیری افزایش داد. این یافته با نتایج پژوهش‌های چان و شام [۲۹]،<sup>۱</sup> آیزنبرگ [۳۰] و هاویگرست و همکاران [۳۱] همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت کیفیت تعامل‌های بین فردی تا حدی سیستم خودتنظیمی کودکان را توسعه می‌دهد و آن را به فرایند متقابل والدفرزند تبدیل می‌کند و بر جنبه‌های بین فردی نحوه مدیریت احساس‌ها، فرایندهای شناختی و رفتار تأکید می‌کند [۳۲]. برنامه تنظیم هیجانی والدمحور به والدین مهارت‌هایی را می‌آموزد تا با برقراری ارتباط ابراز احساس‌های چالش‌برانگیز کودک را بپذیرند و تأیید کنند و حمایت و تنظیمی بیرونی را فراهم کنند که ممکن است به کودک

نتایج جدول ۴ نشان داد میانگین دو زمان پس‌آزمون و پیگیری برای نمره کل شایستگی اجتماعی هیجانی در کودکان پیش‌دستانی و چهار مؤلفه آن یعنی خودتنظیمی، شایستگی اجتماعی، همدلی و دانش هیجانی به‌طور معناداری بیشتر از پیش‌آزمون بود و بیانگر این بود که تغییر چشمگیری از نظر آماری در زمان پس‌آزمون و پیگیری نسبت به پیش‌آزمون مشاهده شد ( $p < 0/05$ ). با توجه به میانگین‌ها در جدول ۸ می‌توان نتیجه گرفت که مداخله برنامه آموزش تنظیم هیجان موجب افزایش و ارتقای میزان شایستگی اجتماعی هیجانی در شرکت‌کنندگان شد. با توجه به نتایج آزمون بونفرونی و معنادار نشدن مقایسه میانگین زمان پیگیری با پس‌آزمون، می‌توان نتیجه گرفت که اثربخشی مداخله برنامه آموزش تنظیم هیجانی والدمحور در طول زمان پایدار و ماندگار بود ( $p > 0/05$ ).

#### بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر بررسی تأثیر برنامه تنظیم هیجانی والدمحور کودکان بر شایستگی اجتماعی هیجانی

1. Chan & Shum  
 2. Eisenberg

کمک کند تا مهارت‌های خودتنظیمی را تمرین و درونی کند؛ به عبارتی دیگر کودکان را قادر می‌سازد تا در کنترل پاسخ‌های ناخواسته و تمایز بهتر بین احساس‌های مختلف فعال‌تر شوند و به نشانه‌های عاطفی پاسخ مناسب‌تری نشان دهند [۳۳]. همچنین فرایندهای فرزندپروری بر رشد خودتنظیمی کودکان تأثیر می‌گذارد. استفاده والدین از راهبردهای فرزندپروری مثبت مانند راهنمایی با خودتنظیمی بهتر کودک همراه است؛ درحالی‌که استفاده از راهبردهای فرزندپروری منفی مانند رفتارهای اجباری با خودتنظیمی ضعیف‌تر کودک مرتبط است. سبک فرزندپروری مقتدرانه که با سطوح بالایی از پاسخ‌گویی و استفاده از مرزها و تعیین محدودیت مشخص می‌شود، در مقایسه با سهل‌انگیز (یعنی پاسخ‌دهی بالا و مرزهای کم) و مستبدانه با مهارت‌های خودتنظیمی بهتر کودک مرتبط است [۳۴].

برنامه تنظیم هیجانی والدمحور به والدین کمک می‌کند تا محیط‌هایی حمایتی و پرورشی ایجاد کنند که رشد مهارت‌های خودتنظیمی را در فرزندانشان تسهیل می‌کند [۳۱]. همچنین طبق مدل اکتشافی آیزنبرگ سیستم خودتنظیمی کودکان را تا حدی کیفیت تعامل‌های بین فردی در طول رشد اولیه شکل می‌دهد. پاسخ‌های والدین به یادگیری عاطفی کودکان پیش دبستانی که رفتارهای اجتماعی‌سازی مرتبط با عاطفه نامیده می‌شود، برای رشد مهارت‌های خودتنظیمی کودکان بسیار مهم است [۳۰]. برنامه تنظیم هیجانی والدمحور مهارت‌هایی را به والدین در توجه به احساس‌های کودکان می‌آموزد و به کودکان در درک احساس‌ها و تنظیم آن‌ها و به والدین برای تنظیم احساس‌های خود و تعیین محدودیت درباره رفتار کودکان کمک می‌کند. این برنامه اجتماعی‌پذیری هیجانی والدین را تقویت می‌کنند و آن‌ها را در نحوه آموزش مستقیم به کودکان برای شناسایی و نام‌گذاری احساس‌های مختلف راهنمایی می‌کند و به کودکان کمک می‌کند تا پاسخ‌های خود را در موقعیت‌های چالش‌برانگیز در چارچوب رابطه‌ای حمایتی تعدیل کنند که این عوامل ممکن است بر

جنبه‌های خودتنظیمی کودک تأثیر مستقیم و غیرمستقیم داشته باشند [۳۱]. تأثیر برنامه تنظیم هیجانی والدمحور بر خودتنظیمی کودکان پیش دبستانی را می‌توان در چارچوب نظریه دلبستگی بالبی تبیین کرد [۳۵]. نظریه دلبستگی ویژگی‌های بهینه فرزندپروری را تعریف کرده است که شامل سازگاری، آرامش، پرورش و توانایی پاسخ‌گویی مؤثر به نیازهای عاطفی کودک است. در زمینه خودتنظیمی نظریه دلبستگی نشان می‌دهد که چگونگی کیفیت رابطه دلبستگی بین کودک پیش دبستانی و مراقب او می‌تواند بر توانایی کودک برای تنظیم احساس‌ها، رفتارها و پاسخ‌های خود به عوامل استرس‌زا تأثیر بگذارد. کودکان پیش دبستانی که دلبستگی ایمن با والدین خود ایجاد کرده‌اند، به احتمال زیاد مهارت‌های خودتنظیمی مؤثرتری از خود نشان می‌دهند. دلبستگی ایمن با ایجاد احساس امنیت و حمایت عاطفی به کودکان کمک می‌کند تا در کاوش در محیط خود و مدیریت احساس‌های خود اعتمادبه‌نفس داشته باشند و برای کنار آمدن با موقعیت‌های استرس‌زا از حمایت‌های مراقب خود و تنظیم مؤثر پاسخ‌های هیجانی برخوردار باشند [۳۶]. این برنامه با پرورش دلبستگی ایمن از طریق مراقبت پاسخ‌گو، حمایت عاطفی و تعامل‌های مداوم می‌تواند مهارت‌های خودتنظیمی سالم را در کودکان پیش دبستانی ارتقا دهد. همچنین راهبردهایی را برای کمک به کودکان جهت درک و تنظیم احساس‌ها و رفتار ارائه می‌دهد و به والدین کمک می‌کند تا مهارت‌های درک و تنظیم احساس‌های خود را نیز توسعه دهند [۳۷].

از دیگر یافته‌های پژوهش این بود که برنامه تنظیم هیجانی والدمحور بر شایستگی اجتماعی اثربخش بود. این یافته با نتایج پژوهش‌های اندنچینگما<sup>۱</sup> و همکاران [۲۱] و هاویگرست و کهو [۲۲]<sup>۲</sup> همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت شایستگی اجتماعی به پردازش و عملکرد اجتماعی در زمینه‌های اجتماعی اشاره دارد که شامل سه بعد است: پیروی از قوانین، تعامل اجتماعی و

1. Ndengeyingoma  
2. Havighurst & Kehoe

نظر گرفته شده است. در رابطه با همدلی تجربه وضعیت عاطفی فرد دیگر احتمالاً پیامدهایی بر کیفیت روابط اجتماعی و تعامل‌های اجتماعی فرد دارد. والدین نقشی مهم در اجتماعی شدن همدلی دارند. با توجه به دیدگاه یادگیری اجتماعی والدین صمیمی و حمایتگر همدلی را الگوبرداری می‌کنند؛ زیرا آن‌ها دیدگاه فرزند خود را در نظر می‌گیرند و نسبت به احساس‌های خود توجه نشان می‌دهند. تئوری دلبستگی بالبی [۴۳] بیان می‌کند که والدین گرم و حمایتی نیازهای عاطفی‌ای از کودکان را برآورده می‌کنند که می‌تواند به مشغولیت کمتر با احساس‌های خود و در نتیجه توانایی بهتر برای توجه به احساس‌های فرد دیگر بینجامد؛ علاوه بر این تعامل‌های منفی والد کودک مانند خصومت و تعارض‌ها ممکن است مهارت‌های تنظیم هیجانی کودکان را مختل کند و از این رو ممکن است مانع دیدگاه گرفتن و نشان دادن نگرانی برای دیگران شود [۴۴]. برخی از راهبردهای اجتماعی شدن عاطفی والدین مانند گفت‌وگو درباره احساس‌ها با کودک یا ابراز احساس‌های والدین به او کمک می‌کند تا مهارت‌های همدلی را توسعه دهد. برنامه تنظیم هیجانی والدمحور با نشان دادن نحوه پاسخ‌گویی حساس به احساس‌های کودکان والدین را تشویق می‌کند تا رفتار همدلانه را مدل‌سازی کنند. هنگامی که والدین همدلی نشان می‌دهند، کودکان از طریق مشاهده می‌آموزند که چگونه درک و شفقت خود را نسبت به دیگران ابراز کنند. همچنین این برنامه مهارت‌هایی مانند گوش دادن فعال، تأیید احساس‌ها و پاسخ‌های دلسوزانه را به کودکان آموزش می‌دهد که نسبت به دیگران مهربان باشند و توجه کنند تا توانایی مشاهده موقعیت‌ها از دیدگاه دیگران را توسعه دهند که ظرفیت آن‌ها را برای همدلی همچون یکی از ابعاد شایستگی اجتماعی هیجانی افزایش می‌دهد [۲۲].

یافته دیگر این پژوهش این بود که اثربخشی برنامه تنظیم هیجانی والدمحور بر مؤلفه دانش هیجانی اثربخش بود. این یافته با پژوهش‌های اینگلندماسون و گنزالز

رفتار اجتماعی. فقدان مهارت‌های اجتماعی به مشکل‌هایی در شروع و حفظ رابطه و طرد شدن از طرف همسالان و بعداً در برونی‌سازی و درونی‌سازی کردن مشکلات مانند پرخاشگری و افسردگی می‌انجامد [۳۸]. برنامه تنظیم هیجانی والدمحور با ترویج تنظیم هیجان و خودکنترلی به بهبود توانایی کودکان پیش‌دبستانی در پیروی از قوانین کمک می‌کند. این برنامه به کودکان کمک می‌کند احساسات خود را درک و مدیریت کنند، رفتارهای اجتماعی (کمک کردن، به اشتراک گذاشتن و آرامش) از خود نشان دهند که به توسعه شایستگی اجتماعی و پیروی از قوانین در کودکان پیش‌دبستانی کمک می‌کند. همچنین این برنامه به کودکان کمک می‌کند تا احساس‌های دیگران را بهتر درک کنند، ارتباط مؤثر برقرار کنند و در تعامل‌های اجتماعی مثبت شرکت کنند [۳۹]. همچنین بسیاری از مشکل‌هایی که در دوران پیش‌دبستانی رخ می‌دهد، ماهیت اجتماعی دارند. کودکان اغلب رفتارهایی را از دیگران مشاهده می‌کنند که آن‌ها را ناخوشایند می‌دانند. احساس‌ها و پاسخ‌های کودکان به این موقعیت‌های چالش‌برانگیز می‌تواند میزان استفاده از مهارت‌های حل مسئله اجتماعی را نشان دهد [۴۰]. برنامه تنظیم هیجانی والدمحور به کودکان مهارت‌های ارتباطی مؤثر از جمله گوش دادن فعال، ابراز احساس سازنده و سازش را می‌آموزد. این مهارت‌های ارتباطی برای حل مسئله و تعارض در تعامل‌های اجتماعی بسیار مهم است. در نتیجه کودکان آمادگی بیشتری برای هدایت تعامل‌های اجتماعی، حل تعارض‌ها و رفتارهای مثبت حل مسئله دارند که در نهایت به افزایش شایستگی اجتماعی آن‌ها کمک می‌کند [۴۱].

یکی دیگر از یافته‌های پژوهش این بود که برنامه تنظیم هیجانی والدمحور بر همدلی اثربخش بود. این یافته با نتایج پژوهش‌های هوسنا و آمبارینی [۴۲] و چان و شام [۲۹] همسو است. در تبیین این یافته می‌توان می‌گفت همدلی اغلب تسهیل‌کننده شایستگی اجتماعی هیجانی افراد و کیفیت روابط اجتماعی آن‌ها در

[۴۱] و هاویگرست و همکاران [۴۵] همسو است. دانش کودکان درباره احساس‌ها و نحوه بیان و تنظیم هیجان‌های خود جنبه‌های کلیدی شایستگی اجتماعی هیجانی هستند و برخی از مهارت‌های اساسی را ارائه می‌دهند که به کودکان در توسعه رفتارهای اجتماعی و هیجانی کمک می‌کند. در دوران پیش‌دبستانی والدین مهارت‌هایی را به کودکان می‌آموزند که به آن‌ها در آگاهی، بیان، تعلیم و مدیریت هیجان‌های خود کمک می‌کند و دانش خود را در مورد چگونگی واکنش به موقعیت‌هایی که در آن احساس‌ها درگیر هستند، توسعه می‌دهند [۴۶]. براساس نظریهٔ مربیگری هیجان گاتمن والدینی که نگرش و باورهای منطبق با فلسفهٔ مربیگری هیجان دارند، به احساس‌های مثبت و منفی کودکان پاسخ می‌دهند و به‌گونه‌ای مربی می‌شوند که به کودک کمک کنند تا مهارت‌هایی را در آگاهی، بیان و تنظیم هیجان کسب کند. مربیگری هیجان مستلزم این است که والدین از احساس‌های کودک آگاه باشند، نمایش احساس‌های کودک را فرصتی برای صمیمیت و آموزش بدانند، به کودک کمک کنند تا به‌صورت شفاهی احساس‌های خود را برچسب‌گذاری کند، نسبت به کودک خود همدلی نشان دهند و در حل مسئله به او کمک کنند [۱۶]؛ بنابراین کودکانی که این سبک از فرزندپروری را تجربه می‌کنند، احتمالاً مشکل‌های رفتاری کمتر و شایستگی اجتماعی هیجانی بالایی دارند [۴۷]. برنامهٔ تنظیم هیجانی والدمحور به کودکان کمک می‌کند در تشخیص و تفسیر نشانه‌های عاطفی در خود و دیگران ماهرتر شوند. این برنامه با آموزش ترفندهایی مثل ایفای نقش و بحث به کودکان کمک می‌کند تا یاد بگیرند که عبارت‌های هیجانی مختلف را شناسایی کنند و توانایی آن‌ها را در زمینهٔ دانش هیجانی افزایش می‌دهد [۴۵].

از دیگر یافته‌های پژوهش حاضر این بود که برنامهٔ تنظیم هیجانی والدمحور بر مسئولیت‌پذیری کودکان پیش‌دبستانی اثربخش نبود. این یافته با نتایج پژوهش

کوربی<sup>۲</sup> و همکاران [۴۸] و ویلسون<sup>۳</sup> و همکاران [۴۹] ناهمسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت کودکان پیش‌دبستانی معمولاً در مرحلهٔ رشدی هستند که درک مفاهیم انتزاعی مانند مسئولیت‌پذیری می‌تواند چالش‌برانگیز باشد. آن‌ها ممکن است هنوز توانایی شناختی برای درک کامل پیامدهای اعمال خود و مسئولیت خود در زمینهٔ اجتماعی را نداشته باشند. همچنین اثربخشی ارتقای مسئولیت‌پذیری از طریق برنامهٔ تنظیم هیجانی والدمحور به مشارکت والدین متکی است. اگر والدین این مفاهیم را در کودکان تقویت نکنند، ممکن است کودکان به‌طور کامل درس‌های آموخته‌شده را درونی نکنند.

چنانچه اشاره شد، شکست در ایجاد شایستگی اجتماعی هیجانی با مجموعه‌ای از پیامدهای نامطلوب مرتبط است. سطوح بالای هیجان‌های منفی و مشکل‌ها در تنظیم هیجان‌ها قبل از شروع مشکل‌های رفتاری رخ می‌دهند و شاخص‌های مهمی از کودکانی هستند که در معرض خطر مشکل‌های بعدی هستند که همگی آن‌ها لزوم توجه بیش‌ازپیش به کودکان پیش‌دبستانی و تدوین و اجرای برنامهٔ آموزشی اثربخش را مطرح می‌کند. پژوهش حاضر نشان داد که برنامهٔ تنظیم هیجانی والدمحور می‌تواند یکی از برنامه‌های اثربخش و کارآمد برای کمک به این گروه از کودکان باشد؛ بنابراین استفاده از اصول برنامهٔ تنظیم هیجانی والدمحور برای مشاوران و روان‌شناسان در جلسه‌های درمانی با خانواده‌هایی که با مسائل تنظیم هیجانی سروکار دارند، پیشنهاد می‌شود. همچنین از محدودیت‌های پژوهش حاضر این بود که این مطالعه روی نمونه‌ای کوچک از دختران پیش‌دبستانی انجام شد؛ بنابراین در تعمیم نتایج به جوامع وسیع‌تر باید احتیاط کرد؛ به‌علاوه کنترل نداشتن بر برخی از عوامل تأثیرگذار بر مداخله از جمله میزان مشارکت والدین، تغییرات اجتماعی اقتصادی، فرهنگ جامعه و تعامل با همسالان از دیگر

2. Curby  
3. Wilson

1. England-Mason & Gonzalez

7. Aldrup K, Carstensen B, Köller MM, Klusmann U. Measuring teachers' social-emotional competence: Development and validation of a situational judgment test. *Frontiers in psychology*. 2020; 11: 892. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00892>
  8. Hachem M, Gorgun G, Chu M-W, Bulut O. Social and emotional variables as predictors of students' perceived cognitive competence and academic performance. *Canadian Journal of School Psychology*. 2022; 37(4): 362-384. <https://doi.org/10.1177/08295735221118474>
  9. Gimbert BG, Miller D, Herman E, Breedlove M, Molina CE. Social emotional learning in schools: The importance of educator competence. *Journal of Research on Leadership Education*. 2023; 18(1): 3-39. <https://doi.org/10.1177/19427751211014920>
  10. Nakamichi K, Nakamichi N, Nakazawa J. Preschool social-emotional competencies predict school adjustment in Grade 1. *Early Child Development and Care*. 2021; 191(2): 159-172. <https://doi.org/10.1080/03004430.2019.1608978>
  11. Luo L, Reichow B, Snyder P, Harrington J, Polignano J. Systematic review and meta-analysis of classroom-wide social-emotional interventions for preschool children. *Topics in Early Childhood Special Education*. 2022; 42(1): 4-19. <https://doi.org/10.1177/0271121420935579>
  12. Soltani L, Mirshahjafari SE, Abedi MR. curriculum on Four to Six Years Old Children's Emotional Intelligence in Isfahan. *New Educational Approaches*. 2018; 13(1): 108-124. [10.22108/nea.2018.107127.1143](https://doi.org/10.22108/nea.2018.107127.1143)
  13. Zeinali Dehrajabi Z, Ashori M. The Effect of Play Therapy Based on Axline Approach on the Social-Emotional Assets and Resilience of Preschool Children with Hearing Loss. *Positive Psychology Research*. 2021; 7(4): 13-24. <https://ensani.ir/fa/article/495940/>
  14. Farahmand GM, Alizadeh M, Karimi Z, Saboori S. Effectiveness of Quinn's early program on readiness to enter elementary school and social-emotional competence of preschool children. *Journal of Assessment and Research in Applied Counseling*. 2023; 5(1): 34-40. <https://ensani.ir/fa/article/527638/>
- محدودیت‌های پژوهش بود؛ در نتیجه در پژوهش‌های آتی توصیه می‌شود تأثیر این برنامه بر عوامل فوق بررسی شود. همچنین پیشنهاد می‌شود کارگاه‌هایی برای والدین و مربیان بر اساس اصول برنامه‌تنظیم هیجانی برگزار شود تا از این طریق شایستگی اجتماعی هیجانی کودکان افزایش یابد.
- منابع**
1. Mahoney JL, Weissberg RP, Greenberg MT, Dusenbury L, Jagers RJ, Niemi K, et al. Systemic social and emotional learning: Promoting educational success for all preschool to high school students. *American Psychologist*. 2021; 76(7): 1128. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/amp0000701>
  2. Wang S-M, Yan S-Q, Xie F-F, Cai Z-L, Gao G-P, Weng T-T, Tao F-B. Association of preschool children behavior and emotional problems with the parenting behavior of both parents. *World Journal of Clinical Cases*. 2024; 12(6): 1084. <https://doi.org/10.12998%2Fwjcc.v12.i6.1084>
  3. Martinsone B, Supe I, Stokenberga I, Damberga I, Cefai C, Camilleri L, et al. Social emotional competence, learning outcomes, emotional and behavioral difficulties of preschool children: parent and teacher evaluations. *Frontiers in psychology*. 2022; 12: 760-782. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.760782>
  4. Dias Rodrigues A, Cruz-Ferreira A, Marmeleira J, Veiga G. Effects of body-oriented interventions on Preschoolers' social-emotional competence: a systematic review. *Frontiers in Psychology*. 2022; 12: 752-930. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.752930>
  5. Alzahrani M, Alharbi M, Alodwani A. The effect of social-emotional competence on children academic achievement and behavioral development. *International Education Studies*. 2019; 12(12): 141-149. [10.5539/ies.v12n12p141](https://doi.org/10.5539/ies.v12n12p141)
  6. Gómez-Ortiz O, Romera-Félix E-M, Ortega-Ruiz R. Multidimensionalidad de la competencia social: medición del constructo y su relación con los roles del bullying. *Revista de Psicodidáctica*. 2017; 22(1): 37-44. <https://doi.org/10.1387/RevPsicodidact.15702>

- of behavioral disorders among preschool children. *Journal of Fundamentals of Mental Health*. 2015; 17(5): 234-239. 10.22038/jfmh.2015.4794
25. Ravitch NK. Development and preliminary validation of the social-emotional assets and resiliency scale for preschool: University of Oregon; 2013. <http://hdl.handle.net/1794/13409>
  26. Ashori M, Yazdanipour M. Study of Persian version of Social-Emotional Assets and Resilience Scale's psychometric properties in normal and deaf preschool children. *Empowering Exceptional Children*. 2019; 10(3): 109-124. 10.22034/ceciranj.2020.185738.1204
  27. Aghaie Meybodi F, Mohammadkhani P, Pourshahbaz A, Dolatshahi B, Havighurst S. Reducing children behavior problems: a pilot study of Tuning in to Kids in Iran. *Iranian Rehabilitation Journal*. 2017; 15(3): 269-276. 10.29252/nrip.irj.15.3.269
  28. Edrissi F, Havighurst SS, Aghebati A, Habibi M, Arani AM. A pilot study of the tuning in to kids parenting program in Iran for reducing preschool children's anxiety. *Journal of child and family studies*. 2019; 28: 1695-1702. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01400-0>
  29. Chan RF-Y, Qiu C, Shum KK-m. Tuning in to kids: A randomized controlled trial of an emotion coaching parenting program for Chinese parents in Hong Kong. *Developmental Psychology*. 2021; 57(11): 1796. 10.1037/dev0001258
  30. Eisenberg N. Findings, issues, and new directions for research on emotion socialization. *Developmental psychology*. 2020; 56(3): 664. doi: 10.1037/dev0000906
  31. Havighurst SS, Radovini A, Hao B, Kehoe CE. Emotion-focused parenting interventions for prevention and treatment of child and adolescent mental health problems: a review of recent literature. *Current Opinion in Psychiatry*. 2020; 33(6): 586-601. doi: 10.1097/YCO.0000000000000647
  32. Barthel AL, Hay A, Doan SN, Hofmann SG. Interpersonal emotion regulation: A review of social and developmental components. *Behaviour Change*. 2018; 35(4): 203-216. <https://doi.org/10.1017/bec.2018.19>
  33. Spruijt AM, Dekker MC, Ziermans TB, Swaab H. Educating parents to improve parent-child
  15. Havighurst S, Harley A. Tuning in to kids: Emotionally intelligent parenting: Program manual: University of Melbourne; 2007.
  16. Gottman JM, DeClaire J. The heart of parenting: How to raise an emotionally intelligent child. (No Title). 1997. <https://cir.nii.ac.jp/crid/1130282271331902464>
  17. Havighurst SS, Harley A, Prior M. Building preschool children's emotional competence: A parenting program. *Early Education & Development*. 2004; 15(4): 423-448. [https://doi.org/10.1207/s15566935eed1504\\_5](https://doi.org/10.1207/s15566935eed1504_5)
  18. Hajal NJ, Paley B. Parental emotion and emotion regulation: A critical target of study for research and intervention to promote child emotion socialization. *Developmental Psychology*. 2020; 56(3): 403. <https://doi.org/10.1037/dev0000864>
  19. Corbeil, J. Evaluating the impact of the How-to parenting program on preschoolers and their parents: a pilot study. 2022. <https://hdl.handle.net/1866/27331>
  20. Havighurst SS, Kehoe CE, Harley AE, Radovini A, Thomas R. A randomized controlled trial of an emotion socialization parenting program and its impact on parenting, children's behavior and parent and child stress cortisol: Tuning in to Toddlers. *Behaviour research and therapy*. 2022; 149: 104-116. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2021.104016>
  21. Ndengeyingoma A, Jacob MH, Beaulieu-Kratchanov V, Séguin M. Parenting Competencies Supporting the Development of Social and Emotional Skills of Children—a Scoping Review. *Trends in Psychology*. 2022: 1-24. <https://doi.org/10.1007/s43076-022-00194-3>
  22. Havighurst SS, Kehoe CE. Tuning in to Kids: An emotion coaching approach to working with parents. *Family-based intervention for child and adolescent mental health: A core competencies approach*. 2021: 269-283. <https://doi.org/10.1017/9781108682053.021>
  23. Charach A, Mohammadzadeh F, Belanger SA, Easson A, Lipman EL, McLennan JD, et al. Identification of preschool children with mental health problems in primary care: systematic review and meta-analysis. *Journal of the Canadian Academy of Child and Adolescent Psychiatry*. 2020; 29(2): 76.
  24. Pourhossein R, Habibi M, Ashoori A, Ghanbari N, Riahi Y, Ghodrati S. Prevalence

41. England-Mason G, Gonzalez A. Intervening to shape children's emotion regulation: A review of emotion socialization parenting programs for young children. *Emotion*. 2020; 20(1): 98. <https://doi.org/10.1037/emo0000638>
42. Husna MT, Ambarini TK. Tuning into Kids Training to Improve Emotion Coaching's Skill of Mother With Early Childhood Children. *Al-Qalb: Jurnal Psikologi Islam*. 2022; 13(1): 28-38. <https://doi.org/10.15548/alqalb.v13i1.3874>
43. Bowlby J. *Attachment and Loss: Attachment, Vol. 1 2nd Edn* New York. NY: Basic Books [Google Scholar]; 1982.
44. Boele S, Van der Graaff J, De Wied M, Van der Valk IE, Crocetti E, Branje S. Linking parent-child and peer relationship quality to empathy in adolescence: A multilevel meta-analysis. *Journal of youth and adolescence*. 2019; 48: 1033-1055. <https://doi.org/10.1007/s10964-019-00993-5>
45. Havighurst SS, Wilson KR, Harley AE, Prior MR, Kehoe C. Tuning in to Kids: improving emotion socialization practices in parents of preschool children—findings from a community trial. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 2010; 51(12): 1342-1350. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2010.02303.x>
46. Walton GE, Hibbard DR. Exploring adults' emotional intelligence and knowledge of young children's social-emotional competence: A pilot study. *Early Childhood Education Journal*. 2019; 47: 199-206. <https://doi.org/10.1007/s10643-017-0887-1>
47. Mortazavizadeh Z, Göllner L, Forstmeier S. Emotional competence, attachment, and parenting styles in children and parents. *Psicologia: Reflexão e Crítica*. 2022; 35: 6. <https://doi.org/10.1186/s41155-022-00208-0>
48. Curby TW, Zinsler KM, Gordon RA, Ponce E, Syed G, Peng F. Emotion-focused teaching practices and preschool children's social and learning behaviors. *Emotion*. 2022; 22(8): 1869. <https://doi.org/10.1037/emo0000988>
49. Wilson KR, Havighurst SS, Harley AE. Tuning in to Kids: an effectiveness trial of a parenting program targeting emotion socialization of preschoolers. *Journal of Family Psychology*. 2012; 26(1): 56. <https://doi.org/10.1037/a0026480>
- interactions: Fostering the development of attentional control and executive functioning. *British Journal of Educational Psychology*. 2020; 90: 158-175. <https://doi.org/10.1111/bjep.12312>
34. Morawska A, Dittman CK, Rusby JC. Promoting self-regulation in young children: The role of parenting interventions. *Clinical child and family psychology review*. 2019; 22: 43-51. <https://doi.org/10.1007/s10567-019-00281-5>
35. Havighurst SS, Wilson KR, Harley AE, Prior MR. Tuning in to kids: an emotion-focused parenting program—initial findings from a community trial. *Journal of community psychology*. 2009; 37(8): 1008-1023. <https://doi.org/10.1002/jcop.20345>
36. Bayındır D, Ural O. The investigation of self-regulation skills of preschoolers according to their attachment styles to their mothers and maternal parenting behaviors. *Kastamonu Education Journal*. 2019; 27(6): 2597-2608. <https://doi.org/10.24106/kefdergi.3456>
37. Havighurst SS, Choy R, Ulker A, Otterpohl N, Aghaie Meybodi F, Edrissi F, et al. A preliminary evaluation of the cultural appropriateness of the Tuning in to Kids parenting program in Germany, Turkey, Iran and China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2022; 19(16): 10321. <https://doi.org/10.3390/ijerph191610321>
38. Adela M, Mihaela S, Elena-Adriana T, Monica F. Evaluation of a program for developing socio-emotional competencies in preschool children. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 2011; 30: 2161-2164. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.419>
39. Qiu C, Shum KK-m. Emotion coaching intervention for Chinese mothers of preschoolers: A randomized controlled trial. *Child Psychiatry & Human Development*. 2022; 53(1): 61-75.
40. Sanders MR, Turner KM, Metzler CW. Applying self-regulation principles in the delivery of parenting interventions. *Clinical child and family psychology review*. 2019; 22: 24-42. <https://doi.org/10.1007/s10567-019-00287-z>