

## پیش بینی کیفیت رابطه مادر-دختر بر اساس خودکارآمدی والدینی و والدگری ذهن آگاهانه در

### مادران دارای دختر نوجوان شهر اصفهان

زهره دانشمند<sup>۱</sup>، محمد شاکرمی<sup>۲</sup>

۱. کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، گروه مشاوره، موسسه آموزش عالی صفهان، اصفهان، ایران.

۲. استادیار گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی، روانشناسی و زبانهای خارجی، واحد اصفهان (خوراسگان)، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران.

### چکیده

مقدمه: رابطه والد-فرزند، به خصوص ارتباط مادر-دختر، از عوامل تأثیرگذار بر سلامت روان و اجتماعی نوجوانان است. دوره نوجوانی با تغییرات مهمی در جنبه های شناختی، هیجانی و اجتماعی همراه است که کیفیت این رابطه را تحت تأثیر قرار می دهد. این پژوهش با هدف بررسی تأثیر خودکارآمدی والدینی و والدگری ذهن آگاهانه بر کیفیت رابطه مادر-دختر انجام شده است.

روش: این مطالعه از نوع توصیفی-همبستگی و کاربردی است. جامعه آماری شامل مادران دانش آموزان دختر دوره اول متوسطه شهر اصفهان در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۳ بود. ۳۸۰ نفر به روش نمونه گیری خوشه ای چندمرحله ای انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده ها شامل پرسشنامه های «کیفیت رابطه والد-فرزند» (CPRS)، «والدگری ذهن آگاهانه» (MIPQ) و «خودکارآمدی والدینی» (PSAM) بود. تحلیل داده ها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه و نرم افزار SPSS ۲۴ انجام شد.

یافته ها: تجزیه و تحلیل داده ها نشان داد میزان همبستگی چندگانه بین والدگری ذهن آگاهانه و خودکارآمدی والدینی با کیفیت رابطه مادر-دختر ۰/۴۱۷ می باشد و این دو متغیر ۱۷/۴ درصد کیفیت رابطه مادر-دختر را پیش بینی می کنند. همچنین تأثیر خودکارآمدی والدینی بر کیفیت رابطه مادر-دختر ۰/۳۳۶ و والدگری ذهن آگاهانه ۰/۲۸۳ است. ضمن اینکه از بین ابعاد والدگری ذهن آگاهانه تنها بعد والدگری مبتنی بر پذیرش و درک، توانایی پیش بینی کیفیت رابطه مادر-دختر را دارد.

نتیجه گیری: خودکارآمدی والدینی و والدگری ذهن آگاهانه پیش بینی کننده های مثبتی برای کیفیت رابطه مادر-دختر هستند. ارتقای این مؤلفه ها از طریق آموزش می تواند به بهبود رابطه مادر-دختر و در نهایت بهبود سلامت روان نوجوانان منجر شود.

کلیدواژه ها: خودکارآمدی والدینی، والدگری ذهن آگاهانه، رابطه مادر-دختر، کیفیت رابطه والد-فرزند

## ۱. مقدمه

اولین پایه گذار شخصیت، ارزش ها و معیارهای فکری فرزندان، خانواده است. از این رو رابطه والدین با فرزندان نقش به سزایی در سلامت روان آنها دارد. رابطه والد-فرزندی و به طور ویژه رابطه مادر-فرزند و کیفیت زندگی خانواده اصلی اهمیت فراوانی دارد و به عنوان مبنایی برای سلامت فرزندان در نظر گرفته می شود (وارسته و همکاران، ۱۳۹۵)؛ بنابراین کیفیت تربیتی و نوع رابطه والد-فرزند مبنای تحول شناختی، اجتماعی و هیجانی آینده او را پایه گذاری می کند (لیپولد<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۶). امروزه پرورش و تربیت فرزندان موفق، یکی از دغدغه های خانواده ها و حتی متولیان حوزه ی تحول دوره ی نوجوانی است (سعادت و همکاران، ۱۳۹۹). والدین به عنوان اولین مسئولان تربیت، نقش ویژه ای در رشد و نمو موفقیت آمیز فرزندان خود دارند (هرمان<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۷). همچنین آنها با فرزندان شان تعامل اجتماعی برقرار می کنند، به آنها کمک می کنند تا عواطف، احساسات و اخلاقتان را تنظیم کرده و مبادلات بین فردی شان را مدیریت، نظارت و تعدیل کنند و روابط پایدار و معناداری را شکل دهند. آنها فرزندان شان را تشویق می کنند تا در محیط درگیر شده و وارد دنیای یادگیری شوند (لیپولد و همکاران، ۲۰۱۶)، آموزش می دهند، توصیف می کنند، الگو می دهند و فرصت هایی را برای مشاهده، تقلید و یادگیری فرزندان شان فراهم می کنند و محیط خانه، محیط های محلی و رسانه هایی را که فرزندان در معرض آنها هستند را سازمان دهی می کنند (بارنستین<sup>۳</sup>، ۲۰۱۳).

با بررسی خانواده در چرخه های زندگی خانوادگی نشان داده شده که با رسیدن فرزندان به بلوغ و نوجوانی، در نظام خانواده و خرده نظام هایش مشکلات و مسائل جدیدی پدیدار می شود و والدگری دشوارتر از دوره های تحولی قبل می شود (نولر و کالان<sup>۴</sup>، ۲۰۱۵)؛ به نقل از طهماسبیان و همکاران، ۱۳۹۷) از دلایل دشواری می توان به این مورد اشاره کرد که نوجوانی با طیف گسترده ای از رویدادهای زیستی متشکل از تغییرات جسمانی و هورمونی آغاز می شود و با دگرگونی های عمده در ساختار و عملکرد مغز همراه است (تان و مارتین<sup>۵</sup>، ۲۰۱۴) و باعث تحولات عقلی و پیشرفت های شناختی، تغییرات روانی و هیجانی و دگرگونی های اجتماعی و اخلاقی می شود (منصور، ۱۳۹۵).

طبق تحقیقات گوناگون، مشکلات حاکم بر روابط والد-فرزند، والدین را مستعد این مورد می کند که حالات خود سرزنشی و تردید نسبت به توانایی و خودکارآمدی شان پیدا کرده و این امر نقش مهمی در ابعاد مختلف تحول فرزندان دارد (آرمسترانگ<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۱۸). از این رو، تعامل والد-فرزند یک پدیده پیچیده و چندبعدی است و در اثر تعامل عوامل کلیدی متعددی از قبیل میزان دانش و مهارت والدگری، نگرش و میزان پذیرش والدین، نحوه ی مدیریت و کنترل رفتار، حس شایستگی اجتماعی و خوشتن داری، اعتماد به نفس و خوش فکری والدین در تربیت فرزند و ایجاد محیطی با حداقل تعارض، کیفیت روابط والد-فرزند و مراقبت عاطفی مادر از فرزند، شکل می گیرد (بایوگلو و اوزمت<sup>۷</sup>، ۲۰۱۴). درواقع کیفیت تعامل والد-فرزند به تأثیر نحوه برقراری ارتباط و نگرش نسبت به کودکان و ایجاد یک جو عاطفی توسط والدین تأکید می کند (شیرمن و دوملا<sup>۸</sup>، ۲۰۱۲). علاوه بر آن، درزمینه ی تربیت فرزندان و شیوه های والدگری، عوامل گوناگون روان شناختی، اجتماعی، خانوادگی و زیست شناختی درگیر هستند و در بین این ابعاد و عوامل، خودکارآمدی والدینی از اهمیت ویژه ای برخوردار است (لیپولد و همکاران، ۲۰۱۶). احساس خودکارآمدی، نیازمند داشتن دانش و اطلاعات در زمینه ی روش های مؤثر مراقبت از فرزند و تعامل و برقراری ارتباط با فرزند است (رضایی و همکاران، ۱۳۹۶). خودکارآمدی والدینی به قضاوت و

<sup>۱</sup>. Lippold<sup>۲</sup>. Heerman<sup>۳</sup>. Bornstein<sup>۴</sup>. Noller & Callan<sup>۵</sup>. Tan & Martin<sup>۶</sup>. Armstrong<sup>۷</sup>. Bayoglu, & Ozmete<sup>۸</sup>. Shearman, & Dumlaio

احساس والدین از توانایی هایشان برای انجام وظایف والدینی گفته می شود (پنل<sup>۹</sup> و همکاران، ۲۰۱۲) و عامل بسیار مهمی در میزان سازش یافتگی، پذیرش و اظهار صمیمیت در برقراری ارتباط با فرزند است (یانگ<sup>۱۰</sup>، ۲۰۱۱).

با توجه به اهمیت دوران نوجوانی و تأثیر والدین در حیطه های تربیتی، اجتماعی و شناختی نوجوان و اینکه بخش عمده ای از شخصیت افراد و نوع زندگی آن ها در بزرگسالی ناشی از خانواده اصلی آن ها است (ایروین<sup>۱۱</sup>، ۲۰۱۵)، لزوم کیفیت خوب رابطه ی والد-نوجوان در این سنین احساس می شود. والدگری ذهن آگاهانه موجب می شود تا والدین واکنش های زود هنگام و نسنجیده انجام ندهند و بهتر بتوانند با هیجانات ناخوشایند ناشی از والدگری شان مقابله کنند (لاریسا و همکاران، ۲۰۰۹) و از آنجاکه دوره نوجوانی با سطح وسیعی از هیجانات مختلف در ارتباط است، می تواند روی افزایش آگاهی و هوشیاری والدین نسبت به این دوره ی حساس کمک کند. طبق سوابق پژوهشی بین فرزند پروری ذهن آگاهانه و کیفیت رابطه مادر و فرزند وجود دارد (دانکن و همکاران، ۲۰۰۹). همچنین خودکارآمدی والدینی بر نحوه تعامل والد - فرزند، شیوه انضباطی والد و میزان حساسیت و پاسخگویی والد به فرزند تأثیر می گذارد (کوترونزو<sup>۱۲</sup>، ۲۰۰۶). به علاوه پژوهش ها نشان داده اند که مادران، تمایل بیشتری برای بر دوش کشیدن بار والدینی از جمله مراقبت های بیشتر، فشار والدینی بیشتر و حمایت عاطفی از فرزندانشان نشان می دهند (رشکم و میکلاژک<sup>۱۳</sup>، ۲۰۲۰) بنابراین پژوهش حاضر، به تعیین تأثیر والدگری ذهن آگاهانه و خودکارآمدی والدینی بر کیفیت رابطه مادر-دختر مادران دارای دختر نوجوان شهر اصفهان می پردازد.

## ۱-۱. فرضیه های پژوهش

### فرضیه کلی

۱. والدگری ذهن آگاهانه و خودکارآمدی والدینی توانایی پیش بینی کیفیت رابطه مادر- دختر مادران دارای دختر نوجوان شهر اصفهان را دارند.

### فرضیه های جزئی

۲. مؤلفه های والدگری ذهن آگاهانه توانایی پیش بینی کیفیت رابطه مادر- دختر مادران دارای دختر نوجوان شهر اصفهان را دارد.

۳. خودکارآمدی والدینی توانایی پیش بینی کیفیت رابطه مادر- دختر مادران دارای دختر نوجوان شهر اصفهان را دارد.

## ۲. پیشینه پژوهش

هاشمی و همکاران (۱۴۰۱)، پژوهشی با عنوان "ارتباط ذهن آگاهی و خودکارآمدی مادران با تعاملات والد- فرزند کودکان دبستانی در دوره قرنطینه خانگی ناشی از کرونا ویروس" انجام دادند. طرح پژوهشی توصیفی و از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی مادران دارای کودک ۶-۱۲ ساله شهر رشت در زمستان سال ۱۳۹۹ بود که از میان آن ها با روش نمونه گیری در دسترس تعداد ۲۰۵ نفر انتخاب گردیده و مقیاس ذهن آگاهی فرایبورگ (FMI-SF)، مقیاس خودکارآمدی والدگری دومکا (PSAM) و مقیاس

<sup>۹</sup>. Pennellz

<sup>۱۰</sup>. Young

<sup>۱۱</sup>. Irwin

<sup>۱۲</sup>. Cotrunzo

<sup>۱۳</sup>. Roskam & Mikolajczak

رابطه مادر- کودک (MCRE) را تکمیل کردند. داده ها با کمک نرم افزار SPSS ۲۴ و با استفاده از روش ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون گام به گام تحلیل گردید. نتایج حاصل از پژوهش نشان داد بین ذهن آگاهی والدین با رابطه مادر و فرزند رابطه مثبت معنادار وجود دارد ( $p < 0/01$ ) و همچنین در ادامه تحلیل نشان داد که بین خودکارآمدی والدین با رابطه مادر و فرزند رابطه مثبت و معنادار وجود دارد ( $p < 0/01$ ). در نهایت تحلیل داده های موجود نشان داد که ذهن آگاهی و خودکارآمدی والدین نقش معناداری در تبیین رابطه مادر و فرزند دارند.

اقارب پرست (۱۴۰۰)، در پژوهشی به بررسی نقش میانجی گری خودکارآمدی والدینی میان تنظیم هیجانی و ناگویی هیجانی با ارتباط والد کودک در زنان مجرد دارای فرزند ۳ تا ۱۶ ساله پرداخت. در این پژوهش از ۲۰۰ نفر مادر مجرد با نمونه گیری در دسترس استفاده شد و پس از انجام پرسشنامه های مربوطه، از روش های آماری همبستگی رگرسیون و تحلیل مسیر برای تحلیل نتایج استفاده شد. نتایج نشان داد که خودکارآمدی والدینی با ارتباط والد-کودک و با تنظیم هیجانی رابطه ای معنادار و مستقیم و با ناگویی هیجانی رابطه معنادار و غیرمستقیم دارد. طبق نتایج به دست آمده می توان گفت که خودکارآمدی والدینی میان تنظیم هیجان و ناگویی هیجان با ارتباط والد کودک نقش میانجیگری دارد.

هدف پژوهش آقاجانی (۱۴۰۰)، تعیین نقش مهارت های ارتباطی تاب آوری و خودکارآمدی والدینی در تبیین تعارضات والد-فرزندی دختران نوجوان بود. جامعه آماری پژوهش را کلیه دانش آموزان دختر مقطع اول متوسطه شهرستان آستان اشریفیه و والدین آنها تشکیل دادند. حجم نمونه ۳۶۱ نفر بود که از روش نمونه گیری خوشه ای انتخاب شدند. تحلیل داده ها با استفاده از روش ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون گام به گام انجام شد. نتایج نشان داد بین خودکارآمدی والدینی با تعارض های والد-فرزندی همبستگی معناداری وجود دارد. همچنین نشان داده شد که مهارت های ارتباطی، تاب آوری و خودکارآمدی والدینی قادر هستند تا ۴۸ درصد از واریانس تعارض های بین والد و فرزند را پیش بینی نمایند.

اسلمی و پرونده در سال ۱۳۹۹ پژوهشی را به عنوان بررسی تأثیر مداخله ذهن آگاهی مبتنی بر کاهش استرس بر سازگاری زناشویی کیفیت رابطه والد فرزند و شفقت ورزی به خود در کارکنان زن دانشگاه شیراز انجام دادند. جامعه مورد مطالعه، تمامی کارکنان زن دانشگاه شیراز بودند که ۴۰ نفر با روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شده و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند. گروه آزمایش برنامه ذهن آگاهی مبتنی بر کاهش استرس را در ۸ جلسه دریافت کرد در حالی که گروه کنترل هیچ آموزشی نداشتند. در مقیاس رابطه والد فرزند این مداخله بر زیرمقیاس وابستگی و تعارض تأثیر معناداری داشت.

اوریل ماز و همکاران (۲۰۲۳) به بررسی تأثیر ذهن آگاهی بر روابط مادر- فرزند و بهزیستی مادرانه در دوران قرنطینه کووید-۱۹ در اسرائیل پرداختند. محققان بر این باور بودند که دوران قرنطینه روابط مادر-فرزند و بهزیستی مادران را کاهش می دهد. ۱۰۹ مادر دارای فرزند (با میانگین ۸/۵ سال) در دوران قرنطینه به صورت آنلاین به پرسشنامه های ذهن آگاهی بین فردی، تمرکز دایی، رابطه والد-فرزند و بهزیستی (شامل عواطف مثبت و منفی و رضایت از زندگی) پاسخ دادند. سپس به صورت تصادفی به دو گروه تقسیم شدند. بعد از دو هفته مداخله ذهن آگاهی روزانه، مجدداً به پرسشنامه ها پاسخ دادند. نتایج نشان داد با افزایش ذهن آگاهی و تمرکز دایی، کیفیت رابطه والد-فرزند افزایش یافته است. یافته ها نشان می دهد که همان طور که بحران ها می توانند تهدیدی برای رابطه مادر-فرزند باشند، می توانند فرصت مفیدی هم فراهم کنند.

هوانگ و همکاران در سال ۲۰۲۳ پژوهشی با عنوان والدگری ذهن آگاهانه و رابطه صمیمی بین مادر- نوجوان چینی انجام دادند. هدف پژوهش آنها بررسی تأثیر نحوه والدگری ذهن آگاهانه بر پویایی روابط روزمره مادر و نوجوان، ارزیابی رابطه بین والدگری ذهن آگاهانه و صمیمیت مادر و نوجوان و نقش میانجی خود افشایی نوجوان بود. در مجموع ۷۶ مادر و نوجوان پرسشنامه های مربوطه را پاسخ دادند. والدگری ذهن آگاهانه به طور چشمگیری صمیمیت ادراک شده از سمت مادر و نوجوان را پیش بینی می کند. یافته ها شواهدی را ارائه

می دهد که والدگری ذهن آگاهانه به عنوان منبعی برای تسهیل صمیمیت مادر و نوجوان و پویایی روابط مادر- نوجوان در اوایل نوجوانی است.

برائینگ و برنت در سال ۲۰۲۲ پژوهشی مروری با عنوان والدگری ذهن آگاهانه: ذهن آگاهی و رابطه والد-فرزند به چاپ رساندند. برای انجام این پژوهش، یک جستجوی متنی انتخابی و غیر سیستماتیک در پایگاه های اطلاعاتی پژوهشی و یک جستجوی آزاد اضافی باید یک نمای کلی اولیه با جستجوی عبارت والدگری ذهن آگاهانه انجام شد. سؤال اصلی تحقیق باید به تأثیرات ذهن آگاهی بر والدین و/یا فرزندان مربوط می شد. دوره ی تحقیق از ژانویه ۲۰۰۵ تا دسامبر ۲۰۱۹ بود. پس از انجام تحقیقات لازم در نهایت ۳۳ پژوهش انتخاب شد. در این پژوهش مزایای بالقوه ذهن آگاهی برای رابطه والد-کودک با (۱) خلاصه کردن یافته ها در مورد تأثیر مداخلات مبتنی بر ذهن آگاهی، (۲) ارائه انتقال مفهومی به رفتار والدینی به معنای والدگری ذهن آگاهانه و (۳) مروری بر تحقیقات موجود در مورد اثربخشی فرزند پروری آگاهانه و کاربرد آن در برنامه های فرزند پروری ارائه شده است. در نهایت، نتایج حاکی از تأثیر مثبت ذهن آگاهی بر والدین و فرزندان است. گنجاندن ذهن آگاهی در نحوه تعامل والدین با فرزندانشان می تواند به بهبود خودتنظیمی و حساسیت والدین کمک کند. مفهوم والدگری ذهن آگاهانه می تواند با درک و پذیرش دوسویه (با اشاره به والد و کودک) تأثیراتی را به رابطه والد-کودک وارد می کند.

### ۳. روش پژوهش

پژوهش حاضر به منظور پیش بینی کیفیت رابطه مادر-دختر بر اساس خودکارآمدی والدینی و والدگری ذهن آگاهانه انجام شده است. این پژوهش از نوع کاربردی است؛ چراکه هدف آن استفاده از یافته ها برای بهبود شرایط خانواده ها است. همچنین از منظر بررسی متغیرها، روش پژوهش توصیفی-همبستگی است زیرا به مطالعه رابطه میان متغیرهای پژوهش پرداخته است.

جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی مادران دانش آموزان دختر دوره اول متوسطه شهر اصفهان در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۳ است که تعداد آنها حدود ۴۰ هزار نفر برآورد شده است.

حجم نمونه با استفاده از جدول کرجسی و مورگان، ۳۸۰ نفر تعیین شد. روش نمونه گیری به صورت خوشه ای چندمرحله ای انجام شد. برای این منظور:

۱. از میان نواحی پنج گانه آموزش و پرورش شهر اصفهان، ۲۵ مدرسه دخترانه دوره اول متوسطه به صورت تصادفی انتخاب شدند.
۲. مدیریت این مدارس لینک پرسشنامه را در گروه های والدین کلاس های منتخب قرار داد تا مادران داوطلب که معیارهای ورود به پژوهش را دارا بودند، به پرسشنامه ها پاسخ دهند. پرسشنامه ها به صورت الکترونیکی و از طریق Google Form تهیه و ارسال شدند.

معیارهای ورود:

- حداقل سواد خواندن برای پاسخ گویی به سوالات پرسشنامه.
- داشتن دختر نوجوان در دوره اول متوسطه.
- زندگی مشترک مادر با فرزند (در صورت فوت پدر یا جدایی، زندگی با دختر).

معیارهای خروج:

- عدم زندگی مشترک مادر با دختر.
- عدم تکمیل پرسشنامه ها به صورت کامل.

ابزار جمع آوری داده ها

برای گردآوری اطلاعات از ابزارهای زیر استفاده شد:

- پرسشنامه کیفیت رابطه والد-فرزند<sup>۱۴</sup> پیانتا<sup>۱۵</sup> (CPRS): این پرسشنامه ۳۳ سوال دارد و جنبه های مختلف رابطه والدین و فرزندان از جمله تعارض، صمیمیت، وابستگی و رابطه مثبت کلی را ارزیابی می کند. پایایی این پرسشنامه در پژوهش های داخلی و خارجی تأیید شده است.
- پرسشنامه خودکارآمدی والدینی<sup>۱۶</sup> دومکا<sup>۱۷</sup> (PSAM): این پرسشنامه حس خودکارآمدی والدین در تربیت و مدیریت نقش های والدگری را با ۱۰ سوال ارزیابی می کند. این ابزار دارای طیف لیکرت ۷ نمره ای از "به ندرت" تا "همیشه" است و پایایی مطلوبی دارد.
- پرسشنامه فرزند پروری ذهن آگاهانه<sup>۱۸</sup> (MIPQ): این پرسشنامه ۲۸ سوال دارد و عواملی همچون تربیت ذهن آگاهانه و حضور در لحظه با کودک را ارزیابی می کند. در پژوهش های متعدد، روایی و پایایی این پرسشنامه تأیید شده است.

روش تجزیه و تحلیل داده ها

تجزیه و تحلیل داده ها در دو سطح انجام شد:

۱. سطح توصیفی: شامل محاسبه میانگین، انحراف معیار، توزیع فراوانی، و نمودارها.
۲. سطح استنباطی: از آزمون های آماری ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه هم زمان برای بررسی رابطه بین متغیرها و پیش بینی کیفیت رابطه مادر-دختر استفاده شد. تمامی تحلیل ها با استفاده از نرم افزار SPSS ۲۴ انجام شد.

#### ۴. یافته ها

در این بخش یافته های پژوهش در قالب دو قسمت یافته های توصیفی و یافته های استنباطی ارائه شده است. در قسمت یافته های توصیفی، شاخص های آماری نمونه مورد مطالعه از قبیل فراوانی، میانگین و انحراف معیار مطرح شده اند. در بخش یافته های استنباطی که باهدف بررسی فرضیه های پژوهش انجام شده است، با استفاده از تحلیل رگرسیون تصمیم گیری در خصوص پذیرش یا رد فرضیه های پژوهش صورت گرفته است.

<sup>۱۴</sup>. Child-Parent Relationship Scale (CPRS)

<sup>۱۵</sup>. Pianta

<sup>۱۶</sup>. Parental Self-Agency Measure (PSAM)

<sup>۱۷</sup>. Dumka

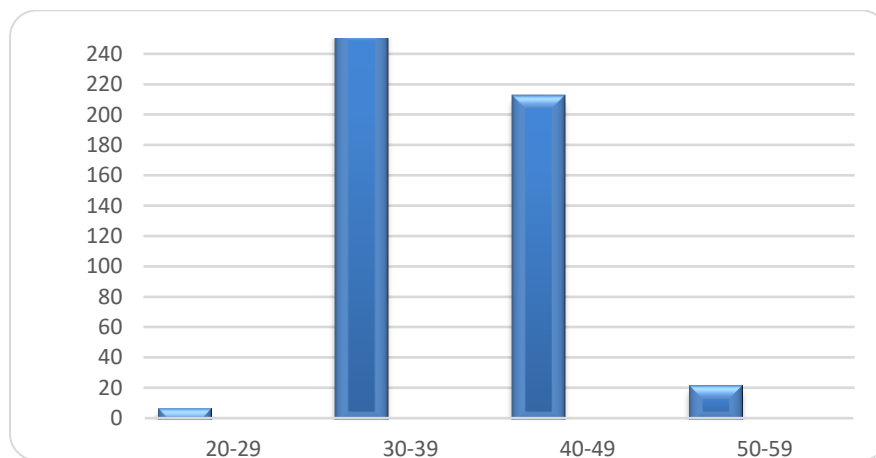
<sup>۱۸</sup>. Mindfulness In Parenting Questionnaire (MIPQ)

#### ۴-۱. یافته های توصیفی

جدول ۱. توزیع سنی آزمودنی ها

سن	فراوانی	درصد فراوانی	درصد فراوانی تجمعی
۲۰-۲۹ سال	۲	۰/۵	۰/۵
۳۰-۳۹ سال	۱۵۳	۴۰/۳	۴۰/۸
۴۰-۴۹ سال	۲۰۸	۵۴/۷	۹۵/۵
۵۰-۵۹ سال	۱۷	۴/۵	۱۰۰
کل	۳۸۰	۱۰۰	

اطلاعات جدول فوق نشان می دهد که ۵۴/۷ درصد از نمونه مورد مطالعه در رده سنی ۴۰-۴۹ سالگی، ۴۰/۳ درصد در رده سنی ۳۰-۳۹ سالگی، ۴/۵ درصد در رده ۵۰-۵۹ سالگی و ۰/۵ درصد نیز در رده سنی ۲۰-۲۹ سالگی قرار داشتند. نمودار این توزیع فراوانی در شکل ۱-۴ ارائه شده است.



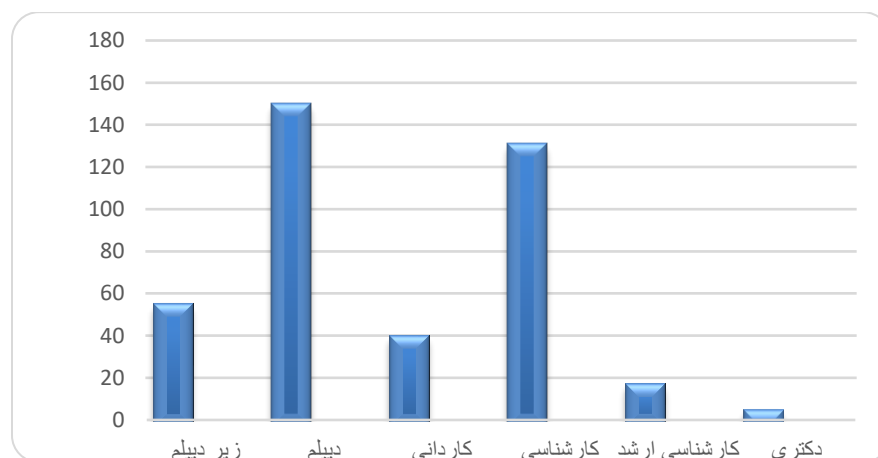
شکل ۱. نمودار میله ای توزیع فراوانی سن

جدول ۲. توزیع فراوانی تحصیلات آزمودنی ها

تحصیلات	فراوانی	درصد فراوانی	درصد فراوانی تجمعی
زیر دیپلم	۵۲	۱۳/۷	۱۳/۷
دیپلم	۱۴۷	۳۸/۷	۵۲/۴

۶۲/۱	۹/۷	۳۷	کاردانی
۹۵/۸	۳۳/۷	۱۲۸	کارشناسی
۹۹/۵	۳/۷	۱۴	ارشد
۱۰۰	۰/۵	۲	دکتری
	۱۰۰	۳۸۰	کل

بر اساس اطلاعات جدول ۲ ملاحظه می گردد که ۳۸/۷ درصد افراد دارای تحصیلات دیپلم، ۳۳/۷ درصد کارشناسی، ۱۳/۷ درصد زیر دیپلم، ۹/۷ درصد کاردانی، ۳/۷ درصد کارشناسی ارشد و ۰/۵ درصد دکتری، بودند. نمودار این توزیع فراوانی در شکل ۲-۴ ارائه شده است.



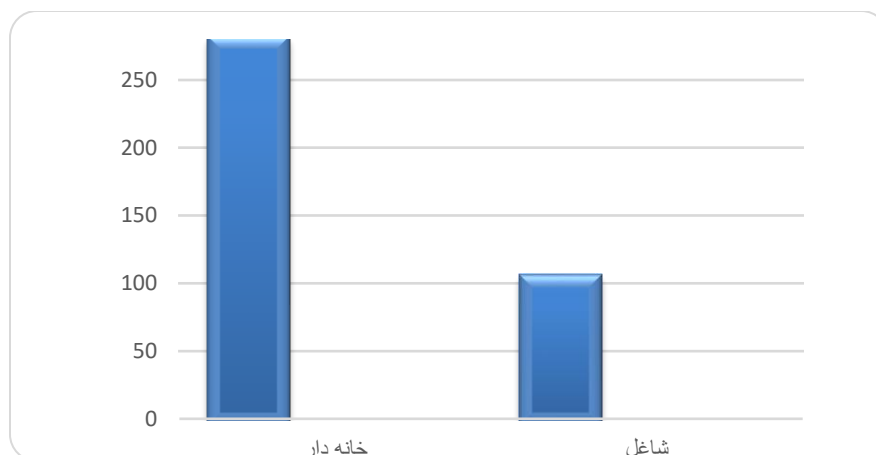
شکل ۲. نمودار میله ای توزیع فراوانی تحصیلات

جدول ۳. توزیع فراوانی وضعیت اشتغال

درصد فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی	شغل
۷۳/۲	۷۳/۲	۲۷۸	خانه دار
۱۰۰	۲۶/۸	۱۰۲	شاغل
-	۱۰۰	۳۸۰	کل

بر اساس جدول ۳ بیشترین افراد، شامل ۷۳/۲ درصد خانه دار بودند. نمودار میله ای این توزیع فراوانی در شکل ۳-۴ نشان داده شده است.



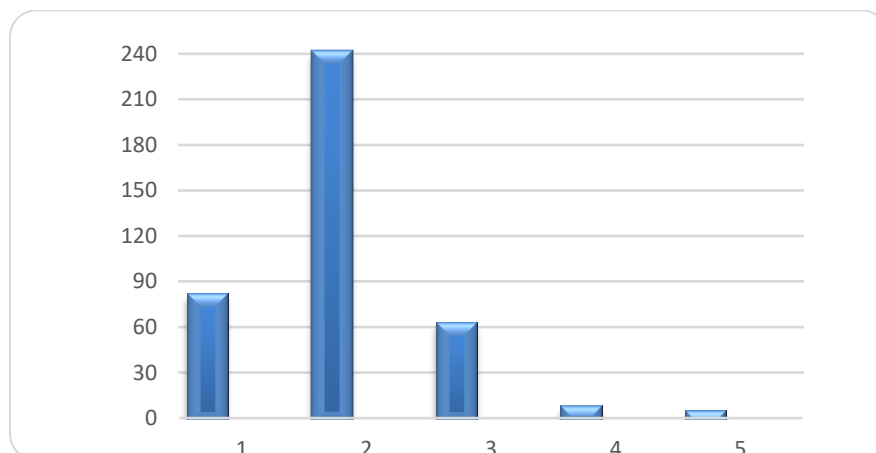


شکل ۳. نمودار میله ای توزیع فراوانی وضعیت اشتغال آزمودنی ها

جدول ۴. توزیع فراوانی تعداد فرزند آزمودنی ها

تعداد فرزند	فراوانی	درصد فراوانی	درصد فراوانی تجمعی
۱	۷۸	۲۰/۵	۲۰/۵
۲	۲۳۸	۶۲/۶	۸۳/۲
۳	۵۹	۱۵/۵	۹۸/۷
۴	۴	۱/۱	۹۹/۷
۵	۱	۰/۳	۱۰۰
کل	۳۸۰	۱۰۰	

اطلاعات مندرج در جدول ۴ نشان می دهد بیشترین فراوانی تعداد فرزند آزمودنی ها مربوط به ۲ فرزند است (۶۲/۶ درصد). پس از آن بیشتر افراد به ترتیب ۲۰/۵ و ۱۵/۵ درصد دارای ۱ و ۳ فرزند بودند. نمودار این توزیع در شکل ۴-۴ ارائه شده است.



شکل ۴. نمودار میله ای توزیع فراوانی تعداد فرزند آزمودنی ها

جدول ۵. میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش

متغیر	مؤلفه	میانگین	انحراف استاندارد	چولگی	کشیدگی	کمینه	بیشینه
ابعاد رابطه مادر-فرزند	خودکارآمدی والدین	۵۰/۸۷	۱۰/۳۶۲	-۰/۳۲۲	-۰/۴۳۳	۲۰	۷۰
	نزدیکی	۳۶/۷۲۴	۶/۷۰۶	-۰/۸۸۷	۰/۲۵۰	۱۵	۴۵
	وابستگی	۱۶/۷۰۸	۴/۴۵۶	۰/۱۷۵	-۰/۲۰۴	۶	۳۰
	تعارض	۴۳/۰۳۴	۱۳/۸۲۳	۰/۳۶۹	-۰/۶۷۹	۲۰	۷۹
	کل	۹۹/۱۱	۱۳/۳۲۹	۰/۴۲۰	-۰/۱۹۹	۶۷	۱۴۲
ابعاد والدگری و ذهن آگاهانه	فرزند پروری مبتنی بر هدف	۴۳/۰۳	۷/۱۰۰	-۰/۴۹۱	۰/۰۱۵	۲۰	۵۶
	پذیرش و درک همدلانه	۴۲/۶۹	۶/۸۸۲	-۰/۳۷۴	-۰/۰۱۳	۱۹	۵۶
	کل	۸۵/۷۱۸	۱۲/۹۲۳	-۰/۳۶۱	-۰/۰۰۱	۴۳	۱۱۲

جدول ۵ شاخص های توصیفی میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش را نشان می دهد. بر این اساس میانگین خودکارآمدی والدین ۵۰/۸۷، میانگین رابطه مادر-کودک ۹۹/۱۱ و میانگین والدگری ذهن آگاهانه ۸۵/۷۱۸ بوده است. میانگین و انحراف استاندارد ابعاد رابطه مادر-کودک و والدگری ذهن آگاهانه نیز در جدول ۵ ارائه شده است. با توجه به اینکه مقادیر چولگی و کشیدگی برای متغیرهای پژوهش در جدول بین ۲  $\pm$  قرار دارد، مشخص می گردد که توزیع داده ها دارای کجی و کشیدگی معنادار نیست.

## ۴-۲. یافته های استنباطی

بررسی فرضیه های تحقیق نیازمند استفاده از آزمون پارامتریک تحلیل رگرسیون است که دارای پیش فرض های نرمال بودن توزیع پراکندگی نمرات و خطی بودن رابطه متغیر پیش بین و ملاک می باشند (شیولسون<sup>۱۹</sup>، ۱۳۸۴، ص ۱۹۵). در ابتدا به بررسی این پیش فرض ها پرداخته شده است.

<sup>۱۹</sup>. Shavelson

نرمال بودن توزیع پراکندگی نمرات آزمودنی ها در متغیرهای مورد مطالعه یکی از پیش فرض های انجام آزمون های پارامتریک است. برای بررسی این پیش فرض در این پژوهش از آزمون کولموگروف - اسمیرنوف استفاده گردیده است که نتایج این آزمون در جدول شماره ۶ موجود است.

جدول ۶. نتایج آزمون کولموگروف- اسمیرنوف

متغیر	مؤلفه	آماره Z	سطح معناداری
خودکارآمدی والدین		۰/۰۷۷	$P > ۰/۰۵$
ابعاد رابطه مادر-فرزند	نزدیکی	۰/۱۱۴	$P > ۰/۰۵$
	وابستگی	۰/۰۵۵	$P > ۰/۰۵$
	تعارض	۰/۰۷۹	$P > ۰/۰۵$
	کل	۰/۰۷۱	$P > ۰/۰۵$
	فرزند پروری مبتنی بر هدف	۰/۰۶۱	$P > ۰/۰۵$
ابعاد والدگری ذهن آگاهانه	پذیرش و درک همدلانه	۰/۰۶۲	$P > ۰/۰۵$
	کل	۰/۰۴۵	$P > ۰/۰۵$

با توجه به نتایج جدول شماره ۶ که در آن مقدار آماره Z و سطح معناداری مشخص است، از آنجایی که مقدار آماره Z برای همه متغیرهای پژوهش معنادار نمی باشد ( $P > ۰/۰۵$ )، می توان نتیجه گرفت که توزیع نمرات متغیرها (به غیر از متغیر والدگری ذهن آگاهانه) نرمال است و پیش فرض نرمال بودن توزیع نمرات متغیرها رعایت گردیده است.

**خطی بودن رابطه دو متغیر** بدین معناست که هرگاه تمامی متغیرهای مستقل دیگر ثابت نگه داشته شوند، رابطه بین متغیر وابسته (ملاک) و یک متغیر مستقل (پیش بین) در جامعه خطی است، یعنی با افزایش یا کاهش یکی از دو متغیر، متغیر دیگر افزایش یا کاهش می یابد. به عبارتی فرض می کنیم که در جامعه، خط رگرسیون متغیر وابسته از روی متغیر مستقل یک خط مستقیم است. این فرض برای تک تک متغیرهای پژوهش بررسی شد. برای اینکه رابطه خطی باشد، لازم است، احتمال مقدار F در عامل خطی بودن، از ۰/۰۵ بیشتر نباشد. در جدول بعدی نتایج حاصل از آزمون خطی بودن رابطه ی متغیرهای مستقل و وابسته گزارش شده است.

جدول ۷. نتیجه ی آزمون خطی بودن رابطه متغیرهای پیش بین با رابطه مادر-فرزند

متغیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آماره F	سطح معناداری
والدگری ذهن آگاهانه	۴۱۸۶/۸۳۰	۱	۴۱۸۶/۸۳۰	۲۴/۸۱۳	۰/۰۰۰
فرزند پروری مبتنی بر هدف	۳۱۸۹/۸۳۳	۱	۳۱۸۹/۸۳۳	۱۸/۳۰۳	۰/۰۰۰

فرزند پروری مبتنی بر پذیرش و درک	۳۹۹۷/۷۸۹	۱	۳۹۹۷/۷۸۹	۱۲۷/۱۲۳	۰/۰۰۰
خودکارآمدی	۱۲۳۸۵/۹۱۰	۱	۱۲۳۸۵/۹۱۰	۸۷/۴۱۲	۰/۰۰۰

با توجه به اینکه در جدول ۷ احتمال مقدار F در عامل خطی بودن، از ۰/۰۵ بیشتر نشده است، بنابراین می توان نتیجه گرفت که بین متغیرهای مستقل و متغیر وابسته رابطه خطی وجود دارد.

### ۳-۴. بررسی فرضیه ها

#### ۳-۴-۱. فرضیه اصلی

والدگری ذهن آگاهانه و خودکارآمدی والدینی توانایی پیش بینی کیفیت رابطه مادر- دختر مادران دارای دختر نوجوان شهر اصفهان را دارند.

برای بررسی این فرضیه از تحلیل رگرسیون چندگانه هم زمان استفاده کرده ایم.

جدول ۸. خلاصه نتیجه معادله رگرسیون چندگانه هم زمان با متغیر ملاک رابطه مادر-فرزند

متغیر وارد شده به معادله	ضریب همبستگی (R)	ضریب تعیین (R <sup>۲</sup> )	F	سطح معناداری
ثابت				
خودکارآمدی والدینی	۰/۴۱۷	۰/۱۷۴	۳۹/۷۲۰	۰/۰۰۰
والدگری ذهن آگاهانه				

در جدول ۸ مقدار R همبستگی بین متغیرهای پیش بین با متغیر ملاک را نشان می دهد و R<sup>۲</sup> مقدار ضریب تعیین یا به عبارتی مقدار واریانس از متغیر ملاک است که توسط متغیرهای پیش بین تبیین می شود. با توجه به این توضیحات، متغیرهای والدگری ذهن آگاهانه وارد معادله گردیده اند و مقدار همبستگی آن ها با متغیر رابطه والد-فرزند ۰/۴۱۷ است و ۱۷/۴ درصد از تغییرات رابطه والد-فرزند را تبیین می نمایند. بر اساس آماره F و سطح معناداری آن در جدول فوق که به این سؤال پاسخ می دهد که آیا مقدار واریانس تبیین شده توسط متغیرهای پیش بین به لحاظ آماری معنادار است یا خیر، ملاحظه می گردد که با توجه به مقدار آن ( $F = 39/720$ ) که در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنادار است، میزان ضرایب همبستگی چندگانه و ضریب تبیین به دست آمده معنادار می باشند.

برای مشخص شدن تأثیر هر یک از متغیرهای وارد شده به معادله رگرسیونی بر متغیر رابطه مادر-فرزند به جدول شماره ۹ مراجعه می کنیم.

جدول ۹. ضرایب رگرسیونی استاندارد و غیراستاندارد متغیرهای پیش‌بین

تولرانس	سطح معناداری	آماره T	ضرایب استاندارد		ضرایب غیراستاندارد	
			$\beta$	خطای استاندارد	B	
-	۰/۰۰۰	۱۷/۷۴۳	-	۵/۴۳۳	۹۶/۳۹۷	ثابت
۰/۹۹۰	۰/۰۰۰	۷/۱۴۶	۰/۳۳۶	۰/۰۹۸	۰/۷۰۱	خودکارآمدی والدینی
۰/۹۹۰	۰/۰۰۰	۶/۰۲۵	۰/۲۸۳	۰/۰۴۹	۰/۲۹۲	والدگری آگاهانه

بر اساس اطلاعات جدول ۹ و مقدار آماره t و سطح معناداری آن، ملاحظه می‌گردد، از بین متغیرهای وارد شده به معادله رگرسیونی خودکارآمدی والدینی، والدگری ذهن آگاهانه تأثیر معناداری در پیش‌بینی رابطه مادر-فرزند دارد. بر اساس مقدار ضریب استاندارد  $\beta$  ملاحظه می‌شود که تأثیر خودکارآمدی والدینی و درک و والدگری ذهن آگاهانه در پیش‌بینی رابطه مادر-دختر مثبت و به ترتیب برابر ۰/۳۳۶، ۰/۲۸۳ است. مقدار  $\beta$  برای این متغیرها نشان می‌دهد که در صورت ثابت بودن سایر شرایط با افزایش یک واحد خودکارآمدی و والدگری ذهن آگاهانه به ترتیب به اندازه ۰/۷۰۱، ۰/۲۹۲ واحد افزایش در نمره رابطه مادر-دختر خواهیم داشت. مقدار تولرانس در جدول فوق نیز میزان هم خطی بین متغیرهای پیش‌بین را مورد بررسی قرار می‌دهد که با توجه به مقدار آن برای متغیرها، ملاحظه می‌گردد میزان هم خطی کمتر از آن است که نتایج را تحت تأثیر قرار دهد.

با توجه به این نتایج در پاسخ به فرضیه تحقیق که بیان می‌کند " والدگری ذهن آگاهانه و خودکارآمدی والدینی توانایی پیش‌بینی کیفیت رابطه مادر- دختر مادران دارای دختر نوجوان شهر اصفهان را دارند " می‌توان بیان نمود که خودکارآمدی والدینی و والدگری ذهن آگاهانه پیش‌بینی کننده‌های مثبت رابطه مادر-دختر می‌باشند.

#### ۴-۳-۲. فرضیه فرعی ۱

مؤلفه‌های والدگری ذهن آگاهانه توانایی پیش‌بینی کیفیت رابطه مادر- دختر مادران دارای دختر نوجوان شهر اصفهان را دارد. برای بررسی این فرضیه از تحلیل رگرسیون چندگانه هم‌زمان استفاده کرده‌ایم.

جدول ۱۰. خلاصه نتیجه معادله رگرسیون چندگانه هم‌زمان با متغیر ملاک رابطه مادر-فرزند

متغیر وارد شده به معادله	ضریب همبستگی (R)	ضریب تعیین ( $R^2$ )	F	سطح معناداری
والدگری مبتنی بر هدف	۰/۲۵۲	۰/۰۶۳	۱۲/۷۷۱	۰/۰۰۰
والدگری مبتنی بر پذیرش				

در جدول ۱۰ مقدار  $R$  همبستگی بین متغیرهای پیش‌بین با متغیر ملاک را نشان می‌دهد و  $R^2$  مقدار ضریب تعیین یا به عبارتی مقدار واریانس از متغیر ملاک است که توسط متغیرهای پیش‌بین تبیین می‌شود. با توجه به این توضیحات، متغیرهای والدگری ذهن آگاهانه وارد معادله گردیده‌اند و مقدار همبستگی آن‌ها با متغیر رابطه والد-فرزند  $0/252$  است و  $6/3$  درصد از تغییرات رابطه والد-فرزند را تبیین می‌نمایند. بر اساس آماره  $F$  و سطح معناداری آن در جدول فوق که به این سؤال پاسخ می‌دهد که آیا مقدار واریانس تبیین شده توسط متغیرهای پیش‌بین به لحاظ آماری معنادار است یا خیر، ملاحظه می‌گردد که با توجه به مقدار آن ( $F = 12/771$ ) که در سطح اطمینان  $0/99$  معنادار است، میزان ضرایب همبستگی چندگانه و ضریب تبیین به دست آمده معنادار می‌باشند.

برای مشخص شدن تأثیر هر یک از متغیرهای وارد شده به معادله رگرسیونی بر متغیر رابطه مادر-فرزند به جدول شماره ۱۱ مراجعه می‌کنیم.

جدول ۱۱. ضرایب رگرسیونی استاندارد و غیراستاندارد متغیرهای پیش‌بین

تولرانس	سطح معناداری	آماره T	ضرایب استاندارد		ضرایب غیراستاندارد	
			$\beta$	خطای استاندارد	B	
	-	27/195	-	4/459	12/264	ثابت
	0/000				1	
						فرزند پروری
0/498	0/201	-1/281	-0/090	0/133	-0/170	مبتنی بر هدف
						فرزند پروری
0/498	0/011	2/544	0/180	0/137	0/348	مبتنی بر پذیرش و درک

بر اساس اطلاعات جدول ۱۱ و مقدار آماره  $t$  و سطح معناداری آن، ملاحظه می‌گردد که با ورود فرزند پروری ذهن آگاهانه و ابعاد آن، از بین متغیرهای وارد شده به معادله رگرسیونی تنها فرزند پروری مبتنی بر پذیرش و درک تأثیر معناداری در پیش‌بینی رابطه مادر-فرزند دارد و کل رابطه از معادله بیرون گذاشته شده است. بر اساس مقدار ضریب استاندارد  $\beta$  ملاحظه می‌شود که تأثیر فرزند پروری مبتنی بر پذیرش و درک در پیش‌بینی رابطه مادر-دختر مثبت و برابر  $0/180$  است. مقدار  $\beta$  برای این متغیرها نشان می‌دهد که در صورت ثابت بودن سایر شرایط با افزایش یک واحد پذیرش و درک به ترتیب به اندازه  $0/180$  واحد افزایش در نمره رابطه مادر-دختر خواهیم داشت. مقدار تولرانس در جدول فوق نیز میزان هم خطی بین متغیرهای پیش‌بین را مورد بررسی قرار می‌دهد که با توجه به مقدار آن برای متغیرها، ملاحظه می‌گردد میزان هم خطی کمتر از آن است که نتایج را تحت تأثیر قرار دهد.

با توجه به این نتایج در پاسخ به فرضیه تحقیق که بیان می‌کند "مؤلفه‌های والدگری ذهن آگاهانه توانایی پیش‌بینی کیفیت رابطه مادر-دختر مادران دارای دختر نوجوان شهر اصفهان را دارد" می‌توان بیان نمود که والدگری مبتنی بر پذیرش و درک پیش‌بینی کننده‌های مثبت رابطه مادر-دختر است.

#### ۴-۳. فرضیه فرعی ۲

خودکارآمدی والدینی توانایی پیش بینی کیفیت رابطه مادر- دختر مادران دارای دختر نوجوان شهر اصفهان را دارد. برای بررسی این فرضیه از آزمون همبستگی استفاده می کنیم.

جدول ۱۲. همبستگی بین رابطه مادر-دختر با خود کارآمدی والدینی

متغیر	r (همبستگی)	p (معنی داری)
خودکارآمدی والدینی	۰/۴۲۹	۰/۰۰۰

بر اساس نتیجه جدول ۱۲ بین خودکارآمدی والدینی و رابطه مادر-دختر ارتباط معناداری وجود دارد. با توجه به این نتایج در پاسخ به فرضیه تحقیق که بیان می کند " خودکارآمدی والدینی توانایی پیش بینی کیفیت رابطه مادر- دختر مادران دارای دختر نوجوان شهر اصفهان را دارد " می توان بیان نمود که خودکارآمدی والدینی ارتباط مثبتی با رابطه مادر-دختر دارد.

جدول ۱۳. نتیجه مدل رگرسیون پیش بینی رابطه مادر-دختر بر اساس خودکارآمدی والدینی

مؤلفه ها	B	SE	$\beta$	T	P	R	R <sup>2</sup>	F	P
ثابت	۱۲۷/۱۷۱	۳/۱۰۲	-	۴۰/۹۹۰	۰/۰۰۰				
خودکارآمدی	۰/۵۵۲	۰/۰۶۰	۰/۴۲۹	۹/۲۳۱	۰/۰۰۰	۰/۴۲۹	۱۸/۴	۸۵/۲۰۵	۰/۰۰۰

چنان که در جدول ۱۳ مشاهده می شود، متغیر خودکارآمدی والدینی ( $b=0/552$ ,  $t=9/231$  و  $p<0/01$ )، پیش بینی معناداری از رابطه مادر-دختر، ارائه می دهند. همچنین چنانچه دیده می شود  $18/4$  درصد تغییرات رابطه مادر-دختر با استفاده از خودکارآمدی والدینی قابل تبیین است. این مدل پیش بینی معنادار است ( $p<0/01$ ).

## ۵. بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف پیش بینی کیفیت رابطه مادر-دختر بر اساس خودکارآمدی والدینی و والدگری ذهن آگاهانه طراحی و اجرا شد. یافته های پژوهش نشان داد که خودکارآمدی والدینی و والدگری ذهن آگاهانه، هر دو، پیش بینی کننده های مثبت و معنادار کیفیت رابطه مادر-دختر هستند. در این میان، تأثیر خودکارآمدی والدینی بر کیفیت رابطه مادر-دختر قوی تر از والدگری ذهن آگاهانه بود، که این

موضوع اهمیت باورهای مادران در توانایی مدیریت نقش‌های والدگری را بیشتر نمایان می‌کند. علاوه بر این، از میان ابعاد والدگری ذهن آگاهانه، تنها مؤلفه‌ی پذیرش و درک توانایی پیش‌بینی کیفیت رابطه مادر-دختر را داشت. این یافته نقش کلیدی نگرش‌های غیرقضاوتی و همدلانه مادر در ایجاد روابط سالم‌تر را تأیید می‌کند.

نتایج نشان داد که میزان همبستگی چندگانه بین متغیرهای پیش‌بین و کیفیت رابطه مادر-دختر برابر با ۰.۴۱۷ بود و این متغیرها توانستند ۱۷.۴ درصد از تغییرات کیفیت رابطه مادر-دختر را تبیین کنند. این درصد اگرچه نسبی است، اما نشان می‌دهد که عواملی مانند خودکارآمدی والدینی و والدگری ذهن آگاهانه تنها بخشی از این رابطه را توضیح می‌دهند و دخالت متغیرهای دیگر مانند سبک‌های دلبستگی، شرایط اجتماعی-اقتصادی و وضعیت روان‌شناختی والدین، ممکن است تأثیر بیشتری بر این رابطه داشته باشد. این موضوع ضرورت مطالعات تکمیلی آینده را برای شناخت ابعاد دیگر این رابطه برجسته می‌سازد.

توجه به تأثیر خودکارآمدی والدینی در این پژوهش، با مطالعاتی نظیر تحقیقات آقاجانی (۱۴۰۰) و هاشمی و همکاران (۱۴۰۱) همسو است. این مطالعات نیز تأیید کرده‌اند که احساس شایستگی مادر در انجام وظایف و مدیریت عاطفی نقش والدگری، ارتباط معناداری با کیفیت رابطه والد-فرزند دارد. در واقع، مادرانی که خود را توانمندتر می‌بینند، با احتمال بیشتری قادر به مدیریت تعارضات، تقویت صمیمیت و ایجاد همدلی با نوجوانان خود هستند. در مقابل، مادرانی که دچار شک و تردید نسبت به توانایی‌های خود هستند، معمولاً در ایجاد روابط متقابل سالم با فرزندان خود با دشواری بیشتری مواجه می‌شوند.

والدگری ذهن آگاهانه نیز به عنوان یک مؤلفه مهم، با تأثیر قابل توجه خود بر کیفیت رابطه مادر-دختر تأیید شد. این یافته با پژوهش‌های پیشین همچون کارهای بوگلز و همکاران (۲۰۱۰) و دانکن و همکاران (۲۰۰۹) همخوانی دارد. والدگری ذهن آگاهانه از طریق تقویت آگاهی در لحظه، پذیرش، و توجه به نیازهای فرزندان در تعاملات روزانه باعث می‌شود مادران در مقابل رفتارهای گاه غیرقابل پیش‌بینی نوجوانان خود، واکنش‌های سنجیده‌تر و مبتنی بر درک نشان دهند. این رویکرد می‌تواند فضای خانواده را عاری از قضاوت، تعارض، و پیچیدگی‌های اضافی کند و باعث استحکام روابط مادر-دختر شود.

از سوی دیگر، این پژوهش نشان داد که از میان ابعاد والدگری ذهن آگاهانه، تنها مؤلفه‌ی "پذیرش و درک" توانایی پیش‌بینی کیفیت رابطه مادر-دختر را دارد. این یافته اهمیت ارتباطی بر مبنای پذیرش بی‌قید و شرط و همدلی با فرزندان را مورد تأکید قرار می‌دهد و نشان می‌دهد که زمانی که مادران هیجانات، نیازها و ویژگی‌های شخصیت فرزند خود را بدون قضاوت می‌پذیرند، موفق به ایجاد پیوند عمیق‌تر و سالم‌تری با فرزندان خود می‌شوند. این نتایج پیامدهای کاربردی مهمی در حوزه روان‌شناسی و مشاوره خانواده دارد. آموزش خودکارآمدی والدینی و والدگری ذهن آگاهانه، به‌ویژه مؤلفه‌ی پذیرش و درک، می‌تواند به بهبود کیفیت روابط خانوادگی کمک کند. برگزاری کارگاه‌های آموزشی برای مادران در مراکز مشاوره، مدارس، و سازمان‌های اجتماعی می‌تواند گامی مؤثر در این مسیر باشد. علاوه بر این، این یافته‌ها توصیه‌هایی برای سیاست‌گذاری در حوزه بهداشت روانی دارند که می‌توانند از طریق تدوین برنامه‌های جامع برای ارتقاء مهارت‌های روان‌شناختی والدین، به سلامت روان و اجتماعی خانواده‌ها کمک کنند.

البته این پژوهش محدودیت‌هایی نیز داشت. از جمله محدودیت‌های پژوهش می‌توان به استفاده از ابزارهای خودگزارشی اشاره کرد که ممکن است تحت تأثیر سوگیری‌های پاسخ‌دهی قرار گیرد. همچنین، جامعه آماری محدود به مادران اصفهانی بوده و نتایج به سایر مناطق کشور به طور کامل قابل تعمیم نیست. به همین دلیل، پیشنهاد می‌شود تحقیقات مشابه در جوامع دیگر و با استفاده از روش‌های کیفی‌تر برای درک عمیق‌تر این موضوع انجام شود. در جمع‌بندی کلی، این پژوهش نشان داد که خودکارآمدی والدینی و والدگری ذهن آگاهانه، دو عامل کلیدی در بهبود کیفیت روابط مادر-دختر هستند. یافته‌های این پژوهش می‌تواند مبنایی برای طراحی برنامه‌های مشاوره‌ای، آموزشی، و مداخلاتی باشد که هدف آن‌ها ارتقاء روابط والد-فرزند و کاهش تعارضات در محیط خانواده است. در نهایت، نتایج چنین مداخلاتی می‌تواند بر بهبود سلامت روانی دختران نوجوان به عنوان نسل آینده جامعه تأثیر مستقیم و مثبتی داشته باشد.



## ۵-۱. پیشنهادها

### پیشنهادهای پژوهشی

۱. پژوهشی با جامعه‌ی پدران دارای نوجوان دختر انجام شود و نقش تعدیلی جنسیت در ارتباط بین متغیرهای پژوهش بررسی شوند.
۲. پژوهشی با موضوع کیفیت رابطه والدین و پسران نوجوان انجام شود.
۳. انجام پژوهشی که به طور هم‌زمان کیفیت رابطه‌ی نوجوان با هر دو والد بررسی شود.
۴. انجام پژوهش در استان‌های دیگر و همچنین نقش تعدیلی فرهنگ، تحصیلات و وضعیت اقتصادی-اجتماعی در رابطه بین متغیرهای پژوهش بررسی شود.
۵. استفاده از سایر ابزارهای جمع‌آوری اطلاعات مانند مصاحبه مفید خواهد بود.

### پیشنهادهای کاربردی

۱. با توجه به یافته‌های پژوهش پیشنهاد می‌شود مشاوران و روانشناسان مدرسه با تدوین محتوا و دوره‌های آموزشی برای مادران دانش آموزان در زمینه‌ی ارتقای والدگری ذهن آگاهانه و خودکارآمدی والدینی به افزایش این مهارت‌ها بپردازند.
۲. تدوین بسته‌های آموزشی با توجه به سنین مختلف دانش آموزان و آموزش به مادران و پدران در تمامی مقاطع تحصیلی در مدارس دخترانه و پسرانه انجام شود.

## فهرست منابع

- هاشمی، ز؛ عظیمیان مقدم، آ و اسدی مجره، س (۱۴۰۱). ارتباط ذهن آگاهی و خودکارآمدی مادران با تعاملات والد-فرزند کودکان دبستانی در دوره قرنطینه خانگی ناشی از کرونا ویروس. مطالعات زن و خانواده، ۱۰ (۴)، <https://civilica.com/doc/۱۶۲۷۳۳۴>
- اقارب پرست، ز (۱۴۰۰). نقش میانجی گر خودکارآمدی والدینی در رابطه بین تنظیم هیجانی و ناگویی هیجانی با ارتباط والد- کودک در مادران مجرد. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشکده علوم انسانی، دانشگاه علم و فرهنگ تهران.
- آقاجانی، ا (۱۴۰۰). نقش مهارت‌های والدینی، تاب اوری و خودکارآمدی والدینی در تبیین تعارضات والد فرزندی دختران نوجوان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت.
- آقاجانی، س؛ افروز، غ؛ نریمانی، م؛ غباری بناب، م. ب و محسن پور، ز (۱۳۹۴). اثربخشی روش آموزش کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی در ارتقای تعامل مادر- کودک در مادران دانش آموزان کم توان ذهنی. فصلنامه کودکان استثنایی، ۱۵ (۱)، ۸۴-۷۵.
- اسلمی، ا؛ و پرونده، ن. (۱۳۹۹). بررسی تأثیر مداخله ذهن آگاهی مبتنی بر کاهش استرس بر سازگاری زناشویی، کیفیت رابطه والد- فرزندی و شفقت ورزی به خود در کارکنان زن دانشگاه شیراز. فصلنامه علمی- پژوهشی زن و جامعه، ۱۱ (۳)، ۲۴-۱.

- ابارشی، ز؛ طهماسبیان، ک؛ مظاهری، م.ع و پناغی، ل. (۱۳۸۸). تأثیر آموزش برنامه ارتقای رشد روانی-اجتماعی کودک از طریق بهبود تعامل مادر-کودک بر خودآزمایی والدگری و رابطه مادر و کودک زیر سه سال. فصلنامه علمی پژوهشی پژوهش در سلامت روان شناختی، ۳ (۳)، ۴۹-۵۷.
- رضایی، ف؛ غضنفری، ف. و رضاییان، م (۱۳۹۱). اثربخشی آموزش گروهی والدگری مثبت بر تنیدگی و خودکارآمدی والدگری مادران و مشکلات رفتاری دانش آموزان کم توان ذهنی. مجله دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه ۵ (۱)، ۷-۱۶.
- وارسته، م؛ اصلانی، خ؛ امان الهی، ع (۱۳۹۵). اثربخشی آموزش برنامه والدگری مثبت بر کیفیت تعامل والد- کودک؛ فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان درمانی، ۷ (۲۸).
- سعادت، ن؛ یوسفی، ز؛ گل پرور، م. (۱۳۹۹). اثربخشی برنامه آموزش والدین به شیوه استپ (STEP) بر کیفیت روابط والد - فرزندی، خودکارآمدی والدگری و انعطاف پذیری شناختی مادران نوجوانان. مجله علوم روان شناختی ۱۹ (۹۴)، ۱۳۱۹-۱۳۳۰.
- Lippold, M. A., Davis, K. D., Lawson, K. M., & McHale, S. M. (۲۰۱۶). Day-to-day consistency in positive parent-child interactions and youth well-being. *Journal of Child and Family Studies*, ۲۵(۱۲), ۳۵۸۴-۳۵۹۲. doi:10.1007/s10826-016-0502-0
- Lippold, M. A., Duncan, L. G., Coatsworth, J. D., Nix, R. L., & Greenberg, M. T. (۲۰۱۵). Understanding how mindful parenting may be linked to mother-adolescent communication. *Journal of Youth and Adolescence*, ۴۴, ۱۶۶۳-۱۶۷۳. doi:10.1007/s10964-015-0325-x
- Feeney, J., Noller, P., & Roberts, N. (۲۰۰۰). Attachment and close relationships. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. ۱۸۴- ۲۰۱). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications, Inc
- Bornstein, Marc H. Parenting and child mental health: a cross-cultural perspective. *World Psychiatry*, Volume ۱۲, Issue ۳, ۲۰۱۳, ۲۵۸-۲۶۵. <https://doi.org/10.1002/wps.۲۰۰۷۱>
- Heerman, W.J., Taylor, J.L., Walston, K.A., & Barkin S.L. (۲۰۱۷). Parenting Self-Efficacy, Parent Depression, and Healthy Childhood Behaviors in a Low-Income Minority Population: A Cross Sectional Analysis. *Matern Child Health J*, ۱-۱۰.
- Armstrong E. Eggs E. Reid N. Harnett P. & Dawe S. (۲۰۱۸). Parenting interventions for incarcerated parents to improve parenting knowledge and skills, parent well-being, and quality of the parent-child relationship: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Experimental Criminology* ۱۴ (۱). DOI:10.1007/s11292-017-9290-6
- Bayoglu, A. S., & Ozmete, E. (۲۰۱۴). Parent-young adult conflict: A measurement on frequency and intensity of conflict issues. *The Journal of International Social Research*, ۲(۲), ۳۱۳- ۳۲۲
- Shearman, S.M., & Dumlao, R. (۲۰۱۲). A cross-cultural comparison of family communication patterns and conflict between young adults and parents, *Journal of Family Communication*, ۸ (۳)، ۱۸۶-۲۱۱
- Young L. (۲۰۱۱). Exploring the relationship between parental self-efficacy and social support systems. Dissertations: Samantha Iowa State University

- Irwin, C. W. (۲۰۱۵). Patterns of family context and their associations with child cognitive and social-emotional outcomes. University of Pennsylvania —
- Cotrunzo, A. (۲۰۰۶). Engagement, parenting skills and parent-child relations as mediators of the relationship between parental self-efficacy and treatment outcomes for children with conduct problems. PhD Thesis, University of Pittsburgh —
- Roskam, I., & Mikolajczak, M. (۲۰۲۰). Gender differences in the nature, antecedents and consequences of parental burnout. *Sex Roles*, ۸۳(۷), ۴۸۵-۴۹۸. <https://doi.org/10.1007/s11199-020-1121-5> —