



The Effectiveness of a Family-Based Emotion Regulation Program Grounded in an Integrative Transdiagnostic Approach on Internalizing and Externalizing Problems in Gifted Adolescents at Risk of Emotional and Behavioral Problem

Soroush Ranjbar ¹, GholamAli Afrooz ^{2*}, Sogand Ghasemzadeh ³, Bagher Ghojbari Bonab ⁴

Abstract

The present study aimed to investigate the effectiveness of a family-based emotion regulation program grounded in an integrative transdiagnostic approach on internalizing and externalizing problems in gifted adolescents at risk of emotional and behavioral problem. This research employed a quasi-experimental design with pre-test, post-test, and follow-up phases. The statistical population consisted of 163 gifted female high school students enrolled during the 2023–2024 academic year in Marivan, Kurdistan Province. A sample of 30 adolescents meeting the inclusion criteria was selected through purposive sampling and randomly assigned to two groups: experimental (n = 15) and control (n = 15). Research instruments included the fifth edition of the Tehran–Stanford–Binet Intelligence Scale (TSB) by Afrooz and Kamkari, and the Youth Self-Report (YSR) developed by Achenbach and Rescorla. The family-based emotion regulation program was implemented over 12 sessions, each lasting 90 minutes, for the experimental group. Data analysis was conducted using SPSS version 28, employing both descriptive and inferential statistics. The effectiveness of the intervention was assessed through mixed ANOVA. Findings indicated that the intervention significantly improved and reduced internalizing and externalizing problems among participants ($p < 0.05$). Given the effectiveness of the family-based emotion regulation program in alleviating symptoms of emotional and behavioral problems in gifted adolescents at risk, it is recommended that professionals, therapists, and educators utilize this program to support this vulnerable population.

Keywords: Family-Based Emotion Regulation Program, Internalizing and Externalizing Problems, Emotional and Behavioral Problems, Gifted Adolescents

Submission: 3 March 2025

Revised: 10 August 2025

Acceptance: 12 August 2025

1. PhD of Psychology and Education of Exceptional Children, Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Tehran, Tehran, Iran.

2. **Corresponding author:** Distinguished Professor, Department of Psychology and Education of Exceptional Children, Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Tehran, Tehran, Iran. E-mail: afrooz@ut.ac.ir

3. Associate Professor, Department of Psychology and Education of exceptional children, Faculty of Psychology and Education, University of Tehran, Tehran, Iran.

4. Professor, Department of Psychology and Education of Exceptional Children, Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Tehran, Tehran, Iran.



اثربخشی برنامه تنظیم هیجان خانواده‌محور مبتنی بر رویکرد فراتشخیصی یکپارچه نگر بر مشکلات درون‌نمود و برون‌نمود نوجوانان تیزهوش در معرض مشکلات هیجانی و رفتاری

سروش رنجبر^۱، غلامعلی افروز^{۲*}، سوگند قاسم‌زاده^۳، باقر غباری بناب^۴

چکیده

هدف از پژوهش حاضر بررسی اثربخشی برنامه تنظیم هیجان خانواده‌محور مبتنی بر رویکرد فراتشخیصی یکپارچه نگر بر مشکلات درون‌نمود و برون‌نمود نوجوانان تیزهوش در معرض مشکلات هیجانی و رفتاری بود. روش پژوهش حاضر، نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون و مرحله پیگیری بود. جامعه آماری پژوهش حاضر را ۱۶۳ نفر از نوجوانان تیزهوش دختر مشغول به تحصیل در مقطع متوسطه دوم در سال ۱۴۰۳-۱۴۰۲ در استان کردستان شهرستان میوان تشکیل دادند. نمونه پژوهش شامل ۳۰ نفر از نوجوانان با در نظر گرفتن ملاک‌های ورود بود که با استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند به‌عنوان گروه نمونه انتخاب و در دو گروه (۱۵ نفر گروه آزمایش و ۱۵ نفر گروه گواه) گمارش تصادفی شدند. ابزارهای پژوهش شامل نسخه پنجم هوش آزمای تهران استنفورد-بینه افروز و کامکاری (TSB)، نظام سنجش مبتنی بر تجربه آشناباخ و رسکولار (YSR) بود. برنامه تنظیم هیجان خانواده‌محور در قالب ۱۲ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای بر روی گروه آزمایش اجرا شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها از طریق نرم‌افزار (SPSS) نسخه ۲۸ در دو بخش آمار توصیفی و استنباطی انجام پذیرفت. اثربخشی مداخله بر متغیرها با آزمون تحلیل واریانس آمیخته بررسی شد. یافته‌ها نشان داد مداخله برنامه تنظیم هیجان خانواده‌محور توانست موجب بهبود و کاهش مشکلات درون‌نمود و برون‌نمود در شرکت کنندگان شود ($p < 0/05$). با توجه به اثربخشی برنامه تنظیم هیجان خانواده‌محور بر کاهش نشانه‌های درون‌نمود و برون‌نمود نوجوانان تیزهوش در معرض آسیب مشکلات هیجانی و رفتاری، پیشنهاد می‌شود متخصصان، درمانگران و معلمان از برنامه تنظیم هیجان خانواده‌محور باهدف کاهش نشانه‌های درون‌نمود و برون‌نمود نوجوانان تیزهوش در معرض آسیب مشکلات هیجانی و رفتاری استفاده نمایند.

کلیدواژه‌ها: برنامه تنظیم هیجان خانواده‌محور، مشکلات هیجانی و رفتاری، مشکلات درون‌نمود و برون‌نمود، نوجوانان تیزهوش

تاریخ پذیرش: ۲۱ مرداد ۱۴۰۴

تاریخ بازنگری: ۱۹ مرداد ۱۴۰۴

تاریخ دریافت: ۱۳ اسفند ۱۴۰۳

۱. دکتری تخصصی روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

۲. نویسنده مسئول: استاد ممتاز گروه روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران. ایمیل: afrooz@ut.ac.ir

۳. دانشیار گروه روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

۴. استاد گروه روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

مقدمه

نوجوانان تیزهوش^۱ به‌عنوان یکی از گروه‌های حساس و تأثیرگذار در جامعه شناخته می‌شوند که با برخورداری از سطح بالای بهره هوشی، توانمندی‌های شناختی و تفکر انتزاعی عمیق از پتانسیل قابل توجهی برای دستیابی به موفقیت در حوزه‌های تحصیلی و حرفه‌ای برخوردار هستند (ازدمیر^۲ و همکاران، ۲۰۲۴). سطح توانایی‌های عمومی، استعداد‌های خاص و پتانسیل‌های شناختی بالاتر از همسالان همواره با سطح هیجانی و رفتاری تیزهوشان هم راستا نبوده و همین امر زمینه‌ساز بی‌ثباتی هیجانی رفتارهای ناسازگار در نوجوانان تیزهوش شده است (تاسکا^۳ و همکاران، ۲۰۲۲). سطح بهره هوشی و ویژگی‌های منحصربه‌فرد نوجوانان تیزهوش، علاوه بر فراهم آوردن فرصت‌های قابل توجه برای موفقیت، می‌تواند آن‌ها را در معرض چالش‌های روان‌شناختی خاصی قرار دهد. پژوهش‌های اخیر نشان داده‌اند نوجوانان تیزهوش باتوجه به ویژگی‌های شناختی، روانی و هیجانی ویژه، چالش‌ها و انتظارات زیادی را از سوی خانواده، معلمان و جامعه تجربه می‌کنند که می‌تواند زمینه‌ساز بروز مشکلات هیجانی و رفتاری در آن‌ها باشد (سوفولوگی و بوتی^۴، ۲۰۲۳). مشکلات هیجانی و رفتاری^۵ در دو دسته درون‌نمود^۶ و برون‌نمود^۷ شده تقسیم‌بندی می‌شوند (آشنباخ^۸، ۲۰۰۱). مشکلات درون‌نمود شده به افرادی اشاره دارد اغلب افسرده، مضطرب، گوشه‌گیر، عزت‌نفس پایین و یا تجربه‌های هیجانی منفی دارند و مشکلات برون‌نمود به افرادی اشاره دارد که رفتارهای پرخاش‌گرایانه، هنجارشکن و یا تحریک‌پذیر دارند (زانتی^۹ و همکاران، ۲۰۲۴). بر مبنای پژوهش الروسان^{۱۰} و همکاران (۲۰۲۵) طیف وسیعی از مشکلات هیجانی و رفتاری درون‌نمود شده (اضطراب^{۱۱}، افسردگی^{۱۲} و...) و برون‌نمود (پرخاش‌گری، رفتارهای هنجارشکن و...) در بین نوجوانان تیزهوش وجود دارد. همچنین نتایج پژوهش دوپلین^{۱۳} و همکاران (۲۰۲۳) بیانگر شیوع طیف وسیعی از اختلال‌های اضطراب و افسردگی در بین نوجوانان تیزهوش است. به طور کلی نوجوانان تیزهوش، به‌رغم توانمندی‌های شناختی برجسته، به دلیل ویژگی‌های روان‌شناختی منحصربه‌فرد و انتظارات بالای فردی و اجتماعی، اغلب در معرض چالش‌های هیجانی و رفتاری قرار دارند.

یکی از عوامل بسیار مهمی که در شکل‌گیری یا تعدیل مشکلات و چالش‌های نوجوانان تیزهوش نقش بسیار مهمی ایفا می‌کند، نحوه تعامل و مواجهه خانواده‌ها با نوجوانان تیزهوش است. انتظارات غیرواقع‌بینانه، سبک‌های ارتباطی ناسازگار، و تعارضات حل‌نشده خانوادگی می‌تواند زمینه‌ساز تشدید مشکلاتی مانند اضطراب، افسردگی، پرخاش‌گری، و کاهش خودکنترلی در این نوجوانان شوند (پاپادوپولوس^{۱۴}، ۲۰۲۱). خانواده‌های نوجوانان تیزهوش غالباً با تناقضی میان حمایت از استعداد‌های خاص فرزندشان و تأمین نیازهای عاطفی و اجتماعی آنان روبه‌رو هستند. از یک سو، فشار برای موفقیت تحصیلی و پیشرفت شناختی ممکن است منجر به غفلت از رشد هیجانی شود، و از سوی دیگر، حساسیت بالای این نوجوانان به انتقاد و شکست، آنان را در برابر سبک‌های فرزندپروری سخت‌گیرانه آسیب‌پذیرتر می‌کند. همچنین نوجوانان تیزهوش که از درک عمیق‌تر و حساسیت هیجانی بیشتری برخوردارند، ممکن است تعارضات را شدیدتر ادراک کنند و در صورت نبود الگوهای ارتباطی سالم، به انزوا یا پرخاش‌گری روی آورند. در مقابل، خانواده‌هایی که مهارت‌های حل مسئله و سازش را مدل‌سازی می‌کنند، به فرزندان خود می‌آموزند که چگونه هیجان‌های پیچیده را

1. Gifted adolescents
2. Özdemir
3. Tasca
4. Sofologi & Bonti
5. Emotional and Behavioral Problems
6. Internalizing
7. Externalizing
8. Achenbach
9. Zanetti
10. Al-Rousan
11. Anxiety
12. Depression
13. Duplenne
14. Papadopoulos

مدیریت کرده و روابط بین‌فردی مؤثرتری برقرار کنند (سودرگرن و کتلا، ۲۰۲۵). علاوه بر این نوجوانان تیزهوش به دلیل تفاوت‌های فکری و علایق خاص، در یافتن گروه‌های همسال مناسب با مشکل مواجه شوند که این امر در صورت فقدان حمایت خانوادگی، می‌تواند به احساس تنهایی و طردشدگی بینجامد (رناتی^۲ و همکاران، ۲۰۲۴). در چنین شرایطی، نقش خانواده در تسهیل تعاملات اجتماعی و فراهم آوردن فضایی امن برای بیان دغدغه‌های عاطفی، بیش‌ازپیش اهمیت می‌یابد. به‌طور کلی می‌توان بیان نمود خانواده نوجوانان تیزهوش می‌توانند با ایفای نقش فعالانه و آگاهانه، به‌عنوان مهم‌ترین منبع حمایتی عمل کنند.

از طرف دیگر یکی از چالش‌های بسیار مهم نوجوانان تیزهوش در دوره نوجوانی، تجربه هیجان‌های منفی و نقص در تنظیم هیجان است. تجربه چالش‌های مختلف هیجانی و افزایش تعارضات با والدین نوجوانان به‌طور مشخص با نقص در تنظیم هیجان در ارتباط است (لنارز^۳ و همکاران، ۲۰۱۸). تنظیم هیجان به‌توانایی پاسخ‌دهی مناسب به تجربه‌های هیجانی اشاره دارد که مانع واکنش سریع و نسنجیده به تجربه‌های هیجانی می‌شود (هو^۴ و همکاران، ۲۰۱۷). تنظیم هیجان مدیریت کارآمد رفتار و هیجان‌ها را در موقعیت‌های حساس و چالش‌برانگیز تسهیل می‌کند (کوئینترو^۵ و همکاران، ۲۰۲۲). به‌طور کلی تنظیم هیجان به‌عنوان یک سازه فراتشخیصی نقشی بسیار مهمی در رشد فردی، اجتماعی و ارتقای سلامت روان دارد (دومنیچ^۶ و همکاران، ۲۰۲۴). یکی از رویکردهای درمانی که بر نقش تنظیم هیجان بسیار تأکید دارد، رویکرد درمانی فراتشخیص است. درمان فراتشخیص به‌عنوان یک رویکرد جامع و چندبعدی شناخته می‌شود که بر هسته اصلی و مشترک مشکلات هیجانی و رفتاری تأکید می‌کند (بارلو^۷ و همکاران، ۲۰۱۱). اثربخشی رویکرد درمانی فراتشخیص بر اختلال‌های درون‌نمود و برون‌نمود در پژوهش‌های مختلفی نشان داده شده است (پولادی و همکاران، ۱۴۰۱، جیمینز-اورنگا^۸ و همکاران، ۲۰۲۴). تعاملات درون خانوادگی و شیوه‌هایی که والدین و اعضای خانواده در مواجهه با چالش‌های هیجانی از خود نشان می‌دهند، مستقیماً بر توانایی نوجوانان در تنظیم هیجان‌های خود تأثیر می‌گذارد لذا لازم و ضروری است که ابعاد مختلف هیجانی، اجتماعی و روان‌شناختی نوجوانان تیزهوش در معرض مشکلات هیجانی و رفتاری در بافت و با محوریت خانواده شناسایی و نشانه‌های اختلال‌های درون‌نمود و برون‌نمود در آن‌ها کاهش یابد. برنامه‌های خانواده‌محور به والدین و دیگر اعضای خانواده کمک می‌کند که در فرایند مداخله حضور فعالانه داشته باشد و احساس حکایت و امنیت را در نوجوانان افزایش و پیوندهای درون خانوادگی را تقویت می‌کند (موسوی و همکاران، ۱۴۰۲). برنامه‌های مداخله‌ای خانواده‌محور به نوجوان کمک می‌کند تا در فضایی امن و حمایتگر، احساس درک شدن، پذیرش و تعلق را تجربه کنند. به‌طور کلی والدین با مشارکت فعال در فرایند مداخله زمینه را برای بهبود ارتباط والد-فرزند و تقویت مهارت‌های اجتماعی نوجوان فراهم می‌کنند؛ بنابراین باتوجه به اثربخشی درمان فراتشخیص بر درمان اختلالات هیجانی و رفتاری و نقش تنظیم هیجان به‌عنوان پایه اساسی مشکلات در نوجوانان تیزهوش در معرض آسیب مشکلات هیجانی و رفتاری برنامه تنظیم هیجان خانواده‌محور مبتنی بر رویکرد فراتشخیص توسط رنجبر و همکاران (۱۴۰۳) طراحی شد و در پژوهش حاضر مورد استفاده قرار گرفت.

باتوجه به مطالب بیان شده، می‌توان نتیجه گرفت که نوجوانان تیزهوش علی‌رغم برخورداری از توانمندی‌های شناختی، به دلیل ویژگی‌های منحصربه‌فرد هیجانی و اجتماعی و همچنین مواجهه با فشارها و انتظارات چندگانه محیطی، در مقایسه با همسالان خود آسیب‌پذیری بیشتری نسبت به مشکلات هیجانی و رفتاری نشان می‌دهند. در این میان، خانواده به‌عنوان نخستین و تأثیرگذارترین بستر رشد و تحول، نقشی محوری در پیشگیری یا تشدید این چالش‌ها ایفا می‌کند. در میان عوامل روان‌شناختی مؤثر، سازه تنظیم هیجان به‌عنوان یک مکانیسم کلیدی و بنیادین شناخته می‌شود که هم در شکل‌گیری و تداوم مشکلات روان‌شناختی و هم در

1. Sodergren & Kettler
2. Renati
3. Lenarz
4. Huh
5. Quintero
6. Doménech
7. Barlow
8. Jiménez-Orenga

مدیریت هیجان‌ها و رفتارهای ناسازگارانه نقشی تعیین‌کننده دارد (برکینگ^۱، ۲۰۲۴). باوجود اهمیت حیاتی تنظیم هیجان در سلامت روان نوجوانان تیزهوش و نقش انکارناپذیر خانواده در تعدیل یا تشدید مشکلات هیجانی-رفتاری آنان، مرور نظام‌مند پژوهش‌های پیشین نشان می‌دهد که مداخلات جامعی که به طور هم‌زمان بر تنظیم هیجانی، با تأکید بر ساختارهای نظام‌مند خانواده و مبتنی بر رویکرد فراشناختی در این گروه ویژه تمرکز داشته باشند، بسیار محدود بوده‌اند. درحالی‌که شواهد متعددی بر نقش کلیدی خانواده در تحول هیجانی نوجوانان تیزهوش دلالت دارند، عمده مداخلات موجود بر نوجوانان متمرکز بوده و از ملاحظات بین‌فردی و زمینه‌ای، به‌ویژه نقش خانواده، غفلت شده است (رناتی^۲ و همکاران، ۲۰۲۴). از سوی دیگر، به‌رغم کارآمدی شناخته‌شده رویکردهای مبتنی بر فراشناخت در بهبود عملکردهای هیجانی و شناختی، تاکنون پژوهش‌های اندکی به طراحی مداخلاتی پرداخته‌اند که با بهره‌گیری از اصول فراشناختی، خانواده را به‌عنوان یک واحد نظام‌مند هدف قرار دهند؛ این در حالی است که نوجوانان تیزهوش به‌واسطه ویژگی‌های شناختی و هیجانی خاص خود، نیازمند مداخلاتی هستند که هم‌زمان جنبه‌های فردی و خانوادگی را در نظر گیرد. با وجود اهمیت و نقش تنظیم هیجان و مداخلات مبتنی بر نقش و جایگاه خانواده در ارتقای سلامت روان نوجوانان تیزهوش، پژوهش‌های اندکی در این زمینه انجام شده‌اند؛ بنابراین، پژوهش حاضر باهدف رفع خلا موجود و با در نظر گرفتن ضرورت بالینی موضوع، به بررسی اثربخشی برنامه تنظیم هیجان خانواده‌محور مبتنی بر درمان فراتشخیصی بر کاهش نشانه‌های درون‌نمود (مانند اضطراب و افسردگی) و برون‌نمود (مانند پرخاشگری و مشکلات رفتاری) در نوجوانان تیزهوش در معرض مشکلات هیجانی و رفتاری انجام شد.

روش

روش پژوهش حاضر، نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون و گروه گواه و یک مرحله پیگیری (۳ ماه) بود. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل تمامی دختران نوجوانان تیزهوش مشغول به تحصیل متوسطه دوم در سال ۱۴۰۲-۱۴۰۳ در استان کردستان شهرستان مریوان بود. با استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند و بر اساس ملاک‌های ورود، تعداد ۳۰ نفر به‌عنوان گروه نمونه انتخاب شدند. گروه نمونه به‌صورت تصادفی به دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و گواه (۱۵ نفر) تقسیم بندی شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل تحصیل در مقطع متوسطه دوم، بهره‌های کلی ۱۲۵ به بالا براساس مقیاس تهران استنفورد-بینه، عدم وجود بیماری‌های خاصی که مانع حضور در پژوهش باشند، در معرض آسیب مشکلات هیجانی و رفتاری (افرادی که نمرات آن‌ها بر اساس مقیاس آشنایخ در طبقه مرزی (نمرات T بین ۶۰ یا ۶۳) قرار دارد) بودن بر اساس غربال اولیه و رضایت برای مشارکت در پژوهش براساس رضایتنامه کتبی و ملاک‌های خروج شامل دریافت برنامه مداخله‌ای هم‌زمان و دو جلسه غیبت در طول اجرای مداخله بودند. گروه آزمایش برنامه مداخله (برنامه تنظیم هیجان خانواده‌محور) را دریافت و گروه گواه هیچ برنامه‌ای را دریافت ننمودند. البته پس از اجرای پژوهش به جهت رعایت اخلاق پژوهشی برنامه مداخله‌ای برای گروه گواه نیز اجرا شد.

ابزار

۱. مقیاس هوشی آزمای تهران استنفورد - بینه^۳ (TSB): نسخه پنجم هوش آزمای تهران استنفورد - بینه توسط افروز و کامکاری (۱۳۸۵) استاندارد سازی شد. این ابزار برای افراد ۲ تا ۸۵ ساله تهیه شده و دارای ۱۰ خرده آزمون است. میانگین هر خرده آزمون ۱۰ و انحراف معیار آن ۳ است و دو حیطه کلامی و غیرکلامی را می‌سنجد. در حیطه‌های کلامی و غیر کلامی پنج خرده آزمون دانش، استدلال سیال، استدلال کمی، پردازش دیداری فضایی و حافظه فعال وجود دارد. این ابزار ۸ هوشبهر مستقل شامل هوش‌بهر دانش، استدلال سیال، استدلال کمی، پردازش دیداری-فضایی، حافظه فعال کلامی و غیرکلامی و هوش‌بهر کلی دارد. همچنین این آزمون علاوه بر هوشبهرهای بیان شده می‌تواند نمره‌های حساس به تغییر و نمره‌های مرتبط با خواندن و محاسبه را

1. Berking
2. Renati
3. Tehran-Stanford-Binet

نشان دهد. نتایج پژوهش‌ها نشان دهنده اعتبار و تجانس درونی زیاد این آزمون است و ضرایب اعتباری ۰/۸۴ و ۰/۸۹ برای خرده آزمون‌های ده‌گانه به دست آمده است (گیبونس و وارن^۱، ۲۰۱۹). این ابزار به منظور سنجش هوش توسط نوجوانان استفاده شده است.

۲. مقیاس خودگزارش دهی آشنباخ^۲ (YSR): نظام سنجش مبتنی بر تجربه توسط آشنباخ و رسکولار^۳ (۲۰۰۱) ساخته و در دامنه سنی ۱۱-۱۸ استفاده می‌شود. این پرسش‌نامه کداری ۱۱۲ سؤال است و به صورت طیف لیکرت ۳ درجه‌ای درست نیست (۰)، تا حدی یا گاهی درست است (۱) و کاملاً یا غالباً درست است (۲) نمره‌گذاری می‌شود. مدت‌زمان پاسخ‌دهی این پرسش‌نامه ۱۵ تا ۲۰ دقیقه است. این پرسش‌نامه به‌طور کلی اختلال‌ها را در دودسته درون‌نمود (گوشه‌گیری، شکایات جسمانی، اضطراب و افسردگی) و برون‌نمود (رفتار قانون‌شکنی و رفتار پرخاشگری) شده تقسیم‌بندی می‌شود. به‌طور کلی بر اساس نمرات به‌دست‌آمده، آزمودنی‌ها در سه طبقه بالینی، مرزی و نرمال دسته‌بندی می‌شوند. همسانی درونی این پرسش‌نامه در دانش‌آموزان شهر تهران با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۴ تا ۰/۸۸ به دست آمد (درون‌نمود: ۰/۸۷، برون‌نمود: ۰/۸۶ و مشکلات کلی: ۰/۸۵) همچنین اعتبار محتوایی و روایی ملاکی این فرم نیز تأیید شد (مینایی، ۱۳۸۶). همچنین کاکابرایی و همکاران (۱۳۸۶)، میزان اعتبار این آزمون را با استفاده از آلفای کرونباخ، ۰/۹۴ و میزان اعتبار دونیمه کردن را ۰/۸۲ به دست آوردند.

برنامه مداخله

برنامه مداخله‌ای تنظیم هیجان خانواده‌محور مبتنی بر رویکرد فراتشخیص: برنامه تنظیم هیجان خانواده‌محور مبتنی بر رویکرد فراتشخیص بارلو در قالب ۱۲ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای توسط رنجبر و همکاران (۱۴۰۳) طراحی شد.

جدول ۱: برنامه تنظیم هیجان خانواده‌محور مبتنی بر رویکرد فراتشخیص

جلسه	هدف	محتوا	تکالیف
اول	معارفه و آشنایی	معارفه و برقراری ارتباط، آشنایی با اهداف و ساختار محتوا	نوشتن لیستی از موقعیت‌های هیجانی روزانه و احساسات جلسات، شناخت کلی مشکلات هیجانی و رفتاری
دوم	شناخت هیجان‌ها	شناخت هیجان‌ها، آشنایی با اجزای تجارب. چرخه هیجان	تکمیل نمودار چرخه هیجانی در طول هفته با نظارت والدین
سوم	چرخه‌های شناختی	شناخت چرخه‌های شناختی، افکار و باورهای ناکارآمد، خطاها	نوشتن افکار ناکارآمد و تلاش تغییر آن‌ها با همراهی خانواده
چهارم	بازشناسی	بازشناسی هیجان‌ها، باز ارزیابی و ردیابی تجارب هیجانی، آموزش مدل چرخه هیجانی سابقه، پاسخ‌ها و نتایج	تکمیل فرم چرخه هیجانی برای موقعیت‌های روزانه با نظارت والدین
پنجم	چرخه‌ها و الگوها	شناخت الگوهای پاسخ‌دهی هیجانی و رفتاری، بررسی عوامل زمینه‌ای و نگهدارنده چرخه‌ها و الگوها	نوشتن نمونه‌هایی از چرخه‌های هیجانی و رفتاری خود با مشورت والدین
ششم	ارزیابی مجدد	واکاوی و ارزیابی تجارب هیجانی و رفتاری، شناسایی افکار و وضعیت فیزیولوژیک، ارتباط متقابل بین افکار و هیجان‌ها	ثبت واکنش‌های بدنی در مواجهه با هیجان‌ها مختلف و تمرین تنفس با کمک والدین
هفتم	ارزیابی ناسازگارانه	ارزیابی‌های ناسازگارانه و سازگارانه از تجارب هیجانی و رفتاری، آموزش اصلاح ارزیابی‌های ناسازگارانه	نوشتن تله‌های فکری و تلاش برای جایگزین‌سازی با افکار منعطف با همکاری والدین
هشتم	آگاهی بدنی	واکنش‌های جنگ‌وگریز، اسکن بدنی، آگاهی از وضعیت بدنی	ثبت وضعیت‌های فیزیولوژیکی در مواجهه با هیجان‌ها
نهم	افکار منعطف	آشنایی با افکار منعطف، شناسایی تفسیرها، تله‌های فکری و راهبردهای هیجانی ناسازگارانه همراه	نوشتن خلاصه‌ای از تغییرات شخصی و برنامه‌ریزی برای تثبیت مهارت‌ها بعد از پایان جلسات

- Gibbons & Warne
- Youth Self-Report
- Achenbach & Rescorla

دوم	آموزش والدین	آموزش شناخت هیجان‌ها، راهبردهای هیجانی و رفتاری	تمرین تکنیک‌های مواجهه والدین با هیجان‌ها فرزندان در موقعیت‌های واقعی
یازدهم	آموزش والدین	آموزش اصول مواجهه و درک هیجان‌ها، اصلاح روش‌های فرزندپروری، شناخت افکار ناکارآمد و خطاهای شناختی به والدین	تمرین تکنیک‌های مواجهه والدین با هیجان‌ها فرزندان در موقعیت‌های واقعی
دوازدهم	مرور و خاتمه	مرور کلی مفاهیم جلسات و ارزیابی و بررسی تغییرات	نوشتن برنامه برای ادامه تمرینات و نظارت بر پیشرفت فرزندان

شیوه اجرای پژوهش

در مرحله اولیه، با هماهنگی آموزش و پرورش، فرآیند شناسایی و انتخاب مدارس آغاز شد. پس از تعیین مدارس و انجام هماهنگی‌های لازم با مسئولان مربوطه، گزینش گروه نمونه بر اساس معیارهای ورود صورت گرفت. به منظور غربالگری اولیه، آزمون هوش و مشکلات رفتاری کودک آشنای اجرا شد و براین اساس، نوجوانان تیزهوش در معرض مشکلات هیجانی- رفتاری به‌عنوان گروه نمونه انتخاب شدند. سپس، جهت سنجش وضعیت پایه، از هر دو گروه با استفاده از ابزارهای استاندارد پژوهشی پیش‌آزمون اجرا شد. پس از اجرا، نوجوانان تیزهوش و والدین در مرکز آموزشی جهاد دانشگاهی حضور حضور و در جلسات شرکت نمود. در هر جلسه اهداف، مرور جلسه قبل، محتوای آموزشی و تکالیف لازم ارائه می‌شد. نوجوانان تیزهوش در ۱۰ جلسه و والدین در ۲ جلسه به صورت گروهی در برنامه مداخله شرکت نمودند. پس از اجرای مداخله، از دو گروه به‌منظور ارزیابی تأثیر مداخله بر متغیرهای پژوهش با استفاده از ابزارهای استاندارد پژوهشی پس‌آزمون اجرا شد. همچنین، جهت بررسی پایداری اثرات مداخله، سه ماه پس از اتمام مداخلات، آزمون پیگیری انجام گرفت. ملاحظات اخلاق پژوهش شامل رضایت آگاهانه برای شرکت در پژوهش، اصل محرمانگی اطلاعات در تمام مراحل، اطلاع در مورد نحوه و مراحل اجرای پژوهش و قرارگرفتن گروه گواه در لیست انتظار رعایت گردید. (لازم به ذکر است مقاله‌ی حاضر مستخرج از رساله و از سوی کمیته‌ی ملی اخلاق در پژوهش‌های زیست پزشکی در دانشگاه تهران بررسی و با شناسه‌ی اخلاق IR.U.T.PSYEDU.REC.1402.072 مصوب شده است). تحلیل داده‌ها با نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۸ انجام شد و از روش آماری تحلیل واریانس آمیخته به منظور ارزیابی اثربخشی مداخله برنامه تنظیم هیجان خانواده محور استفاده شد. پایایی پرسش‌نامه با روش آلفای کرونباخ بررسی که ضریب آلفای کرونباخ مولفه مشکلات درون‌نمود برابر با ۰/۹۳ و مولفه مشکلات برون‌نمود برابر با ۰/۸۴ بود.

یافته‌ها

از نظر ویژگی‌های جمعیت‌شناختی، میانگین سن گروه مداخله برابر با ۱۶/۷۸ با انحراف استاندارد ۱/۱۵ و گروه گواه برابر با ۱۶/۳۹ با انحراف استاندارد ۰/۹۵ بود. همچنین میانگین بهره هوشی گروه مداخله ۱۳۱/۶۷ با انحراف استاندارد ۸/۹۷ و گروه گواه ۱۳۰/۶۰ با انحراف استاندارد ۷/۶۰ بود بر این اساس دو گروه از نظر مشخصات زمینه‌ای از همگنی نسبی برخوردار بودند. در جدول ۲ میانگین و انحراف استاندارد مشکلات درون‌نمود و برون‌نمود شده آمده است.

جدول ۲. شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش به تفکیک گروه و زمان

متغیر	گروه	پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پیگیری
		میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	
مشکلات درون‌نمود	آزمایش	۶۶/۱۹	۱۵/۰۹	۵۱/۹۴	۹/۱۸	۱/۵۷
	گواه	۵۹/۷۱	۸/۸۳	۵۸/۷۱	۱۲/۹۶	۵۷/۰۷
مشکلات برون‌نمود	آزمایش	۲۷/۱۹	۸/۸۸	۱۹/۶۹	۴/۲۱	۵/۹۷
	گواه	۲۸/۷۱	۵/۳۶	۲۹/۹۳	۸/۳۵	۷/۷۲

نتایج جدول ۲ نشان داد در گروه مداخله شدت تغییر میانگین بیشتر از گروه گواه بود. در مولفه مشکلات درون‌نمود و برون‌نمود در گروه مداخله، میانگین پیش‌آزمون در مقایسه با میانگین پس‌آزمون و مرحله پیگیری کاهشی بود در حالی که در گروه گواه میانگین پیش‌آزمون در مقایسه با پس‌آزمون و مرحله پیگیری تغییر اندکی داشت. در مجموع میزان تغییرات میانگین در گروه مداخله در مقایسه با گروه گواه، بیشتر و قابل توجه بود. به منظور آزمون معنی‌دار بودن کاهش نمرات از آزمون تحلیل واریانس آمیخته استفاده شد. پیش از انجام آزمون تحلیل واریانس آمیخته به بررسی مفروضات آماری این آزمون پرداخته شد. وجود داده‌های پرت با نمودار جعبه‌ای بررسی شد که داده‌های پرت اصلاح شدند و در دامنه حداقل و حداکثر قرار گرفتند. بررسی نرمال بودن شکل توزیع متغیرها با آزمون شاپیرو-ویلک نشان داد که تمامی متغیرها از توزیع نرمال برخوردار بودند. در جدول ۳ نتایج آزمون تحلیل واریانس آمیخته به منظور بررسی اثر مداخله برنامه تنظیم هیجان خانواده محور بر مشکلات آمده است.

جدول ۳. نتایج آزمون تحلیل واریانس آمیخته به منظور بررسی اثربخشی مداخله برنامه تنظیم هیجان خانواده محور

متغیرها	منبع اثر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آماره F	مقدار p	مجذور اتا
	زمان	۲۳۸۷/۲۷	۲	۱۱۹۳/۶۳	۹/۱۰	<۰/۰۰۱	۰/۱۷۸
مشکلات درون‌نمود	تعامل زمان و گروه	۳۳۳۱/۴۲	۵	۶۶۶/۲۷	۵/۰۸	<۰/۰۰۱	۰/۲۳۲
	خطا	۱۱۰۱۴/۶۷	۸۴	۱۳۱/۱۳			
	زمان	۶۷۳/۸۷	۲	۳۳۶/۹۳	۶/۱۷	۰/۰۰۳	۰/۱۲۸
مشکلات برون‌نمود	تعامل زمان و گروه	۱۳۳۱/۵۷	۵	۲۶۶/۳۱	۴/۸۴	<۰/۰۰۱	۰/۲۲۵
	خطا	۴۵۹۰/۵۳	۸۴	۵۴/۶۵			

نتایج جدول تحلیل واریانس آمیخته در جدول ۳ نشان داد اثربخشی مداخله بر مشکلات درون‌نمود و برون‌نمود تأیید شد. سطح معنی‌داری اثر تعامل زمان و گروه به عنوان مهم‌ترین اثر، کمتر از ۰/۰۵ بود و بیانگر این بود که از نظر آماری تغییرات میانگین مشکلات درون‌نمود و برون‌نمود در دو گروه متفاوت بود و با توجه به میانگین‌ها می‌توان نتیجه گرفت که میانگین مشکلات درون‌نمود و مشکلات برون‌نمود در گروه مداخله کاهش معنی‌داری داشت. شاخص مجذور جزئی اتا برای مشکلات درون‌نمود مقدار ۰/۲۳۲ و برون‌نمود ۰/۲۲۵ بود که نشان از اثربخشی قابل توجه مداخله برنامه تنظیم‌هیجان خانواده محور بر مشکلات درون‌نمود و مشکلات برون‌نمود بود. در جدول ۴ نتایج آزمون تعقیبی به منظور مقایسه زوجی میانگین متغیرها در سه زمان آمده است و میانگین متغیرها به تفکیک دو گروه در زمان‌های مختلف محاسبه شد.

جدول ۴. آزمون تعقیبی برای مقایسه مشکلات درون‌نمود و برون‌نمود به صورت زوجی در سری زمانی

متغیر	گروه	زمان مرجع	زمان مقایسه	تفاوت میانگین	مقدار p
مشکلات درون‌نمود	آزمایش	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	۱۴/۲۵	<۰/۰۰۱
		پیش‌آزمون	پیگیری	۱۷/۴۴	<۰/۰۰۱
		پس‌آزمون	پیگیری	۳/۱۹	۰/۳۸۲
	گواه	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	۱/۰۰	۰/۷۶۲
		پیش‌آزمون	پیگیری	۲/۶۴	۰/۴۹۰
		پس‌آزمون	پیگیری	۱/۶۴	۰/۶۸۹
مشکلات برون‌نمود	آزمایش	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	۷/۵۰	<۰/۰۰۱
		پیش‌آزمون	پیگیری	۵/۶۳	۰/۰۰۴
		پس‌آزمون	پیگیری	-۱/۸۸	۰/۱۷۱
	گواه	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	-۱/۲۲	۰/۶۱۴
		پیش‌آزمون	پیگیری	۰/۴۳	۰/۸۴۶
		پس‌آزمون	پیگیری	۱/۶۴	۰/۵۴۶

نتایج جدول ۴ نشان داد که در گروه مداخله، میانگین مشکلات درون‌نمود و مشکلات برون‌نمود در زمان‌های پس‌آزمون و پیگیری نسبت به پیش‌آزمون تفاوت داشت ($p < 0.05$). یافته‌ها نشان داد میانگین مشکلات درون‌نمود و برون‌نمود در گروه مداخله روندی کاهشی داشت و در زمان پس‌آزمون و پیگیری نسبت به پیش‌آزمون کاهش داشت. در گروه گواه میانگین مشکلات درون‌نمود و برون‌نمود در زمان‌های مختلف، تفاوتی نداشت و از نظر آماری معنی‌دار نبود ($p > 0.05$). با توجه به این که در گروه مداخله، میانگین زمان پیگیری نسبت به پیش‌آزمون کاهش معنی‌دار داشت و از سوی دیگر نسبت به پس‌آزمون تفاوتی نداشت، می‌توان نتیجه گرفت که ماندگاری اثر مداخله برنامه تنظیم هیجان خانواده‌محور بر مشکلات درون‌نمود و برون‌نمود تایید شد.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر اثربخشی برنامه تنظیم هیجان خانواده‌محور مبتنی بر فراتشخیصی بر نشانه‌های درون‌نمود و برون‌نمود نوجوانان تیزهوش در معرض آسیب مشکلات هیجانی و رفتاری بود. نتایج پژوهش حاضر بیانگر اثربخشی برنامه تنظیم هیجان خانواده‌محور طراحی شده بر کاهش نشانه‌های درون‌نمود و برون‌نمود نوجوانان تیزهوش در معرض آسیب مشکلات هیجانی و رفتاری بود. نتایج پژوهش حاضر با نتایج موسویان شریف‌زاده و همکاران (۱۴۰۱)، پولادی و همکاران، (۱۴۰۱)، رناتی و همکاران (۲۰۲۴)، دومنیچ و همکاران (۲۰۲۴)، جمینز-اورنگا و همکاران (۲۰۲۴) همسو بود.

در تبیین نتایج به‌دست‌آمده مبنی بر اثربخشی برنامه تنظیم هیجان خانواده‌محور بر کاهش نشانه‌های درون‌نمود و برون‌نمود نوجوانان تیزهوش در معرض مشکلات هیجانی و رفتاری می‌توان بیان نمود برنامه تنظیم هیجان خانواده‌محور به طور مشخص شناسایی، پردازش و مدیریت هیجان‌های منفی را به نوجوانان تیزهوش آموزش می‌دهد و از این طریق نوجوانان تیزهوش یاد می‌گیرند در مقابل سرکوب یا اجتناب از هیجان‌ها، هیجان‌ها را به خوبی تجربه و از راهبردهای سازگارانه در مواجهه با هیجان‌ها استفاده نمایند. در همین راستا نتایج پژوهش‌های (جمینز-اورنگا و همکاران، ۲۰۲۴) نشان داد شناسایی هیجان‌ها، پذیرش هیجان‌ها بدون قضاوت و استفاده از راهبردهای سازگارانه تنظیم هیجان منجر به کاهش سطح اضطراب و افسردگی می‌شود. همچنین نوجوانان تیزهوش معمولاً دارای ویژگی‌های خاصی مانند حساسیت بالا، تفکر تحلیلی، و ظرفیت‌های شناختی و عاطفی پیچیده هستند که آن‌ها را در مواجهه با هیجانات و مشکلات اجتماعی پیچیده‌تر می‌کند. برنامه تنظیم هیجان خانواده‌محور، به نوجوانان تیزهوش و والدین کمک می‌کند تا این ویژگی‌ها را شناسایی کرده و درک نمایند و رفتارهای خود را با نیازها تطبیق و هیجانات خود را بهتر مدیریت کنند. علاوه بر این برنامه تنظیم هیجان خانواده‌محور، به نوجوانان تکنیک‌های خاصی شامل شیوه‌های آرام‌سازی، شناخت الگوهای فکری منفی، و استفاده از استراتژی‌های مقابله‌ای مؤثر برای تنظیم هیجان آموزش می‌دهد که از طریق آن نوجوانان تیزهوش هیجان‌های خود را شناسایی و از راهبردهای سازگارانه تنظیم هیجان استفاده می‌کنند که نتیجه آن کاهش شدت رفتارهای برون‌نمود مانند پرخاشگری و خشونت در نوجوانان تیزهوش است.

برنامه تنظیم هیجان خانواده‌محور با ایجاد محیطی امن و صمیمانه برای ابراز هیجان‌ها، تقویت ارتباط والد-نوجوان از طریق آموزش مهارت‌های تنظیم هیجان مشترک و کاهش تنش‌های خانوادگی به کاهش نشانه‌های اختلال‌های درون‌نمود مانند اضطراب و افسردگی در نوجوانان تیزهوش کمک می‌کند. این برنامه با آموزش والدین برای پاسخ‌دهی همدلانه به‌جای واکنش‌های سریع و پرخاش‌گرایانه از تجربه هیجان‌های منفی جلوگیری می‌کند. همچنین، با تمرکز بر نیازهای ویژه هیجانی تیزهوشان مانند حساسیت بالا و کمال‌گرایی، و ارائه محتوای آموزشی سازگار با سطح شناختی آنان به پردازش سازگارانه هیجان‌ها کمک می‌نماید. علاوه بر این برنامه تنظیم هیجان خانواده‌محور بهبود تعاملات خانوادگی و تقویت تاب‌آوری هیجانی به کاهش نشانه‌های درون‌نمود و برون‌نمود در نوجوانان تیزهوش کمک می‌کند (دینگ و همکاران، ۲۰۲۴). همچنین در مواجهه با مشکلات هیجانی و رفتاری نوجوان تعاملات مثبت بین والدین و نوجوانان تقویت می‌شود. تقویت روابط و تعاملات خانوادگی می‌تواند به کاهش رفتارهای پرخاش‌گرایانه و نشانه‌های برون‌نمود منجر شود.

از طرف دیگر به نوجوانان تیزهوش آموزش داده می‌شود، الگوهای هیجانی خود را تشخیص دهند و بین هیجان‌های اولیه و ثانویه تمایز قائل شوند. سپس، با یادگیری تکنیک‌های کاربردی مانند بازسازی شناختی، ذهن‌آگاهی و حل مسئله هیجان‌مدار، ابزارهای لازم برای مواجهه سازگارانه با چالش‌های عاطفی را کسب می‌کنند. این مهارت‌آموزی تأثیر عمیقی بر افزایش خودکارآمدی

هیجانی دارد. تنظیم هیجان‌های مختلف بدون وابستگی به دیگران، حس کنترل درونی، استقلال عاطفی و خودکارآمدی در نوجوانان تیزهوش تقویت می‌شود. افزایش خودکارآمدی، تاب‌آوری روان‌شناختی را ارتقا می‌دهد و نوجوان را قادر می‌سازد در مواجهه با ناملایمات، از مکانیسم‌های سازگارانه‌تری استفاده کند (کین و همکاران، ۲۰۲۳). همچنین برنامه تنظیم هیجان خانواده‌محور، پاسخ‌های هیجانی ناسازگارانه که به تشدید نشانه‌های درون‌نمود منجر می‌شوند را کاهش و اصلاح می‌کند. به طور مثال یکی از ویژگی‌های شایع در نوجوانان تیزهوش نشخوار فکری است که با آموزش تکنیک‌های توقف فکر و تمرکز مجدد، به‌خوبی نشخواره فکری آن‌ها مدیریت می‌شود. علاوه بر این با تقویت مهارت‌های ارتباطی و ابزار وجود تمایل به گوشه‌گیری و انزوای اجتماعی که ممکن است ناشی از ترس از قضاوت یا ناتوانی در بیان هیجان‌ها کاهش می‌یابد. این تغییرات مثبت، چرخه معیوب هیجان‌های منفی را می‌شکند و فضایی برای رشد روان‌شناختی و کاهش نشانه‌های درون‌نمود فراهم می‌آورد. از طرف دیگر برخی از نشانه‌های برون‌نمود، مانند پرخاشگری و نقض قوانین، معمولاً ناشی از مشکلات در مهارت‌های اجتماعی و ارتباطی است. نوجوانان تیزهوش ممکن است به دلیل پیچیدگی‌های شناختی خود با همسالان و دیگران ارتباطات مؤثری نداشته باشند. برنامه‌های تنظیم هیجان خانواده‌محور، علاوه بر مدیریت هیجان، به نوجوانان مهارت‌های اجتماعی مانند چگونگی برقراری ارتباط مؤثر، حل تعارضات، و مدیریت استرس اجتماعی آموزش می‌دهند. این مهارت‌ها به نوجوانان کمک می‌کنند تا در تعاملات اجتماعی خود کمتر دچار مشکلات رفتاری شوند و به‌جای بروز رفتارهای برون‌نمود، از راهکارهای سالم‌تری برای برقراری ارتباط استفاده کنند؛ لذا می‌توان نتیجه گرفت برنامه تنظیم هیجان خانواده‌محور مبتنی بر فراتشخیص، با تمرکز بر بهبود مهارت‌های تنظیم هیجان در نوجوانان تیزهوش و والدین آن‌ها، می‌تواند به کاهش معنادار نشانه‌های درون‌نمود و برون‌نمود منجر شود. یافته‌های این پژوهش مبنی بر اثربخشی مداخله تنظیم هیجان خانواده‌محور مبتنی بر فراتشخیص در کاهش نشانه‌های درون‌نمود و برون‌نمود در نوجوانان تیزهوش، پاسخی نوآورانه به خلأ موجود در ادبیات پژوهشی ارائه می‌دهد. درحالی‌که اغلب مداخلات پیشین بر جنبه‌های فردی یا آموزشی متمرکز بوده‌اند و از نقش تعاملات خانوادگی در تحول هیجانی نوجوانان تیزهوش غفلت شده است، این مطالعه با تلفیق رویکرد فراشناختی و مداخله خانواده‌محور، نشان می‌دهد که بهبود هم‌زمان مهارت‌های هیجانی در والدین و فرزندان می‌تواند به نتایجی مؤثرتر و پایدارتر در بهزیستی روان‌شناختی نوجوانان منجر شود. بدین ترتیب، این پژوهش افق تازه‌ای برای طراحی مداخلات ترکیبی و نظام‌مند در حیطه روان‌شناسی رشد و آموزش تیزهوشان می‌گشاید.

هر پژوهشی محدودیت‌های دارد پژوهش حاضر نیز از این قاعده مستثنی نیست از جمله این محدودیت‌ها می‌توان به جنسیت گروه نمونه (دختر)، عدم دسترسی به نوجوانان تیزهوش با تنوع فرهنگی، اجتماعی و زبانی و استفاده از پرسش‌نامه به‌عنوان تنها ابزار جمع‌آوری اشاره کرد؛ بنابراین پیشنهاد می‌شود برنامه تنظیم هیجان خانواده‌محور علاوه بر دخترها بر روی نوجوانان تیزهوش پسر و با تنوع فرهنگی، اجتماعی نیز اجرا شود. همچنین پیشنهاد می‌شود پژوهش حاضر در بازه‌های بلندمدت (شش ماه و یک سال پس از مداخله) نیز ارزیابی شود. در بعد کاربردی نیز پیشنهاد می‌شود برنامه تنظیم هیجان خانواده‌محور در مدارس تیزهوشان اجرا شود. کارگاه‌های آموزشی برای والدین جهت بهبود تعاملات و مدیریت هیجان برگزار شوند و برنامه‌های مشاوره مدرسه‌محور و پیشگیرانه در مدارس طراحی و اجرا شوند.

تشکر و قدردانی

از تمامی شرکت‌کنندگان در پژوهش و پرسنل مدارس کمال تقدیر و تشکر را داریم.

تعارض و منافع

کلیه نویسندگان اعلام می‌دارند در این مطالعه تعارض منافی نداشته‌اند.

منابع

افروز، غ.، و کامکاری، ک. (۱۳۸۵). اصول روانسنجی و هوش آزمای، تهران: انتشارات دانشگاه تهران

- پولادی، ش.، حسن‌شاهی، م. م.، ربیعی، م. م.، و باقری، ن. (۱۴۰۱). تأثیر درمان یکپارچه فراتشخیصی بر بهبود مشکلات رفتاری درونی‌سازی‌شده، تنظیم هیجان و همدلی کودکان دچار اختلالات اضطرابی. *پژوهش‌های علوم شناختی و رفتاری*، ۱۲(۱)، ۱۶۴-۱۴۱.
- رنجبر س.، افروز، غ.، قاسم‌زاده، س.، و غباری بناب، ب. (۱۴۰۳). تدوین برنامه تنظیم هیجان خانواده‌محور و بررسی اثربخشی آن بر سازگاری اجتماعی، عاطفی و تحصیلی نوجوانان تیزهوش در معرض آسیب مشکلات هیجانی و رفتاری. *پژوهان*، ۲۲(۳)، ۱۹۱-۲۰۱.
- کاکابرایی، ک.، حبیبی عسگرآبادی، م.، و فدایی، ز. (۱۳۸۶). هنجاریابی مقیاس مشکلات رفتاری آشناباخ (YSR): فرم خودگزارش‌گری ۱۸-۱۱ سال کودک و نوجوان روی دانش‌آموزان مقطع متوسطه. *پژوهش در سلامت روان‌شناختی*، ۴، ۶۷-۵۹.
- مینایی، ا. (۱۳۸۵). انطباق و هنجاریابی سیاهه رفتاری کودک آشناباخ، پرسش‌نامه خودسنجی و فرم گزارش معلم. *پژوهش در حیطه کودکان استثنایی*، ۱۹(۲)، ۱۸-۱.
- موسوی، س. ف.، افروز، غ.، ارجمندنی، ع. ا.، و غباری‌بناب، ب. (۱۴۰۲). ارزیابی اثربخشی بازی‌درمانی خانواده‌محور بر رابطه والدین و فرزندان با اختلال کاستی توجه. *رویش روان‌شناسی*، ۱۲(۵)، ۱۰-۱.
- موسویان شریف‌زاده، س.، قاسم‌زاده، س.، ارجمندنی، ع.، و غلامعلی لواسانی، م. (۱۴۰۱). طراحی و اثربخشی برنامه تنظیم هیجان بر نشانه‌های درونی‌سازی و برونی‌سازی شده‌ی نوجوانان قلدر. *پژوهان*، ۲۰(۴)، ۲۷۶-۲۶۸.

- Achenbach, T. M., & Rescorla, L. A. (2001). *Manual for the ASEBA School-Age Forms and Profiles*. Burlington, VT: University of Vermont, Research Center for Children, Youth & Families .
- Al-Rousan, A. H., Ayasrah, M. N., & Khasawneh, M. A. S. (2025). Network Analysis of Internalizing and Externalizing Symptoms in Arab Gifted Children: A Cross-Sectional Study. *Psychiatric Quarterly*, 96, 117–132 .
- Barlow, D. H., Harris, B. A., Eustis, E. H., & Farchione, T. J. (2020). The unified protocol for transdiagnostic treatment of emotional disorders. *World Psychiatry*, 19(2), 245–246 .
- Barlow, D. H., Farchione, T. J., Fairholme, C. P., Ellard, K. K., Boisseau, C. L., Allen, L. B., & May, J. T. E. (2011). *Unified protocol for transdiagnostic treatment of emotional disorders: Therapist guide*. Oxford University Press .
- Berking, M. (2024). Emotion regulation and mental health: Current evidence and beyond. *World Psychiatry*, 23(3), 438–439.
- Cerniglia, L., & Cimino, S. (2024). Pornography consumption in pre-/early adolescents: A study on the links with emotion regulation and internalizing/externalizing symptoms. *Current Psychology*, 43, 27414–27422.
- Ding, Z., Liu, R.-D., Ding, Y., Yang, Y., & Liu, J. (2024). Parent–child educational aspiration congruence and adolescents' internalizing problems: The moderating effect of SES. *Journal of Affective Disorders*, 354, 89-97.
- Doménech, P., Tur-Porcar, A. M., & Mestre-Escrivá, V. (2024). Emotion Regulation and Self-Efficacy: The Mediating Role of Emotional Stability and Extraversion in Adolescence. *Behavioral Sciences*, 14(3), 206 .
- Duplenne, L., Bourdin, B., Fernandez, D. N., Blondelle, G., & Aubry, A. (2023). Anxiety and depression in gifted individuals: A systematic and meta-analytic review. *Gifted Child Quarterly*, 68(1).
- Huh, H. J., Kim, K. H., Lee, H. K., & Chae, J. H. (2017). The relationship between childhood trauma and the severity of adulthood depression and anxiety symptoms in a clinical sample: The mediating role of cognitive emotion regulation strategies. *Affective Disorders*, 213, 44-50 .
- Jiménez-Orenga, N., Díaz-García, A., García-Palacios, A., & Bretón-López, J. (2024). Effectiveness of a blended group transdiagnostic treatment for emotional disorders: Study protocol for a randomized controlled trial. *Internet Interventions*, 37, 100761.
- Lennarz, H. K., Hollenstein, T., Lichtwarch-Aschoff, A., Kuntsche, E., & Granic, I. (2018). Emotion regulation in action: Use, selection, and success of emotion regulation in adolescents' daily lives. *Behavioral Development*, 43(1), 1-11.
- Özdemir, A., Sipahi, Y., & Bahar, A. K. (2024). The Past, Present, and Future of Research on Mathematical Giftedness: A Bibliometric Analysis. *Gifted Child Quarterly*, 68(3), 206-225 .

- Papadopoulos, D. (2021). Parenting the exceptional social-emotional needs of gifted and talented children: What do we know? *Children*, 8, 953.
- Quintero, J., Alvarez-Perez, P. A., & Restrepo-Escobar, S. M. (2022). The self-control skills and age self-regulation in preschool. *Journal of Neuroeducation*, 2(2), 66-75 .
- Qin, L. L., Peng, J., Shu, M. L., Liao, X. Y., Gong, H. J., Luo, B. A., & Chen, Y. W. (2023). The Fully Mediating Role of Psychological Resilience between Self-Efficacy and Mental Health: Evidence from the Study of College Students during the COVID-19 Pandemic. *Healthcare*, 11(3), 420 .
- Renati, R., Pfeiffer, S., & Bonfiglio, N. S. (2024). Predictors of parental stress in families with gifted children: The role of cognitive and emotional challenges. *Gifted Education International*, 41(1), 112-136 .
- Sofologi, M., & Bonti, E. (2023). Emotional and Behavioral Difficulties of Twice-Exceptional and Gifted Children: Giftedness, Children, Neurodevelopmental Disorders. In M. Sofologi, G. Kougioumtzis, & C. Koundourou (Eds.), *Perspectives of Cognitive, Psychosocial, and Learning Difficulties From Childhood to Adulthood: Practical Counseling Strategies* (pp. 279-295). IGI Global Scientific Publishing .
- Sodergren, C. D., & Kettler, T. (2025). Parents of the Gifted: A Scoping Review of the Gifted Parent Literature. *Education of the Gifted*, 0.
- Tasca, I., Guidi, M., Turriziani, P., Mento, G., & Tarantino, V. (2022). Behavioral and Socio-Emotional Disorders in Intellectual Giftedness: A Systematic Review. *Child Psychiatry and Human Development*, 55(3), 768–789.
- Vernon, J. R. G., & Moretti, M. M. (2024). Parent Emotion Regulation, Mindful Parenting, and Youth Attachment: Direct and Indirect Associations with Internalizing and Externalizing Problems. *Child Psychiatry and Human Development*, 55(1), 987–998 .
- Wilke, J., Bäker, N., Bolz, T., & Eilts, J. (2025). Analyzing the Link Between Callous-Unemotional Traits and Internalizing and Externalizing Behavior Problems: The Crucial Role of Emotion Regulation Skills. *Deviant Behavior*, 1–16 .
- Zanetti, M. A., Trombetta, T., Rollè, L., & Marinoni, C. (2024). Family Functioning and Internalizing and Externalizing Problems in Gifted Children. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 14(5), 1171-1181.