

تدوین بسته آموزشی دوست‌یابی مبتنی بر رفتاردرمانی دیالکتیک ویژه کودکان

تاریخ ارسال: ۱۴۰۴/۰۴/۳۰

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۰۸/۲۶

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۸/۲۹

تاریخ چاپ: ۱۴۰۵/۰۱/۰۱

چکیده

هدف این پژوهش تدوین یک بسته آموزشی استاندارد و معتبر برای ارتقای مهارت دوست‌یابی کودکان بر اساس اصول رفتاردرمانی دیالکتیک است. این پژوهش از نوع کیفی و با روش تحلیل محتوای مرسوم انجام شد. متون مرتبط با دوست‌یابی کودکان و رفتاردرمانی دیالکتیک بر اساس معیارهای مشخص به صورت هدفمند انتخاب و خطابه‌خط تحلیل شدند. پس از استخراج مفاهیم، خرده‌مفاهیم و ابعاد اصلی، عناصرت آمده در قالب مدل شش‌مرحله‌ای تدوین بسته آموزشی سازمان‌دهی شدند. بسته طراحی شده شامل هشت جلسه ۹۰ دقیقه‌ای بود که هر جلسه دارای هدف، محتوا و تکلیف مشخص است. در پایان، جهت بررسی روایی محتوایی، بسته توسط متخصصان حوزه روانشناسی کودک و درمانگران رفتاردرمانی دیالکتیک ارزیابی شد و میزان توافق آنان به صورت کمی تعیین گردید. تحلیل محتوا نشان داد که رفتاردرمانی دیالکتیک در زمینه کودکان بر دو بعد اصلی تمرکز دارد: آسب‌شناسی شامل آسب‌پذیری هیجانی، محیط نامعتبر ساز و بدتنظیمی هیجانی؛ و مداخلات شامل مهارت‌آموزی گروهی و مداخلات فردی. همچنین عوامل مؤثر بر دوست‌یابی کودکان در سه دسته عوامل خانوادگی، عوامل فردی و عوامل اجتماعی شناسایی شدند. این مفاهیم در کنار یکدیگر مبنای طراحی بسته آموزشی قرار گرفتند. ارزیابی متخصصان نشان داد که بسته آموزشی از روایی محتوایی مطلوب و انسجام ساختاری برخوردار است. نتایج پژوهش نشان می‌دهد که می‌توان با ترکیب اصول رفتاردرمانی دیالکتیک و عوامل مؤثر بر دوست‌یابی، بسته‌ای آموزشی تدوین کرد که به والدین و کودکان در تقویت مهارت دوست‌یابی کمک کند. این بسته می‌تواند ابزاری مؤثر برای متخصصان سلامت روان کودک در ارتقای روابط اجتماعی و کاهش طرد شدگی کودکان باشد.

کلیدواژه‌گان: دوست‌یابی، رفتاردرمانی دیالکتیک، بسته آموزشی، تنظیم هیجان، کودکان، مهارت‌های بین‌فردی

HEALTH PSYCHOLOGY AND
BEHAVIORAL DISORDERS

روانشناسی سلامت و اختلالات رفتاری

منصوره جمشیدی^۱، زهرا یوسفی^{۲*}

۱. کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی، واحد اصفهان (خوراسگان)، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران.

۲. استادیار، گروه روانشناسی بالینی، واحد اصفهان (خوراسگان)، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران.

* ایمیل نویسنده مسئول: Dr_yousefi@iau.ac.ir

شیوه استناددهی: جمشیدی، منصوره، حاتمی، محمد، ثابت، مهرداد، و یوسفی، زهرا. (۱۴۰۵). تدوین بسته آموزشی دوست‌یابی مبتنی بر رفتاردرمانی دیالکتیک ویژه کودکان. *روانشناسی سلامت و اختلالات رفتاری*، ۴(۱)، ۲۰-۱.



Developing a Dialectical Behavior Therapy–Based Friendship Training Package for Children

Submit Date: 2025-07-21

Revise Date: 2025-11-17

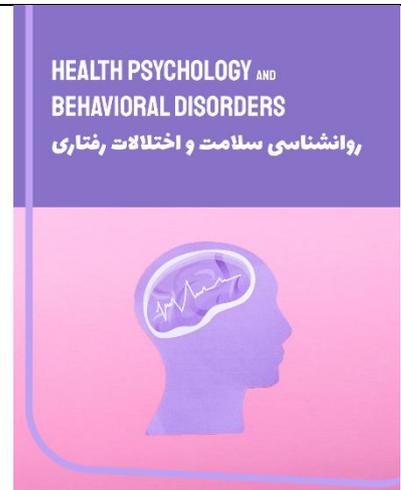
Accept Date: 2025-11-20

Publish Date: 2026-03-21

Abstract

The objective of this study was to design and validate a standardized educational package aimed at improving children's friendship-building skills based on the principles of dialectical behavior therapy. A qualitative design using conventional content analysis was employed. Texts related to children's friendship development and dialectical behavior therapy were purposefully selected and analyzed line-by-line. Extracted concepts, subthemes, and major dimensions were organized using a six-stage training-package development model. The resulting package consisted of eight 90-minute sessions, each including defined goals, content components, and homework assignments. Content validity was assessed through expert review by child psychologists and DBT practitioners. Analysis revealed two major dimensions of DBT relevant to children: psychopathology components including emotional vulnerability, invalidating environments, and emotion dysregulation; and intervention components including individual strategies and group-based skills training. Additionally, friendship-related determinants were grouped into family, individual, and social factors. Integrating these domains provided the framework for the package. Expert evaluations indicated strong content validity and structural coherence of the training program. The study demonstrates that synthesizing DBT principles with developmental factors influencing children's friendships can yield an effective training package to support social competence. This package offers a structured tool for practitioners and parents to enhance children's friendship skills and reduce experiences of rejection and isolation.

Keywords: Friendship skills, dialectical behavior therapy, training package, emotional regulation, children, interpersonal effectiveness



Mansooreh Jamshidi¹, Zahra Yousefi^{2*}

1. Department of Psychology, Isf. C., Islamic Azad University, Isfahan, Iran.
2. Assistance Professor, Department of Clinical Psychology, Isf.C., Islamic Azad University, Isfahan, Iran

*Corresponding Author's Email:
Dr_yousefi@iau.ac.ir

How to cite: Jamshidi, M., & Yousefi, Z. (2026). Developing a Dialectical Behavior Therapy–Based Friendship Training Package for Children. *Health Psychology and Behavioral Disorders*, 4(1), 1-20.



دوران کودکی یکی از حساس‌ترین و اثرگذارترین مراحل زندگی انسان به شمار می‌آید زیرا بسیاری از سازه‌های بنیادین شخصیت، الگوهای ارتباطی، ظرفیت‌های تنظیم هیجان و مهارت‌های اجتماعی در همین دوره شکل می‌گیرد. یکی از مهم‌ترین ابعاد این رشد، توانایی ایجاد و حفظ روابط دوستی است که به عنوان یک عنصر هویتی و اجتماعی، زیربنای سلامت هیجانی و اجتماعی کودکان را تشکیل می‌دهد. دوستی، نه یک رابطه سطحی بلکه سازوکاری عمیق از تعاملات معنادار، حمایت متقابل، همدلی و یادگیری اجتماعی است و از این رو کیفیت روابط دوستی پیامدهای بلندمدتی بر رشد اجتماعی و روان‌شناختی فرد دارد. بررسی‌های کلاسیک در رشد اجتماعی به روشنی نشان داده‌اند که دوستی‌های کودکی تأثیری تعیین‌کننده بر تعاملات اجتماعی آینده، شخصیت اجتماعی و رضایت‌مندی از زندگی دارند (Hartup, 2017). همچنین روشن شده است که دوستی‌های موفق در سال‌های اولیه زندگی با پیامدهایی همچون افزایش احساس تعلق، بهبود اعتماد به نفس، و کاهش آسیب‌پذیری هیجانی همراه‌اند (Rose et al., 2022).

درک اهمیت دوستی از این واقعیت ناشی می‌شود که کودکان از طریق روابط معنادار با همسالان، فرصت‌های گسترده‌ای برای تمرین مهارت‌های اجتماعی، یادگیری حل تعارض و تجربه احساس حمایت پیدا می‌کنند. مطالعات علوم اعصاب رشد نشان داده‌اند که تجربه دوستی از عوامل جدی در شکل‌گیری شبکه‌های عصبی مرتبط با پردازش هیجان و مهارت‌های ارتباطی است و این امر نشان‌دهنده اهمیت زیستی و روان‌شناختی آن است (Güroğlu, 2022). افزون بر این، مفاهیم ذهنی مربوط به دوستی، از جمله فهم نیت، اعتماد و همدلی، در سال‌های ابتدایی زندگی شکل می‌گیرند؛ مرحله‌ای که کودکان به تدریج می‌آموزند چگونه روابط اجتماعی خود را ساختار دهند و با پیچیدگی‌های تعاملات انسانی مواجه شوند (Afshordi & Liberman, 2021).

کیفیت روابط دوستی به‌ویژه در دوران ابتدایی می‌تواند پیامدهای قابل توجهی در سازگاری روان‌شناختی کودکان داشته باشد. پژوهش‌های فراتحلیلی نشان می‌دهند که پایین بودن کیفیت دوستی یا تجربه طردشدگی می‌تواند به شکل‌گیری افسردگی، احساس تنهایی و مشکلات عاطفی منجر شود (Schwartz-Mette et al., 2020). این پدیده به‌ویژه هنگامی شدیدتر می‌شود که کودک فاقد شبکه حمایتی مناسب باشد و نتواند هیجان‌های منفی ناشی از تعارض‌ها یا موقعیت‌های اجتماعی چالش‌برانگیز را مدیریت کند. شواهد نشان می‌دهد کودکانی که در ایجاد دوستی‌های پایدار موفق نیستند، در سال‌های بعد بیشتر با مشکلات سازگاری و تعارض‌های اجتماعی مواجه می‌شوند، در حالی که کودکانی که روابط دوستی مؤثر دارند از مهارت‌های بهتر تنظیم هیجان، توانمندی شناختی بیشتر و ظرفیت بالاتر برای حل مسئله برخوردارند (Bagwell & Bukowski, 2018).

نقش خانواده در این میان غیرقابل انکار است زیرا والدین نخستین الگوی کودکان در یادگیری تعاملات اجتماعی هستند. سبک والدگری حمایت‌گرانه و گرم، موجب شکل‌گیری دلبستگی ایمن و افزایش توان کودک در ایجاد و حفظ روابط اجتماعی می‌شود (Padilla-Walker et al., 2016). پژوهش‌های گسترده نشان داده‌اند که والدینی که به نیازهای هیجانی کودک توجه می‌کنند، هیجان‌ات او را معتبر می‌دانند، فرصت‌هایی برای تعامل با دیگران فراهم می‌کنند و در روابط خود الگویی سالم ارائه می‌دهند، فرزندان با مهارت‌های اجتماعی بهتر پرورش می‌دهند (Allport et al., 2018). مدرسه نیز محیطی گسترده و تعیین‌کننده در رشد مهارت‌های دوستی است. تعاملات روزمره با همسالان و معلمان، فرصت‌های بی‌بدیلی برای تقویت مهارت‌های بین‌فردی ایجاد می‌کند. به عنوان نمونه، بررسی ثبات دوستی در سال‌های پیش‌دبستانی نشان داده است کودکانی که فرصت‌های بیشتری برای بازی، مشارکت و گفت‌وگو دارند، روابط پایدارتر و باکیفیت‌تری با همسالان برقرار می‌کنند (Wang et al., 2019).

با این حال، احساس ناامنی در مدرسه می‌تواند اثرات شدیدی بر سلامت روان کودکان داشته باشد. یافته‌های مطالعات نظام‌مند نشان داده‌اند که کودکانی که به هر دلیل احساس ناامنی یا طرد را تجربه می‌کنند، بیشتر در معرض افسردگی، اضطراب و مشکلات رفتاری قرار دارند و این ناامنی، رابطه مستقیمی با کیفیت پایین روابط دوستی دارد (Mori et al., 2021). جالب آنکه، والدین نیز می‌توانند نقش فعال در ایجاد

محیط مدرسه امن‌تر و حمایت‌کننده‌تر ایفا کنند. مشارکت والدین در برنامه‌های پیشگیری از قلدری و آموزش مهارت‌های اجتماعی، کیفیت روابط دوستی و احساس امنیت اجتماعی کودکان را بهبود می‌بخشد (Lester et al., 2017).

اهمیت دیگری که روابط دوستی برای کودکان دارد، اثر آن بر رشد شناختی است. بر اساس پژوهش‌ها، مهارت‌هایی همچون نظریه ذهن، توانایی درک دیدگاه دیگران و عملکردهای اجرایی، از مهم‌ترین عوامل مؤثر بر کیفیت دوستی‌ها هستند و این مهارت‌ها دقیقاً در تعاملات همسالان شکل می‌گیرند (Miller et al., 2018). تعاملات اجتماعی به کودکان کمک می‌کند تا ظرفیت‌های توجهی، حافظه کاری و مهارت‌های حل مسئله خود را افزایش دهند و این ارتقای شناختی، به نوبه خود باعث می‌شود که تعاملات اجتماعی آن‌ها غنی‌تر و سازنده‌تر شود (Jones et al., 2021).

متغیر دیگری که در سال‌های اخیر مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته، نقش دوستی‌های میان‌جنسیتی و تنوع فرهنگی-اجتماعی در رشد نگرش‌های اجتماعی کودکان است. مطالعات نشان داده‌اند که تجربه دوستی با همسالان جنس مخالف می‌تواند نگرش‌های مثبت‌تر و انعطاف‌پذیرتری نسبت به نقش‌های جنسیتی ایجاد کند و این موضوع در بافت‌های چندفرهنگی اهمیت بیشتری پیدا می‌کند (Halim et al., 2021). همچنین فرهنگ مدرسه و نگرش معلمان و مربیان، نقش مهمی در تداوم یا فقدان فرصت‌های دوستی دارد. رویکردهای باز، حمایت‌گرانه و منعطف می‌تواند زمینه‌ساز شکل‌گیری دوستی‌های سالم‌تر شود (Bennion & Rutter, 2024; Keyes, 2024).

در کنار همه این عوامل، مشاهدات روان‌شناختی نشان می‌دهد که دشواری در دوست‌یابی محدود به مهارت‌های اجتماعی نیست، بلکه به شدت تحت تأثیر ظرفیت‌های هیجانی کودک است. کودکی که نمی‌تواند خشم، اضطراب یا تکانه‌های خود را تنظیم کند، به دشواری می‌تواند روابط پایدار و بدون تعارض ایجاد کند. در این زمینه، نقش تنظیم هیجان و راهبردهای ذهن‌آگاهی اهمیت ویژه‌ای دارد.

یکی از رویکردهایی که در سال‌های اخیر در حوزه تنظیم هیجان و مهارت‌های بین‌فردی توجه فراوانی به آن شده، رفتاردرمانی دیالکتیک (DBT) است. این رویکرد ابتدا به عنوان شیوه‌ای برای درمان اختلال شخصیت مرزی توسط لینهان معرفی شد، اما به مرور برای گروه‌های متنوعی از جمعیت، از جمله کودکان، نوجوانان و افراد با مشکلات تنظیم هیجان گسترش یافت (Linehan & Wilks, 2015). مجموعه‌ای از مهارت‌ها را شامل می‌شود که به افراد کمک می‌کند هیجان‌ها را بشناسند، آن‌ها را مدیریت کنند، به شکل مؤثری ارتباط برقرار کنند و در لحظه حضور آگاهانه داشته باشند (Robins & Rosenthal, 2011).

بر اساس پژوهش‌های متعدد، DBT توانسته است در کاهش افسردگی، بهبود انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، کاهش افکار خودکشی و تعدیل رفتارهای برون‌ریز و درون‌ریز اثربخشی چشمگیری نشان دهد (Ahmadian et al., 2024; Madahi & Madah, 2014; Mardani, 2020). همچنین اثربخشی این روش در تقویت مهارت‌های بین‌فردی، تنظیم هیجان و بهبود تعاملات اجتماعی در گروه‌های مختلف سنی تأیید شده است (May et al., 2016; Pezhman & Sohrabi Shegefti, 2024).

نگرش جدیدی که در سال‌های اخیر در DBT به وجود آمده، تأکید بر کاربرد این روش برای افراد دارای ناتوانی‌های شناختی، مشکلات رشدی یا محیط‌های پرخطر اجتماعی است. پژوهش‌ها نشان داده‌اند DBT می‌تواند برای کودکان دارای اوتیسم، افسردگی، مشکلات کنترل تکانه و اضطراب نیز انطباق یابد و به کاهش آسیب‌پذیری هیجانی آن‌ها کمک کند (Keenan et al., 2024; Oshin & Rizvi, 2024). از سوی دیگر، مرورهای جامع جدید نشان داده‌اند که DBT در حوزه مهارت‌های بین‌فردی و افزایش کارآمدی روابط اجتماعی کاربرد گسترده‌ای دارد (Panos et al., 2014; Rizvi et al., 2024).

نکته مهم‌تر این است که با وجود تأثیرات گسترده دوستی بر سلامت روان کودکان، تاکنون تعداد کمی از پژوهش‌ها تلاش کرده‌اند بسته‌ای آموزشی و ساختارمند برای تقویت مهارت‌های دوست‌یابی طراحی کنند. تنها پژوهش‌هایی که در این حوزه انجام شده اغلب تمرکز بر کاهش افسردگی، کاهش تنهایی یا ارتقای مهارت‌های اجتماعی عمومی داشته‌اند و نه آموزش مستقیم دوست‌یابی (Zare Zadeh, 2021). این در حالی است که ترکیب مهارت‌های DBT با عوامل مؤثر بر دوست‌یابی می‌تواند چارچوبی کارآمد برای مداخله ایجاد کند.

در سال‌های اخیر تلاش‌هایی برای تدوین بسته‌های مبتنی بر DBT در زمینه‌های دیگر، همچون آموزش مهارت‌های حل مسئله یا مدیریت اضطراب والدین صورت گرفته است و موفقیت این رویکرد در این مدل‌سازی‌ها نشان می‌دهد که DBT قابلیت بالایی برای طراحی بسته‌های آموزشی دارد (Abdollahi & Yousefi, 2024; Mirzaei et al., 2025). با این حال تاکنون بسته‌ای که به طور مشخص برای بهبود مهارت دوست‌یابی کودکان مبتنی بر رفتاردرمانی دیالکتیک طراحی شده باشد در پژوهش‌های داخلی یا بین‌المللی گزارش نشده است. با توجه به اهمیت حیاتی روابط دوستی در سلامت روان، نقش خانواده و مدرسه در ایجاد بسترهای حمایتی، پیامدهای گسترده شکست در دوست‌یابی و همچنین ظرفیت اثربخش رفتاردرمانی دیالکتیک در بهبود تنظیم هیجان و مهارت‌های بین‌فردی، انجام پژوهشی که بتواند این عناصر را در قالب یک بسته آموزشی منسجم تلفیق کند ضروری به نظر می‌رسد. هدف این پژوهش تدوین و اعتباریابی یک بسته آموزشی مبتنی بر رفتاردرمانی دیالکتیک برای ارتقای مهارت دوست‌یابی کودکان است.

روش‌شناسی

باتوجه به این که هدف این پژوهش تدوین بسته آموزشی دوست‌یابی سریع بر اساس رفتاردرمانی دیالکتیک بود بنابراین این تحقیق از نوع پژوهش کیفی بوده و به روش تحلیل محتوای هسیه و شانون (۲۰۰۵) انجام شد. به منظور تدوین بسته آموزش دوست‌یابی سریع، ابتدا متون موجود در زمینه دوست‌یابی در کودکی و متون رفتاردرمانی دیالکتیک مورد بررسی قرار گرفته و سپس تحلیل محتوا شدند. این طرح زمانی مورد استفاده قرار می‌گیرد که نظریه‌ها و متون پژوهشی مرتبط با موضوع مورد مطالعه در دسترس باشد. تمامی کدها و مفاهیم مستقیماً از متون استخراج شد و سپس از روش یوسفی و گل پرور (۲۰۲۳) برای تدوین بسته استفاده شد و در نهایت بسته آموزشی اعتبارسنجی محتوایی شد.

در پژوهش حاضر محیط پژوهش، متون مربوط به دوستی و دوست‌یابی بود و انتخاب متون تا اشباع داده‌ها ادامه یافت که برای هر یک شامل ده متن بود. این متون در بازه زمانی ۲۰۱۵ تا ۲۰۲۵ مورد بررسی قرار گرفتند.

ملاک‌های ورود شامل موارد زیر بود: متون اصلی انتخاب شوند؛ متون از ۱۰ سال گذشته باشد؛ یکی از مفاهیم اصلی آن دوست‌یابی یا رفتاردرمانی دیالکتیک باشد؛ ملاک‌های خروج عبارت بودند از: متون ناشر معتبر نداشته باشد و منابع دست دوم باشند. لازم به ذکر است طبق بررسی‌های انجام شده در بانک‌های اطلاعاتی موجود، مقاله‌ی چاپ شده‌ای تا زمان نگارش این مقاله در خصوص موضوع مورد نظر به زبان فارسی یا انگلیسی یافت نشد. متون مورد استفاده در جدول (۱) ارائه شده‌است:

جدول ۱. منابع مورد استفاده در دو بخش دوست‌یابی و رفتاردرمانی دیالکتیک

منابع مربوط به دوست‌یابی

- Keenan, E. G., Gurba, A. N., Mahaffey, B., Kappenberg, C. F., & Lerner, M. D. (۲۰۲۴). Leveling up dialectical behavior therapy for autistic individuals with emotion dysregulation: clinical and personal insights. *Autism in Adulthood*, ۶(۱), ۱-۸.
- Keyes, C. R. (۲۰۲۴). Helping Children Make Friends. In *Resources for Early Childhood* (pp. ۸۵-۹۵). Routledge.
- Bennion, H., & Rutter, N. (۲۰۲۴). The role of 'friendship as method' with child co-researchers in the primary school environment. *Educational Action Research*, ۱-۱۷.
- Afshordi, N., & Liberman, Z. (۲۰۲۱). Keeping friends in mind: Development of friendship concepts in early childhood. *Social Development*, ۳۰(۲), ۳۳۱-۳۴۲.
- Güröglü, B. (۲۰۲۲). The power of friendship: The developmental significance of friendships from a neuroscience perspective. *Child Development Perspectives*, ۱۶(۲), ۱۱۰-۱۱۷.
- Bagwell, C. L., & Bukowski, W. M. (۲۰۱۸). Friendship in childhood and adolescence: Features, effects, and processes.
- Wang, Y., Palonen, T., Hurme, T. R., & Kinnos, J. (۲۰۱۹). Do you want to play with me today? Friendship stability among preschool children. *European Early Childhood Education Research Journal*, ۲۷(۲), ۱۷۰-۱۸۴.

- Miller, S. E., Reavis, R. E., & Avila, B. N. (۲۰۱۸). Associations between theory of mind, executive function, and friendship quality in middle childhood. *Merrill-Palmer Quarterly*, ۶۴(۳), ۳۹۷-۴۲۶.
- Schwartz-Mitte, R. A., Shankman, J., Dueweke, A. R., Borowski, S., & Rose, A. J. (۲۰۲۰). Relations of friendship experiences with depressive symptoms and loneliness in childhood and adolescence: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, ۱۴۶(۸), ۶۶۴.
- Hartup, W.W. (۲۰۱۷). Children and their friends. In *Issues in childhood social development* (pp. ۱۳۰-۱۳۱). London: Routledge.
- متون مربوط به رفتاردرمانی دیالکتیک
- Linehan, M.M., & Wilks, C. R. (۲۰۱۵). The course and evolution of dialectical behavior therapy. *American journal of psychotherapy*, ۶۹(۲), ۹۷-۱۱۰.
- Stanley, B., Brodsky, B.S., & Gratch, I. (۲۰۲۱). Dialectical behavior therapy. *The American Psychiatric Association Publishing Textbook of Personality Disorders*, ۳۶۱.
- Robins, C. J., & Rosenthal, M.Z. (۲۰۱۱). Dialectical behavior therapy. *Acceptance and mindfulness in cognitive behavior therapy: Understanding and applying the new therapies*, ۱۶۴-۱۹۲.
- MacPherson, H. A., Cheavens, J. S., & Frisvad, M.A. (۲۰۱۳). Dialectical behavior therapy for adolescents: Theory, treatment adaptations, and empirical outcomes. *Clinical child and family psychology review*, ۱۶, ۵۹-۸۰.
- MacPherson, H. A., Cheavens, J. S., & Frisvad, M.A. (۲۰۱۳). Dialectical behavior therapy for adolescents: Theory, treatment adaptations, and empirical outcomes. *Clinical child and family psychology review*, ۱۶, ۵۹-۸۰.
- Rizvi, S. L., Stiefel, L. M., & Carson-Wong, A. (۲۰۱۳). An overview of dialectical behavior therapy for professional psychologists. *Professional Psychology: Research and Practice*, ۴۴(۲), ۷۳.
- Linehan, M.M., & Wilks, C. R. (۲۰۱۵). The course and evolution of dialectical behavior therapy. *American journal of psychotherapy*, ۶۹(۲), ۹۷-۱۱۰.
- May, J. M., Richdard, T. M., & Barth, K. S. (۲۰۱۶). Dialectical behavior therapy as treatment for borderline personality disorder. *Mental Health Clinician*, ۶(۲), ۶۲-۶۷.
- Panos, P. T., Jackson, J. W., Hasan, O., & Panos, A. (۲۰۱۴). Meta-analysis and systematic review assessing the efficacy of dialectical behavior therapy (DBT). *Research on social work practice*, ۲۴(۲), ۲۱۳-۲۲۳
- Stanley, B., Brodsky, B.S., & Gratch, I. (۲۰۲۱). Dialectical behavior therapy. *The American Psychiatric Association Publishing Textbook of Personality Disorders*, ۳۶۱.
- Rizvi, S. L., Bitran, A. M., Oshin, L. A., Yin, Q., & Ruork, A. K. (۲۰۲۴). The State of the Science: Dialectical Behavior Therapy. *Behavior Therapy*.

به منظور گردآوری داده‌ها از پرسش‌های راهنما و مطالعه‌ی دقیق متون استفاده شد. سوالات، راهنمایی بود که محقق را وادار می‌داشت تا در متون مربوطه، بر مفهوم دوست‌یابی و رفتاردرمانی دیالکتیک متمرکز باشد و از عبارات‌های کلیدی و مهم یادداشت برداری کند. پس از مشخص شدن منابعی که باید مورد تحلیل قرار می‌گرفتند، این منابع به صورت سطر به سطر مورد مطالعه قرار گرفتند، از لحاظ محتوایی بررسی و سپس تحلیل محتوا شدند. پس از آن کدگذاری انجام شد و به سمع و نظر استاد راهنما رسید. در این مرحله انسجام و همخوانی داده‌ها به لحاظ معنی و مفهوم با هم بررسی شد و در عین حال تمایزات واضح و مشخصی میان محتوا ایجاد شد. در مرحله بعد، منابع به کمک اساتید راهنما، مورد مطالعه و بررسی دقیق قرار گرفت و مفاهیم به دست آمده مورد بازنگری قرار گرفتند. لازم به ذکر است داده‌ها همزمان با گردآوری آنها تحلیل می‌شد، یعنی تعامل متقابل بین آنچه که دانسته می‌شود و آنچه باید دانسته شود و رفت و برگشت بین داده‌ها و تحلیل رخ داد. این کار جوهر دستیابی به روایی و پایایی است.

جهت رعایت اعتبار و پایایی نتایج، نکات زیر بر اساس نظر نابل و اسمیت (۲۰۱۵) رعایت شد:

- سودمندی: مفید بودن معیاری است، که نشان‌دهنده آن است که یافته‌های حاصل از پژوهش کیفی، سودمند و روشن‌کننده پژوهش مورد مطالعه است و با توجه به این که هدف این پژوهش، تدوین بسته دوست‌یابی سریع مبتنی بر رفتاردرمانی دیالکتیک بود پس می‌تواند در جهت آموزش این مهارت به کودکان، هم‌چنین آگاهی‌بخشی به مشاوران کودک و نوجوان و والدین در جهت حمایت از این مهارت، مفید و موثر باشد.

تمامیت زمینه‌ای: منظور از ملاک تمامیت زمینه‌ای آن است که پدیده تحت مطالعه با توجه به زمینه مورد بررسی مطالعه شود. به منظور رعایت این هدف در پژوهش حاضر تمامی ابعاد مدنظر قرار گرفت تا زمینه مورد بررسی را کامل‌تر توصیف نماید.

- موقعیت محقق: منظور از ملاک محقق در اعتباریابی آن است که محقق با درک جایگاه خویش تأثیر ناآگاهانه بر تفسیر متون نداشته باشد. در این پژوهش محقق تلاش کرد، تا با آگاهی از جایگاه خویش، از هر گونه سوگیری در انتخاب آزمودنی‌ها، تحلیل و تفسیر مصاحبه‌ها پرهیز نماید، همچنین با کمک گرفتن از یک متخصص دیگر در تحلیل‌ها، از هر گونه تأثیر ناآگاهانه بر تفسیرها و تحلیل‌ها پرهیزد.

- روش گزارش: منظور از ملاک سبک گزارش، سبکی است که سایر متخصصان و بهره‌برداران از آن، به خوبی بتوانند نتایج پژوهش را درک کنند. در این پژوهش تلاش شد تا گزارش‌های کیفی به شکل جدول و نموداری درآید تا فهم آن آسان گردد.

- سه سوسازی محققین: منظور از سه سوسازی محققین آن است که افراد مختلف کدگذاری و تحلیل داده‌ها را انجام دهند. در این پژوهش مصاحبه توسط محقق کدگذاری و تحلیل داده‌ها توسط محقق، استاد راهنما و یک متخصص کدگذاری پژوهش‌های کیفی انجام شد.

یافته‌ها

در کل به طور خلاصه به منظور تحلیل داده‌ها در بخش اول از روش تحلیل محتوای مرسوم هسیه و شانون (۲۰۰۵) استفاده شد که مراحل آن به شرح زیر است:

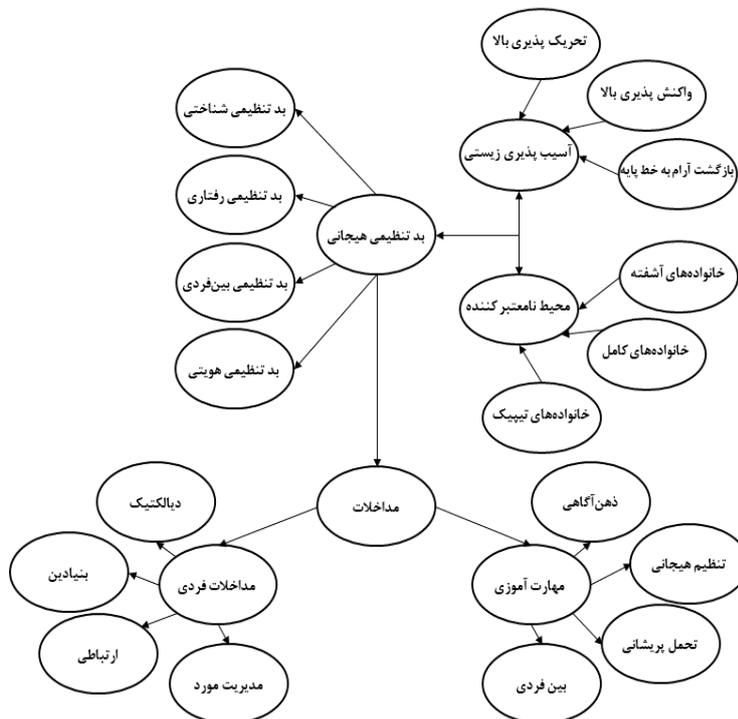
- ۱- کلیه واحدهای مفهومی متون منتخب استخراج شد؛
 - ۲- در این مرحله متون خط به خط مطالعه شد و واحدهای مفهومی به شکل کدبندی اولیه استخراج شد، ۳- به منظور بررسی همسانی کدبندی‌ها و مقوله‌بندی‌ها با متون، مفاهیم مستخرج توسط استاد راهنما و مشاور پیش بررسی شد؛
 - ۴- اعتبار و پایایی کدبندی توسط کلیه اعضای تیم پژوهشی به جز دانشجو انجام شد (متخصصین)؛ به این ترتیب که پاراگراف‌های مستخرج از متون به همراه کدبندی به نظر اساتید راهنما و مشاور و یک متخصص تحلیل کیفی رسید و در آخرین مرحله؛
 - ۵- نتیجه‌گیری بر اساس کدبندی و مفاهیم مستخرج اساتید راهنما، مشاور و متخصص کیفی تایید شد. لازم به ذکر است این طرح زمانی کاربرد دارد که نظریه‌ها و متون پژوهشی مربوط به موضوع مورد مطالعه موجود باشد و کلیه کدها و مقوله‌ها به طور مستقیم از متون استخراج شد. و جدول (۲) نتایج آن را نشان می‌دهد.
- فرآیند تدوین بسته و اعتباریابی آن
- به منظور تدوین بسته از روش شش مرحله‌ای یوسفی و گلپرور (۲۰۲۳) استفاده شد که در ادامه آمده است.
- گام اول: بررسی و مرور چندین باره مفاهیم اصلی و فرعی مستخرج از تحلیل محتوای متون مرتبط با دوست‌یابی که می‌توان از آن‌ها برای آموزش به کودکان استفاده کرد و فهرست کردن کلیه راهبردهای اصلاحی ممکن.
 - گام دوم: توجه به راهبردهای اصلاحی که بر اساس مفاهیم مستخرج توانایی بهبود دوست‌یابی را داشتند. در این مرحله از راهبردهایی که در مرحله قبل فهرست شد تعدادی به عنوان راهبردهای آموزشی انتخاب شدند
 - گام سوم: انطباق این راهبردها با مفاهیم مستخرج برای دوست‌یابی توسط تیم پژوهش
 - گام چهارم: مشخص‌سازی تعداد جلسات و زمان مورد نیاز برای هر مبحث و اولویت بندی مباحث آموزشی توسط تیم پژوهش
 - گام پنجم: تدوین و آماده سازی محتوای بسته‌ی آموزشی براساس خط‌مشی‌های انجمن روانشناسی آمریکا (تعاریف رفتاری، تعیین اهداف، راهبردها و فنون برای هر جلسه) تحت نظارت استاد راهنما.

جدول ۲. تحلیل محتوای متون مربوط به رفتاردهانی دیالکتیک به شیوه‌ی هسیه و شانون (۲۰۰۵)

ابعاد	مفاهیم اصلی	خرده مفاهیم	کدبندی
آسیب شناسی	آسیب پذیری هیجانی	تحریک پذیری هیجانی	سرعت واکنش بالا
		واکنش پذیری هیجانی	ظرفیت پایین نسبت به محرک‌های هیجانی
		بازگشت آرام به خط پایه	شدید بودن واکنش‌های هیجانی
			ادراک محرک‌های هیجانی به صورت شدیدتر
			واکنش هیجانی بلندمدت
محیط نامعتبر کننده	محیط نامعتبر کننده	ویژگی‌های محیط نامعتبر کننده	تأثیر زیاد برانگیختگی هیجانی بر پردازش شناختی و رفتاری
			به فرد القا می‌کنند که در توصیف تجربه هیجانی خود اشتباه می‌کند
			تجارب فرد را به خصایص ناخواسته اجتماعی نسبت دهد
			ناتوانی در نام‌گذاری هیجان‌ها
			بیش از حد ساده‌سازی مشکلات
			تقویت تظاهرات هیجانی شدید
			بی‌اعتمادی به پاسخ‌های خود به عنوان پاسخی معتبر
			خانواده‌های نامعتبر کننده
			خانواده‌های آشفته
			خانواده‌های کامل
			خانواده‌های تیپیک
بد تنظیمی هیجانی	دامنه‌های بد تنظیمی هیجانی	عدم پذیرش پاسخ‌های هیجانی	اشکال در درگیر شدن در رفتارهای معطوف به هدف
			اشکال در کنترل تکانه
			نبود آگاهی هیجانی
			دسترسی محدود به راهبردهای تنظیم هیجان
			نبود شفافیت هیجانی
			بد تنظیمی شناختی
			نتایج بد تنظیمی هیجانی
			بد تنظیمی رفتاری
			بد تنظیمی بین فردی
			بد تنظیمی هویتی
مداخلات	فردی	راهبردهای دیالکتیک	ورود به پارادوکس
			استعاره
			وکیل مدافع شیطان
			بسط دادن
			ذهن عاقل
			گرفتن لیמוнад از لیمو
			اجازه به تغییر طبیعی
			ارزیابی دیالکتیک
			راهبردهای بنیادین
			معتبرسازی هیجانی، رفتاری و شناختی
			راهبردهای حل مسئله
			سبک‌های ارتباطی
			سبک‌های ارتباطی
			سبک‌های بین فردی
			شناخت اصول کلی و تداوم رفتار
			تعیین اهداف واقع بینانه
			مهارت‌های تحلیل محیطی / رفتاری
			مهارت‌های مدیریت همخوانی
			تکنیک‌های کنترل محیط
			طرح‌های پیشگیری از عود
			توانایی تحمل پیشرفت محدود
			راهبردهای اساسی
			راهبردهای اساسی
			ذهن آگاهی
			گروهی (مهارت‌آموزی)
			(آموزش فنون مشاهده، توصیف و مشارکت)

<p>راهبردهای پیشرفته (فنون تقویت ذهن خردمند، پذیرش اساسی و غلبه بر موانع)</p>	تحمل پریشانی
<p>راهبردهای پذیرش (آموزش فنون پذیرش اساسی، مشاهده، تنفس، تمرین آگاهی و لیخند ملایم)</p>	
<p>راهبردهای تغییر (آموزش فنون توجه کردن، خود آرامش بخشی و تصویرسازی مثبت)</p>	
<p>راهبردهای تعدیل (آموزش فنون آرمیدگی، حضور در لحظه، تحلیل سود و زیان و یادگیری راهبردهای مقابله‌ای)</p>	
<p>راهبردهای اساسی (آموزش شناسایی هیجانات در لحظه، کاهش آسیب پذیری جسمانی و شناختی و افزایش هیجانات مثبت)</p>	تنظیم هیجان
<p>راهبردهای پیشرفته (آموزش آگاهی از هیجانات بدون قضاوت، رویارویی هیجانی، عمل کردن برخلاف تکانه‌های هیجان و حل مسئله)</p>	
<p>راهبردهای اساسی (آموزش سبک‌های رفتاری، عادت‌های ناسالم هیجانی، ناتوانی در شناسایی نیازها، روابط آسیب‌زا و باورهای اشتباه)</p>	مهارت‌های بین فردی
<p>راهبردهای پیشرفته (آموزش فنون آگاهی از واقعه، درخواست کردن، قاطعیت، گوش دادن، «نه» گفتن، مذاکره و حل اختلاف)</p>	

همان گونه که در جدول (۲) مشاهده می‌گردد از تحلیل محتوا متون رفتاردرمانی دیالکتیک دو بعد استخراج شد که عبارت بودند از (۱) آسیب شناسی با ۳ مفهوم اصلی (آسیب پذیری هیجانی، محیط نامعتبر کننده و بدتنظیمی هیجانی)؛ (۲) مداخلاتی که در این روش درمانی صورت می‌گیرند شامل دو بعد (مداخلات فردی و مهارت آموزی گروهی). شکل (۱) نگاره تحلیل محتوای رفتاردرمانی دیالکتیک را نشان می‌دهد.



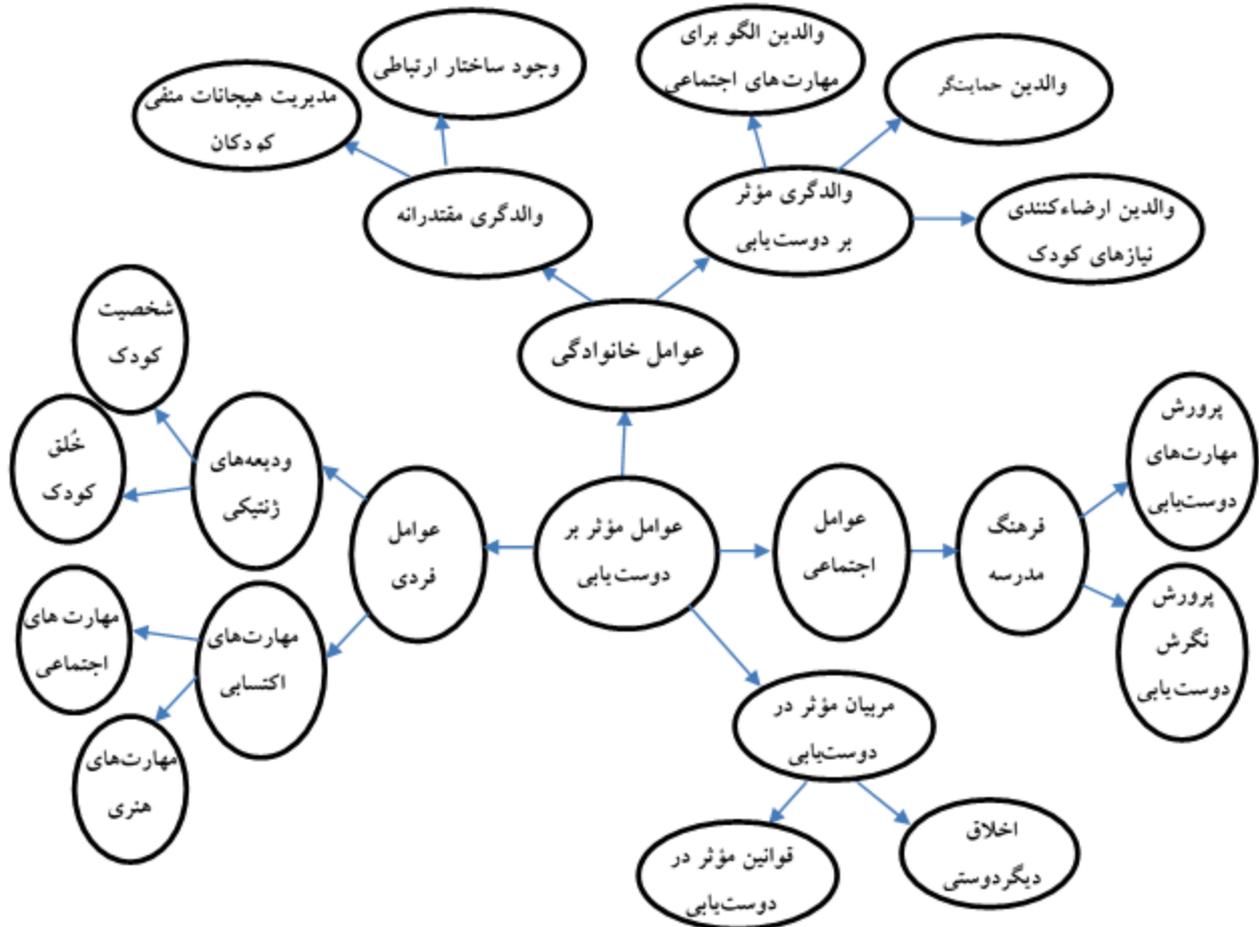
شکل ۱. نگاره‌ی تحلیل محتوای رفتاردرمانی دیالکتیک

در ادامه نتایج حاصل از تحلیل متون دوست‌یابی آمده است. جدول ۳ نتایج تحلیل محتوا را برای دوست‌یابی نشان می‌دهد.

جدول ۳. تحلیل محتوای مرتبط با دوست‌یابی بر طبق روش هسیه و شانون (۲۰۰۵)

ردیف	مفاهیم اصلی	خرده مفاهیم	کدبندی
	نظریه هوش موفق		
عوامل خانوادگی	والدگری موثر بر	والدین حمایت‌گر	والدین از دوستی و دوست‌یابی حمایت می‌کنند
موثر بر دوستیابی	دوستیابی		حمایت از دوستی‌های دونفره بیش از دوستی‌های سه نفره در کودکی وقت گذاشتن برای فرزندان‌شان و دوستان فرزندان‌شان
			فراهم سازی محیط ایمن برای دوست‌یابی
		والدین الگو برای مهارت‌های اجتماعی	الگو بودن برای دوست‌یابی و پیوندگیری اجتماعی
			الگو بودن برای مهارت‌های اجتماعی
			الگو بودن در اخلاق اجتماعی
		والدین ارضا کننده‌ی نیازهای کودک	الگو بودن در حل تعارض و حفظ ارتباطات
			توجه به نیاز به دل بستگی ایمن در کودک
			توجه به نیاز به دوست داشتن کودک
			فراهم سازی محیط معتبرکننده برای کودک
	والدگری مقتدرانه	داشتن ساختار ارتباطی	فراهم سازی موقعیت‌های دوست‌یابی در وضعیت تعادل
			داشتن انتظارات مناسب ارتباطی مناسب با سن از کودک
			تعریف ساختار برای استفاده از موبایل و تلویزیون
			گفتگو با کودک
			صرف زمان با کودک
		مدیریت هیجانات منفی کودک	آموزش مدیریت خشم به کودک در عمل
			آموزش مدیریت اضطراب در عمل
			آموزش مدیریت کم‌رویی و وابستگی در عمل
عوامل فردی موثر بر دوستیابی	و دیعه‌های ژنتیکی	شخصیت کودک	توانایی انطباق‌پذیری با موقعیت
			خلاقیت
			اشتیاق به برقراری رابطه
		خلق کودک	شاد
			آستانه تحریک‌پذیری بالا
			عدم بیش‌حساسیت هیجانی
			شفقت به خود و دیگران
	ویژگی‌های اکتسابی	مهارت‌های اجتماعی	توانایی شروع ارتباط
			جراتمند
			توانایی بازی‌سازی روابط
		توانایی‌های هنری	برخورداری از مهارت‌های دست‌ورزی و شناختی
			برخورداری از مهارت‌های دست‌ورزی (هنر ساخت‌کاردستی)
عوامل اجتماعی موثر بر دوستیابی	فرهنگ مدرسه	مهارت	توجه به رشد مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان
			توجه به رشد مهارت‌های خودتظیمی در کودکان
			توزیع مسئولیت به همه دانش‌آموزان
		نگرش	بازدارندگی از طرد کودکان در بین سایر کودکان
			نگرش خوش‌بینانه به توسعه فرهنگ دوستی
			نگرش توسعه‌مشارکت‌انسانی
	مربی‌ان موثر در دوست‌یابی	مهربانی	وجود معلمان و مربیان مهربان
			وجود معلمان متوجه به نیازهای کودکان
			بازدارندگی از قلدری

همانگونه که در جدول (۳) مشاهده می‌شود از تحلیل محتوای دوست‌یابی سه عامل خانوادگی (با خرده مفاهیم والدگری مقتدرانه و والدگری موثر بر دوست‌یابی) عوامل فردی (با خرده مفاهیم ودیعه‌های ژنتیکی و مهارت‌های اکتسابی) و عوامل اجتماعی (با خرده مفاهیم فرهنگ مدرسه و مربیان موثر در دوست‌یابی) شکل ۲ نگاهی تحلیل محتوای دوست‌یابی را نشان می‌دهد.



شکل ۲. نگاهی تحلیل محتوای دوست‌یابی

به منظور پاسخ‌گویی به این سوال از روش شش مرحله‌ای یوسفی و گلپرور (۲۰۲۳) برای تدوین بسته استفاده شد که در ادامه آمده است.
- **گام اول:** در این مرحله تیم پژوهش مفاهیم و خرده مفاهیم مستخرج از تحلیل محتوای عوامل موثر بر دوست‌یابی در کودکان را چندین بار بررسی کردند و از بین مفاهیم مستخرج عوامل خانوادگی، والدگری مقتدرانه (وجود ساختار ارتباطی، مدیریت هیجانات منفی کودکان) و والدگری موثر بر دوست‌یابی (والدگری حامیانه و توجه به نیازهای کودک) و از عوامل فردی پرورش مهارت‌های اجتماعی و مهارت‌های هنری و دست‌ورزی مورد توجه قرار گرفت.

- **گام دوم:** در این مرحله تیم پژوهش مفاهیم و خرده مفاهیم مستخرج از تحلیل محتوای رفتاردرمانی دیالکتیک را چندین بار بررسی کردند و از بین مفاهیم مستخرج سازوکارهای افزایش تنظیم هیجان، کارآیی بین فردی و نگاه دیالکتیک و ذهن آگاهی برای انواع مشکلات دوست‌یابی مورد توجه قرار گرفت.

- **گام سوم:** در این دو مرحله تیم پژوهش مفاهیم و خرده مفاهیم منتخب از دوست‌یابی را در رفتاردرمانی دیالکتیک جایگزین و مرتبط کردند. به این ترتیب محقق تصمیم گرفت عوامل موثر بر دوست‌یابی به کمک راهبردهای منتخب از رفتاردرمانی دیالکتیک ارتقا یابد.
- **گام چهارم:** در این مرحله تیم پژوهش مشخص‌سازی تعداد جلسات و زمان مورد نیاز برای هر مبحث و اولویت‌بندی مبحث را مشخص کردند در این مرحله مشخص شد که زمان هر جلسه، نود دقیقه به همراه یک استراحت ده دقیقه‌ای باشد.
- **گام پنجم:** در این گام تدوین و آماده‌سازی محتوای بسته‌ی آموزشی براساس خط‌مشی‌های APA (تعاریف رفتاری، تعیین اهداف، راهبردها و فنون برای هر جلسه) تحت نظارت اساتید راهنما و مشاور.
- **گام ششم:** در این مرحله اعتباریابی فرآیند و محتوای بسته‌ی آموزشی توسط متخصصین روان‌درمانی رفتاردرمانی دیالکتیک و روانشناسان کودک انجام شد. محتوا و فرآیند بسته‌ی آموزش دوست‌یابی مبتنی بر رفتاردرمانی دیالکتیک در ادامه ارائه شده‌است.

جدول ۴. ساختار و خلاصه محتوای بسته آموزشی دوست‌یابی سریع بر اساس رفتاردرمانی دیالکتیک

تعاریف رفتاری	دانش آموز یا کودک به علت تنهایی و طردشدگی به سختی به مدرسه می‌رود. در جمع همسالان تنهاست. به خوبی نمی‌تواند ارتباط برقرار کند. توسط همسالان و یا معلم مورد تمسخر قرار می‌گیرد. برای رفتن به مدرسه دچار اضطراب می‌شود. درباره‌ی دوست و دوست‌یابی دچار نشخوار فکری است.
جلسه اول	هدف، محتوا و تکلیف هدف: آشنایی اولیای مدرسه و والدین با طرد و خطرانی که طردشدگی از جمع دوستان برای دانش آموز به همراه دارد. محتوا: والدین طردشدگی و عواقب روانشناختی را در بین دوستان درک کند. تکلیف: نظارت بر مشکلات رفتاری کودک
جلسه دوم	هدف: آشنایی والدین با دو نوع محیط معتبر ساز و نامعتبر ساز و انواع مشکلات ارتباطی محتوا: والدین بتوانند تفاوت‌های محیط معتبر و غیر معتبر را بشناسند و بدانند چه عواملی را در شکل‌گیری آن موثر است و نقش آن را در دوست‌یابی بدانند. تکلیف: نظارت بر رفتارهای معتبر کننده و غیر معتبر کننده والدگريشان
جلسه سوم	هدف: آموزش چگونگی تنظیم هیجان در کودکان (با تاکید بر کنترل خشم) محتوا: والدین بدانند که تنظیم هیجان چیست، اهمیت آن را بدانند و با دو فن نردبان‌سازی و صبر کردن، زنجیره‌سازی و خودتاملی آشنا شوند تکلیف: نظارت بر خشم در روابط والد-فرزندی
جلسه چهارم	هدف: آموزش تنظیم هیجان به کودکان محتوا: والدین بتوانند برای کودکانشان جهت شناخت هیجان‌ات کودک، معتبر سازی هیجانی کودک، ابراز هیجان کودک (با تاکید بر مدیریت اضطراب) الگو باشند. تکلیف: نظارت بر تنظیم هیجان کودک به کمک تحلیل موقعیت
جلسه پنجم	هدف: آموزش ذهن آگاهی به کودکان جهت ارتقای عزت نفس و تنظیم هیجان محتوا: والدین بتوانند به کمک فنون هماهنگی حواس و توجه به حواس؛ تمرین‌های قدرانی و فن و بازی سه چیز خوب و تنفس شکمی کودک خود را با ذهن آگاهی آشنا کنند. تکلیف: نظارت بر معتبرسازی محیط به کمک ذهن آگاهی
جلسه ششم	هدف: آموزش ایجاد محیط امن به کمک هفت مهارت والدگری برای جامعه‌پذیری و مقابله با کمروبی محتوا: والدین به کمک هفت مهارت والدگری و به کمک الگوی مهارت‌های اجتماعی بودن به فرزند خود کمک کنند تا جامعه‌پذیری شود. تکلیف: نظارت بر مهارت‌های والدگری جهت دستیابی به محیط معتبر
جلسه هفتم	هدف: تقویت عزت نفس کودک مطرود و تنها برای حضور در جمع همسالان محتوا: والدین بیاموزند که چگونه عزت نفس خود را به کمک ذهنیت رشد و خودگویی مثبت پرورش دهند تا بتوانند در جمع همسالان حضور پیدا کنند و ادامه بدهند تکلیف: نظارت بر پرورش عزت نفس به کمک ذهنیت رشد و خودگویی مثبت
جلسه هشتم	هدف: آموزش مقابله با مشکلات ارتباطی وابستگی، زورگویی، زورپذیری و اضطراب محتوا: والدین بیاموزند که چگونه وابستگی، زورگویی، زورپذیری و اضطراب را در کودک خود مدیریت کنند تکلیف: نظارت بر بهبود وابستگی، زورگویی یا زورپذیری و اضطراب در کودک

همانگونه که در جدول ۴ مشاهده می‌شود کل آموزش کمک به دوست‌یابی در بین کودک توسط والدین شامل هشت جلسه که هر کدام شامل هدف، محتوا و تکلیف است. به منظور اعتباریابی این بسته هفت متخصص در حوزه روانشناسی کودک به ارزیابی این بسته آموزشی در دو محور پرداختند: (۱) فرآیند بسته، زمان، اهداف و موضوعات هر جلسه (۲) محتوای بسیط هر جلسه. به این ترتیب آموزشی به همراه فرم ارزیابی محتوا و فرآیند آموزشی در اختیار متخصصین حوزه روانشناسی قرار گرفت و از آنان خواسته شد تا بسته آموزشی را از نظر اهداف، فنون و بودجه‌بندی زمان مطالعه کنند. سپس ضریب CVR محاسبه شد و $CVR=0/98$ به دست آمد. که حاکی از ضریب توافق ارزیابان بود.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف اصلی پژوهش حاضر تدوین و اعتباریابی یک بسته آموزشی برای بهبود مهارت دوست‌یابی در کودکان بر پایه اصول رفتاردرمانی دیالکتیک بود. یافته‌های حاصل از تحلیل محتوای کیفی نشان داد که دو حوزه اصلی - یعنی متون مرتبط با رفتاردرمانی دیالکتیک و متون مرتبط با دوست‌یابی کودکان - دارای ساختارهای مفهومی مشخصی هستند که می‌توانند مبنای طراحی یک بسته آموزشی قرار گیرند. نتایج تحلیل محتوا در بخش رفتاردرمانی دیالکتیک بیانگر سه محور آسیب‌شناختی شامل آسیب‌پذیری هیجانی، محیط نامعتبرساز و بدن‌تنظیمی هیجانی بود؛ امری که با بنیان‌های نظری DBT نیز هم‌جهت است، زیرا این رویکرد اساساً بر چرخه تعامل میان عوامل زیستی، محیطی و هیجانی تأکید دارد (Linehan & Wilks, 2015). وجود محیط‌های نامعتبرساز و ضعف در توانایی پردازش و تنظیم هیجان، از مهم‌ترین دلایل بروز مشکلات بین‌فردی در کودکان معرفی شده‌اند (Robins & Rosenthal, 2011). بنابراین، یافته‌های پژوهش حاضر که نشان می‌دهد این سه مؤلفه در میان متون رفتاردرمانی دیالکتیک بیشترین فراوانی را دارند، کاملاً همسو با ادبیات نظری موجود است.

از سوی دیگر، تحلیل محتوای متون دوست‌یابی نیز سه دسته اصلی از عوامل مؤثر بر شکل‌گیری دوستی‌ها در کودکان را نشان داد: عوامل خانوادگی، عوامل فردی و عوامل اجتماعی. این نتایج با کار پژوهشگران حوزه رشد اجتماعی همخوان است؛ برای مثال بررسی‌های گسترده نشان می‌دهد که والدگری مقتدرانه، حمایت هیجانی خانواده و الگو بودن والدین در مهارت ارتباطی، نقش تعیین‌کننده‌ای در شکل‌گیری دوستی‌های پایدار دارند (Allport et al., 2018; Padilla-Walker et al., 2016). همچنین مفهوم‌سازی دوستی و توانایی درک ذهن و هیجان دیگران، که از خرده‌مفاهیم استخراج‌شده در پژوهش حاضر بود، با شواهد مربوط به نقش «نظریه ذهن» در کیفیت روابط اجتماعی کاملاً هم‌راستا است (Miller et al., 2018). در سطح اجتماعی نیز یافته‌های پژوهش با نتایج مطالعات مربوط به محیط مدرسه همخوان است؛ به‌عنوان مثال، نقش فرهنگ مدرسه در پیشگیری از طردشدگی یا قلدری و تقویت مشارکت اجتماعی به‌عنوان بخشی از زیربنای سلامت اجتماعی کودکان شناخته شده است (Lester et al., 2017; Mori et al., 2021). در نتیجه، این سه دسته عامل نه تنها در پژوهش حاضر برجسته شدند، بلکه با مطالعات پیشین نیز هم‌پوشانی قابل‌توجهی دارند.

ادغام این دو دسته یافته (عوامل مرتبط با DBT و عوامل مرتبط با دوست‌یابی) و تبدیل آن‌ها به مجموعه‌ای ساختاریافته از جلسات آموزشی، نوآوری اصلی پژوهش حاضر به شمار می‌رود. بسته طراحی‌شده بر اساس شش مرحله تدوین مداخله، شامل اهداف رفتاری، محتوا و تکالیف خانگی، توانست هم‌زمان از سه سازوکار کلیدی برای بهبود دوست‌یابی استفاده کند: تنظیم هیجان، ذهن‌آگاهی و کارآمدی بین‌فردی. پژوهش‌های متعدد تأکید کرده‌اند که این سه حوزه از مهم‌ترین پیش‌بینی‌کننده‌های موفقیت در روابط دوستانه هستند (Dryburgh et al., 2022; Rose et al., 2022). کودکان دارای سطح بالاتر تنظیم هیجان کمتر درگیر تعارضات بین‌فردی می‌شوند و تعاملات سازگارانه‌تری را تجربه می‌کنند (Afshordi & Liberman, 2021). از این منظر، انتخاب DBT به‌عنوان چارچوب نظری بسته آموزشی حاضر، با پشتوانه نظری و تجربی قابل‌توجهی همراه است.

یافته‌های پژوهش مبنی بر نقش محوری تنظیم هیجان در شکل‌گیری مهارت‌های دوست‌یابی، با پژوهش‌های گسترده‌ای که ارتباط میان ضعف تنظیم هیجان و افزایش مشکلات رفتاری و هیجانی را نشان داده‌اند نیز هم‌راستا است (MacPherson et al., 2013; Rizvi et al., 2013).

2024). بررسی‌ها نشان می‌دهد که کودکان دارای آسیب‌پذیری هیجانی بالا، در مواجهه با موقعیت‌های اجتماعی چالش‌برانگیز دچار خطاهای شناختی و واکنش‌های شدید هیجانی می‌شوند که این امر بر کیفیت روابط دوستی اثر منفی می‌گذارد (Ahmadian et al., 2024; Amighi et al., 2025). از این رو، آموزش مهارت‌هایی همچون تنفس آگاهانه، آگاهی هیجانی و کاهش واکنش‌پذیری، که در جلسات طراحی شده وجود دارد، نه تنها با DBT سازگار است، بلکه در راستای افزایش توانمندی کودکان در ایجاد روابط سالم عمل می‌کند. همچنین یافته‌ها نشان دادند که بخش مهمی از عوامل مؤثر بر دوست‌یابی، در سطح خانوادگی رخ می‌دهند؛ موضوعی که به‌طور گسترده در مطالعات بین‌المللی نیز تأیید شده است. پژوهش‌های متعددی بیان کرده‌اند که والدگری حمایت‌گرانه و ایجاد محیط معتبرساز، پیش‌بینی‌کننده قوی روابط دوستانه سالم است (Hartup, 2022; Keyes, 2024). کودکانی که در خانواده‌هایی با ثبات هیجانی، مدیریت سالم تعارض، و حمایت ارتباطی بزرگ می‌شوند، در تعامل با همسالان نیز رفتارهای اجتماعی تری نشان می‌دهند (Halim et al., 2021; Jones et al., 2021). این یافته‌ها با پژوهش حاضر کاملاً همسو بودند، زیرا در طراحی بسته، نقش محوری والدین در آموزش مهارت‌های ارتباطی، ذهن‌آگاهی و مدیریت هیجان مورد تأکید قرار گرفته است.

از سوی دیگر، هم‌سویی قابل توجهی میان یافته‌های پژوهش حاضر و گزارش‌های مربوط به پیامدهای طردشدگی وجود دارد. بررسی‌های گذشته نشان داده‌اند که کودکان تنها بیشتر در معرض افسردگی، اضطراب، مشکلات رفتاری و حتی کاهش عملکرد تحصیلی قرار می‌گیرند (Schwartz-Mette et al., 2020; Yang et al., 2023). این نتایج با آنچه پژوهش حاضر به عنوان زمینه‌های ضرورت تدوین بسته آموزشی بیان کرده است مطابقت دارد. پژوهش حاضر بر این تأکید داشت که طردشدگی اجتماعی موجب اختلال در اعتمادبه‌نفس و کاهش انگیزش برای ایجاد روابط جدید می‌شود. همان‌طور که مطالعات دیگر نیز اشاره کرده‌اند، احساس ناامنی در محیط مدرسه می‌تواند به بروز مشکلات روان‌شناختی جدی‌تر منجر شود (Mori et al., 2021). بنابراین، مداخله‌ای که بتواند با آموزش مهارت‌های ارتباطی و ارتقای تنظیم هیجان به کاهش احساس طردشدگی کمک کند، طبق شواهد پژوهشی کاملاً ضروری است.

یافته‌های پژوهش همچنین بیانگر آن بود که مهارت‌های اجتماعی، مهارت‌های هنری، توانایی شروع تعامل و توانایی حل مسئله، نقش مهمی در شکل‌گیری دوستی دارند. این نتیجه با ادبیات موجود هماهنگ است؛ برای مثال، مدل‌های رشد اجتماعی بیان می‌کنند که بازی‌های گروهی، فعالیت‌های هنری و تعاملات خلاقانه می‌توانند بستر مناسبی برای ایجاد روابط دوستانه فراهم کنند (Wang et al., 2019). همچنین توانایی نظریه ذهن و انعطاف‌پذیری شناختی که در پژوهش‌های متعدد به‌عنوان پیش‌نیاز کیفیت دوستی شناخته می‌شوند، در بسته تدوین شده به شکل غیرمستقیم از طریق آموزش ذهن‌آگاهی و تنظیم هیجان مورد هدف قرار گرفته‌اند (Miller et al., 2018).

در کنار این‌ها، تحلیل نتایج نشان داد که بسته تدوین شده دارای روایی محتوایی بسیار بالا است. این امر نشان می‌دهد که ساختار جلسات، اهداف، محتوا و تکالیف طراحی شده با نظر متخصصان این حوزه همخوان بوده است. این هم‌راستایی با ادبیات علمی اعمال مداخلات مبتنی بر DBT در گروه‌های سنی پایین نیز تطبیق دارد، زیرا در سال‌های اخیر پژوهش‌های متعددی اثربخشی DBT را در نوجوانان و کودکان در زمینه‌های اضطراب، تحریک‌پذیری هیجانی، مشکلات سازگاری و مسائل بین‌فردی گزارش کرده‌اند (Madahi & Madah, 2014; Mardani Garm Dareh et al., 2020; Pezhman & Sohrabi Shegefti, 2024). همچنین یافته‌های پژوهش حاضر با تحقیقات جدیدی که تأثیر DBT را در مدیریت هیجان و ارتقای کارآمدی اجتماعی در جمعیت‌های خاص مانند افراد در طیف اوتیسم بررسی کرده‌اند هم‌سواست (Keenan et al., 2024). این شواهد نشان می‌دهد که DBT ظرفیت قابل توجهی برای سازگارسازی با نیازهای رشدی کودکان دارد.

به‌طور کلی، یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که رویکرد رفتاردرمانی دیالکتیک می‌تواند چارچوبی کارآمد برای طراحی مداخلات آموزشی مرتبط با دوست‌یابی در کودکان باشد. ترکیب مهارت‌های تنظیم هیجان، ذهن‌آگاهی، معتبرسازی محیط و مهارت‌های بین‌فردی در قالب بسته‌ای هشت جلسه‌ای، پاسخی جامع به نیازهای کودکان دارای چالش در ایجاد و حفظ روابط دوستانه ارائه می‌دهد. این نتایج با مسیر

پژوهشی گسترده‌ای که DBT را به‌عنوان یک درمان مؤثر بر مهارت‌های ارتباطی معرفی می‌کند کاملاً هم‌راستا است (Rizvi et al., 2013; Stanley et al., 2021).

در نهایت باید به این نکته اشاره کرد که تدوین چنین بسته‌ای پاسخی به نیاز موجود در ادبیات علمی است، زیرا با وجود پژوهش‌های متعدد درباره دوستی، تاکنون بسته‌ای ساختاریافته مبتنی بر DBT برای آموزش دوست‌یابی کودکان تهیه نشده بود. پژوهش حاضر این خلأ را با ارائه مدلی کاربردی و سنجیده برطرف کرده است.

نخست آن‌که این پژوهش کاملاً کیفی بود و امکان آزمون تجربی اثربخشی بسته در محیط واقعی وجود نداشت. دوم آن‌که نمونه متخصصان برای اعتباریابی محدود بود و تعمیم‌پذیری نتایج در سطح وسیع‌تر نیازمند بررسی‌های بیشتر است. همچنین تحلیل محتوای متون به زبان فارسی و انگلیسی انجام شد و احتمال حذف برخی منابع مرتبط وجود دارد. افزون بر این، شرایط فرهنگی و اجتماعی کودکان ممکن است بر پذیرش و کاربرد بسته اثرگذار باشد، اما بررسی این عوامل در این مطالعه امکان‌پذیر نبود.

پیشنهاد می‌شود اثربخشی بسته آموزشی در قالب یک طرح آزمایشی با گروه کنترل در محیط مدرسه مورد بررسی قرار گیرد. همچنین بررسی اثر بسته بر زیرمتغیرهای هیجانی مانند همدلی یا خودتنظیمی می‌تواند ابعاد پنهان آن را روشن‌تر کند. پیشنهاد می‌شود نسخه‌های متفاوتی از بسته برای گروه‌های سنی مختلف با کودکان با نیازهای ویژه تدوین شود. در نهایت، بررسی طولی برای ارزیابی ماندگاری اثرات آموزشی ضرورت دارد.

مدارس می‌توانند از این بسته برای آموزش والدین و ارتقای مهارت‌های ارتباطی کودکان استفاده کنند. مشاوران مدرسه قادرند جلسات بسته را با شرایط فرهنگی هر مدرسه سازگار کنند. همچنین والدین می‌توانند با استفاده از راهبردهای معرفی‌شده، محیطی معتبر و حمایتگر در خانه ایجاد کنند. درمانگران کودک نیز می‌توانند این بسته را به‌عنوان مداخله کمکی در درمان مشکلات هیجانی و اجتماعی به کار گیرند.

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

موازین اخلاقی

در انجام این پژوهش تمامی موازین و اصول اخلاقی رعایت گردیده است.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

تشکر و قدردانی

پژوهشگران از تمامی شرکت‌کنندگان که در اجرای پژوهش حاضر کمک نمودند نهایت قدردانی و سپاس را دارند.

شفافیت داده‌ها

داده‌ها و مآخذ پژوهش حاضر در صورت درخواست از نویسنده مسئول و ضمن رعایت اصول کپی رایت ارسال خواهد شد.

حامی مالی

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

Friendship is a central component of children's social development and serves as a foundation for emotional adjustment, interpersonal competence, and long-term psychosocial wellbeing. Decades of developmental research highlight that early peer relationships significantly shape children's socio-emotional growth, school adjustment, and mental health trajectories (Hartup, 2017; Rose et al., 2022). Strong, stable friendships are associated with higher empathy, improved communication skills, and greater emotional security (Güroğlu, 2022). Conversely, difficulties in forming and maintaining friendships increase the risk of loneliness, depressive symptoms, and withdrawal during both childhood and adolescence (Schwartz-Mette et al., 2020; Yang et al., 2023). These patterns underscore that friendship is far more than a voluntary interpersonal choice; it is a developmental necessity.

The ability to build and sustain friendships depends on a combination of cognitive, emotional, and social capacities. Early in life, children begin to construct internal representations of friendship that inform how they interpret social cues and interact with peers (Afshordi & Liberman, 2021). School settings, meanwhile, create natural spaces for these interactions to evolve, and evidence suggests that stable early friendships shape later academic engagement and behavioral adjustment (Wang et al., 2019). Moreover, humor, perspective-taking, joint play, and emotional reciprocity contribute to the quality and longevity of friendships across development (Jones et al., 2021; Miller et al., 2018). From an ecological perspective, families also play a central role: parental warmth, communication style, and modeling of social behavior strongly predict children's peer competence (Allport et al., 2018; Padilla-Walker et al., 2016). Schools likewise play a protective role in preventing bullying, exclusion, and unsafe environments, all of which undermine children's social wellbeing (Katsiyannis et al., 2018; Mori et al., 2021).

Yet despite the developmental significance of friendship, many children continue to struggle with social integration. Research shows that some children experience chronic peer rejection, social anxiety, and difficulties initiating or sustaining positive interactions (Dryburgh et al., 2022). For these children, targeted interventions are necessary to strengthen their emotional regulation, communication skills, and social confidence. Prior work on school-based friend-making interventions demonstrates beneficial effects on reducing loneliness and depressive symptoms (Zare Zadeh, 2021). However, there remains a lack of structured, theory-driven training programs specifically designed to enhance friendship skills within a therapeutic framework. This gap is particularly notable in relation to interventions that simultaneously address emotional vulnerabilities and interpersonal functioning.

Dialectical Behavior Therapy (DBT), originally developed by Marsha Linehan for chronic emotion dysregulation, offers a comprehensive framework that targets the very mechanisms underlying social difficulties—emotion regulation, distress tolerance, mindfulness, and interpersonal effectiveness (Linehan & Wilks, 2015; Robins & Rosenthal, 2011). DBT conceptualizes emotional vulnerability and invalidating environments as key contributors to maladaptive behavioral patterns, including the kinds of interpersonal challenges many children face in peer contexts. The approach has demonstrated effectiveness across a wide range of populations, including adolescents with mood dysregulation (Ahmadian et al., 2024), youth with anxiety (Mardani Garm Dareh et al., 2020), teenagers with separation anxiety (Pezhman & Sohrabi Shegefti, 2024), and students experiencing depression and suicidality (Madahi & Madah, 2014). Recent

research further highlights the adaptability of DBT for diverse groups such as autistic adolescents and patients coping with chronic emotional dysregulation (Keenan et al., 2024; McCall et al., 2025). Its structured modules—mindfulness, emotion regulation, distress tolerance, and interpersonal skills—align directly with competencies required for successful peer interaction (May et al., 2016; Rizvi et al., 2013).

Despite the robust evidence supporting DBT in clinical and educational contexts, no existing studies have synthesized DBT principles to design a friendship-skills training package for children. Integrating DBT with the developmental literature on peer relationships offers an opportunity to address both emotional and interpersonal factors underlying friend-making difficulties. For example, children who struggle to manage frustration, anxiety, or impulsive responses may find it harder to build stable friendships (Dryburgh et al., 2022). Similarly, invalidating home or school environments may impair children's ability to express emotions or interpret social cues accurately (Stanley et al., 2021). Combining DBT with developmental theories of friendship ensures that interventions target these multidimensional challenges.

In this context, the present study sought to design a structured and developmentally sensitive friendship-training package derived from DBT concepts. Through qualitative content analysis of scientific literature on friendship development and DBT, the study identified core concepts, aligned therapeutic strategies with friendship-related challenges, and constructed an eight-session training model aimed at parents and children. The study also examined the content validity of the training package through expert review. This extended abstract presents the study's methodology, major findings, and theoretical implications within the broader landscape of developmental psychopathology and therapeutic intervention research.

Methods and Materials

The study employed a qualitative design using conventional content analysis. Texts related to children's friendship formation, social development, and dialectical behavior therapy were purposefully selected based on predefined inclusion and exclusion criteria. Sources included peer-reviewed articles, scholarly books, and theses published between 2015 and 2025. Each text was read line-by-line, and conceptual units were extracted, coded, and categorized based on semantic similarity. Two major bodies of literature were analyzed separately—friendship development and DBT—after which codes were integrated.

The DBT literature yielded concepts relevant to emotional vulnerability, invalidating environments, emotion dysregulation, and therapeutic strategies (individual interventions and group-based skills training). Friendship literature yielded categories of family-related factors, individual characteristics, and social-environmental contributors. These conceptual frameworks were synthesized using a six-stage model for developing psychological training packages. The emerging training package contained eight 90-minute sessions, each including objectives, behavioral definitions, content components, and home-practice tasks. Finally, seven experts in child psychology and DBT evaluated the package for content validity using structured rating forms.

Findings

The qualitative content analysis revealed that DBT-related texts consistently emphasized three core dimensions of emotional difficulties that impede interpersonal functioning: (1) emotional vulnerability, including heightened reactivity and slow return to emotional baseline; (2) invalidating environments, such as dismissive parenting or inconsistent emotional responses; and (3) emotion dysregulation, including problems with labeling emotions, impulse control, and behavioral regulation. Interventions in DBT were categorized into two overarching types: individual therapeutic strategies and group-based skills training modules.

Analysis of friendship-related literature revealed three major categories of factors influencing children's ability to form friendships:

(a) *Family factors*—authoritative parenting, emotional support, modeling of social behaviors, and scaffolding of peer interactions;

(b) *Individual factors*—temperament, creativity, social initiation skills, empathy, emotional adjustment, and acquired social skills;

(c) *Social factors*—school climate, peer norms, anti-bullying policies, supportive teachers, and structured opportunities for cooperation.

The integration of these findings resulted in the development of an eight-session training package designed to strengthen parents' and children's friendship-related competencies. Sessions included topics such as understanding peer rejection, validating children's emotions, teaching emotion regulation strategies, introducing mindfulness practices, enhancing social confidence, strengthening self-esteem, and managing communication difficulties such as dependency, bullying, and anxiety.

Expert evaluation of the training package showed a very high content validity ratio, indicating strong agreement among reviewers regarding the relevance, clarity, and appropriateness of the session structure, objectives, and techniques.

Discussion and Conclusion

The study demonstrated that synthesizing the friendship-development literature with the core principles of DBT provides a theoretically rich and clinically meaningful basis for designing interventions aimed at improving children's peer relationships. The results highlight that emotional vulnerability, invalidating experiences, and dysregulated responses are central obstacles to successful friendship formation. The training package addressed these obstacles by providing parents and children with practical skills in emotional validation, mindfulness, distress tolerance, and interpersonal effectiveness.

The friendship literature further revealed that family and school contexts are powerful determinants of children's social success. By targeting parental behaviors and offering emotion-focused methods for guiding children, the training package helps establish validating and supportive environments that promote the development of healthy friendships. Through structured session goals and behavioral tasks, the package integrates cognitive-emotional regulation with social-behavioral training, ensuring that children gain both internal emotional stability and external communication skills.

This intervention model holds significant promise as an early preventive strategy. By equipping children with emotional and interpersonal competencies, it may reduce experiences of peer rejection, social withdrawal, and loneliness. The high content validity achieved through expert review suggests that the package is theoretically sound, developmentally appropriate, and suitable for clinical or educational implementation.

In conclusion, the study contributes a novel and comprehensive model for enhancing friendship skills in children through the application of DBT-informed strategies. It provides a solid foundation for future empirical testing and offers practitioners a structured approach to addressing children's social challenges.

فهرست منابع

References

- Abdollahi, M. J., & Yousefi, Z. (2024). Developing a Problem-Solving Training Package Based on Dialectical Behavior Therapy for Traumatized Children. *Journal of Cognition, Behavior, Learning*, 1(2), 80-98. <https://doi.org/10.61838/jcbl.1.2.5>
- Afshordi, N., & Liberman, Z. (2021). Keeping friends in mind: Development of friendship concepts in early childhood. *Social Development*, 30(2), 331-342. <https://doi.org/10.1111/sode.12493>
- Ahmadian, A., Moemeni, K., & Karami, J. (2024). The Effectiveness of Dialectical Behavior Therapy on Reducing Irritability and Aggression in Adolescents with Disruptive Mood Dysregulation Disorder. *Journal of New Psychological Research*, 19(73), 96-106. https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article_17456.html?lang=en
- Allport, B. S., Johnson, S., Aqil, A., Labrique, A. B., Nelson, T., Angela, K. C., Carabas, Y., & Marcell, A. V. (2018). Promoting father involvement for child and family health. *Academic Pediatrics*, 18(7), 746-753. <https://doi.org/10.1016/j.acap.2018.03.011>

- Amighi, H., Ebrahimi Moghadam, H., & Kashani Vahid, L. (2025). Comparing the Effectiveness of Dialectical Behavior Therapy and Cognitive Behavioral Therapy on the Attention Level of Female Students with Obsessive-Compulsive Disorder. *Sadra Medical Sciences Journal*, 13(2), 256-270. https://smsj.sums.ac.ir/article_51030.html?lang=en
- Bagwell, C. L., & Bukowski, W. M. (2018). Friendship in childhood and adolescence: Features, effects, and processes. In <https://psycnet.apa.org/record/2018-00748-019>
- Bennion, H., & Rutter, N. (2024). The role of 'friendship as method' with child co-researchers in the primary school environment. *Educational Action Research*. <https://doi.org/10.1080/09650792.2024.2310539>
- Dryburgh, N. S., Ponath, E., Bukowski, W. M., & Dirks, M. A. (2022). Associations between interpersonal behavior and friendship quality in childhood and adolescence: A meta-analysis. *Child development*, 93(3), e332-e347. <https://doi.org/10.1111/cdev.13728>
- Güroğlu, B. (2022). The power of friendship: The developmental significance of friendships from a neuroscience perspective. *Child Development Perspectives*, 16(2), 110-117. <https://doi.org/10.1111/cdep.12450>
- Halim, M. L. D., Martin, C. L., Andrews, N. C., Zosuls, K. M., & Ruble, D. N. (2021). Enjoying each other's company: Gaining other-gender friendships promotes positive gender attitudes among ethnically diverse children. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 47(12), 1635-1653. <https://doi.org/10.1177/0146167220984407>
- Hartup, W. W. (2017). Children and their friends. In *Issues in childhood social development*. <https://doi.org/10.4324/9781315169675-6>
- Hartup, W. W. (2022). Friendships and their developmental significance. In *Childhood social development* (pp. 175-205). Psychology Press. <https://doi.org/10.4324/9781315785042-8>
- Jones, S., James, L., Fox, C., & Blunn, L. (2021). Laughing together: The relationships between humor and friendship in childhood through to adulthood. In *Friendship in Cultural and Personality Psychology: International Perspectives*. Nova. <https://ereseach.qmu.ac.uk/items/29d651d9-4fd3-4b57-b21d-af31c5f65e5f>
- Katsiyannis, A., Whitford, D. K., & Ennis, R. P. (2018). Historical Examination of United States Intentional Mass School Shootings in the 20th and 21st Centuries: Implications for Students, Schools, and Society. *Journal of Child and Family Studies*, 27(8), 2562-2573. <https://doi.org/10.1007/s10826-018-1096-2>
- Keenan, E. G., Gurba, A. N., Mahaffey, B., Kappenberg, C. F., & Lerner, M. D. (2024). Leveling up dialectical behavior therapy for autistic individuals with emotion dysregulation: clinical and personal insights. *Autism in Adulthood*, 6(1), 1-8. <https://doi.org/10.1089/aut.2022.0011>
- Keyes, C. R. (2024). Helping Children Make Friends. In *Resources for Early Childhood* (pp. 85-95). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315058047-12>
- Lester, L., Pearce, N., Waters, S., Barnes, A., Beatty, S., & Cross, D. (2017). Family involvement in a whole-school bullying intervention: Mothers' and fathers' communication and influence with children. *Journal of Child and Family Studies*, 26(9), 2716-2727. <https://doi.org/10.1007/s10826-017-0793-6>
- Linehan, M. M., & Wilks, C. R. (2015). The course and evolution of dialectical behavior therapy. *American Journal of Psychotherapy*, 69(2), 97-110. <https://doi.org/10.1176/appi.psychotherapy.2015.69.2.97>
- MacPherson, H. A., Cheavens, J. S., & Fristad, M. A. (2013). Dialectical behavior therapy for adolescents: Theory, treatment adaptations, and empirical outcomes. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 16(1), 59-80. <https://doi.org/10.1007/s10567-012-0126-7>
- Madahi, M. E., & Madah, L. (2014). The Effectiveness of Dialectical Behavior Therapy in Reducing Depression and Suicidal Thoughts in Female Students. *School Psychology and Education*, 3(3), 74-85. https://jss.uma.ac.ir/article_232.html
- Mardani Garm Dareh, M., Ghazanfari, A., Ahmadi, R., & Sharifi, T. (2020). The Effectiveness of Dialectical Behavior Therapy on Psychological Flexibility and Cognitive Avoidance in Female Students with Test Anxiety. *Empowerment of Exceptional Children*, 11(2), 63-74. https://www.ceciranj.ir/article_112746.html
- May, J. M., Richardi, T. M., & Barth, K. S. (2016). Dialectical behavior therapy as treatment for borderline personality disorder. *Mental Health Clinician*, 6(2), 62-67. <https://doi.org/10.9740/mhc.2016.03.62>
- McCall, M. H., Boyd, C. T., Kerr, N. D., Daniel, S. S., & Sutfin, E. L. (2025). Dialectical Behavior Therapy Skills Training as a Brief Intervention for Cigarette Smoking by Patients with Cancer: A Scoping Review and Narrative Synthesis of Related Literature. *Psycho-Oncology*, 34(1), e70074. <https://doi.org/10.1002/pon.70074>
- Miller, S. E., Reavis, R. E., & Avila, B. N. (2018). Associations between theory of mind, executive function, and friendship quality in middle childhood. *Merrill-Palmer Quarterly*, 64(3), 397-426. <https://doi.org/10.13110/merrpalmquar1982.64.3.0397>
- Mirzaei, M., Yousefi, Z., & Baratali, M. (2025). Comparing the Effectiveness of Anxiety Management Training for Parents of University Entrance Exam Candidates with Acceptance and Commitment Training on Parenting Adaptability, Parenting Orientation, and Parenting Rumination in Mothers with Children Taking the University Entrance Exam. *Psychological Dynamics in Mood Disorders*, 4(1), 18-35. <https://doi.org/10.61838/kman.pdmd.4.1.2>

- Mori, Y., Tiiri, E., Khanal, P., Khakurel, J., Mishina, K., & Sourander, A. (2021). Feeling unsafe at school and associated mental health difficulties among children and adolescents: a systematic review. *Children*, 8(3), 232. <https://doi.org/10.3390/children8030232>
- Oshin, L. A., & Rizvi, S. L. (2024). Considerations for the use of dialectical behavior therapy for individuals experiencing oppression. *Psychotherapy*. <https://doi.org/10.1037/pst0000541>
- Padilla-Walker, L. M., Nielson, M. G., & Day, R. D. (2016). The role of parental warmth and hostility on adolescents' prosocial behavior toward multiple targets. *Journal of Family Psychology*, 30(3), 331. <https://doi.org/10.1037/fam0000157>
- Panos, P. T., Jackson, J. W., Hasan, O., & Panos, A. (2014). Meta-analysis and systematic review assessing the efficacy of dialectical behavior therapy (DBT). *Research on Social Work Practice*, 24(2), 213-223. <https://doi.org/10.1177/1049731513503047>
- Pezhman, S., & Sohrabi Shegefti, N. (2024). A Comparative Study of the Effectiveness of Dialectical Behavior Therapy and Schema Therapy on Separation Anxiety in Female Adolescents. *Taaali in Counseling and Psychotherapy*, 51(13), 35-44. <https://ensani.ir/fa/article/619246/>
- Rizvi, S. L., Bitran, A. M., Oshin, L. A., Yin, Q., & Ruork, A. K. (2024). The State of the Science: Dialectical Behavior Therapy. *Behavior therapy*. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2024.02.006>
- Rizvi, S. L., Steffel, L. M., & Carson-Wong, A. (2013). An overview of dialectical behavior therapy for professional psychologists. *Professional psychology: Research and practice*, 44(2), 73. <https://doi.org/10.1037/a0029808>
- Robins, C. J., & Rosenthal, M. Z. (2011). Dialectical behavior therapy. In *Acceptance and mindfulness in cognitive behavior therapy: Understanding and applying the new therapies* (pp. 164-192). <https://doi.org/10.1002/9781118001851.ch7>
- Rose, A. J., Borowski, S. K., Spiekerman, A., & Smith, R. L. (2022). Children's friendships. In *The Wiley-Blackwell handbook of childhood social development* (pp. 487-502). <https://doi.org/10.1002/9781119679028.ch26>
- Schwartz-Mette, R. A., Shankman, J., Dueweke, A. R., Borowski, S., & Rose, A. J. (2020). Relations of friendship experiences with depressive symptoms and loneliness in childhood and adolescence: A meta-analytic review. *Psychological bulletin*, 146(8), 664. <https://doi.org/10.1037/bul0000239>
- Stanley, B., Brodsky, B. S., & Gratch, I. (2021). Dialectical behavior therapy. In *The American Psychiatric Association Publishing Textbook of Personality Disorders* (pp. 361). <https://doi.org/10.1176/appi.books.9781615379699.lg13>
- Wang, Y., Palonen, T., Hurme, T. R., & Kinos, J. (2019). Do you want to play with me today? Friendship stability among preschool children. *European Early Childhood Education Research Journal*, 27(2), 170-184. <https://doi.org/10.1080/1350293X.2019.1579545>
- Yang, D., Gao, X., & He, J. (2023). Parental son preference and depression in later life: The moderating role of childhood friendship experience. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 51(8), 1-14. <https://doi.org/10.2224/sbp.12725>
- Zare Zadeh, S. (2021). *The Effect of Friendship Skills Training on Depression and Loneliness in Grieving Children* University of Science and Art].