



اثربخشی آموزش ویژگی های رفتاری و رشد شناختی به خانواده و تاثیر آن بر بهبود رفتاری کودکان مضطرب

فاطمه شوشتري^۱

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش ویژگی های رفتاری و رشد شناختی به خانواده و تاثیر آن بر بهبود رفتاری کودکان مضطرب می باشد. مطالعه آموزش ویژگی های رفتاری و رشد شناختی کودکان در خانواده ها موضوعی است که باید مورد نظر همه قرار گیرد و در راستای بهبود این ویژگی ها و تقویت آن اقدام گردد. پژوهش حاضر در دو بخش انجام شد. در بخش اول به بررسی تاثیر آموزش ویژگی های رفتاری و رشد شناختی به خانواده دارای کودکان مضطرب و بهبود رفتار مضطرب آنها پرداخته شد و در بخش دوم پایداری و تاثیر این آموزش ها بر کاهش اضطراب کودکان در طول زمان مورد بررسی قرار گرفت. پژوهش حاضر از حیث اهمیت در طبقه پژوهش های کاربردی و بر حسب نحوه گردآوری داده ها از نوع پژوهش های طرح آزمایشی است. برای انجام این تحقیق، ابتدا ۶۰ نفر از کودکان مضطرب را از طریق آزمون آخنباخ به عنوان پیش آزمون انتخاب شدند سپس نمونه های آماری به صورت گمارش تصادفی به دو گروه گواه و آزمایش تقسیم شدند و پس از گرفتن اطلاعات جمعیت شناختی از هر دو گروه به یک گروه از والدین آنان آموزش مربوط به رشد شناختی (بر اساس نظریه پیازه) داده شد (گروه آزمایش) و به گروه گواه آموزشی داده شد. از هر دو گروه از کودکان همان خانواده تست آخنباخ با مولفه اضطراب به عنوان پس آزمون گرفته شد. مدتی (۳ ماه) پس از پایان نتایج آزمون ها و آموزش مربوطه مجدداً تست آخنباخ برای پایداری آموزش در طول زمان گرفته شد. برای تجزیه و تحلیل داده های پژوهش از شاخص های آمار توصیفی نظیر میانگین، انحراف استاندارد و ویژگی های جمعیت شناختی و... استفاده شد و شاخص های آمار استنباطی نظیر تحلیل کوواریانس نیز به عنوان مکمل استفاده شد. نتایج بدست آمده نشان داد که آموزش ویژگی های رفتاری و رشد شناختی بر بهبود رفتار کودکان به خانواده ها بر بهبود اضطراب کودکانشان رابطه معتبر داشتند. در بخش دوم تحقیق پایداری این آموزش ها بر کاهش اضطراب کودکان در طول زمان نیز معنا دار بود.

واژه های کلیدی: ویژگی های رشد شناختی، رفتاری، کودکان مضطرب، نظریه پیازه، آزمون آخنباخ

^۱ کارشناسی ارشد، روانشناسی عمومی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران (f_shooshtari@yahoo.com)



مقدمه

اضطراب حالت هیجانی نامطلوبی است که با پریشانی، وحشت و تشویش همراه است. سطح معینی از اضطراب در همه جوامع به عنوان پاسخی مناسب و سازگار تلقی می‌شود و برای رویارویی خطر، برنامه ریزی، هوشیاری و مطالعه ضروری است، اما فقدان اضطراب یا اضطراب زیاد ما را با مشکلات و خطرات زیادی روبه رو می‌کند. در واقع، اضطراب در سطح متوسط می‌تواند مفید، سازنده یا حتی لذت بخش باشد و آدمی را وادار به انجام کارها کند، اما اگر اضطراب از این سطح فراتر رود، استعداد را تخریب می‌کند و باعث عدم تمرکز و اختلال حافظه می‌گردد (بساک نژاد و همکاران، ۱۳۹۹).

اضطراب جزء جدایی ناپذیر زندگی طبیعی دوران کودکی بوده و به روشی نشانگر روند رشد طبیعی کودک است. در واقع، اضطراب‌ها ممکن است اثری سودمند نیز بر رشد کودک داشته باشند زیرا فرسته‌هایی مناسب جهت رشد ساز و کارهای مقابله‌ای برای رویارویی با عوامل فشار زا و اضطراب آور آتی مهیا می‌کنند (خدابنایی و همکاران، ۱۳۹۱). اضطراب در شکل تطبیقی در سازگاری با دنیای دیگران به کودکان کمک می‌کند. مقدار متوسط اضطراب دارای عملکرد تنظیمی است و کودکان را برای سازگار کردن رفتارشان با انتظارات اجتماعی، تحصیل و فرهنگ یاری می‌دهد. از سوی دیگر، اضطراب بسیار کم و بسیار زیاد می‌تواند عامل ناسازگاری باشد. اضطراب دائم و بیش از حد نیز عامل ناسازگاری است و منجر به پریشانی شده و در تکامل کودک مداخله می‌کند (آیتکین، دوریو و کوچوک اوغلو، ۲۰۱۶). اگرچه برخی از ترس‌ها و اضطراب‌ها در دوران کودکی به عنوان بخشی از تحول بهنجار کودک محسوب می‌شوند. اما برخی از مشکلات اضطرابی در طول زمان نسبتاً پایدارند و ممکن است تا نوجوانی و بزرگسالی تداوم یابند (علیزاده و همکاران، ۱۴۰۰). بنابراین بسیاری از اختلالهای اضطرابی که در دوران بزرگسالی مشاهده می‌شوند، معمولاً شروعی زودرس دارند. با اینکه، شواهد تجربی گواه بر این است که اکثریت قریب به اتفاق کودکان و نوجوانان مبتلا به اختلالات اضطرابی، درمان روانی دریافت نداشته‌اند (کاستلو، هی، سامپسون، کسلر و مریکانگاز، ۲۰۱۳). اما مهم است که برای یافتن وسیله‌ای برای افزایش دسترسی^۱ CBT برای کمک به این جمعیت تلاش پژوهشی صورت گیرد (ویگرلندر و همکاران، ۲۰۱۶). گینزبرگ، سیلورمن و کورتینز^۲ (۱۹۹۵)؛ به نقل از بساک نژاد، پلئی شاپور آبدی و داوودی، ۱۳۹۱ گزارش می‌کنند که مزیت آموزش به والدین برای کاهش اضطراب کودک، شامل بهبود تعامل والد-کودک و روش‌های جدید انضباط در محیط خانواده است. در روش آموزش مدیریت اضطراب خانواده والدین می‌آموزند تا به پیشایندها و پیامدهای رفتارهای انضباطی خود توجه کنند. روانشناسی مرضی تحولی^۳ همواره تمرکز فزاینده‌ای بر درک عوامل خطرساز زودرس در پدیدآیی اختلال‌های درونی سازی شده^۴ مانند اضطراب و افسردگی^۵ داشته است (جاکوبسن و همکاران، ۲۰۱۲).

¹ Anxiety

² Aytekin, A., Doru, O., and Kucukoglu, S.

³ Costello, He, Sampson, Kessler, & Merikangas

⁴ Cognitive Behavioral Therapy

⁵ Vigerland et al

⁶ Ginsberg, Silverman, & Kurtines

⁷ developmental psychopathology

⁸ Internalized disorders

⁹ depression



خانواده نخستین پایگاه تربیتی و قطعاً اولین و مهم ترین کانون پرورش صحیح، احیاء و شکوفایی استعدادهای کودکان است. بخش عمده ای از پرورش صحیح عقل و عاطفه که پایه اساسی سعادت انسان را تشکیل می دهد بر عهده والدین می باشد که باید از کودکی شروع شود. جریان تربیت کودک برای والدین لذت بخش و در عین حال با مشقت ها و ناراحتی های فراوان همراه است. اگر کانون خانواده در برگیرنده محیط سالم و سازنده همراه با روابط گرم و صمیمی تعامل بین فردی باشد، موجب رشد و پیشرفت همه جانبه اعضای خانواده می شود. پدر یا مادر شدن، واقعه ای جسمی، روانی و اجتماعی است که اساساً روش زندگی زوجین را دگرگون می کند. واردشدن فرزند به جمع خانواده بر نحوه زندگی زوجین(مثالاً محل زندگی و منزل)، روابط زناشویی (نظیرتماس های جنس) و تنش های پدرانه و مادرانه (مانند تقاضای جدید) تأثیرگذار خواهد بود. بررسی ها، تأثیر تبیینی والدین در افزایش افسردگی و اضطراب در والدین را به منزله مؤلفه عده سلامت روانی آشکار نموده اند (احمدی مقدم، ۱۳۹۵). تبیینی والدین اصطلاحی است که مشخص کننده ادراک تبیینی در نظام والد کودک است که هم ویژگی های تبیینی زای کودک و هم پاسخ های والدین به این ویژگی ها را دربرمی گیرد. تجربه تبیینی والدین نشان داده است که والدگری برای هر دو والد تبیینی زاست. مادران در معرض دو گروه بزرگ از تبیینی ها قرار دارند که از تبیینی حاصل از هویت زیست شناختی آنان (قاعدگی، افسردگی بعد از زایمان، افسردگی یائسگی) و تبیینی مرتبط با مسئولیت حرفه ای آنان (نقش مادرانه، مشکلات اشتغال) حاصل می شود. بنابراین مادران بیش از پدران تبیینی والدین را تجربه می کنند(هاتف و همکاران، ۱۳۹۴).

احساس افسردگی و عدم صلاحیت که میان احساس بی لیاقتی و ناتوانی در انجام وظایف والدین است، بیشترین تأثیر را بر تبیینی والدین دارد. اگر والدین احساس بی لیاقتی داشته باشد ناتوان شده و دچار استرس شدید و اعتماد به نفس پایین می شوند و به تدریج به افسردگی و سایر مشکلات روحی مبتلا می شوند و این استرس شدید ناتوانی آنها را برای تربیت مؤثر تحت تأثیر قرار می دهد. همچنین احساس خودکارآمدی ضعیف در والدین به سبک والدگری بی ثبات و غیر مقنطر منجر می گردد که بر اساس شواهد متعدد این عوامل به پیامدهای ضعیف در مورد کودکان می انجامد(مهری نژاد و همکاران، ۱۳۹۴). اضطراب پاسخی ضروری به تبیینی است که فرد را به هنگام مواجهه با خطر، برای کنش و واکنش آماده می سازد. در بسیاری از مواقع، چنین پاسخی منطقی و حتی حیاتی است. اما حالت نابهنجار آن می تواند برگستره وسیعی از عملکردهای آدمی اثر بگذارد. شیوه های تربیتی والدین نقش مهمی در رشد و نمو روانی اجتماعی نوجوانان، ارتباطات خانوادگی، موفقیت های تحصیلی، توانایی تضمیم گیری و اعتماد به نفس آنان ایفاء می نماید. امروزه در اکثر کشورهای توسعه یافته بر روی مراقبت و حمایت از کودکان نظارت های ویژه ای صورت می گیرد و برای رفاه و آسایش والدین به منظور کمک به کودکان توجه خاصی مبذول می شود. آموزش مدیریت رفتار والدین به نسبت انواع روان درمانی مبتنی بر خانواده برتری دارد (دوستدار و همکاران، ۱۴۰۰).

برای موفقیت در امر تربیت باید والدین به مهارت هایی از جمله مهارت فنی (دانش کافی و به روز)، مهارت انسانی (توانایی برقراری ارتباط مطلوب با آنان) و مهارت ادراکی (درک درست از مسائل و مشکلات) مسلط باشند. برنامه فرزندپروری مثبت یکی از ۵ سطح مداخله درمانی خانواده برای والدین کودکانی است که هم اکنون دچار یا در معرض خطر ابتلاء به اختلالات رفتاری و عاطفی هستند. اهداف تمامی سطوح درمانی این روش بر افزایش خودکفایی و خودکارآمدی والدین در کنترل رفتار کودکانی مبتنی است که از طریق آموزش های والدین به منظور ارتقاء تحول کودک، حسن صلاحیت اجتماعی و خودکنترلی میسر می شود. هنگامی که خانواده ها دوره اصلاح رفتار را پشت سر بگذارند، تغییرات مهمی را در موفقیت کنترل رفتار کودکانی نشان که ناسازگاری دارند، به دست می آورند. احساس رضایت مادران از شیوه رفتار فرزندانشان در پایان دوره آموزشی افزایش یافته و براحتی صلاحیت آنان جهت کنترل و تسلط بر رفتار خود و فرزندانشان افزوده می شود و با تبیینی بیشتری نسبت به رفتار کودکان



کاهش می یابد. آموزش والدین یکی از عملی ترین استراتژی های مداخله ای برای کاهش رفتار ناسازگارانه کودک و کاهش تنیدگی والدین می باشد (سلیمانی، ۱۳۹۰). با آموزش والدین میزان بسیاری از تنیدگی های خانواده های آموزش دیده کاسته می شود (مهری نژاد، ۱۳۹۴).

تعامل ضعیف والد کودک منجر به افزایش تنیدگی والد شده و تنیدگی بالای والدین نیز منجر به ضعف تعامل والد کودک می شود.

بنابراین تنیدگی والدین باعث رفتار فرزندپروری منفی و نارسا کنش وری می شود. شیوه های فرزندپروری توانایی پیش بینی سطح علایم وسوسات فکری عملی و افکار اضطرابی نوجوانان را دارند. علایم وسوسات فکری عملی و افکار اضطرابی رابطه مثبت معنی دار با شیوه های فرزندپروری مستبدانه و سهل گیرانه و رابطه منفی معنی دار با شیوه فرزندپروری مقدرانه دارد. سلامت روانی و موفقیت تحصیلی فرزندانی بود تحصیلی در بین فرزندانی که با الگوی قاطع و اطمینان بخش تربیت می شوند بیش از سلامت روانی و موفقیت تحصیلی فرزندانی بود که با الگوی استبدادی یا سهل گیر تربیت شده بودند. بین مادران کودکان دارای اختلال های افسردگی، اضطرابی و وسوسات فکری و عملی با مادران کودکان عادی در شیوه های فرزندپروری قاطع و اطمینان بخش و مستبدانه تفاوت وجود دارد. همچنین مادران کودکان دارای اختلال های افسردگی، اضطرابی و وسوسات فکری و عملی بیشتر از مادران کودکان عادی از شیوه فرزندپروری مستبدانه در تربیت فرزندان خود استفاده می کنند. در حالی که مادران کودکان عادی در مقایسه با مادران کودکان دارای اختلال های افسردگی بیشتر از شیوه قاطع و اطمینان بخش در تربیت فرزندان خود استفاده می کنند (سلیمانی، ۱۳۹۰).

به باور (۲۰۰۰) برای بهبود سطح کارکردهای اجرایی باید بر آموزش مهارت های تفکر و حل مسئله تأکید کرد. نکته ای که در مورد بهبود سطح کارکردهای اجرایی باید مورد توجه قرار بگیرد، ارتباط بسیار زیاد رشد این کارکردها با رشد توانایی های شناختی، بویژه زبان است. برای درمان در موقعیت های طبیعی می توان از برنامه های تغییر رفتار، هدف قرار دادن رفتار مطلوب و حفظ آن در طول زمان استفاده کرد. برای این منظور، می توان از ابزارها و برنامه های ویژه در خانه و مدرسه و موقعیت های ورزش استفاده کرد (مارلو، ۲۰۰۰، به نقل از بست^۱ و همکاران، ۲۰۰۹).

از سوی دیگر، یکی از روش های شناختی بکار رفته برای درمان کودکان، روش آموزش مدیریت والدینی^۲ است. این برنامه مبتنی بر اصول یادگیری اجتماعی است که در آن والدین می آموزند تا با شیوه دیگری با کودک خود تعامل داشته باشند. در واقع، هدف آموزش به والدین، یاددهی مهارت های نوین است. هم چنین، والدین تنها بزرگسالانی هستند که در زندگی کودک حضور پایدار دارند و چنانچه آموزش ببینند تا به شیوه اثربخش تری با رفتارهای دشوار کودکان خود مقابله کنند، آنگاه امکان تداوم و حفظ پیشرفت های درمانی در کودک خود را فراهم می آورند.

موضوع مورد نظر از این جهت دارای اهمیت و ضرورت است که با تحقیق در این زمینه و ارائه الگوی مناسب نظام پیشنهادات به بررسی اثربخشی آموزش ویژگی های رشد شناختی به والدین کودکان بر کاهش نشانه های اضطرابی در کودکان پرداخته و با توجه به اینکه تاکنون این سیستم تاکنون مورد توجه جدی قرار نگرفته است و یا به دلیل به کارگیری ضعیف آن، به کندی حرکت می کند و استقبال روزافزون از نظام پیشنهادات در اکثر کشورهای جهان، تحقیق درباره این نظام را برای کاربرد آن در سطح کشور، ضروری می نماید و همچنین قابل ذکر است که کاربرد این نظام در سازمانها و دانشگاه ها باعث پیشرفت و ارتقاء در سطح جهانی می گردد.

¹ Marlowe

² Best

³ parental management training



اسحقی مقدم کته شمشیر، عبداللهی و شاهقلیان^(۱۳۹۴) در پژوهش خود، دلیل بسیاری از اضطراب‌ها و عدم توانایی در تنظیم شناختی هیجان‌ها را الگوهای ناکارآمد یا طرحواره‌های ناسازگار اولیه گزارش کردند که پیامد آن، تداوم اختلال اضطرابی است. مهری نژاد، مکرمی و استوار^(۱۳۹۴) گزارش نمودند که آموزش‌های مربوط به مدیریت و مقابله با استرس، که به منظور تغییر رفتار فرد در برابر شرایط استرس زا صورت گرفت، میتواند بر روابط اعضاً خانواده با یکدیگر اثر بگذارد. با توجه به آنچه گفته شد، شناسایی زودهنگام نشانه‌های اضطرابی در کودکان و تحت درمان قرار گرفتن شان بسیار مهم است، از این‌رو، پژوهش حاضر با تمرکز بر اثربخشی آموزش

شناختی رفتاری جهت بهبود رابطه مادر-کودک برای کاهش رفتارهای والدگری مضطربانه، و نیز درمان کودک به روش شناختی رفتاری جهت کاهش نشانه‌های اضطرابی کودکان در شهرستان آمل انجام شد.

خدانپناهی، قبری، نادعلی، و سیدموسوی^(۱۳۹۱) نان داد که روابط مثبت مادر-کودک، پیش‌بینی کننده منفی نشانه‌های اختلال اضطراب اجتماعی^۱، وسوسی بی اختیاری^۲ و ترس از جراحت‌های جسمانی^۳ بود؛ در حالیکه تعارض مادر-کودک^۴ یک پیش‌بینی کننده مثبت نشانگان اضطرابی به ویژه اضطراب تعییم یافته^۵ اضطراب اجتماعی و ترس از جراحت‌های جسمانی در کودکان بوده است؛ همچنین وابستگی مادر-کودک پیش‌بینی کننده مثبت نشانگان اضطرابی، به خصوص در مورد اضطراب جدایی^۶ بود. نتایج بر استلزم توجه به روابط مادر-کودک در ارزیابی وضعیت کودکان، به ویژه در موقعیت‌های بالینی و ضرورت طراحی و استفاده از نیمرخ درمانی توسط متخصصان بالینی کودک تأکید داشتند.

نتایج پژوهش هودسون و همکاران^(۲۰۱۵) حاکی است که مقدار بسیار زیادی، همزمانی بین اختلالات اضطرابی در دوران کودکی وجود دارد، یعنی ممکن است یک کودک، تشخیص^۷ یا چند اختلال را همزمان دریافت کند. اگرچه اختلالات اضطرابی متفاوتی می‌توان در دوران کودکی یافت، اما به طور کلی توافق شده که ساختار اصلی اضطراب می‌تواند به درمان شناختی رفتاری^۸ که در پروتکل CBT موجود است، پاسخ دهد. بنابراین، بسیاری از مطالعات در زمینه درمان، اطلاعاتی در مورد اثربخشی CBT برای اختلالات اضطرابی در کودکان به طور عام (به جای اختلالات اضطرابی خاص کودکان) گزارش کردند و بیان داشته‌اند که معنی داری میزان بهبود اضطراب کودکان مبتلا به اختلالات اضطرابی با استفاده از خرده تکنیک‌های CBT روشن است.

ویکرلند و همکاران^(۲۰۱۶) اثربخشی CBT را در ۵۰ درصد کاهش نشانه‌های اضطراب در ۹۳ کودک مبتلا به اختلال اضطرابی در سوئد گزارش کردند، پیشرفت در پیگیری سه ماهه حفظ شد.

در یک مطالعه بر روی ۲۳ کودک ۳-۵ ساله و والدین آنها در جنوب شرقی کوییزلند استرالیا، محققان نشان دادند که آموزش مادران این کودکان در ابطه با وضعیت شناختی کودک در این مرحله، که در این مطالعه به دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم شده بودند و ۴ ماه تحت آموزش مدوام بودند، به میزان زیادی، در کاهش علایم افسردگی و اضطراب کودکان آنها موثر بوده است. به گونه

¹ social anxiety disorder

² obsessive-compulsive

³ fear of physical injury

⁴ mother-child conflict

⁵ generalized anxiety

⁶ separation anxiety

⁷ Hudson et al

⁸ Cognitive behavioral therapy (CBT)



ایی، که تفاوت معنی داری در نمره نحوه برخورد مادران در گروه آزمایش در مقایسه با نمره مادران در گروه کنترل، پس از پایان مطالعه در رابطه با کودکانشان وجود داشت (کنسل و همکاران، ۲۰۰۷).

در یک مطالعه که به بررسی رابطه بین اضطراب کودکان و تاثیر آموزش والدین در کاهش این علایم پرداخته شده بود، محققان ۱۰۴ والد کودکان ۳-۵ ساله را در مطالعه خود شرکت دادند. نتیجه این مطالعه نشان داد که میزان آگاهی والدین، از توانایی های شناختی کودکانشان، نقش موثری در کاهش اضطراب آن کودکان داشته است. همچنین نتیجه این مطالعه نشان داد که میزان کنترل والدین بر فرزندانشان، به شدت با سطح اضطراب در این کودکان همبستگی داشت (ویت کرافت و کراس ول، ۲۰۰۷).

یکی از مهمترین پژوهش هایی که در زمینه آموزش والدین وجود دارد، یک برنامه مبتنی بر آموزش روانی خانواده در ابعاد گوناگون مانند: رشد جسمانی، شناختی، اخلاقی، روانی و اجتماعی و هویتی است، که توسط پاملا پیرل گر (۲۰۰۸) در آفریقای جنوبی انجام شده است، هدف از این پژوهش اجرای برنامه آموزش روانی در خانواده ها برای ارتقاء سطح مهارت های فرزند پروری در آنها و جلوگیری از بروز آسیب روانی در کودکان بود. در این پژوهش کارایی والدین از طریق چندین عامل افزایش یافت؛

(۱) آشنایی با مراحل رشد کودکان و نوجوانان.

(۲) آشنایی با نقش متقابل والدین نسبت به نوجوانان.

(۳) عواملی که روی فرزند پروری تاثیر می گذارد (برای نمونه تاثیرات چند نسلی و تاثیر ساختار خانواده روی والدین).

(۴) چالش هایی که کودکان در خلال رشد با آن مواجه می شوند و می تواند مانع بر سر راه رشد و پیشرفت آنها باشد.

(۵) عواملی که به والدین برای غلبه بر این چالش ها و بهبود مهارت های فرزند پروری کمک می کند.

(۶) آموزش مهارت های فرزند پروری در جهت تقویت کارایی والدین.

(۷) طبیعت خود برنامه آموزش روانی که می تواند کارایی والدین را نسبت به فرزندان افزایش دهد.

این مطالعه روی ۲۱ نفر (۵ پدر و ۱۶ مادر) به مدت ۱۶ هفته در جورجیای آفریقای جنوبی به اجراء درآمد. یافته ها بعد از تحلیل و نظارات چند گروه متخصص روی اجرای پژوهش از تاثیر برنامه آموزش روانی به خانواده ها به منظور افزایش کارایی آنها در ارتباط با فرزندان حمایت می کند نتایج حاصل از این پژوهش در یک دوره پی گیری دو ماهه ثابت بود.

نتایج پژوهش ها نشان داده اند که اگرچه درمان های انفرادی آموزش مهارت های تسلط بر محرك های نامطلوب، تاحدودی در درمان اضطراب کودکان نقش دارند، اما اعتقاد بر این است که خانواده درمانی شناختی-رفتاری و آموزش والدین برای در پیش گرفتن رفتار درست با کودک امیدوار کننده و نویدبخش برای درمان اضطراب کودکان است (کالنگ^۱ و همکاران، ۲۰۲۱).

بر این اساس، تأثیر درمان شناخت رفتاری کودکان مبتلا به اضطراب نیز مورد مطالعه قرار گرفته است. تقریباً ۷۰ درصد کودکانی که با این روش درمان شده اند، بهبود یافته اند. در سال های اخیر، تلاش های بسیاری در پیشبرد راهکار های شناختی-رفتاری صورت گرفته و مطالعات جدیدتر حاکی از تأثیر آموزش والدین و آماده ساختن آنها در درمان کودکان نیز می باشد .

اکنون اعتقاد بر این است که دخالت دادن پدران و مادران در درمان شناختی-رفتاری فرزندان خود نتایج مؤثری را به بار می آورد؛ به طوری که شواهد زیادی دال بر اهمیت نقش والدین در حفظ و تداوم اضطراب کودکان وجود دارد. از این رو، برنامه های کودک مدار طراحی شده برای درمان اضطراب کودکان، دارای مؤلفه های خانوادگی اند (راپی و همکاران، ۲۰۰۰ ؛ به نقل از بارت و آلن دیک، ۲۰۰۴).

^۱ - Culang



اضطراب کودکان، در چند سال اخیر جایگاه مهمی را در عرصه تحقیقت مربوط به کودکان به دست آورد ه است. اکنون پژوهش های جدید، موجب پیشرفت هایی در علت یابی این اختلالات شده و کاربرد درمان ها را برای اضطراب کودکان جهت بخشیده است. به همین جهت تحقیق حاضر با توجه به ویژگی های شناختی رشد کودکان که از اهمیت خاصی برخوردار است به آموزش والدین کودکان مضطرب می پردازد تا در صورت تاثیر بتواند گامی مهم در جهت بهداشت روانی کودکان بردارد که در سال های بعد تجربه های جدید تری را خواهند داشت.

بر اساس مطالب عنوان شده این تحقیق دارای فرضیاتی می باشد:

(۱) آموزش ویژگی های رشد شناختی کودکان به والدین بر اضطراب کودکان را کاهش می دهد.

(۲) آموزش ویژگی های رشد شناختی کودکان به والدین بر کاهش اضطراب کودکان در طول زمان از پایداری مناسبی برخوردار است.

روش تحقیق

پژوهش حاضر از حیث اهمیت در طبقه پژوهش های کاربردی و بر حسب نحوه گردآوری داده ها از نوع پژوهش های طرح آزمایشی است. جامعه آماری مورد نظر کودکان مقطع ابتدایی منطقه ۲ شهر تهران است والدین کودکان که قرار است آموزش بینند از سن ۲۵ تا ۴۰ سال می باشند که حداقل تحصیلات آنها دیپلم می باشد. نمونه مورد نظر ۶۰ نفر از کودکان مقطع ابتدایی از مدارس منطقه ۲ هستند که به صورت تصادفی ساده انتخاب شده اند.

برای جمع آوری اطلاعات، از آزمون فهرست رفتاری کودکان (آنخباخ) استفاده شده است. این ابزار برای ارزیابی سنجش صلاحیت، کنش وری سازشی و مشکلات عاطفی-رفتاری کودکان معرفی شده است. این فهرست توسط والدین یا فردی که با کودک در محیط های شبیه به خانواده زندگی می کند و او را به طور کامل می شناسند و یا توسط معلم براساس وضعیت کودک در شش ماه گذشته تکمیل می گردد. این فهرست دارای دو بخش است: بخش اول مربوط به صلاحیت کودک در زمینه های مختلف نظیر فعالیت ها، روابط اجتماعی و مدرسه است و بخش دوم مربوط به مشکلات عاطفی-رفتاری است.

این پرسش نامه دارای ۱۱۸ سوال است و ۸ مولفه را می سنجد که شامل: عوامل افسردگی-گوشه گیری، افسردگی-اضطراب، شکایات بدنی و مشکلات اجتماعی، مشکلات تفکر، رفتار های قانون شکن، رفتار های پرخاشگرانه و نارسانی توجه و فزون کنشی می باشد. مؤلفه های اضطراب در این آزمون ۱۲ سؤال است. پایایی آزمون-باز آزمون بین مصاحبه گران نمرات فهرست رفتاری کودک بین ۹۳٪ تا ۱ به دست آمده است. این پایایی برای مقیاس های صلاحیت، کنش وری و نشان گان عاطفی-رفتاری در فهرست رفتاری کودک برابر ۹۰٪ است. نمرات فهرست رفتاری کودک بین ۱۲-۲۴ ماه ثبات داشتند. هنچاریابی این نظام در شهر تهران، پس از انطباق های لازم به لحاظ زبانی، فرهنگی و اجتماعی صورت گرفته است. در اعتبار آزمون-باز آزمون، تمام همبستگی های گشتاوری پیرسون معنی دار است و هم چنین تمام هم بستگی های مربوط به توافق متقابل بین پاسخ دهنگان شامل توافق بین والدین، توافق بین معلمان، توافق بین کودکان و والدین و توافق بین والدین و معلمان نیز معنا دار است.

در این تحقیق ابتدا ۶۰ نفر از کودکان مضطرب را از طریق آزمون آنخباخ به عنوان پیش آزمون انتخاب شدند سپس نمونه های آماری به صورت گمارش تصادفی به دو گروه گواه و آزمایش تقسیم شدند و پس از گرفتن اطلاعات جمعیت شناختی از هر دو گروه به یک گروه از والدین آنان آموزش مربوط به رشد شناختی (بر اساس نظریه پیازه) داده شد (گروه آزمایش) و به گروه گواه آموزشی



داده نشد. از هر دو گروه از کودکان همان والدین تست آخنباخ با مولفه‌ی اضطراب به عنوان پس آزمون گرفته شد. مدت (۳ ماه) پس از پایان نتایج آزمون‌ها و آموزش مربوطه مجدداً تست آخنباخ برای پایداری آموزش در طول زمان گرفته شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش از شاخص‌های آمار توصیفی نظریه میانگین، انحراف استاندارد و ویژگی‌های جمعیت شناختی و... استفاده شد و شاخص‌های آمار استنباطی نظریه تحلیل کوواریانس نیز به عنوان مکمل استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از بسته نرم‌افزار SPSS-16 استفاده شده است.

بحث و نتیجه گیری

میانگین و انحراف استاندارد نمرات آزمودنی‌ها در گروه آزمایش در خرده مقیاس اضطراب در مراحل پیش آزمون و پس آزمون

جدول ۱. میانگین خرده مقیاس اضطراب در گروه آزمایشی در مراحل پیش آزمون و پس آزمون

مقدیاس	تعداد	حداقل	میانگین	انحراف استاندارد	پیش آزمون		پس آزمون		مقدیاس	شناختی	
					حداکثر	حداقل	میانگین	انحراف استاندارد			
					۱۹	۷	۳۰	۲،۱۶	۷،۴۸	۵،۳۵	۱،۰۳

همانطور که در جدول فوق مشاهده می‌شود، میانگین خرده مقیاس اضطراب گروه آزمایش در پس آزمون نسبت به پیش آزمون کاهش پیدا کرده است.

میانگین و انحراف استاندارد نمرات آزمودنی‌ها در گروه کنترل در خرده مقیاس اضطراب در مراحل پیش آزمون و پس آزمون

جدول ۲. میانگین خرده مقیاس اضطراب در گروه کنترل در مراحل پیش آزمون و پس آزمون

مقدیاس	تعداد	پیش آزمون		پس آزمون		مقدیاس				
		حداکثر	حداقل	میانگین	انحراف استاندارد					
	۵	۲۱	۱۸	۵	۲،۳۱	۷،۰۵	۳۰	۶	۶،۰۳	۲،۰۸

همانطور که در جدول فوق مشاهده می‌شود، میانگین خرده مقیاس اضطراب گروه کنترل در پس آزمون نسبت به پیش آزمون کاهش پیدا کرده است. اما این کاهش در نمودار چشمگیر نیست.

آمار استنباطی و تجزیه و تحلیل متغیرها

در این قسمت به تفسیر نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل داده‌های استخراج شده پرداخته و بر اساس و مبنای فرضیات تحقیق و اهداف آن، راهکارهای مناسب و همچنین پیشنهاداتی مبتنی بر یافته‌های پژوهش، ارائه گردید. این تحقیق دارای سوالاتی است که



با استفاده از روش‌های آماری مورد بررسی قرار گرفته‌اند و سپس نتایج آزمون‌های آماری در قالب جداول خروجی SPSS ارائه می‌شود و تفسیر نتایج آماری بدست آمده توضیح داده خواهد شد.

آزمون فرضیه اول: آموزش ویژگی‌های رشد شناختی به والدین کودکان، اضطراب کودکان را کاهش می‌دهد
جدول ۳. بررسی پیش‌فرض‌های آزمون تحلیل کوواریانس متغیر اضطراب

آزمون کولموگروف اسمیرنف		آزمون همگنی شیب‌ها		همگنی واریانس‌ها		متغیر
سطح معناداری	Z	سطح معناداری	F	سطح معناداری	F	
۰,۵۸۸	۰,۷۷۴	۰,۲۹۸	۱,۱۲۴	۰,۱۶	۲,۰۵	شاخص اضطراب

در جدول بالا پیش‌فرض‌های آزمون تحلیل کوواریانس مورد بررسی قرار گرفته است. نتیجه آزمون همگنی واریانس‌ها نشان می‌دهد فرض همگن بودن واریانس گروه آزمایشی و کنترل در شاخص اضطراب تایید می‌گردد ($F = 2,05$, $P > 0,05$) همچنین، آزمون همگنی شیب‌های رگرسیون نشان داد که فرض همگنی شیب‌های رگرسیون در گروه آزمایشی و کنترل در شاخص اضطراب نیز مورد تایید است ($F = 1,124$, $P > 0,05$). پیش‌فرض نرمال بودن توزیع نیز با آزمون کلموگروف اسمیرنف بررسی گردید و فرض نرمال بودن توزیع متغیر مورد نظر تایید گردید ($Z = 0,774$, $P > 0,05$). بنابراین با رعایت این پیش‌فرض‌ها می‌توان از آزمون کوواریانس استفاده کرد.

جدول ۴. نتایج آزمون تحلیل کوواریانس شاخص اضطراب

منبع واریانس	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
پیش آزمون	۲۰,۳۷۶	۱	20.376	0.946	0.337
بین گروه‌ها	497.845	۱	497.845	23.117	0.0001
خطا	796.824	۵۷	21.536		
کل	35208	۶۰			

نتایج جدول فوق نشان می‌دهد که تفاوت معناداری بین میانگین تعديل شده آزمودنی‌های گروه آزمایشی وجود دارد ($F = 23,117$, $P < 0,05$). لذا فرضیه پژوهش تایید می‌شود و می‌توان نتیجه گرفت که آموزش ویژگی‌های رشد شناختی در کاهش اضطراب کودکان نقش داشته است.

فرضیه دوم: آموزش ویژگی‌های رشد شناختی کودکان به والدین بر کاهش اضطراب کودکان در طول زمان از پایداری مناسبی برخوردار است.



جدول ۵. بررسی پیشفرضهای آزمون تحلیل کوواریانس متغیر اضطراب

متغیر	همگنی واریانس ها		آزمون همگنی شیب ها		آزمون کولموگروف اسمیرنف	
	سطح معناداری	Z	سطح معناداری	F	سطح معناداری	F
شاخص اضطراب	۰,۳۶	۰,۹۲	۰/۷۹	۰/۰۶۷	۰/۳۹	۰/۷۵

در جدول بالا پیشفرضهای آزمون تحلیل کوواریانس مورد بررسی قرار گرفته است. نتیجه آزمون همگنی واریانس ها نشان می دهد فرض همگن بودن واریانس گروه آزمایشی و کنترل در شاخص اضطراب تایید می گردد ($F = ۲,۰۵ > ۰/۰۵$) همچنین، آزمون همگنی شیب های رگرسیون نشان داد که فرض همگنی شیب های رگرسیون در گروه آزمایشی و کنترل در شاخص اضطراب نیز مورد تایید است ($F = ۱,۱۲۴ > ۰/۰۵$). پیش فرض نرمال بودن توزیع نیز با آزمون کلموگروف اسمیرنف بررسی گردید و فرض نرمال بودن توزیع متغیر مورد نظر تایید گردید ($Z = ۰,۹۲ > ۰/۰۵$). بنابراین با رعایت این پیش فرضها می توان از آزمون کوواریانس استفاده کرد.

جدول ۶. نتایج آزمون تحلیل کوواریانس شاخص اضطراب

منبع واریانس	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
پیش آزمون	۱۱۳,۰۵۵	۱	113.055	6.397	0.016
بین گروه ها	138.716	۱	138.716	7.849	0.008
خطا	653.895	۵۷	17.673		
کل	12201	۶۰			

نتایج جدول فوق نشان می دهد که تفاوت معناداری بین میانگین تعديل شده آزمودنی های گروه آزمایش وجود دارد. بنابراین با کنترل پیش آزمون در گروه آزمایش آموزش رشد شناختی در کاهش اضطراب در بستر زمانی دو ماهه پایدار است.

نتیجه گیری

با توجه به تحقیقات انجام شده توسط چاو (۲۰۲۱)، کالتگ و همکاران (۲۰۲۱) و پاملا پیرل کر (۲۰۰۸) و... و نیز با توجه به مشاهدات مختلف در این چند سال گذشته توسط محقق در مورد اهمیت آموزش به والدین از یک سو و از سوی دیگر مساله اضطراب که به عنوان منبع مهمی در بروز مشکلات دیگر که در کودکان پیش دبستانی شناخته شده است، اهمیت و ضرورت این پژوهش را روشن تر می کند. عدم اطلاع درست خانواده ها به ویژه والدین از ویژگی های مختلف رشد کودکانشان و به خصوص رشد شناختی می تواند باعث ایجاد توقعات و انتظاراتی شود که فراتر از توانایی کودکانشان می باشد این موضوع می تواند یکی از عوامل مهم در ایجاد اضطراب در کودکان باشد. فرض بر این است که با آموزش این ویژگی های رشد شناختی (بر اساس الگوی نظری پیازه) به والدین از طرفی آن ها را نسبت به رشد واقعی و بهنگار کودکشان در زمینه رشد شناختی مطلع و هم زمان انتظارات و توقعات درست و بهنگاری را از کودکانشان در زمینه ای رشد شناختی ایجاد می کند که این موضوع خود می تواند باعث کاهش اضطراب در کودکانش شود.



به همین جهت تحقیق حاضر با توجه به ویژگی های شناختی رشد کودکان که از اهمیت خاصی برخوردار است به آموزش والدین کودکان مضطرب می پردازد تا در صورت تاثیر بتواند گامی مهم در جهت بهداشت روانی کودکان بردارد که در سال های بعد تجربه های جدید تری را خواهند داشت.

نتیجه فرضیه اول تحقیق بیان می کند که؛ عقاید و افکار خانواده می تواند موجب بروز اختلالات اضطرابی در کودکان شود. برخورد و انتظارات نابجای والدین از کودک می تواند باعث افزایش اضطراب کودکان شود و آموزش والدین می تواند برای کاهش و درمان کودکان مبتلا به اضطراب بسیار سودمند باشد،) بر همین اساس یافته های این پژوهش با تحقیقات کنسل و همکاران (۲۰۰۷) همسو بود. در این تحقیق که بر روی ۲۳ کودک مقطع ابتدایی انجام شد محققان آموزش های مربوط به رشد شناختی کودکان را به والدین دادند. در این تحقیقات محققان کودکان را به دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم کردند و آن ها را چهار ماه تحت آموزش قرار دادند. نتیجه ای تحقیق آن ها مؤثر بودن آموزش های خانواده در کاهش اضطراب کودکانشان را نشان داد.

یافته های حاصل از این تجربه همچنین با یافته های علیزاده و همکاران (۱۴۰۰) و زندی و همکاران (۲۰۲۱) همسو بود. در تحقیقات آن ها به بررسی رابطه ای بین اضطراب کودک و تاثیر آموزش والدین در کاهش این علایم پرداخته شده است. محققان ۱۰۴ والد کودکان ۳ تا ۵ ساله را در مطالعه ای خود شرکت دادند و نتیجه ای مطالعه نشان داد که میزان آگاهی والدین از توانایی های شناختی کودکانشان نقش موثری در کاهش اضطراب کودکان داشته است. یافته های حاصل از این فرضیه همچنین با یافته های ساندرز و همکاران (۲۰۰۱) همسو بود. مطالعه دیگر بر روی ۳۰ خانواده دارای کودکان ۴ ساله از ناحیه بربیس بین استرالیا صورت پذیرفت تا تاثیر آموزش والدین را بر شدت افسردگی و اضطراب کودکانشان نشان دهد. کودکان مورد مطالعه در این تحقیق دارای مشکلات رفتاری قابل ملاحظه ای بودند و از طبقات اقتصادی- اجتماعی بالا بودند. میانگین سنی این کودکان ۴۶,۷ ماه بود. میانگین سنی مادران، در این مطالعه، ۳۱ سال و میانگین سنی پدران در این مطالعه، ۳۴ سال بود. نتایج این مطالعه، نشان داد که کودکان خانواده هایی که تحت آموزش نسبت به رشد شناختی کودکان خود، قرار گرفته بودند دارای درصد پایین تری از افسردگی و اضطراب پس از اتمام دوره آموزش بودند، و نتیجه این مطالعه در دوره پی گیری یک ساله نیز نشان دهنده ثبات تاثیرات درمانی در این رابطه بود (چاو و همکاران، ۲۰۲۱).

منابع

- احمدی مقدم، حسین و احمدی مقدم، مقصود، ۱۳۹۵، نقش خانواده، نظام آموزش و کتاب خانه ها در تربیت کودکان علاقه مند به مطالعه، کنفرانس منطقه ای فرهنگ مطالعه و کتابخوانی آسیب شناسی و راهکارها، زنجان.
- بساک نژاد، سودابه، پلوی شاپورآبادی، فهیمه، داوودی، ایران، (۱۳۹۹). بررسی اثربخشی آموزش مدیریت اضطراب خانواده به مادران کودکان مضطرب ۴ تا ۶ ساله مهدکودک های شهر اهواز، مجله علمی پژوهشی جندی شاپور، دوره ۱۱، شماره ۴، ۳۶۵-۳۷۳.
- خدایانی، محمدکریم، قنبری، سعید، نادعلی، حسین، سید موسوی، پریسا، (۱۳۹۱). کیفیت روابط مادر-کودک و نشانگان اضطرابی در کودکان پیش دبستانی، مجله روانشناسی تحولی: روانشناسان ایرانی، سال ۹، شماره ۵، ۳۳-۱۳.
- دوستدار، سیدعلی و موسوی کردمیری، سیدعالمه، ۱۴۰۰، اثربخشی آموزش مبتنی بر ذهن آگاهی کودک محور بر کاهش اضطراب، انتگیزش پیشرفت تحصیلی، سازگاری اجتماعی دانش آموزان پایه ششم ابتدایی، اولین کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرآیندهای تعلیم و تربیت، بندرعباس.



علیزاده، سیدشهرام و مظاہری، محمدعلی و سیدموسوی، پریسازادات، ۱۴۰۰، اثربخشی برنامه آموزشی پردازش حسی مبتنی بر الگوی دان به مادران کودکان پیش دبستانی مضطرب بر نشانگان اختلالات اضطرابی کودکان آنها، هفتمین کنفرانس بین المللی دانش و فناوری علوم تربیتی مطالعات اجتماعی و روانشناسی ایران، تهران.

هاتف، پشی، شیری، سجاد، صحرایی، هدایت، ۱۳۹۴). چرا انسان واکنش متفاوتی به تجربه‌های حسی مشابه نشان میدهد: یک تعامل هیجان-شناخت، فصلنامه علوم اعصاب شفای خاتم، دوره ۴، شماره ۱، ۶۷-۷۶.

مهری نژاد، سید ابوالقاسم، مکرمی، مرضیه، استوار، زهره، ۱۳۹۴). اثر آموزش مدیریت استرس به شیوه درمان شناختی-رفتاری بر سازگاری زناشویی در همسران جانبازان جنگ تحمیلی مبتلا به اختلال استرس پس از سانجه، فصلنامه علوم اعصاب شفای خاتم، دوره ۳، شماره ۳، ۷۱-۸۰.

Aytekin, A., Doru, O., and Kucukoglu, S. "Effects of Distraction on Preoperative Anxiety Level in Children." *Pre-Anesthesia Nurs J*, Vol. 31, No. 1, Pp. 56-62, 2016.

Costello, J., He, J., Sampson, N., Kessler, R., and Merikangas, K.(2014). "Services for adolescents with psychiatric disorders: 12-month data from the National Comorbidity Survey-Adolescent." *Psychiatr Serv*, Vol. 65, No. 3, Pp. 359–366, 2014.

Culang, H., Davis, E. R., Egan, L., Simmons, A., Vago, D. R., Finley, S., & Dennis-Tiwary, T. (2021). Changing Minds: A Pilot Feasibility Study of Mindfulness Training for At-Risk Adolescents. *National Youth Advocacy and Resilience Journal*, 5(1), 3.

Chua, J. Y. X., & Shorey, S. (2021). The Effect of Mindfulness-Based and Acceptance Commitment Therapy-Based Interventions to Improve the Mental Well-Being Among Parents of Children with Developmental Disabilities: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of autism and developmental disorders*, 1-14.

Vigerland, S., Ljotsson, B., Ulrika, T., Lars-Goran, O.,(2016) Andersson, G., and Serlachius, E. "Internet-delivered cognitive behavioural therapy for children with anxiety disorders: a randomized controlled trial." *Behaviour Research and Therapy*, No. 76, Pp. 47-56.

Costello, E.J., Mustillo, S., Erkanli, A., Keeler, G., and Angold, A. "Prevalence and development of psychiatric disorders in childhood and adolescence." *Arch Gen Psychiatry*, Vol. 60, No. 8, Pp. 837-844, 2003.

Jakobsen, I.S., Horwood, L.J., and Fergusson, D.M. "Childhood Anxiety/Withdrawal, Adolescent Parent-Child Attachment and Later Risk of Depression and Anxiety Disorder." *JCF Stud*, Vol. 21, No. 2, Pp. 303-310, 2012.

Anna Nagurney (2006), Supply Chain Network Economics: Dynamics of Prices, Flows and Profits, Edward Elgar Publishing, New York City.

Chong Seng L, Lim K. RFID technology adoption rate in warehousing: a study of manufacturing companies in Johor; 2019; 3:144-153

Centea D, Singh I, Elbestawi M. SEPT approaches for Education and Training using a Learning Factory. *Procedia Manufacturing*; 2019; 31: 109-115.

Dan Centeaa*, Ishwar Singha, Jan Boer (2021) RFID in Manufacturing: An Implementation Case in the SEPT Learning Factory, 30th International Conference on Flexible Automation and Intelligent Manufacturing (FAIM2021) 15-18 June 2021, Athens, Greece.



Lavassani, M.k, Movahedi.B, Kumar V, (2008), Historical Developments in Theories of Supply Chain Management: The Case of B2B E-Marketplaces, Administrative Scince Association of Canada (ASAC),2008, Halifax, Canada

Lawrence J. Exploring the effect of varying environmental conditions on an RFID system reliable communications system. W Booth School of Engineering Practice and Technology. 2019.

Mohsen Attaran,(2007),RFID:an enabler of supply chain operations,Available on:
www.emeraldinsight.com/1359-854.htm.

Zandi, H., Amirinejhad, A., Azizifar, A., Aibod, S., Veisani, Y., & Mohamadian, F. (2021). The effectiveness of mindfulness training on coping with stress, exam anxiety, and happiness to promote health. Journal of Education and Health Promotion, 10(1).



The effectiveness of teaching behavioral characteristics and cognitive development to the family and its effect on improving the behavior of anxious children

Abstract

The aim of this study was to evaluate the effectiveness of teaching behavioral characteristics and cognitive development to the family and its effect on behavioral improvement in anxious children. The study of teaching behavioral characteristics and cognitive development of children in families is a topic that should be considered by all and action should be taken to improve and strengthen these characteristics. The present study was conducted in two parts. In the first part, the effect of teaching behavioral characteristics and cognitive development to families with anxious children and improving their anxious behavior was studied, and in the second part, the stability and effect of these trainings on reducing children's anxiety over time were examined. The present study is of experimental design research in terms of importance in the category of applied research and in terms of data collection. To conduct this study, first 60 anxious children were selected as a pretest through Akhenbach test, then the statistical samples were randomly divided into two groups of control and experimental, and after obtaining demographic information from both groups to One group of their parents was trained in cognitive development (based on Piaget theory) (experimental group) and the control group was not trained. Akhenbach test with anxiety component was taken as a post-test from both groups of children in the same family. Some time (3 months) after the end of the test results and the relevant training, the Achenbach test was taken again for the stability of the training over time. Descriptive statistics such as mean, standard deviation and demographic characteristics, etc. were used to analyze the research data, and inferential statistics such as analysis of covariance were used as a supplement. The results showed that teaching behavioral characteristics and cognitive development on improving children's behavior to families had a significant relationship with improving their children's anxiety. In the second part of the study, the sustainability of these trainings on reducing children's anxiety over time was also significant.

Keywords: Cognitive, Behavioral Developmental Characteristics, Anxious Children, Piaget Theory, Achenbach's Test