

## نقش واسطه‌ای ذهن آگاهی در ارتباط بین اضطراب اجتماعی دانش آموزان و سبک‌های

## فرزندپروری والدین

فرهاد کریمی<sup>۱</sup>، شیما پرن‌دین<sup>۲</sup>

۱. دانشجوی کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اسلام‌آباد غرب، کرمانشاه، ایران. (نویسنده مسئول).

۲. استادیار دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اسلام‌آباد غرب، کرمانشاه، ایران.

مجله پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری، دوره نهم، شماره پنجاه و هفتم، سال ۱۴۰۳، صفحات ۲۲۴-۲۱۲

تاریخ وصول: ۱۴۰۲/۰۵/۲۵

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۷/۱۸

## چکیده

هدف از این پژوهش بررسی رابطه اضطراب اجتماعی دانش آموزان با سبک‌های فرزندپروری والدین با نقش واسطه‌ای ذهن آگاهی در آنها بود. پژوهش حاضر، توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش، دانش آموزان پسر متوسطه دوم دبیرستان‌های شهر کرند غرب بود که در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ مشغول به تحصیل بودند. تعداد ۳۶۰ نفر از دانش آموزان بر اساس جدول مورگان به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. در این پژوهش از پرسشنامه مقیاس اضطراب اجتماعی واتسون و فرند و پرسشنامه مقیاس سبک‌های فرزندپروری بامریند و پرسشنامه ذهن آگاهی براون و رایان (MMAS) استفاده شد. تحلیل آماری با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون انجام شد و تمامی مراحل با کمک نرم‌افزار آماری Amos صورت گرفت. نتایج نشان می‌دهد بین اضطراب اجتماعی دانش آموزان و سبک‌های فرزندپروری والدین آنها رابطه معناداری وجود دارد. همچنین نقش واسطه‌ای ذهن آگاهی در ارتباط بین اضطراب اجتماعی دانش آموزان و سبک‌های فرزندپروری والدین به لحاظ آماری تأیید شد. با توجه به نتایج به‌دست‌آمده پیشنهاد می‌شود در مدارس، کارگاه‌های آموزشی سبک‌های فرزندپروری برای والدین برگزار شود تا از بروز مشکلاتی مانند اضطراب اجتماعی جلوگیری شود.

کلیدواژه: اضطراب اجتماعی، ذهن آگاهی، سبک‌های فرزندپروری.

## مقدمه

در حوزه خانواده، از عواملی که در سلامت روان دانش آموزان می‌تواند مؤثر باشد، سبک‌های فرزندپروری والدین می‌باشد (سمتانا<sup>۱</sup>، ۲۰۱۷). موضوع سلامت روانی دانش‌آموزان مسئله‌ای است حیاتی که امروزه چالش‌های اساسی را برانگیخته است (مون<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۷). خانواده از ارکان اصلی جامعه و یکی از طبیعی‌ترین گروه‌هایی است که می‌تواند سلامت روان و نیازهای زیستی و روانی انسان را برطرف کند. این واحد اجتماعی مبدأ بروز عواطف انسانی و کانون صمیمانه‌ترین روابط و تعاملات بین فردی است (تریستیانا، یوسف، فیتریاساری، واهیونی و نیهایاتی<sup>۳</sup>، ۲۰۱۸). روان‌شناسان رشد همواره علاقه‌مند بوده‌اند که چگونگی تأثیر روش‌های تربیتی والدین را بر رشد قابلیت‌های اجتماعی کودکان مطالعه و بررسی نمایند. یکی از مهم‌ترین مباحث در این حوزه «فرزندپروری» نامیده می‌شود (دارلینگ و استینبرگ<sup>۴</sup>، ۱۹۹۳). فرزندپروری به روش‌ها و رفتارهای ویژه والدین گفته می‌شود که به‌صورت جداگانه یا در ارتباط با یکدیگر با فرزند خود در پیش می‌گیرند و بر رشد کودک تأثیر می‌گذارند (بامریند<sup>۵</sup>، ۱۹۹۱). سبک فرزندپروری در واقع تلاش والدین برای اجتماعی کردن فرزندان خود است (شچوری، بیتون و همکاران<sup>۶</sup>، ۲۰۱۵). در واقع سبک‌های فرزندپروری ترکیب‌هایی از رفتارهای والدین است که در موقعیت‌های گسترده‌ای روی می‌دهند و جو فرزندپروری بادوامی را پدید می‌آورند (حسینی دولت‌آبادی و همکاران<sup>۷</sup>، ۱۳۹۲). تحقیقات معاصر در شیوه‌های فرزندپروری تحت تأثیر مطالعات بامریند در مورد کودکان و خانواده‌های آنان قرار دارد که سه سبک فرزندپروری مستبدانه، مقتدرانه و سهل‌گیرانه را با در نظر گرفتن کنترل و صمیمیت والدین ارائه کرده است. پژوهش‌ها ثابت کرده‌اند بین سبک‌های فرزندپروری و تجربه‌های دوران کودکی با اضطراب اجتماعی و دیگر اختلال‌های روان‌شناختی مانند افسردگی و اختلال‌های شخصیت در بزرگسالی، رابطه مستقیمی وجود دارد (بامریند، ۱۹۷۱؛ نوهارت<sup>۸</sup>، ۱۹۹۸؛ بک<sup>۹</sup>، ۱۹۷۹؛ جانسون<sup>۹</sup>، ۲۰۰۶).

اضطراب اجتماعی یا هراس از اجتماع یا اجتماع هراسی، اضطراب از مورد ارزیابی منفی قرار گرفتن از سوی دیگران است. این اختلال یکی از مهم‌ترین و شایع‌ترین اختلال‌ها در بین نوجوانان و جوانان است (انجمن روان‌پزشکی آمریکا<sup>۱۰</sup>، ۲۰۰۰). از آنجاکه افراد مبتلا به این اختلال از ارزیابی منفی دیگران می‌ترسند، این نگرانی منجر به احساسات اضطرابی، افکار و احساسات منفی، هم در موقعیت‌های واقعی و هم در پیش‌بینی موقعیت‌های اجتماعی می‌شود. افراد مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی برای محدود کردن این تجارب، ناخواسته به اجتناب دست می‌زنند (هایس<sup>۱۱</sup> و همکاران، ۱۹۹۶). مراودات اجتماعی ضعیفی دارند و می‌توان گفت که حداقل بخشی از فعالیت‌های روزمره شخص را مختل می‌کنند و در موارد شدیدتر کیفیت زندگی فرد را تا حد زیادی

<sup>1</sup>- Smetana

<sup>2</sup>- Moon

<sup>3</sup>- Tristian, Yusuf, Fitriyasaki, Wahyuni, & Nihayati

<sup>4</sup>- Darling & Steinberg

<sup>5</sup>- Baumrind

<sup>6</sup>- Shechory, Bitton etal

<sup>7</sup>- Neuharth

<sup>8</sup>- Beck

<sup>9</sup>- Johnson

<sup>10</sup>- American Psychiatric Association

<sup>11</sup>- Hayes

کاهش می‌دهد و بسیاری از موقعیت‌های اجتماعی خود را مانند موقعیت‌های شغلی و تحصیلی از دست می‌رود. اختلال اضطراب اجتماعی می‌تواند عامل خطری برای ایجاد اختلال افسردگی مداوم باشد (بیسدو<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۰۷). همچنین این اختلال، سومین اختلال روان‌پزشکی با شیوع طول عمر ۴۳ درصد و یکی از رایج‌ترین اختلالات در دوران نوجوانی است به طوری که شیوع این اختلال در دختران بیش از پسران است (وانانن<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۱). کارمند<sup>۳</sup> و همکارانش (۲۰۱۸) در پژوهشی نشان دادند که سبک‌های فرزندپروری پشتیبان‌گرانه و مهارکننده با کاهش اضطراب اجتماعی و افزایش ادراک از خود مرتبط است. کلارک<sup>۴</sup> و فریورن<sup>۵</sup> (۱۳۸۰) و همبرگ<sup>۶</sup> و بیگر<sup>۷</sup> (۲۰۰۲) با اعتقاد به خطاهای شناختی در افراد مبتلا به اضطراب اجتماعی، اظهار کرده‌اند که یکی از مهم‌ترین خطاهای شناختی، ترس از ارزیابی منفی توسط دیگران است. همچنین، لپون<sup>۸</sup> و پلیسولو<sup>۹</sup> (۲۰۰۰) و کنت و کوهان<sup>۱۰</sup> (۲۰۰۱) نیز نشان داده‌اند افرادی که به اضطراب اجتماعی مبتلا هستند، بخاطر آسیب‌پذیر بودن در برابر ارزیابی منفی از سوی دیگران، از موقعیت‌های اجتماعی اجتناب می‌کنند. از آنجاکه (جان و لی<sup>۱۱</sup>، ۲۰۱۷) اضطراب اجتماعی را به صورت تنش‌ی پایدار که منجر به اجتناب از موقعیت‌های اجتماعی مختلف می‌شود، تعریف کرده‌اند بنابراین افرادی که دچار اضطراب اجتماعی هستند برای رهایی از تنش موجود، روابط اجتماعی خود را به حداقل می‌رسانند و مراودات اجتماعی ضعیفی از خود به نمایش می‌گذارند.

یکی از موارد تأثیرگذار در نشانه‌های اضطراب اجتماعی، ذهن آگاهی است؛ به معنای توجه کردن به شیوه‌ای خاص هدفمند در زمان حال و خالی از قضاوت است. ذهن آگاهی به فرایند توجه مداوم تمرکز دارد تا محتوایی که بدان توجه می‌شود. کابات زین<sup>۱۲</sup> (۲۰۰۳) تعریف خود از ذهن آگاهی را به صورت مفهوم‌سازی کیفی ارتقا بخشید و نشان داد که چگونه یک فرد از سلامت خود در فرآیند ذهن آگاهی مراقبت کند. توجه ذهن آگاهی، توجه کردن دقیق و لحظه‌به‌لحظه به آنچه فرد هم‌اکنون در حال تعبیر آن و تفکیک واکنش‌های خود از رخداد‌های حسی خام است. کابات زین در سال ۱۹۹۰، ذهن آگاهی را به عنوان آگاهی قضاوتی لحظه‌به‌لحظه تعریف می‌کند. هرچند هدف اصلی ذهن آگاهی، آرام‌سازی نیست اما مشاهده غیر قضاوتی رویدادهای منفی درونی یا برانگیختگی فیزیولوژی باعث بروز این حالت می‌شود. یک مطالعه انجام‌شده توسط دوبروسکا<sup>۱۳</sup> و همکارانش (۲۰۱۹) نشان داد که اضطراب اجتماعی با کاهش ذهن آگاهی مرتبط است. همچنین مطالعه انجام‌شده توسط لوکاس<sup>۱۴</sup> و همکارانش (۲۰۱۸) نشان

<sup>1</sup>- Beesdo

<sup>2</sup>- Vaananen

<sup>3</sup>- Karmand

<sup>4</sup>- Clarck

<sup>5</sup>- Fairburn

<sup>6</sup>- Hemiberg

<sup>7</sup>- Becker

<sup>8</sup>- Lepine

<sup>9</sup>- Pelissolo

<sup>10</sup>- Kent & Koehan

<sup>11</sup>-Jun, & Lee

<sup>12</sup>- Kabat Zinn

<sup>13</sup>- Dobrowolska

<sup>14</sup>- Lucas

داد که ذهن آگاهی می تواند به عنوان یک عامل محافظ در برابر اضطراب اجتماعی عمل کند. در یک مطالعه دیگر توسط کیو<sup>۱</sup> و همکارانش (۲۰۱۸) ارتباط مثبت و معناداری بین ذهن آگاهی و کاهش اضطراب اجتماعی مشاهده شد. با توجه به آنچه گفته شد، هدف از این پژوهش بررسی رابطه اضطراب اجتماعی دانش آموزان با سبک های فرزندپروری والدین با نقش واسطه ای ذهن آگاهی در آنها بود.

### روش پژوهش

پژوهش حاضر، توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش را تمامی دانش آموزان پسر متوسطه دوم شهر کربلا در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۱ تشکیل می دادند که تعداد ۳۶۰ نفر از دانش آموزان بر اساس جدول مورگان به عنوان نمونه انتخاب شدند. بعد از انتخاب نمونه برای جمع آوری داده ها، پرسشنامه ها به صورت کاغذی در اختیار دانش آموزان نمونه قرار گرفت و از آنان خواسته شد با اختیار و رضایت آگاهانه به پرسشنامه ها پاسخ دهند. ملاک های ورود به پژوهش، رضایت داوطلبانه و آگاهانه شرکت کنندگان و همچنین تحصیل در یکی از دبیرستان های پسرانه متوسطه دوم شهر بود و ملاک های خروج از این پژوهش، تحصیل نکردن در یکی از دبیرستان های پسرانه متوسطه دوم شهر و تکمیل نکردن پرسشنامه بود. ملاحظات اخلاقی شامل آگاه شدن شرکت کنندگان از هدف پژوهش، آزادی کامل برای شرکت کردن یا نکردن در پژوهش و رضایت آگاهانه بود. همچنین با توجه به ملاحظات اخلاقی، به شرکت کنندگان تضمین رازداری پاسخ های آنان به پرسشنامه ها داده شد. بعد از جمع آوری پرسشنامه ها، داده های جمع آوری شده با کمک نرم افزار آماری Amos تحلیل شد.

### ابزار پژوهش

پرسشنامه اضطراب اجتماعی توسط واتسون و فرند<sup>۲</sup>: پرسشنامه اضطراب اجتماعی توسط واتسون و فرند (۱۹۶۹) به منظور تشخیص و ارزیابی اضطراب اجتماعی ساخته شده است. این ابزار ۵۸ ماده ای دارای دو خرده مقیاس اجتناب اجتماعی و ترس از ارزشیابی منفی است. خرده مقیاس اجتناب اجتماعی ۲۸ ماده و خرده مقیاس ترس از ارزشیابی منفی ۳۰ ماده است. این مقیاس بر اساس طیف لیکرت ۶ گزینه ای از "کاملاً نادرست"، "صفر تا" کاملاً درست"، پنج نمره گذاری شده است. پایایی این مقیاس توسط سازندگان آن ۰/۷۹ و ۰/۹۴ برآورد شده است. کمترین نمره این مقیاس صفر و بیشترین آن ۲۹۰ بوده است.

پرسشنامه استاندارد ذهن آگاهی براون و رایان<sup>۳</sup> (MMAS): این آزمون ۱۵ سؤال است که براون و رایان (۲۰۰۳) آن را به منظور سنجش سطح هشیاری و توجه نسبت به رویدادها و تجارب جاری زندگی طراحی کردند. سؤال های آزمون سازه ذهن آگاهی را در مقیاس ۶ درجه ای لیکرت (از نمره ۱ برای "تقریباً همیشه" تا نمره ۶ برای "تقریباً هرگز") می سنجد (رایان و براون، ۲۰۰۳). این مقیاس یک نمره کلی برای ذهن آگاهی به دست می دهد که دامنه آن از ۱۵ تا ۹۰ متغیر بوده، نمره بالاتر نشان دهنده ذهن

<sup>1</sup>- Qiu

<sup>2</sup>- Watson & Friend

<sup>3</sup>- Brown, Ryan

آگاهی بیشتر است. همسانی درونی سؤالات آزمون بر اساس آلفای کرونباخ از ۰/۸۰ تا ۰/۸۷ گزارش شده است (براون و ریان، ۲۰۰۳؛ لیندا<sup>۱</sup>، کارلسون<sup>۲</sup> و کرک<sup>۳</sup>، ۲۰۰۵).

پرسشنامه فرزندپروری بامریند<sup>۴</sup> (PAQ) : این پرسشنامه توسط بوری<sup>۵</sup> (۱۹۹۱) بر اساس سبک‌های فرزندپروری بامریند ساخته شده است. از ۳۰ مقیاس و ۳ خرده مقیاس سبک آسان‌گیر (۱۰ سؤال)، سبک مستبدانه (۱۰ سؤال) و سبک مقتدر منطقی (۱۰ سؤال) تشکیل شده است. پرسشنامه سبک‌های فرزند پروری به صورت طیف لیکرت پنج نقطه‌ای از «شدیداً مخالف، مخالف، بی-تفاوت، موافق و شدیداً موافق» است و امتیاز آن‌ها به ترتیب از «یک، دو، سه، چهار، پنج» در نظر گرفته شده است. حداقل امتیاز فرد در این پرسشنامه ۳۰ و حداکثر امتیاز ممکن ۱۵۰ است. هر چه امتیاز به دست آمده فرد از این پرسشنامه بیشتر باشد، نشان می‌دهد سبک فرزندپروری والدین او استبدادی‌تر است. بوری (۱۹۹۱) برای مشخص کردن روایی پرسشنامه از روش روایی افتراقی استفاده کرده است. نتایج آن نیز بدین صورت است که سبک آمرانه مادر با سبک سهل گیر او رابطه معکوس ۰/۳۸-، سبک آمرانه پدر با سبک سهل گیر او رابطه معکوس ۰/۵۰-، سبک آمرانه مادر با سبک اقتداری مادر رابطه معکوس ۰/۴۸- و سبک آمرانه پدر با سبک اقتداری پدر رابطه معکوس ۰/۵۲- داشت در حالی که سبک اقتداری مادر با سبک سهل گیر او ۰/۰۷ و سبک اقتداری پدر با سبک سهل گیر پدر ۰/۱۲ همبستگی مثبت غیرمعنادار داشتند (اسفندیاری، ۱۳۷۴). پایایی بازآزمایی این پرسشنامه را که بعد از گذشت یک هفته از اجرای اولیه، بار دیگر از ۱۲ نفر از مادران نمونه مورد مطالعه خواسته بود پرسشنامه را تکمیل کنند، برای شیوه سهل گیر ۰/۶۹، برای شیوه آمرانه ۰/۷۷ و برای شیوه اقتداری ۰/۷۳ به دست آورده است (به نقل از بشارت، عزیزی و پورشریفی، ۱۳۹۰).

یافته‌ها

جدول ۱. ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

اضطراب	ذهن آگاهی	اجتناب	ترس از ارزیابی منفی	مقتدرانه	سهل گیرانه	سخت گیرانه
اضطراب ۱	۰/۴۵۶**	۰/۲۸۹**	۰/۴۲۱**	۰/۴۱۶**	۰/۴۱۴**	۰/۷۲۸**
ذهن آگاهی ۱	۰/۴۵۶**	۰/۳۳۰**	۰/۵۱۳**	۰/۳۸۲**	۰/۴۳۵**	۰/۴۸۷**
اجتناب ۱	۰/۳۳۰**	۰/۲۸۹**	۰/۴۱۵**	۰/۳۴۶**	۰/۳۶۲**	۰/۲۹۷**
ترس از ارزیابی منفی ۱	۰/۵۱۳**	۰/۴۱۵**	۱	۰/۴۰۲**	۰/۴۹۲**	۰/۴۵۴**
مقتدرانه ۱	۰/۳۸۲**	۰/۳۴۶**	۰/۴۰۲**	۱	۰/۵۸۱**	۰/۵۰۵**
سهل گیرانه ۱	۰/۴۳۵**	۰/۳۶۲**	۰/۴۹۲**	۰/۵۸۱**	۱	۰/۴۹۵**
سخت گیرانه ۱	۰/۴۸۷**	۰/۲۹۷**	۰/۴۵۴**	۰/۵۰۵**	۰/۴۹۵**	۱

<sup>1</sup> - Linda

<sup>2</sup> - Carlson

<sup>3</sup> - Kirk

<sup>4</sup> - Bamrind

<sup>5</sup> - Buri

نتایج ضرایب همبستگی نشان داد که رابطه منفی و معنی داری بین اضطراب، ذهن آگاهی و سبک فرزندپروری مقتدرانه وجود دارد. بین اضطراب با سبک‌های فرزندپروری سهل‌گیرانه و سخت‌گیرانه نیز رابطه مثبت و معنی داری وجود دارد. همچنین رابطه منفی و معنی داری بین سبک فرزندپروری مقتدرانه و اضطراب، اجتناب وجود دارد. بین ذهن آگاهی با سبک فرزندپروری مقتدرانه نیز رابطه مثبت و معنی داری وجود دارد. همچنین رابطه منفی و معنی داری بین سبک فرزندپروری سهل‌گیرانه و اضطراب، اجتناب وجود دارد و بین ذهن آگاهی با سبک فرزندپروری مقتدرانه نیز رابطه مثبت و معنی داری وجود دارد.

به منظور آزمون فرضیه‌های اصلی از مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده شد. برای آزمون مدل‌های ساختاری چندین شاخص برازش وجود دارد (هارینگتون<sup>۱</sup>، ۲۰۰۸)؛ زیرا سنجش جنبه‌های متنوع خوبی برازش، تنها از طریق یک شاخص برازش واحد امکان‌پذیر نیست (اسچیماکر و لوماکس<sup>۲</sup>، ۲۰۰۴). برازش کلی مدل از طریق آزمون  $\chi^2$  می‌شود. از آنجاکه آزمون  $\chi^2$  دو به طور قابل ملاحظه‌ای به حجم نمونه حساس است (کلاین<sup>۳</sup>، ۲۰۱۰)، نسبت  $\chi^2/df$  نیز محاسبه می‌شود که مقدار مساوی یا کمتر از ۳ به عنوان یک برازش قابل قبول در نظر گرفته می‌شود (هایر، رینگل و هالت<sup>۴</sup>، ۲۰۱۳). همچنین شاخص‌های برازش دیگر شامل شاخص برازش تطبیقی<sup>۵</sup> (CFI) بیشتر از ۰/۹۰، جذر میانگین مجذور خطای تقریب<sup>۶</sup> (RMSEA) کمتر از ۰/۰۸ و جذر میانگین مجذور خطای استاندارد<sup>۷</sup> (SRMR) کمتر از ۰/۰۸ به عنوان برازش قابل قبول مدنظر قرار می‌گیرند (وان دی اسکات، لوگتینگ و هاکس<sup>۸</sup>، ۲۰۱۲). مقادیر شاخص‌های برازش مدل مربوط به آزمون فرضیه‌های اصلی در جدول ۲ آمده است. نتایج بیانگر این است که مدل از شاخص‌های برازش قابل قبول برخوردار است. در ادامه، نتایج مربوط به فرضیه‌های اصلی پژوهش ارائه شده است. مدل‌یابی معادلات ساختاری به محقق اجازه می‌دهد که مشخص کند کدام مسیرهای بین متغیرها در مدل مفهومی پژوهش معنی دار هستند و کدام یک از آن‌ها معنی دار نیستند (لیو، هالینگر و فینگ<sup>۹</sup>، ۲۰۱۶). جدول ۲ و شکل ۱ بیانگر نتایج آزمون فرضیه‌های اصلی در خصوص رابطه بین متغیرها هستند.

جدول ۲. شاخص‌های برازش مدل مربوط به آزمون فرضیه‌های اصلی

شاخص‌ها	$\chi^2/df$	CFI	RMSEA	SRMR
مقدار	۳/۴۴	۰/۹۸۰	۰/۰۵۴	۰/۰۳۲

1. Harrington

2. Schumacker & Lomax

3. Kline

4. Hair, Ringle & Hult

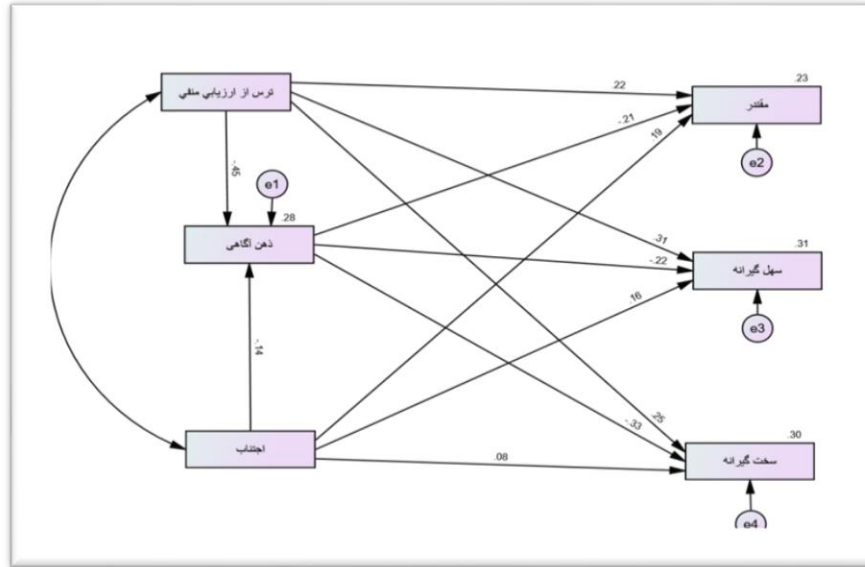
5. Comparative Fit Index

6. Root Mean Square Error of Approximation

7. Standardized Root Mean Square Residual

8. Van de Schoot, Lugtig & Hox

9. Liu, Hallinger & Feng



شکل ۱. رابطه بین متغیرها در مدل مربوط به فرضیه‌های اصلی ( $p < 0.05^*$ ,  $p < 0.01^{**}$ )

جدول ۳. خلاصه نتایج فرضیات پژوهش

p	t	ضرایب استاندارد شده	متغیر وابسته	متغیر مستقل
***	-۹/۲۲۰	-۰/۴۵۴	ذهن آگاهی	ترس از ارزیابی منفی
۰/۰۰۴	-۲/۸۷۲	-۰/۱۴۱	ذهن آگاهی	اجتناب
***	۳/۸۵۸	۰/۲۱۸	مقتدرانه	ترس از ارزیابی منفی
***	۵/۸۰۰	۰/۳۱۱	سهل گیرانه	ترس از ارزیابی منفی
***	۴/۶۰۴	۰/۲۴۹	سخت گیرانه	ترس از ارزیابی منفی
***	۳/۸۲۹	۰/۲۰۹	مقتدرانه	ذهن آگاهی
***	-۴/۲۹۳	-۰/۲۲۲	سهل گیرانه	ذهن آگاهی
***	-۶/۳۸۲	-۰/۳۳۲	سخت گیرانه	ذهن آگاهی
۰/۰۳۷	۲/۷۱۳	۰/۰۸۴	سخت گیرانه	اجتناب
۰/۰۰۱	۳/۲۷۳	۰/۱۶۰	سهل گیرانه	اجتناب
***	۳/۶۲۳	۰/۱۸۶	مقتدرانه	اجتناب

یافته‌ها ضریب  $-0.454$  را بین دو متغیر ترس از ارزیابی منفی و ذهن آگاهی نشان می‌دهد؛ همچنین سطح معنی‌داری به‌دست‌آمده کمتر از  $0.05$  بوده که مطلوب است. به این معنی که بین دو متغیر یادشده رابطه منفی و معناداری وجود دارد. همچنین یافته‌ها ضریب  $-0.454$  را بین دو متغیر اجتناب و ذهن آگاهی نشان می‌دهد؛ همچنین سطح معنی‌داری به‌دست‌آمده کمتر از  $0.05$  بوده که مطلوب است. به این معنی که بین دو متغیر یادشده رابطه منفی و معناداری وجود دارد.

یافته‌ها ضریب ۰/۲۱۸ را بین دو متغیر ترس از ارزیابی منفی و سبک فرزندپروری مقتدرانه نشان می‌دهد؛ همچنین سطح معنی‌داری به‌دست‌آمده کمتر از ۰/۰۵ بوده که مطلوب است. به این معنی که بین دو متغیر یادشده رابطه منفی و معناداری وجود دارد.

یافته‌ها ضریب ۰/۳۱۱ را بین دو متغیر ترس از ارزیابی منفی و سبک فرزندپروری سهل‌گیرانه نشان می‌دهد؛ همچنین سطح معنی‌داری به‌دست‌آمده کمتر از ۰/۰۵ بوده که مطلوب است. به این معنی که بین دو متغیر یادشده رابطه مثبت و معناداری وجود دارد.

یافته‌ها ضریب ۰/۲۴۹ را بین دو متغیر ترس از ارزیابی منفی و سبک فرزندپروری سخت‌گیرانه نشان می‌دهد؛ همچنین سطح معنی‌داری به‌دست‌آمده کمتر از ۰/۰۵ بوده که مطلوب است. به این معنی که بین دو متغیر یادشده رابطه مثبت و معناداری وجود دارد.

یافته‌ها ضریب ۰/۲۰۹ را بین دو متغیر ذهن آگاهی و سبک فرزندپروری مقتدرانه نشان می‌دهد؛ همچنین سطح معنی‌داری به‌دست‌آمده کمتر از ۰/۰۵ بوده که مطلوب است. به این معنی که بین دو متغیر یادشده رابطه مثبت و معناداری وجود دارد.

یافته‌ها ضریب ۰/۲۲۲- را بین دو متغیر ذهن آگاهی و سبک فرزندپروری سهل‌گیرانه نشان می‌دهد؛ همچنین سطح معنی‌داری به‌دست‌آمده کمتر از ۰/۰۵ بوده که مطلوب است. به این معنی که بین دو متغیر یادشده رابطه مثبت و معناداری وجود دارد.

یافته‌ها ضریب ۰/۳۳۲- را بین دو متغیر ذهن آگاهی و سبک فرزندپروری سخت‌گیرانه نشان می‌دهد؛ همچنین سطح معنی‌داری به‌دست‌آمده کمتر از ۰/۰۵ بوده که مطلوب است. به این معنی که بین دو متغیر یادشده رابطه منفی و معناداری وجود دارد.

یافته‌ها ضریب ۰/۰۸۴ را بین دو متغیر اجتناب و سبک فرزندپروری سخت‌گیرانه نشان می‌دهد؛ همچنین سطح معنی‌داری به‌دست‌آمده کمتر از ۰/۰۵ بوده که مطلوب است. به این معنی که بین دو متغیر یادشده رابطه مثبت و معناداری وجود دارد.

یافته‌ها ضریب ۰/۱۶۰ را بین دو متغیر اجتناب و سبک فرزندپروری سهل‌گیرانه نشان می‌دهد؛ همچنین سطح معنی‌داری به‌دست‌آمده کمتر از ۰/۰۵ بوده که مطلوب است. به این معنی که بین دو متغیر یادشده رابطه مثبت و معناداری وجود دارد.

یافته‌ها ضریب ۰/۱۸۶- را بین دو متغیر اجتناب و سبک فرزندپروری مقتدرانه نشان می‌دهد؛ همچنین سطح معنی‌داری به‌دست‌آمده کمتر از ۰/۰۵ بوده که مطلوب است. به این معنی که بین دو متغیر یادشده رابطه منفی و معناداری وجود دارد.

جدول ۴. آزمون بوت استرپ پیرامون اثرات مستقیم و غیرمستقیم متغیرهای پژوهش

متغیر مستقل	اثر مستقیم	اثر غیرمستقیم		اثر کل
		ضرب استاندارد	ضرب معناداری	
ترس از ارزیابی منفی ذهن آگاهی	-۰/۴۵۴	-۹/۲۲۰	-	-۹/۲۲
اجتناب ذهن آگاهی	-۰/۱۴۱	-۲/۸۷۲	-	-۲/۸۷
ترس از ارزیابی منفی مقتدرانه	۰/۲۱۸	۳/۸۵۸	-۰/۰۹۵	۴/۷۵
ترس از ارزیابی منفی سهل گیرانه	۰/۳۱۱	۵/۸۰۰	۰/۱۰۱	۳/۳۶
ترس از ارزیابی منفی سخت گیرانه	۰/۲۴۹	۴/۶۰۴	۰/۱۵۱	۱۰/۶۱
ذهن آگاهی مقتدرانه	۰/۲۰۹	-۳/۸۲۹	-	۹/۵۶
ذهن آگاهی سهل گیرانه	-۰/۲۲۲	-۴/۲۹۳	-	۹/۰۴
ذهن آگاهی سخت گیرانه	-۰/۳۳۲	-۶/۳۸۲	-	۳/۴۷
اجتناب سخت گیرانه	۰/۰۸۴	۱/۷۱۳	۰/۰۴۷	۸/۳۴
اجتناب سهل گیرانه	۰/۱۶۰	۳/۲۷۳	۰/۰۳۱	۹/۴۵
اجتناب مقتدرانه	۰/۱۸۶	۳/۶۲۳	-۰/۰۳۰	۱۱/۳۶

با توجه جدول (۴) ملاحظه می شود که تمامی ضرایب رگرسیونی مدل در جدول فوق معنی دار شده اند. به طور کلی با توجه به نتایج به دست آمده و بر اساس مفروضات متغیر میانجی گر، می توان نتیجه گرفت که نقش واسطه ای ذهن آگاهی در ارتباط بین اضطراب اجتماعی دانش آموزان و سبک های فرزندپروری والدین به لحاظ آماری تأیید شده است.

### بحث و نتیجه گیری

نتایج نشان می دهد بین نمره های به دست آمده از پرسشنامه سبک های فرزندپروری والدین و پرسشنامه اضطراب اجتماعی، رابطه معنادار و مستقیمی وجود دارد و می توان گفت؛ سبک های فرزندپروری والدین در بروز یا عدم بروز نشانه های اضطراب اجتماعی فرزندان تأثیر دارد. نتایج این پژوهش با نتایج پژوهش های وود<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۰۲)، اسپوکاس<sup>۲</sup> (۲۰۰۷) و ویکس، کوپلان و کینگزبورگ (۲۰۰۹) همخوانی دارد؛ بنابراین سبک های فرزندپروری که در هر فرهنگ و جامعه ای غالب است، رابطه مستقیمی با تحول اجتماعی آن جامعه و فرهنگ دارد. روانشناسان رشد همواره علاقه مند بوده اند که چگونگی تأثیر روش های تربیتی والدین را بر رشد قابلیت های اجتماعی کودکان مطالعه و بررسی نمایند. یکی از مهم ترین مباحث در این حوزه، فرزندپروری است (اسمیت<sup>۳</sup>، ۲۰۱۵).

<sup>۱</sup> - Wood

<sup>۲</sup> - Spokas

<sup>۳</sup> - Smith

خانواده به دلیل نقش مهمی که در تعیین نوع شخصیت و تعامل کودک دارد، می‌تواند در ایجاد نشانه‌های اضطراب اجتماعی تسهیل کننده یا بازدارنده باشد؛ البته عوامل بسیاری می‌تواند در ایجاد اضطراب اجتماعی نقش داشته باشد اما بی‌شک سبک‌های فرزندپروری یکی از مهم‌ترین عوامل است (اسپوکاس ۲۰۰۷، ویکس<sup>۱</sup>، کوپلان<sup>۲</sup> و کینگزبورگ<sup>۳</sup>، ۲۰۰۹). به‌طورکلی خانواده نقشی بسیار اساسی در سلامت روان و رشد مناسب کودک دارد و شیوه‌های فرزندپروری یکی از مهم‌ترین و مؤثرترین ارکان خانواده در تربیت کودک است. در این میان، بی‌توجهی والدین به فراهم کردن محیط مناسب برای رشد کودک چه از نظر روحی و روانی و چه از نظر جسمی و نبود روابط صمیمی می‌تواند آسیب‌های جبران‌ناپذیر بسیاری مانند اختلال‌های اضطرابی به کودک وارد کند (گنجی، ۱۳۹۳).

تحقیقات مختلف نشان داده است که عوامل متعددی ممکن است بر فرزندپروری تأثیرگذار باشند از جمله این عوامل می‌توان به وضعیت اجتماعی - اقتصادی، فرهنگ، نگرش والدین به فرزندپروری، ویژگی‌های شخصیتی فرزندان و ویژگی‌های شخصیتی والدین اشاره نمود (برودزینسکی و پندرهورسک<sup>۴</sup>، ۲۰۱۳). از این رو ذهن آگاهی باعث می‌شود سبک‌های فرزندپروری بر نشانه‌های اضطراب اجتماعی تأثیر بگذارد و می‌توان گفت ذهن آگاهی در رابطه بین سبک‌های فرزندپروری و نشانه‌های اضطراب اجتماعی نقش واسطه‌ای دارد و مطابق جدول شماره ۴، تأیید می‌شود که هرچقدر فرزندان، مؤلفه‌های ذهن آگاهی بیشتری داشته باشند، احتمال اینکه با توجه به سبک‌های فرزندپروری والدین آن‌ها، به اضطراب اجتماعی دچار شوند، بیشتر است. در این زمینه نتایج حاصل از این پژوهش با نتایج پژوهش‌های محمدی و روشن‌چسلی (۱۴۰۰)، سلمان‌چولابی و همکاران (۱۳۹۹)، رشادت و همکاران (۱۳۹۸)، لوکاس<sup>۵</sup> و همکاران (۲۰۱۸)، کیو<sup>۶</sup> و همکاران (۲۰۱۸) و یوسف<sup>۷</sup> و همکاران (۲۰۱۸) همسویی دارد. کابات - زین<sup>۸</sup> (۲۰۰۳) تعریف خود از ذهن آگاهی را به‌صورت مفهوم‌سازی کیفی ارتقا بخشید و نشان داد که چگونه یک فرد از سلامت خود در فرایند ذهن آگاهی مراقبت کند. توجه ذهن آگاهی، توجه کردن دقیق و لحظه‌به‌لحظه به آنچه فرد هم‌اکنون در حال تعبیر آن و تفکیک واکنش‌های خود از رخداد‌های حسی خام است.

در نهایت پژوهش حاضر به دنبال درک بهتر از رابطه سبک‌های فرزندپروری و نشانه‌های اضطراب اجتماعی با نقش واسطه‌ای ذهن آگاهی بود. پژوهش‌های مشابه پیشین، روابط بین متغیرهای مختلفی در این زمینه را نشان داده است، اما بررسی این متغیرها در کنار یکدیگر با این مدل و روش کمتر انجام شده است. نتایج این پژوهش تأیید می‌کند، سبک‌های فرزندپروری رابطه‌ای مستقیم با نشانه‌های اضطراب اجتماعی در فرزندان دارد. همچنین ذهن آگاهی به‌صورت مستقیم و غیرمستقیم بر نشانه‌های اضطراب اجتماعی تأثیر می‌گذارد و ذهن آگاهی نقش واسطه‌ای ایفا می‌کند.

<sup>1</sup>- Weeks

<sup>2</sup>- Coplan

<sup>3</sup>- Kingsbury

<sup>4</sup>- Brodzinsky & Pinderhughes

<sup>5</sup>- Lucas

<sup>6</sup>- Qiu

<sup>7</sup>- Youssef

<sup>8</sup>- Kabat Zinn

از جمله محدودیت‌های این مطالعه این بود که پژوهش حاضر در میان دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه دوم شهر کرند غرب انجام شده است؛ بنابراین برای کاربرد و تعمیم آن به سایر مقاطع تحصیلی پایین‌تر و سایر گروه‌های سنی، باید جانب احتیاط را رعایت کرد. امکان تأثیرگذاری متغیرهای دیگر مانند جنسیت، رشته تحصیلی، سن و غیره بر نتایج وجود دارد. از آنجاکه ابزار جمع‌آوری داده‌ها، پرسشنامه بوده است، به پژوهشگران آینده توصیه می‌شود به منظور افزایش اعتبار نتایج به دست آمده، از دیگر روش‌های پژوهشی ممکن مانند روش‌های آزمایشی استفاده شود. با توجه به نتایج به دست آمده از این پژوهش و تأثیر سبک‌های فرزندپروری بر نشانه‌های اضطراب اجتماعی، پیشنهاد می‌شود در مدارس کارگاه‌های آموزشی مناسب برای آموزش سبک‌های فرزندپروری و نحوه تعامل بهتر و کارآمدتر والدین با فرزندان برگزار شود تا از ایجاد مشکلات اضطرابی مانند اضطراب اجتماعی پیشگیری شود.

### منابع

- آذرگون، حسن و همکاران (۱۳۸۸). اثربخشی آموزش ذهن آگاهی بر کاهش نشخوار فکری و افسردگی دانشجویان دانشگاه اصفهان دو ماهنامه علمی - پژوهشی دانشگاه شاهد، ۱۶، ۱۴-۱۵.
- بشارت، م. ع؛ عزیزی، ک؛ و پورشریفی، ح. (۱۳۹۰). رابطه سبک‌های فرزندپروری والدین با کمال‌گرایی فرزندان در نمونه‌ای از خانواده ایرانی. فصلنامه خانواده پژوهی، ۷(۲)، ۱۴۵-۱۶۰.
- جان‌بزرگی، م؛ آگاه، ن و هریس، م. (۱۳۸۷). آموزش اخلاق، رفتار اجتماعی و قانون‌پذیری به کودکان. تهران: ارجمند.
- حسینی دولت‌آبادی، فاطمه و همکاران. (۱۳۹۲). رابطه بین سبک‌های فرزندپروری، خودکارآمدی و نگرش به بزهکاری در دانش‌آموزان دبیرستانی. پژوهشنامه حقوق کیفری، ۴، ۱۰-۱.
- رشادت، سهیلا و همکاران. (۱۳۹۶). پیش بینی اضطراب اجتماعی بر اساس مولفه‌های ذهن آگاهی، اجتناب تجربه ای و باورهای فراشناخت در میان نوجوانان. مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران. ۲۹، ۱۵-۲۵.
- سلمانی چولابی و همکاران. (۱۳۹۹). مقایسه اثربخشی آموزش ذهن آگاهی و تعدیل سوگیری توجه در کاهش اضطراب اجتماعی دانشجویان دختر. مجله سلامت روانی کودک، ۱، ۳۲-۴۳.
- عسگری، فاطمه. (۱۳۹۶). رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه و اضطراب اجتماعی با سبک فرزندپروری ادراک شده در دختران دوره دوم متوسطه. پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد واحد شاهرود.
- قاسمی پور، معصومه؛ بزازیان، سعیده. (۱۳۹۲). رابطه سبک‌های فرزندپروری والدین و کمال‌گرایی با اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان تیزهوش. مجله علوم رفتاری، ۵، ۱۱۴-۱۰۱.
- کریمی، فرهاد. (۱۳۹۴). اضطراب اجتماعی دانش آموزان. مجله رشد آموزش علوم اجتماعی، ۱۷، ۴۶.
- کلارک، دیوید؛ فریورن، کریستوفر. (۱۳۸۰). رفتار درمانی شناختی. ترجمه حسین کاویانی، انتشارات فارس، تهران.
- گنجی، م. (۱۳۹۲). آسیب شناسی روانی بر اساس DSM5. تهران: انتشارات ساوالان.
- محمدی، علیرضا؛ روشن چسلی، رسول. (۱۴۰۰). روابط ساختاری نشانه‌های اضطراب اجتماعی با کمال‌گرایی در دانشجویان: نقش واسطه‌ای ذهن آگاهی. دوفصلنامه علمی روانشناسی بالینی و شخصیت، ۱۹، ۱۱۹-۱۱۰.

- Bamrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use, *Journal of Early Adolescence*, 11, 56, 95.
- Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Developmental Psychology*, 4(1p2), 1.
- Beck, A. T. (1979). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. Penguin.
- Beesdo, K., Bittner, A., Pine, DS., Stein, B., Hofler, H., Lieb, R., & Wittchen, H.U. (2007). Incidence of social anxiety disorder and the consistent risk for secondary depression in the first three decades of life. *Archives of General Psychiatry*, 64, 903-12.
- Brodzinsky, D., & Pinderhughes, E. (2013). Parenting and child development in adoptive families. *Handbook of Parenting*, 1, 279-311.
- Brown, K.W., Ryan, R.M. (2004). Perils and promise in defining and measuring mindfulness: observations from experience.
- Buri, J. R. (1991). Parental authority questionnaire. *Journal of personality assessment*, 57(1), 110-119.
- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113 (3), 487-496.
- Dobrowolska, S. J., et al. (2019). The relationship between social anxiety and mindfulness: A meta-analysis. *Journal of Anxiety Disorders*, 62, 1-10.
- Gohnson, J. G., Cohen, P., Chen, H., Kasen, S., & Brook, J. S. (2006). Parenting behaviors associated with risk for offspring personality disorder during.
- Hair, J., Hult, T., Ringle, C., & Sarstedt, M. (2014). *A Primer on Partial Least Squares Structural Equation Modeling (PLS-SEM)*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications, Inc.
- Hemberg, R. G., Becker, R.E. (2002). *Cognitive-Behavioral Group Therapy for Social Phobia*. The Guilford Press, New York, London.
- Jun, W. H., & Lee, G. (2017). The role of egoresiliency in the relationship between social anxiety and problem solving ability among South Korean nursing students. *Nurse Education Today*, 49, 17-21.
- Kabat-Zinn, J. (2003). *Coming to our senses: Healing ourselves and the world through mindfulness*. New York: Hyperion.
- Karmand, M., Smith, J. K., & Johnson, L. M. (2018). The relationship between parenting styles, social anxiety, self-perception, and positive thinking in students. *Journal of Educational Psychology*, 110(3), 432-449.
- Kent, G., & Keohan, S. (2001). Social Anxiety and Disfigurement: The Moderating Effects of Fear of Negative Evaluation and Past Experience *British Journal of Clinical Psychology*, 40(1), 23-34.
- Kline, R. (2010). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling*, 3rd edn Guilford Press. New York. USA.
- Lepine, J.P., & Pelissolo, A. (2000). Why Take Social Anxiety Disorder Seriously? *Depression and Anxiety*, 11, 87-92.
- Linda, E., Carlson, B., Kirk, W. (2005). Validation of the Mindful Attention Awareness Scale in a cancer population. *Journal of Psychosomatic Research*, 58, 29-33.
- Lucas, T., et al. (2018). The impact of mindfulness training on the self-esteem and well-being of adults with social anxiety disorder. *Journal of Clinical Psychology*, 74(5), 693-706.

- Moon, J., Williford, A., & Mendenhall, A. (2017). Educators' perceptions of youth mental health: Implications for training and the promotion of mental health services in schools. *Children and youth services review*, 73, 384-391.
- Neuharth, D. (1998). *If you had controlling parents: How to make peace with your past and take your place in the world*. Harper Collins.
- Qiu, A., et al. (2018). The association between mindfulness and social anxiety in a non-clinical student population. *Journal of American College Health*, 66(7), 581-589.
- Schumacker, R. E., & Lomax, R. G. (2004). *A beginner's guide to structural equation modeling* (2nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Shechory Bitton, M., & Ben Shaul, D. (2013). Perceptions and attitudes to sexual harassment: an examination of sex differences and the sex composition of the harasser–target dyad. *Journal of Applied Social Psychology*, 43(10), 2136-2145.
- Smetana, J. G. (2017). Current research on parenting styles, dimensions, and beliefs. *Current opinion in psychology*, 15, 19-25.
- Smith, J. (2015). *The Impulsive, Disorganized Child: Solutions for Parenting Kids with Executive Functioning Difficulties*, 66-67.
- Spokas, M. E. (2007). Cognitive biases in social phobia. *Psychiatry*, 6(5), 204-210.
- Tristiana, R. D., Yusuf, A., Fitryasari, R., Wahyuni, S. D., & Nihayati, H. E. (2018). Perceived barriers on mental health services by the family of patients with mental illness. *International journal of nursing sciences*, 5(1), 63-67.
- Van de Schoot, R., Schmidt, P., De Beuckelaer, A., Lek, K., & Zondervan Zwijnenburg, M. (2012). Editorial: Measurement invariance. *Frontiers in Psychology*, 6, 1064.
- Watson, D. & Friend, R. (1969). Measurement of social-evaluative anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 33, 448-457.
- Weeks, M., Coplan, R. J. & Kingsbury, A. (2009). The correlates and consequences of early appearing social anxiety in young children. *Journal of Anxiety Disorders*.
- Wood, J. J., McLeod, B. D., Sigman, M., Hwang, W. C., & Chu, B. C. (2002). Parenting and childhood anxiety: Theory, empirical findings, and future directions. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 44(1), 134-151.
- Youssef, A., et al. (2018). The mediating role of mindfulness in the relationship between self-compassion and social anxiety among university students. *Mindfulness*, 9(4), 1126-1135.