

راهکارهای عملیاتی والدین در راستای جلوگیری از بلوغ زودرس فرزندان

فاطمه حیدری^۱

چکیده

بلوغ زودرس یکی از مسائل مهم روانی و اجتماعی در میان کودکان و نوجوانان است که می‌تواند پیامدهای جسمانی، روانی و اجتماعی متعددی به همراه داشته باشد. افزایش دسترسی فرزندان به رسانه‌ها و فضای مجازی، تغییرات سبک زندگی، فشارهای روانی و کم‌توجهی والدین به مراحل رشد روانی-جنسی، از عوامل مؤثر در شتاب‌دهی به بلوغ زودرس محسوب می‌شوند. از این رو، شناسایی و ارائه راهکارهای عملیاتی والدین برای پیشگیری از این پدیده ضروری است. هدف پژوهش حاضر، بررسی و تبیین راهکارهای عملیاتی والدین در پیشگیری از بلوغ زودرس فرزندان و ارتقای سلامت جسمی، روانی و اجتماعی آنها است. روش تحقیق به صورت کیفی و توصیفی و مبتنی بر مطالعات کتابخانه‌ای بوده و داده‌ها از منابع معتبر علمی و پژوهشی گردآوری شده‌اند. در این پژوهش با تحلیل محتوا، راهکارهای تربیتی، روان‌شناختی، فرهنگی و دینی والدین طبقه‌بندی و تبیین شده است. یافته‌ها نشان می‌دهند که آموزش کنترل هیجانات به فرزندان، مراقبت از الگوهای رفتاری والدین، تنظیم خواب و تغذیه متناسب با سن، تعامل صحیح والدین با فرزندان در مسائل جنسی و کنجکاوی طبیعی، و بهره‌گیری از راهکارهای فرهنگی و دینی نظیر آموزش حیا و حجاب، ایجاد فضای ایمانی و معنوی و استفاده از داستان‌های دینی، از مؤثرترین اقدامات پیشگیرانه هستند. این اقدامات موجب کاهش رفتارهای پرخطر، تقویت سلامت روانی و جسمی و ایجاد محیط حمایت‌گرانه برای رشد سالم فرزندان می‌شوند. نتایج پژوهش می‌تواند به خانواده‌ها، مدارس و مشاوران در طراحی برنامه‌های آموزشی و حمایتی مؤثر برای پیشگیری از بلوغ زودرس کمک نماید.

واژه‌های کلیدی: بلوغ زودرس، والدین، راهکار عملیاتی، پیشگیری

^۱ طلبه سطح دو حوزه علمیه فاطمیه مشگین شهر

مقدمه

بلوغ زودرس به عنوان یکی از چالش‌های مهم روانی، اجتماعی و تربیتی در دوره نوجوانی، توجه پژوهشگران و والدین را به خود جلب کرده است. این پدیده به معنای وقوع تغییرات جسمی و روانی قبل از سن طبیعی بلوغ است و می‌تواند تأثیرات منفی گسترده‌ای بر رشد اجتماعی، روانی و تحصیلی نوجوانان داشته باشد (علوی لنگرودی، ۱۳۸۱، ص. ۸۰). بلوغ زودرس علاوه بر پیامدهای جسمی، باعث بروز رفتارهای پرخطر، کاهش کنترل هیجانات و افزایش آسیب‌پذیری در مواجهه با فشارهای اجتماعی می‌شود. مطالعات نشان می‌دهند که این پدیده به‌ویژه در جوامعی که نوجوانان با شبکه‌های اجتماعی گسترده و گروه‌های همسالان فعال در فضای مجازی در تعامل هستند، تشدید می‌شود (مرادی، ۱۴۰۴، ص. ۸).

یکی از عوامل مهم تأثیرگذار بر بلوغ زودرس، تعامل نوجوانان با شبکه‌های اجتماعی و گروه‌های همسالان است. دسترسی سریع و بدون محدودیت به محتوای نامناسب و فشار همسالان می‌تواند زمینه‌ساز گرایش نوجوانان به رفتارهای پرخطر، کاهش انگیزه تحصیلی و حتی گرایش به مصرف مواد مخدر شود (علی‌اصغری و همکاران، ۱۴۰۳، ص. ۱۰). این یافته‌ها نشان می‌دهند که خانواده‌ها نقش تعیین‌کننده‌ای در پیشگیری از بلوغ زودرس و مدیریت تأثیرات منفی محیط‌های اجتماعی و مجازی دارند.

والدین می‌توانند با ایجاد فضای حمایتی، آموزش مهارت‌های زندگی و تقویت ارتباط عاطفی با فرزندان، اثرات منفی بلوغ زودرس را کاهش دهند. مراقبت دقیق و حضور فعال والدین در زندگی روزمره نوجوانان، کنترل و هدایت زمان استفاده از شبکه‌های اجتماعی و تشویق به فعالیت‌های سازنده و آموزشی، از مهم‌ترین راهکارهای پیشگیرانه هستند (علوی لنگرودی، ۱۳۸۱، ص. ۸۵). همچنین، گفتگوهای صمیمانه و آموزش درست درباره تغییرات جسمی و روانی بلوغ، می‌تواند حس کنترل و اعتماد به نفس نوجوانان را افزایش دهد و آنان را از رفتارهای پرخطر باز دارد (مرادی، ۱۴۰۴، ص. ۱۰).

از سوی دیگر، نظارت والدین بر گروه‌های همسالان و انتخاب محیط‌های اجتماعی سالم اهمیت بالایی دارد. تحقیقات نشان می‌دهند که نوجوانانی که با گروه‌های همسالان مثبت و فعال در فعالیت‌های

آموزشی و ورزشی در تعامل هستند، کمتر در معرض بلوغ زودرس و پیامدهای منفی آن قرار می‌گیرند (علی‌اصغری و همکاران، ۱۴۰۳، ص. ۱۲). بنابراین، والدین باید با شناخت دقیق محیط‌های اجتماعی فرزندان، فرصت‌های مناسب برای تعامل سالم فراهم کنند و از ورود نوجوانان به محیط‌های آسیب‌زا جلوگیری نمایند. راهکارهای عملیاتی والدین برای پیشگیری از بلوغ زودرس باید تلفیقی از مراقبت مستقیم، آموزش مهارت‌های زندگی، مدیریت زمان و محتوای فضای مجازی، و هدایت نوجوان به گروه‌های همسالان مثبت و محیط‌های آموزشی سالم باشد. این اقدامات نه تنها رشد جسمی و روانی سالم نوجوانان را تضمین می‌کند، بلکه مانع بروز رفتارهای پرخطر و آسیب‌های اجتماعی مرتبط با بلوغ زودرس می‌شود.

مفهوم شناسی

بلوغ

بلوغ به مرحله‌ای از رشد انسان گفته می‌شود که در آن فرد به آمادگی جسمانی، روانی و اجتماعی برای ورود به زندگی بزرگسالی می‌رسد. این مرحله با تغییرات هورمونی، رشد اندام‌ها و توانایی‌های شناختی و روانی همراه است (نورائی انور و افتخاری، ۱۴۰۳، ص. ۵). بلوغ جسمی شامل تکامل جنسی و تغییرات فیزیکی بدن است، در حالی که بلوغ روانی توانایی کنترل هیجانات، تصمیم‌گیری و تفکر منطقی را نشان می‌دهد. بلوغ اجتماعی نیز شامل توانایی تعامل سالم با دیگران، پذیرش مسئولیت‌های اجتماعی و رعایت هنجارهای جمعی است. این مرحله نه تنها زمینه رشد فردی را فراهم می‌آورد، بلکه بر رفتارهای اجتماعی، روابط خانوادگی و مهارت‌های ارتباطی نیز تأثیرگذار است (نورائی انور و افتخاری، ۱۴۰۳، ص. ۶).

بلوغ به عنوان یک فرآیند طبیعی، شامل مراحل است که هر فرد باید در طول زمان طی کند. عدم شناخت درست از این مرحله می‌تواند منجر به مشکلات روانی، اجتماعی و تحصیلی شود. آموزش صحیح و حمایت خانواده و مدرسه در این دوره از اهمیت بالایی برخوردار است، زیرا می‌تواند رشد سالم و متعادل نوجوان را تضمین کند و او را برای پذیرش مسئولیت‌های آینده آماده سازد (طاهریمه، ۱۴۰۳، ص. ۵).

بلوغ زودرس

بلوغ زودرس به وقوع تغییرات بلوغ قبل از سن طبیعی گفته می‌شود و به عنوان یکی از اختلالات رشد مطرح است. این پدیده معمولاً با ظهور نشانه‌های جسمانی و روانی بلوغ در سنین پایین‌تر از حد معمول همراه است و می‌تواند پیامدهای جسمی، روانی و اجتماعی قابل توجهی داشته باشد (نوربخش حسن‌آبادی و همکاران، ۱۴۰۲، ص. ۸). نوجوانانی که دچار بلوغ زودرس می‌شوند، معمولاً آمادگی روانی و اجتماعی لازم برای مقابله با تغییرات خود را ندارند و ممکن است دچار اضطراب، رفتارهای پرخطر و مشکلات تحصیلی شوند.

عوامل متعددی در بروز بلوغ زودرس نقش دارند. از جمله مهم‌ترین آن‌ها می‌توان به تأثیر محیط اجتماعی و فضای مجازی اشاره کرد، زیرا دسترسی به محتوای تحریک‌کننده و تعامل با گروه‌های همسالان می‌تواند روند بلوغ را تسریع کند (طاهریمه، ۱۴۰۳، ص. ۷). علاوه بر این، عوامل ژنتیکی، تغذیه، سبک زندگی و فشارهای محیطی نیز می‌توانند موجب بلوغ زودرس شوند (نوربخش حسن‌آبادی و همکاران، ۱۴۰۲، ص. ۱۰). شناخت دقیق مفهوم بلوغ زودرس و آگاهی والدین و مربیان درباره آن، از اهمیت بالایی برخوردار است، زیرا می‌تواند زمینه پیشگیری و هدایت نوجوانان به مسیر رشد سالم را فراهم کند.

نسل جدید

نسل جدید به گروهی از نوجوانان و جوانان اطلاق می‌شود که در عصر فناوری‌های نوین و رسانه‌های دیجیتال رشد می‌کنند. این نسل با دسترسی گسترده به اینترنت، شبکه‌های اجتماعی و ابزارهای دیجیتال، در معرض فرصت‌ها و چالش‌های متفاوتی نسبت به نسل‌های گذشته قرار دارد (نورائی‌انور و افتخاری، ۱۴۰۳، ص. ۵). نسل جدید به دلیل دسترسی سریع به اطلاعات و تأثیرپذیری از محیط‌های مجازی، ویژگی‌های رفتاری و اجتماعی متفاوتی دارد و نیازمند هدایت و آموزش ویژه است.

ویژگی‌های نسل جدید شامل سرعت بالای یادگیری، تعامل گسترده با فناوری، حساسیت نسبت به تغییرات اجتماعی و گرایش به رفتارهای نوآورانه و متفاوت است. با این حال، این نسل در معرض

آسیب‌هایی مانند بلوغ زودرس، فشار گروه‌های همسالان و تأثیر محتوای نامناسب فضای مجازی قرار دارد (طاهریمه، ۱۴۰۳، ص. ۹). بنابراین، مفهوم نسل جدید در مطالعات تربیتی و روان‌شناسی رشد، بیشتر به شرایط و ویژگی‌های محیطی و اجتماعی مرتبط با نوجوانان و جوانان در عصر کنونی اشاره دارد.

عوامل مؤثر در ایجاد بلوغ زودرس

بلوغ زودرس یکی از مهم‌ترین پدیده‌های رشد غیرطبیعی در نوجوانان است که با شروع تغییرات جسمانی، روانی و اجتماعی قبل از سن معمول بلوغ همراه است و می‌تواند پیامدهای گسترده‌ای برای فرد و خانواده داشته باشد (عباسی و همکاران، ۱۳۹۹، ص. ۱۴۰). عوامل متعددی در بروز این پدیده نقش دارند که شامل عوامل خانوادگی، روانی، اجتماعی و زیستی می‌شود. شناخت دقیق این عوامل می‌تواند زمینه‌ساز پیشگیری و کاهش اثرات منفی بلوغ زودرس باشد.

یکی از مهم‌ترین عوامل مؤثر، عوامل خانوادگی و سبک تربیتی والدین است. خشونت خانگی، تنبیه‌های شدید و بی‌توجهی والدین موجب افزایش فشار روانی در دختران می‌شود و این فشار می‌تواند فرآیندهای هورمونی را تحریک کرده و منجر به بلوغ زودرس گردد (عباسی و همکاران، ۱۳۹۹، ص. ۱۴۵). مطالعات نشان داده‌اند دخترانی که در محیط‌های پرتنش و خشونت‌آمیز رشد می‌کنند، بیشتر در معرض شروع زود هنگام تغییرات جسمانی هستند. همچنین، سبک‌های تربیتی مثبت و حمایت‌گرانه می‌توانند اثر محافظتی داشته باشند و رفتارهای پرخطر ناشی از بلوغ زودرس را کاهش دهند (مروغ و همکاران، ۲۰۱۴، ص. ۱۰).

عامل دوم، سلامت روان و وضعیت هیجانی کودکان است. نوجوانانی که دچار اضطراب، افسردگی یا اختلالات روانی می‌شوند، روند بلوغ آنان ممکن است تسریع گردد (حسینی و توکلی طرقي، ۱۴۰۱، ص. ۱۵). فشارهای روانی، احساس ناامنی و تجربه هیجانات منفی می‌تواند محور فعالیت غده هیپوفیز و هورمون‌های مرتبط با بلوغ را تحریک کند. علاوه بر آن، کودکان با سلامت روان پایین معمولاً بیشتر تحت تأثیر محیط‌های اجتماعی و رسانه‌ها قرار می‌گیرند که این عامل نیز روند بلوغ زودرس را تسریع می‌کند (شفیعی زرمیتانی و حسینی، ۱۴۰۰، ص. ۹).

رفتارهای پرخطر و بلوغ زودرس جلوگیری می‌کند. همچنین، ترکیب فعالیت‌های معنوی با برنامه‌های تفریحی سالم، ورزش و بازی‌های گروهی، به رشد جسمی و روانی متوازن کمک می‌کند و مقاومت نوجوانان در برابر فشارهای محیطی و رسانه‌ای افزایش می‌یابد (مرادی، ۱۴۰۴، ص. ۱۰).

ترکیب راهکارهای فردی، خانوادگی، آموزشی و اجتماعی می‌تواند اثرات منفی بلوغ زودرس را به حداقل برساند. حمایت مستمر خانواده، آموزش والدین، نظارت بر رسانه‌ها، توجه به سلامت روانی و جسمانی کودک، و ایجاد محیط آموزشی و اجتماعی حمایتی، مهم‌ترین اقدامات برای کاهش اثرات بلوغ زودرس هستند. توجه به این راهکارها موجب می‌شود نوجوانان با سلامت روانی و جسمانی مناسب، به مراحل بعدی رشد سالم وارد شوند و مهارت‌های اجتماعی و تحصیلی خود را به‌درستی توسعه دهند (علوی لنگرودی، ۱۳۸۱، ص. ۹۰).

نتیجه بحث:

بلوغ به مرحله‌ای از رشد انسان گفته می‌شود که در آن فرد به آمادگی جسمانی، روانی و اجتماعی برای ورود به زندگی بزرگسالی می‌رسد. این مرحله با تغییرات هورمونی، رشد اندام‌ها و توانایی‌های شناختی و روانی همراه است. بلوغ زودرس، وقوع این تغییرات قبل از سن طبیعی است و می‌تواند پیامدهای جسمی، روانی و اجتماعی متعددی برای نوجوانان و خانواده‌ها ایجاد کند. نسل جدید، که

در عصر فناوری‌های دیجیتال و شبکه‌های اجتماعی رشد می‌کند، به دلیل دسترسی گسترده به اطلاعات و محتوای تحریک‌کننده، بیشتر در معرض بلوغ زودرس قرار دارد. شناخت این مفاهیم، بستری مناسب برای ارائه راهکارهای عملیاتی والدین فراهم می‌کند و نقش پیشگیرانه آن‌ها را تقویت می‌نماید.

عوامل مؤثر در ایجاد بلوغ زودرس شامل مجموعه‌ای از عوامل خانوادگی، روانی، اجتماعی، فرهنگی و زیستی است. محیط خانواده و سبک تربیتی والدین نقش کلیدی در این زمینه دارد. خشونت خانگی، تنبیه‌های شدید، بی‌توجهی به نیازهای روانی کودک و کمبود ارتباط صمیمانه با والدین می‌تواند فشار روانی ایجاد کرده و روند بلوغ را تسریع کند. سلامت روان کودک نیز از عوامل مهم دیگر است؛ اضطراب، افسردگی و استرس، اثر مستقیمی بر فرآیندهای هورمونی دارد و می‌تواند تغییرات جسمی و روانی را زودتر از موعد طبیعی آغاز کند. علاوه بر این، سبک زندگی کم‌تحرک، تغذیه ناسالم و دسترسی گسترده به رسانه‌ها و فضای مجازی، زمینه را برای بلوغ زودرس فراهم می‌آورد. روابط همسالان، فشار گروهی و تقلید از رفتارهای دیگران نیز از جمله عوامل محیطی مؤثر بر بروز این پدیده هستند.

با توجه به این عوامل، والدین می‌توانند نقش مؤثری در پیشگیری از بلوغ زودرس ایفا کنند. نخستین گام، ایجاد محیط خانوادگی حمایت‌گرا و امن است. برقراری ارتباط صمیمانه، شنیدن فعال مشکلات و نگرانی‌های فرزندان و ارائه محبت و توجه مستمر می‌تواند فشار روانی نوجوان را کاهش دهد و روند بلوغ را به مسیر طبیعی هدایت کند. همچنین، آموزش والدین در زمینه شناخت مراحل رشد و پیامدهای بلوغ زودرس، آن‌ها را قادر می‌سازد تا رفتارها و تصمیمات مناسب برای فرزندان خود اتخاذ کنند. این آموزش شامل نحوه مدیریت تغییرات جسمانی و روانی، تقویت اعتماد به نفس نوجوان و ارائه راهنمایی‌های مناسب درباره تعامل با همسالان و محیط‌های دیجیتال است.

کنترل دسترسی کودکان به رسانه‌ها و فضای مجازی نیز از اهمیت بالایی برخوردار است. محدود کردن محتوای نامناسب، تعیین زمان مشخص برای استفاده از شبکه‌های اجتماعی و ارائه آموزش‌های لازم درباره استفاده صحیح از فناوری، می‌تواند اثرات منفی فضای مجازی را کاهش دهد و رشد سالم را تقویت نماید. تشویق کودکان به فعالیت‌های بدنی، ورزش منظم و تغذیه سالم نیز از دیگر اقدامات

مؤثر است. این موارد نه تنها سلامت جسمی را تضمین می‌کند، بلکه تأثیر روانی مثبت دارد و فشارهای محیطی و هورمونی را کاهش می‌دهد.

والدین می‌توانند از راهکارهای آموزشی و مشاوره‌ای نیز بهره بگیرند. همکاری با مدرسه و مشاوران آموزشی برای ارائه برنامه‌های آگاهی‌بخش و گروه‌های حمایتی، نوجوانان را با تغییرات بلوغ و نحوه مدیریت آن‌ها آشنا می‌کند. ایجاد جلسات گروهی، کارگاه‌های آموزشی و فرصت‌هایی برای بیان احساسات و مشکلات، به کاهش اضطراب و استرس نوجوانان کمک می‌کند. تقویت مهارت‌های اجتماعی، توانایی حل مسئله و افزایش اعتماد به نفس در این برنامه‌ها می‌تواند اثرات منفی بلوغ زودرس را کاهش دهد.

راهکارهای والدین باید ترکیبی از حمایت روانی، آموزش صحیح، مدیریت محیط‌های خانگی و دیجیتال، تشویق به فعالیت‌های سالم و تعامل مثبت با مدرسه و جامعه باشد. پیاده‌سازی این اقدامات، نه تنها به پیشگیری از بلوغ زودرس کمک می‌کند، بلکه رشد طبیعی، سلامت روانی و جسمانی و توانایی‌های اجتماعی نوجوانان را تقویت می‌نماید. والدینی که با شناخت دقیق مفاهیم بلوغ، بلوغ زودرس و ویژگی‌های نسل جدید عمل می‌کنند، می‌توانند فرزندان خود را در مسیر رشد سالم هدایت کرده و اثرات منفی بلوغ زودرس را به حداقل برسانند. از این طریق، نوجوانان با اعتماد به نفس، مهارت‌های اجتماعی مناسب و سلامت روانی بهتر، آماده مواجهه با مراحل بعدی زندگی می‌شوند و خانواده و جامعه نیز از مزایای رشد سالم آنان بهره‌مند می‌گردد.

منابع

۱. حسینی، سیده مهسا و توکلی طرقي، الهام، ۱۴۰۱، بررسی مقایسه‌ای وضعیت سلامت روانشناختی کودکان با بلوغ زودرس و کودکان عادی، اولین همایش ملی روانشناسی، علوم تربیتی و مشاوره، ارومیه، صص ۱۹-۲
۲. شفیعی زرمیتانی، ژیلا و حسینی، زلیخا، ۱۴۰۰، بررسی مباحث و مشکلات مربوط به پیرامون بلوغ زودرس در بین دانش‌آموزان دختر، نخستین همایش ملی ایده‌های کاربردی در علوم تربیتی، روانشناسی و مطالعات فرهنگی، بوشهر، صص ۱۱-۲

۳. طاهر یلمه، مریم، ۱۴۰۳، بررسی مفهوم و علل بلوغ زودرس در دانش آموزان، سومین کنفرانس ملی تازه های روانشناسی تکاملی و تربیتی، بندرعباس، صص ۱۰-۲

۴. عباسی، ژیلا و همکاران، ۱۳۹۹، بررسی ارتباط خشونت خانگی با بلوغ زودرس دختران سطح اول متوسطه شهر شیراز، فصلنامه جامعه شناسی سیاسی ایران، دوره: ۳، شماره: ۴، صص ۱۵۱-۱۳۸

۵. علوی لنگرودی، سید کاظم، ۱۳۸۱، بررسی پدیده «بلوغ زودرس»، فصلنامه کاوش نامه زبان و ادبیات فارسی، دوره: ۳، شماره: ۶، صص ۹۱-۷۶

۶. علی اصغری، مینو و همکاران، ۱۴۰۳، بررسی رابطه ی میان میزان تعامل نوجوانان با گروه های همسالان و اعتیاد به شبکه های اجتماعی مجازی با بلوغ زودرس، چهارمین همایش ملی و اولین همایش بین المللی روان شناسی بالینی کودک و نوجوان، اردبیل، صص ۱۵-۲

۷. مرادی، شبنم، ۱۴۰۴، بررسی تاثیرگذاری شبکه های اجتماعی در بلوغ زودرس، گرایش به رفتارهای پرخطر جنسی و ترک تحصیل نوجوانان، نهمین کنفرانس بین المللی و دهمین کنفرانس ملی یافته های نوین در مدیریت، روان شناسی و حسابداری، تهران، صص ۱۲-۲

۸. مرتضایی سرمور، پرستو و حسین زاده، مریم، ۱۴۰۰، بررسی مباحث پیرامون بلوغ زودرس در بین دانش آموزان دختر، نخستین همایش ملی ایده های کاربردی در علوم تربیتی، روانشناسی و مطالعات فرهنگی، بوشهر، صص ۱۳-۲

۹. نورائی انور، حمیده و افتخاری، سیده مرضیه، ۱۴۰۳، بررسی مهم ترین تهدیدات بلوغ زودرس برای دانش آموزان و نوجوانان در محیط آموزشگاهی با تاکید بر (نقش مشاورین مدارس)، سومین کنفرانس ملی مطالعات خانواده و مدرسه، بندرعباس، صص ۱۰-۲

۱۰. نوربخش حسن آبادی، حسین و همکاران، ۱۴۰۲، بررسی علل بلوغ زودرس در دانش آموزان و نقش فضای مجازی در این زمینه، اولین همایش بین المللی جامعه شناسی، علوم اجتماعی و آموزش و پرورش با رویکرد نگاهی به آینده، بوشهر، صص ۱۶-۲

Shim, S. B., Song, J. H., & Lee, H. L. (2022). Perceptions and treatment of precocious puberty: A questionnaire survey among caregivers in South Korea. Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine, 2022, 9413188. <https://doi.org/10.1155/2022/9413188>

Mrug, S., Elliott, M. N., Davies, S., Tortolero, S. R., Cuccaro, P., & Schuster, M. A. (2014). Positive parenting and early puberty in girls: Protective effects against aggressive behavior. *Pediatrics*, 133(1), 7–14. <https://doi.org/10.1542/peds.2013-0628>

Hwang, S. H., & Ko, J. H. (2019). Effect of a social support program for mothers of children with precocious puberty: A preliminary quasi-experimental study. *Journal of Pediatric Nursing*, 46, e55–e61. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2019.02.030>

Shokri, O., et al. (2023). The effect of cognitive behavioral therapy on stress and anxiety of mothers of girls with precocious puberty symptoms: A randomized controlled trial. *BMC Psychiatry*, 23, 5216. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-05216-7>

Xiang, L., et al. (2023). Environmental factors and precocious puberty: A case–control study. *Scientific Reports*, 13, 6542. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-33505-0>