رویش روان شناسی، سال۱۲، شماره۵، شماره پیاپی ۸۶، مرداد ۱۴۰۲
Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),12(5), 2023

پیش بینی رفتارهای پرخطر بر اساس روابط والد- فرزند با میانجی‌گری ذهن آگاهی در نوجوانان پسر

Predicting risky behaviors based on parent-child relationships with the mediation of mindfulness in male adolescents

سینا جانعلی زاده چناری
کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، گروه مشاوره، دانشگاه گیلان، رشت، ایران.
زینب آور
کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی، واحد تنکابن، دانشگاه آزاد اسلامی، تنکابن، ایران.
فاطمه رحمتی توسه کله(نویسنده مسئول)
کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، رشت، ایران.
سجاد سعادت
دکترای تخصصی روانشناسی، مرکز تحقیقات علوم اعصاب، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی گیلان، رشت، ایران.

Sina Janali Zadeh Chenari
M.A. of Family Counseling, Department of Counseling, University of Guilan, Rasht, Iran.
Zeynab Avar
M.A. in General Psychology, Department of Psychology, Tankabon Branch, Islamic Azad University, Tankabon, Iran.
Fatemeh Rahmati Tosehkaleh*
M.A. of General Psychology, Department of Psychology, Science and Research Unit, Islamic Azad University, Rasht, Iran.
rahmati.0092@gmail.com
Sajjad Saadat
PhD in Psychology, Neuroscience Research Center, Guilan University of Medical Sciences, Rasht, Iran.

چکیده

این پژوهش با هدف بررسی نقش میانجی ذهن آگاهی در رابطه بین کیفیت روابط والد-فرزند و رفتارهای پرخطر در نوجوانان پسر انجام شد. روش پژوهش توصیفی- همبستگی از نوع مدل یابی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری پژوهش کلیه نوجوانان پسر دوره اول و دوم متوسطه مدارس دولتی رشت در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ بودند که تعداد ۲۱۵ نفر، به شیوه نمونه‌گیری غیر تصادفی در دسترس انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش مقیاس خطرپذیری نوجوانان ایران (IARS) علی زاده محمدی و احمدآبادی (۱۳۸۷)، مقیاس ارزیابی رابطه والد– فرزند (PCRS) مارک و همکاران (۱۹۸۳)، و فرم کوتاه پرسشنامه ذهن آگاهی فرایبورگ (FMI-SF) والش و همکاران (۲۰۰۶) بودند. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش تحلیل معادلات ساختاری استفاده شد. نتایج نشان داد که اثر مستقیم کیفیت ارتباط با پدر و مادر بر رفتارهای پرخطر و ذهن آگاهی معنادار بود؛ نتایج دیگری نشان داد که اثر مستقیم ذهن آگاهی بر رفتارهای پرخطر معنادار بود (P<۰/۰۵). همچنین مشخص شد نقش میانجی ذهن آگاهی بین کیفیت روابط پدر و مادر بر رفتارهای پرخطر معنادار بود (P<۰/۰۵)؛ در واقع متغیر ذهن آگاهی بین کیفیت روابط والد-فرزند و رفتارهای پرخطر نقش میانجی جزئی دارد. مدل پیشنهادی پژوهش از برازش قابل قبولی برخوردار بود. بر این اساس می‌توان نتیجه گرفت که کیفیت تعامل والد- فرزند می‌تواند منجر به افزایش ذهن‌آگاهی در نوجوانان شده و در نتیجه به عنوان یک عامل محافظتی در برابر رفتارهای پرخطر در نظر گرفته شود.

واژه‌های کلیدی: *ذهن آگاهی، رفتارهای پرخطر، روابط والد- فرزند، نوجوان.*

Abstract

This research was conducted with the aim of investigating the mediating role of mindfulness in the relationship between the quality of parent-child relationships and risky behaviors in male adolescents. The descriptive-correlational research method was structural equation modeling. The statistical population of the research was all the male adolescents in the first and second year of public schools in Rasht in the academic year 1401-1402, 215 of whom were selected by non-random sampling method. The research tools were the Iranian Adolescent Risk Scale (IARS) by Alizadeh Mohammadi and Ahmadabadi (2007), the Parent-Child Relationship Assessment Scale (PCRS) by Mark et al. (1983) and the Freiburg Mindfulness Questionnaire (FMI-SF) by Walach et al (2006). The structural equation analysis method was used to analyze the data. The results showed that the direct effect of the quality of communication with parents on high-risk behaviors and mindfulness was significant; Other results showed that the direct effect of mindfulness on risky behaviors was significant (P<0.05). It was also found that the mediating role of mindfulness between the quality of father-mother relationships on high-risk behaviors was significant (P<0.05); In fact, the variable of mindfulness plays a partial mediating role between the quality of parent-child relationships and risky behaviors. The proposed research model had an acceptable fit. Based on this, it can be concluded that the quality of parent-child interaction can lead to an increase in self-awareness in teenagers, and as a result, it can be considered a protective factor against high-risk behaviors.

Keywords: *Mindfulness, Risky behaviors, parent-child relationships, adolescent.*

نوع مقاله : کاربردی **دریافت : اسفند ۱۴۰۱** **پذیرش: خرداد ۱۴۰۲** **ویرایش نهایی: مرداد ۱۴۰۲**

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-24]

[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.5.18.0]

مقدمه

نوجوانی[1] دوره انتقال از کودکی به بزرگسالی است و در عین حال زمان مهمی برای رشد فردی و اجتماعی است که زیربنای بسیاری از مهارت‌های حیاتی برای تبدیل شدن به عضوی مشارکت کننده در جامعه با روابط بین گروهی سالم است (اندرسون و کلارک[2]، ۲۰۲۲؛ کرون و فولینی[3]، ۲۰۲۰). این دوره با تغییرات سریع هیجانی، فیزیکی و اجتماعی و همچنین دوره اکتشاف، اتکای به نفس، کنترل بر خود، توانایی تصمیم‌گیری مستقلانه و دوره انتخاب همراه است. به دست آوردن خودمختاری، مسئولیت‌پذیری و تصمیم‌گیری در مورد سلامتی، خانواده، شغل و همسالان در این دوره رخ می‌دهد (گلستانه و همکاران، ۱۳۹۹). به نظر می‌رسد نوجوانی به‌واسطه برخی تغییرات زیستی، روانی و اجتماعی با گرایش به انواع رفتارهای پرخطر[4] همراه باشد (دنوت[5] و همکاران، ۲۰۲۲؛ حیدری و همکاران، ۱۴۰۱). ازاین‌رو دوره نوجوانی اغلب دوره خطرپذیری هم‌معنی شده و فرد به‌عنوان موجودی خطرپذیر تعریف می‌شود (مرزبان[6]، ۲۰۲۲).

اصطلاح خطر به معنای احتمال زوال و اصطلاح خطرپذیری، شامل گستره‌ی متنوعی از رفتارهای بالقوه مخرب و خود آسیب‌رسان است (جوهری فرد و همکاران، ۱۴۰۰). رفتارهای پرخطر نوجوان شرکت در فعالیت‌هایی است که می‌تواند موجب صدماتی ناخواسته و قرار گرفتن در معرض خشونت، رفتارهای پرخطر جنسی (رفتار جنسی ناایمن که ممکن است منجر به عواقب سلامتی شود، مانند بارداری ناخواسته و بیماری‌های مقاربتی) و تنباکو، مصرف الکل و مواد غیرقانونی شود. اگرچه چنین فعالیت‌هایی اغلب پراکنده هستند، اما اگر الگوی تلفیقی از رفتارهای پرخطر به‌موقع شناسایی نشود و به‌طور مؤثر نظارت نشود، ممکن است سلامت فرد و همچنین روابط اجتماعی و خانوادگی وی به‌شدت آسیب ببیند (بوزینی[7] و همکاران، ۲۰۱۹؛ دنوت و همکاران، ۲۰۲۲؛ لارنس و ادبووال[8]، ۲۰۲۳).

خانواده اولین و مهم‌ترین نهاد در تاریخ و تمدن انسانی است و جایی است که فرد با شیوه‌های زندگی جمعی و تفاهم و سازگاری با دیگران آشنا می‌گردد (اسمتانا و روت[9] ، ۲۰۱۹). شیوه‌های ناکارآمد والدگری توسط والدین یکی از عواملی است که ارتباط یکنواختی با بروز رفتارهای پرخطر دارد؛ زمانی که سبک‌های والدگری ازلحاظ مراقبت، رابطه و ساختار نامناسب است، بستر تحول نامناسب فراهم شده و درنتیجه موجب رفتارهایی می‌شود که به‌عنوان منفی برچسب خورده است و برعکس زمانی که این مؤلفه‌ها افزایش می‌یابد رفتارهای مثبت نیز افزایش می‌یابد که این شرایط با سبک مقتدرانه رابطه دارد (کلاوزر[10] و همکاران، ۲۰۲۱). مطالعات پیشین نشان داده است که روابط با کیفیت‌تر والد و فرزند تأثیری فراوانی در برابر مشکلات درونی‌سازی و بیرونی‌سازی و سلامت روانی و جسمی نوجوانان داشته است (یون[11] و همکاران، ۲۰۲۲؛ شکیبا[12] و همکاران، ۲۰۲۲).

روابط والدین- فرزندان در طول دوره بالندگی همچنان مهم است، به ویژه از نظر ترویج شیوه‌های ارتباطی که می‌تواند به نوجوانان کمک کند تا با دنیای پیچیده‌تر خود سازگار شوند (گلدشتاین[13]و همکاران، ۲۰۲۲). زمانی که بین والدین و فرزندان رابطه گرم برقرار باشد امکان جذب آن‌ها را به خانواده بیشتر کرده و احتمال گرایش آن‌ها را به رفتارهای پرخطر کاهش می‌دهد. (قنبرپور و احمدوند، ۱۳۹۸). ارتباط عاطفی و قابل اعتماد بین والد و نوجوان، به والدین کمک می‌کند تا فرصت‌های بهتری برای محافظت از نوجوانان خود در مقابل رفتارهای مخاطره آمیز به ویژه بزهکاری و مصرف مواد داشته باشند (کاپتانوویچ[14] و همکاران، ۲۰۱۹). د. نوجوانان برای حفظ هویت خود نیازمند امنیت و محبت والدین خود هستند (فرانسیس[15] و همکاران، ۲۰۲۱). بر اساس نتایج پژوهش‌های قنبرپور و احمدوند (۱۳۹۸) نوجوانانی که ازنظر هیجانی و عاطفی موردحمایت قرار نگرفته‌اند احساسات منفی زیادی را تجربه می‌کنند. قابل‌تصور است که این نوجوانان

1 Adolescence
2 Anderson & Clarke
3 Crone & Fuligni
4 Risky behaviors
5 Denoth
6 Marzban
7 Bozzini
8 Lawrence & Adebowale
9 Smetana & Rote
10 Clauser
11 Yoon
12 Shakiba
13 Goldstein
14 Kapetanovic
15 Francis

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-24]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.5.18.0]

برای کاهش احساسات منفی خود دست به هر کاری بزنند (کاپتانوویچ و همکاران، ۲۰۱۹). در پژوهش‌های پیشین نشان داده شده است که انسجام خانواده و تعامل والد- فرزند از بروز پیامدهای منفی پیشگیری کرده و موجب سلامت روان و حرمت خود، عزت‌نفس و کاهش پرخاشگری در فرزندان می‌شود (حسین خانزاده و میرزایی، ۱۳۹۶؛ ونگ[۱] و همکاران، ۲۰۲۰؛ لی[۲] و همکاران، ۲۰۲۰؛ ونگ و همکاران، ۲۰۲۱؛ یکین و راساق[۳]، ۲۰۲۳).

محیط خانواده می‌تواند پیش‌بینی‌کننده ذهن آگاهی در فرزندان باشد (لوکاس تامپسون[۴] و همکاران، ۲۰۲۱). والدینی که از دانش و آگاهی کافی در زمینه ارتباط با نوجوانان برخوردارند، فرزندانشان کمتر به رفتارهای پرمخاطره گرایش پیدا می‌کند (کهنسال نالکیاشری و همکاران، ۱۴۰۱). در خانواده‌هایی که رفتار تحقیرآمیز وجود دارد و مرزهای افراد روشن نیست، حل مسئله اتفاق نمی‌افتد؛ تعارض والد- نوجوان می‌تواند پیامدهای ناگواری داشته باشد (ملک‌نیا و همکاران، ۱۳۹۹). تحقیقات نشان داده‌اند ذهن آگاهی به عنوان یک ابزار بالقوه قدرتمند می‌تواند برای طیف وسیعی از نوجوانان در معرض خطر و خانواده‌های آنها مفید باشد (بوگلز و امرسون[۵]، ۲۰۱۹؛ سانچز[۶] و همکاران، ۲۰۲۳). وجود شایستگی ذهن آگاهی به تاب آوری و خودتنظیمی بیشتر نوجوانان در برابر شرایط متعارض و پرتنش خانوادگی کمک می‌کند (آرناود[۷] و همکاران، ۲۰۲۰؛ زارعی، ۱۴۰۱؛ تورکوت[۸] و همکاران، ۲۰۲۲) به طوری که به نوجوانان کمک می‌کند تا بتوانند از طریق تمرین میانجی‌گری ذهنی- جسمی خود (ساپتیانگ[۹] و همکاران، ۲۰۱۹؛ ژانگ[۱۰] و همکاران، ۲۰۲۲) قدرت مقابله در برابر چالش‌های زندگی را پیدا کنند (دانینگ[۱۱] و همکاران، ۲۰۲۲). سایر مطالعات نیز نشان‌دهنده تأثیرات مثبت دانش ذهن آگاهی بر بهبود عملکرد اجرایی نوجوانان در کاهش رفتارهای پرخطر بوده است (راولت، فریدمن و توماس[۱۲]، ۲۰۱۹؛ علیزاده گورادل و همکاران، ۲۰۱۹؛ اکبرپور و همکاران، ۲۰۲۲). با توجه به پیشینه‌ی پژوهش‌های انجام شده می‌توان گفت که نقش واسطه‌ای ذهن آگاهی می‌تواند در روابط بین والدین با فرزندان نقش مهمی در پیشگیری از گرایش به رفتارهای پرخطر داشته باشد (حیدری و همکاران، ۲۰۲۲).

با توجه به اهمیت مسئله رابطه والد و فرزندی و کمک به نوجوانان برای به دست آوردن نگرش مثبت نسبت به خود و جلوگیری از خطرات سلامتی مرتبط با رفتارهای پرخطر و نقش ذهن‌آگاهی به عنوان یک واسطه در این رابطه، ضرورت انجام این پژوهش را فراهم ساخته است. لذا هدف پژوهش حاضر بررسی پیش‌بینی رفتارهای پرخطر بر اساس روابط والد- فرزند با میانجی‌گری ذهن آگاهی در نوجوانان بود.

روش

روش پژوهش توصیفی_همبستگی از نوع مدل یابی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری این پژوهش کلیه نوجوانان پسر دوره اول و دوم متوسطه مدارس دولتی رشت در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ بودند. حجم نمونه بر اساس دیدگاه کلاین (۲۰۱۶)، ۲۱۵ نفر محاسبه شد. روش نمونه‌گیری به شیوه غیر تصادفی در دسترس بود. پاسخگویی پرسشنامه‌ها ن ازطریق قرار گرفتن لینک در وب پرس لاین انجام شد. ملاک ورود به پژوهش عبارت بودند از: تحصیل در دوره اول و دوم متوسطه، جنسیت پسر، برخورداری از سلامت جسمانی و روانی، و رضایت آگاهانه در پاسخگویی به سؤالات، ملاک‌های خروج عبارت بودند از: ناقص بودن پاسخنامه سؤالات و انصراف از پاسخگویی به سؤالات در حین انجام پژوهش. ملاحظات اخلاقی پژوهش، شامل بیان اصل رازداری، محرمانه ماندن اطلاعات شخصی، آزاد بودن آزمودنی‌ها جهت شرکت در پژوهش، تحلیل داده‌ها به‌صورت کلی و اطلاع دادن نتیجه پژوهش به آنان در صورت تمایل بود. جهت تجزیه‌وتحلیل داده‌ها از روش تحلیل معادلات ساختاری و نرم‌افزارهایSPSS نسخه ۲۲ وAMOS نسخه ۲۴ استفاده شد.

1 Wang
2 Li
3Yekinn & Rasaq
4 Lucas-Thompson
5 Bögels & Emerson
6 Sanchez
7 Arnaud
8 Turcotte
9 Sapthiang
10 Zhang
11 Dunning
12 Rawlett, Friedmann, & Thomas

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-24]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.5.18.0]

ابزار سنجش

مقیاس **خطرپذیری نوجوانان ایرانی[1](IARS)** :این مقیاس توسط علی زاده محمدی و احمدآبادی (۱۳۸۷) طراحی و اعتباریابی شده است، این مقیاس شامل ۳۸ گویه بسته پاسخ بر اساس طیف پنج‌درجه‌ای لیکرت می‌باشد، این مقیاس ابعاد رانندگی خطرناک خشونت، سیگار کشیدن، مصرف مواد مخدر، مصرف الکل، دوستی با جنس مخالف، رابطه و رفتار جنسی را موردسنجش قرار می‌دهد، شیوه نمره‌گذاری در پرسشنامه بر اساس طیف پنج گزینه‌ای لیکرت به‌صورت هرگز (۱)، به‌ندرت (۲)، گاهی اوقات (۳)، اغلب (۴) و همیشه (۵) است. ضریب آلفای کرونباخ برای کلِ ۳۸ گویه در این مقیاس توسط زاده محمدی و همکاران (۱۳۹۰) برابر ۰/۹۴ بدست آمده است. علاوه براین، ضریب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌های ذکر شده به ترتیب ۰/۹۰، ۰/۹۰، ۰/۹۳، ۰/۷۸، ۰/۸۷، ۰/۸۳ و ۰/۷۴ گزارش شده است (کهنسال نالکیاشری، ۱۴۰۱). روایی سازه این مقیاس در پژوهش زاده‌محمدی و همکاران (۱۳۹۰) مورد ارزیابی قرار گرفت. تحلیل عاملی اکتشافی با مؤلفه‌های اصلی نشان داد که این مقیاس مقیاسی هفت بعدی است، که ۶۴/۸۴ درصد واریانس خطرپذیری را تبیین می‌کند (مینا و امینی منش، ۱۴۰۰). پایایی این ابزار در پژوهش حاضر به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۸ محاسبه شد.

مقیاس **ارزیابی رابطه والد – فرزند[2] (PCRS)**: این مقیاس توسط مارک و همکاران (۱۹۸۳) ساخته و از ۲۴ گویه تشکیل شده است که به‌منظور سنجش کیفیت ارتباط والدین و فرزندان بکار می‌رود. مقیاس ارزیابی رابطه والد – فرزند دو فرم دارد که یکی برای سنجش رابطه فرزند با مادر و دیگری برای سنجش رابطه فرزند با پدر است. هر دو فرم برای پدر و مادر یکسان است، به‌جز کلمات «پدر» و «مادر» که قابل‌تغییر است. نمره‌گذاری پرسشنامه به‌صورت طیف لیکرت ۷ نقطه‌ای می‌باشد. گویه‌های شماره ۹، ۱۳ و ۱۴ به‌صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند و سپس نمرات گزینه‌ها جمع می‌شوند و بر تعداد گزینه‌های هر عامل تقسیم می‌شود (میانگین هر خرده مقیاس). نمره کل، مجموع میانگین خرده مقیاس‌ها است. مقیاس رابطه والد – فرزندی با ضرایب آلفای ۰/۸۹ تا ۰/۹۴ برای خرده مقیاس‌های مربوط به پدر و نیز آلفای کلی ۰/۹۶ و ضرایب آلفای ۰/۶۱ (همانندسازی) تا ۰/۹۴ برای خرده مقیاس‌های مربوط به مادر و نیز آلفای کلی ۰/۹۶ از همسانی درونی مناسبی برخوردار است (فاین[3] و همکاران، ۱۹۸۳). در پژوهشی که پرهیزگار (۱۳۸۱) انجام داده است ضرایب پایایی محاسبه‌شده برای پرسشنامه فرم پدر برابر با ۰/۹۳ و برای فرم مادر ۰/۹۲ بوده است که نشان‌دهنده‌ی همسانی درونی خوبی است. روایی پرسشنامه رابطه والد – فرزند با تمایز بین کودکان خانواده‌های طلاق و کودکان خانواده‌های سالم، با استفاده از روش تحلیل عاملی، برای ارزش محض تمامی سؤالات زیر عامل اصلی بالای ۰/۵ به دست آورده شد که از روایی پیش‌بین خوبی بهره‌مند بود (عراقی، ۱۳۸۷). پایایی این ابزار در پژوهش حاضر به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۲ محاسبه شد.

فرم کوتاه پرسشنامه ذهن آگاهی فرایبورگ (FMI-SF)[4]: پرسشنامه ذهن آگاهی فرایبورگ- فرم کوتاه، توسط والش[5] و همکاران (۲۰۰۶) ساخته شده است. این پرسشنامه دارای ۱۴ آیتم می‌باشد و برای افرادی که هیچ دانش پیش‌زمینه‌ای در زمینه ذهن آگاهی ندارند، تهیه شده است. هر آیتم خودتوصیفی با استفاده از یک مقیاس لیکرت چهاردرجه‌ای از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۴ (کاملاً موافقم) نمره‌گذاری می‌شود. شایان‌ذکر است که عبارت شماره ۱۳، به‌صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شود. حداقل نمره در این پرسشنامه ۱۴ و حداکثر ۵۶ است. نمره بیشتر نمایانگر دانش ذهن آگاهی بیشتر است (والش و همکاران، ۲۰۰۶). روایی این پرسشنامه توسط قاسمی جوبنه و همکاران (۱۳۹۴) به روش مدل عاملی تأییدی محاسبه شد. همبستگی بین فرم کوتاه پرسشنامه ذهن آگاهی فرایبورگ با مقیاس‌های خودکنترلی (۰/۶۹) و تنظیم هیجانی (۰/۶۸) در سطح معناداری ۰/۰۱ مناسب گزارش شد که از روایی عاملی مطلوبی برخوردار است. نتایج ضریب پایایی نیز نشان داد که فرم کوتاه پرسشنامه ذهن آگاهی فرایبورگ از پایایی قابل‌قبول و کافی برخوردار است و ضرایب به‌دست‌آمده برای ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۲، تتای ترتیبی ۰/۹۳ و ضریب پایایی باز آزمایی به فاصله چهار هفته ۰/۸۳ به دست آمد (قاسمی جوبنه و همکاران، ۱۳۹۴). پایایی این ابزار در پژوهش حاضر به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۴ محاسبه شد.

1 Iranian Adolescents Risk-Taking Scale (IARS)
2 Evaluation of parent-child relationship
3 Fin
4 Freiburg Mindfulness Inventory
5 Walach

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-24]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.5.18.0]

یافته ها

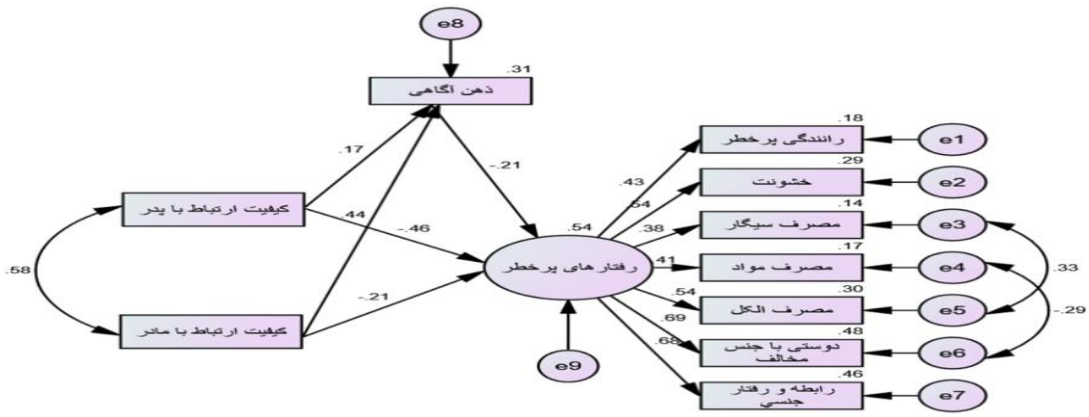
در این مطالعه ۲۵۰ نفر مشارکت داشتند، اما در نهایت ۲۱۵ داده مورد تحلیل قرار گرفت، سایر داده‌ها به دلیل ناقص بودن یا پرت بودن (با محاسبه فاصله ماهالانوبیس) از تحلیل خارج شدند. شرکت‌کنندگان در میانگین و انحراف استاندارد سنی ۱۳/۳۴±۲/۴۳ سال قرار داشتند. معدل تحصیلی آن‌ها برابر با ۱۵/۷۸±۳/۷۶بود. در ادامه اطلاعات توصیفی و ضرایب همبستگی پیرسون در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول۱: یافته‌های توصیفی و ضرایب همبستگی بین متغیرها

متغیر	۱	۲	۳	۴
۱- رفتارهای پرخطر	۱			
۲- کیفیت ارتباط با پدر	-۰/۵۷۹**	۱		
۳- کیفیت ارتباط با مادر	-۰/۵۰۹**	۰/۵۷۹**	۱	
۴- ذهن آگاهی	-۰/۴۵۴**	۰/۴۲۵**	۰/۵۳۸**	۱
میانگین	۶۷/۷۳	۱۱۹/۴۱	۱۲۱/۴۷	۴۱/۳۰
انحراف معیار	۱۴/۵۴	۲۵/۸۳	۲۴/۴۶	۷/۳۳
کجی	۰/۳۲۲	-۰/۳۸۶	-۰/۶۴۸	-۰/۱۷۸
کشیدکی	-۰/۶۴۲	-۰/۴۴۵	-۰/۳۰۳	-۰/۵۲۹

میانگین و انحراف معیار متغیرهای رفتارهای پرخطر (۶۷/۷۳±۱۴/۵۴)، کیفیت ارتباط با پدر (۱۱۹/۴۱±۲۵/۸۳)، کیفیت ارتباط با مادر (۱۲۱/۲۴±۴۷/۴۶) و ذهن آگاهی (۴۱/۳۰±۷/۳۳) در جدول ۱ ارائه شده است. همچنین شاخص‌های چولگی و کشیدگی در دامنه ۲ و ۲- قرار دارد که نشان دهنده این است که متغیرها دارای توزیع نرمال است. همچنین نتایج ضریب همبستگی پیرسون نشان داد که رفتارهای پرخطر با متغیرهای کیفیت ارتباط با پدر (۰/۵۷۹-)،کیفیت ارتباط با مادر (۰/۵۰۹-) و ذهن آگاهی (۰/۴۵۴) همبستگی منفی و معنادار دارد (P<۰/۰۵). در واقع افزایش نمره در متغیرهای کیفیت ارتباط با پدر، کیفیت ارتباط با مادر و ذهن آگاهی با کاهش رفتارهای پرخطر در نوجوانان همراه بود. همچنین بین متغیرهای کیفیت ارتباط با مادر، پدر و ذهن آگاهی ارتباط مثبت و معنادار وجود داشت (P<۰/۰۵).

قبل از استفاده از آزمون‌های آماری مرتبط به مدل معادلات ساختاری پیش‌فرض‌های آماری بررسی شد. نتایج نشان داد که آماره دوربین واتسون[1] برابر با ۲/۲۲ و در دامنه مطلوبیت ۱/۵ تا ۲/۵ قرار دارد و بیانگر استقلال باقی‌مانده‌ها است. هم‌چنین هرچه مقدار تولرانس بیش‌تر (نزدیک به ۱) باشد، میزان هم‌خطی کمتر است؛ در این مطالعه میزان تلورانس برای متغیرهای کیفیت ارتباط با پدر، ذهن آگاهی و کیفیت ارتباط با مادر به ترتیب ۰/۶۴۶، ۰/۶۹۱ و ۰/۵۶۱ محاسبه شد که نشانگر وضعیت هم‌خطی نسبتا مطلوب است. بر این اساس امکان اجرای آزمون‌های وابسته به رگرسیون وجود دارد. در شکل ۱ ضرایب مسیر متغیرها ارائه شده است.



شکل ۱: ضرایب مسیر مدل مفهومی پژوهش در حالت استاندارد

1. Durbin-Watson

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-24]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.5.18.0]

نتایج شکل ۱ نشان می‌دهد که متغیرهای کیفیت ارتباط با پدر و کیفیت ارتباط با مادر به طور مستقیم و با میانجی‌گری ذهنی‌سازی با رفتارهای پرخطر ارتباط دارند؛ در مجموع این مدل ۵۴ درصد از واریانس متغیر رفتارهای پرخطر را تبیین می‌کند. در ادامه در جدول ۲ و ۳ اثرات مستقیم و غیر مستقیم متغیرها با استفاده از آزمون بوت استرپ ارائه شده است.

جدول ۲: ضرایب مسیر مستقیم و معناداری متغیرهای مدل معادلات ساختاری

مسیر	ضریب استاندارد	خطای استاندارد	CR	دامنه پایین ۹۵٪	دامنه بالا ۹۵٪	سطح معناداری
کیفیت ارتباط با پدر بر رفتارهای پرخطر	-۰/۴۶۲	۰/۰۷۲	-۴/۸۳	-۰/۵۹۶	-۰/۳۱۵	۰/۰۰۲
کیفیت ارتباط با مادر بر رفتارهای پرخطر	-۰/۲۱۲	۰/۰۸۶	-۲/۴۷۷	-۰/۳۹۰	-۰/۰۵۰	۰/۰۱۲
کیفیت ارتباط با پدر بر ذهن آگاهی	۰/۱۷۱	۰/۰۶۶	۲/۴۵۳	۰/۰۳۲	۰/۲۹۱	۰/۰۱۵
کیفیت ارتباط با مادر بر ذهن آگاهی	۰/۴۳۹	۰/۰۵۸	۶/۳۰۰	۰/۳۲۶	۰/۵۵۸	۰/۰۰۱
ذهن آگاهی بر رفتارهای پرخطر	-۰/۲۰۷	۰/۰۸۲	-۲/۶۴۵	-۰/۳۶۸	-۰/۰۴۵	۰/۰۱۶

نتایج نشان داد که اثر مستقیم کیفیت ارتباط با پدر (β=-۰/۴۶۲) و مادر (β=-۰/۲۰۱۲) بر رفتارهای پرخطر معنادار بود؛ همچنین اثر مستقیم کیفیت ارتباط با پدر (β=۰/۱۷۱) و مادر (β=۰/۴۳۹) بر ذهن آگاهی معنادار بود؛ همچنین نتایج نشان داد که اثر مستقیم ذهن آگاهی بر رفتارهای پرخطر(β=-۰/۲۰۷) معنادار بود (P<۰/۰۵). در ادامه، نتایج تحلیل میانجی در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳: اثرات میانجی مدل معادلات ساختاری

مسیر	ضریب استاندارد	خطای استاندارد	دامنه پایین ۹۵٪	دامنه بالا ۹۵٪	سطح معناداری
کیفیت روابط پدر-فرزند-- ذهن‌آگاهی--رفتارهای پرخطر	-۰/۰۳۵	۰/۰۲۱	-۰/۰۹۱	-۰/۰۰۵	۰/۰۱۵
کیفیت روابط مادر-فرزند -- ذهن‌آگاهی--رفتارهای پرخطر	-۰/۰۹۱	۰/۰۳۹	-۰/۱۸۱	-۰/۰۲۳	۰/۰۱۱

نتایج نشان داد که نقش میانجی ذهن آگاهی بین کیفیت روابط پدر-فرزند (β=-۰/۰۳۵) و مادر-فرزند (β=-۰/۰۹۱) بر رفتارهای پرخطر معنادار بود (P<۰/۰۵)؛ در واقع متغیر ذهن آگاهی بین کیفیت روابط والد-فرزند و رفتارهای پرخطر نقش میانجی جزئی دارد.

برای بررسی سؤال پژوهشی مبنی بر این که ذهن‌آگاهی می‌تواند بین روابط والد-فرزند و رفتارهای پرخطر نقش میانجی را ایفا کند از تحلیل مسیر استفاده شد؛ نتایج در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴: شاخص‌های برازش مدل پژوهش

شاخص‌های برازش	CMIN	CMIN/DF	CFI	NFI	RMSEA
مدل پژوهش	۴۷/۰۹۹	۱/۵۷۰	۰/۹۶۹	۰/۹۵۹	۰/۰۵۲
معیار تصمیم	P>۰/۰۵	۱< CMIN/DF<۵	CFI > ۰/۹	CFI >۰/۹	RMSEA <۰/۰۸

نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد، شاخص‌های برازندگی حاصل از برازش مدل اندازه‌گیری پژوهش از برازش قابل قبول مدل اندازه‌گیری با داده‌های گردآوری شده حمایت می‌کنند (χ^2/df=۱/۵۷۰، CFI =۰/۹۶۹، NFI =۰/۹۵۹ و RMSEA =۰/۰۵۲)، بر این اساس می‌توان گفت که مدل پیشنهادی از برازش مطلوب برخوردار است. همچنین نتایج ضرایب مسیر در شکل ۱ بیانگر این است که مدل پیشنهادی در مجموع ۵۴٪ از واریانس رفتارهای پرخطر را در شرکت‌کنندگان پیش‌بینی می‌کند.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش میانجی ذهن آگاهی در رابطه بین کیفیت روابط والد- فرزند و رفتارهای پرخطر در پسران نوجوان انجام شد. نتایج پژوهش نشان داد که کیفیت رابطه والد- فرزندی بر رفتارهای پرخطر اثر مستقیمی داشت. این یافته با پژوهش کهنسال نالکیاشری (۱۴۰۱)، حیدری و همکاران (۱۴۰۱)، شیرالی نیا و همکاران (۱۳۹۸)، قنبرپور و احمدوند (۱۳۹۸)، یون و همکاران (۲۰۲۲)،

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-24]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.5.18.0]

شکیبا و همکاران (۲۰۲۲) و کاپتانوویچ و همکاران (۲۰۱۹) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان گفت که روابط والدین-نوجوانان در طول دوره رشد بسیار مهم است، به ویژه از نظر ترویج شیوه‌های ارتباطی که می‌تواند به فرزندان کمک کند تا با دنیای پیچیده‌تر خود سازگار شوند. (گلدشتاین و همکاران، ۲۰۲۲). خانواده می‌تواند از طریق به کارگیری شیوه تربیتی مقتدرانه از ارتکاب رفتارهای پرخطر در نوجوانان پیش‌گیری کند. والدینی که سبک والدگری مقتدرانه دارند نسبت به نیازهای نوجوانشان حساس هستند و رابطه گرمی با نوجوانان خود دارند و از نظرهیجانی و عاطفی نوجوان خود را مورد حمایت قرار می‌دهند و در مواقعی که نوجوانشان به خطار می‌رود به نحوی کارآمد و مسامحه‌آمیز برخورد کرده و می‌توانند به موقع نوجوان خود را از ورطه خطر نجات دهند (قنبرپور و احمدوند، ۱۳۹۸).

نتایج دیگر پژوهش نشان داد که اثر مستقیم کیفیت ارتباط با پدر و مادر بر ذهن آگاهی معنادار بود. به عبارتی کیفیت مطلوب ارتباط با پدر و مادر موجب افزایش ذهن‌آگاهی در نوجوانان می‌شود. نتایج این یافته با پژوهش کاشفی نیشابوری و همکاران (۱۴۰۰)، سانچز و همکاران (۲۰۲۳) لوکاس تامپسون و همکاران (۲۰۲۱) و بوگلز و امرسون (۲۰۱۹) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان گفت که محیط خانواده می‌تواند پیش‌بینی‌کننده ذهن‌آگاهی در فرزندان خود باشند (لوکاس تامپسون و همکاران، ۲۰۲۱). ذهن آگاهی به طور بالقوه می‌تواند برای طیف وسیعی از نوجوانان در معرض خطر (سانچز و همکاران، ۲۰۲۳) و خانواده‌های آنها مفید باشد (بوگلز و امرسون، ۲۰۱۹). والدینی که از دانش و آگاهی کافی در زمینه ارتباط با نوجوانان برخوردار باشند، فرزندانشان کمتر به رفتارهای پرمخاطره گرایش پیدا می‌کند (کهنسال نالکیاشری و همکاران، ۱۴۰۱). مطالعات نشان داده‌اند انسجام خانواده و کیفیت روابط تعامل والد- فرزند، سبک فرزندپروری مقتدرانه و کیفیت زندگی والدین می‌تواند خودکارآمدی عمومی و خودنظم‌جویی هیجانی (حیدری و همکاران، ۱۴۰۱)، جو عاطفی (ملک نیا و همکاران، ۱۳۹۹)، تفکر انتقادی (کریمی و فاطمی عقدا، ۱۳۹۷)، حرمت خود (حسین خانزاده و همکاران، ۱۳۹۶)، عزت‌نفس (یکین و راساق، ۲۰۲۳)، خودتنظیمی و تاب آوری (آرنادو و همکاران، ۲۰۲۰؛ تورکوت، ۲۰۲۲) را در نوجوانان فراهم سازد. نوجوانانی که از نظر هیجانی مورد حمایت خانواده قرار می‌گیرند قادر خواهند بود، هیجانات خود را تنظیم کرده (تورکوت و همکاران، ۲۰۲۲) و کمتر مستعد ارتکاب رفتارهای پرخطر می‌شوند (کاشفی نیشابوری و همکاران، ۱۴۰۰). بنابراین حمایت خانواده و فضای مطلوب خانوادگی می‌تواند از نظر هیجانی و عاطفی و شناختی موجب سلامت روان در نوجوانان شده و سبب پرورش ذهن‌آگاهی در آنان شود (گلدشتاین و همکاران، ۲۰۲۲؛ لوکاس تامپسون و همکاران، ۲۰۲۱؛ کریمی و فاطمی عقدا، ۱۳۹۷).

یافته دیگر پژوهش نشان داد که اثر مستقیم ذهن آگاهی بر رفتارهای پرخطر معنادار بوده است. به این معنا که با افزایش ذهن آگاهی در نوجوانان رفتارهای پرخطر در آنان کاهش می‌یابد. این یافته با نتایج پژوهش زارعی (۱۴۰۱)، گلستانه و همکاران (۱۳۹۹)، نظام پور و همکاران (۱۳۹۷)، علیزاده گورادل و همکاران (۲۰۱۹)، راولت و همکاران (۲۰۱۹) و اکبرپور و همکاران (۲۰۱۹) همسو بود. باتوجه به نتایج پژوهش حاضر و پژوهش‌های پیشین در تبیین این یافته می‌توان گفت که مهارت‌های ذهن آگاهی می‌تواند آگاهی و توجه فرد را نسبت به احساسات و عواطف بالا برده و به تنظیم هیجانات در نوجوانان کمک می‌کند و به نوجوانان قدرت مقابله در برابر چالش‌های زندگی از قبیل اضطراب و استرس را که می‌تواند زمینه‌ساز رفتارهای پرخطر باشد، می‌دهد (دانینگ و همکاران، ۲۰۲۲). نوجوانان شناخت بیشتری از افکار و رفتارها و هیجانات خود پیدا می‌کنند. به طوری‌که می‌تواند موجب فراهم‌سازی تمرین میانجی‌گری جسمی و ذهنی در نوجوانان شود (ساپتیانگ و همکاران، ۲۰۱۹). بنابراین پرورش ذهن آگاهی می‌تواند بر بهبود عملکرد اجرایی نوجوانان در کاهش رفتارهای پرخطر تأثیر مثبت داشته باشد (علیزاده گورادل و همکاران، ۲۰۱۹).

یافته دیگر پژوهش نشان داد که نقش میانجی ذهن آگاهی بین کیفیت روابط پدر و مادر بر رفتارهای پرخطر معنادار است. در واقع متغیر ذهن آگاهی بین کیفیت روابط والد- فرزند و رفتارهای پرخطر نقش میانجی دارد. این یافته با پژوهش زارعی (۱۴۰۱)، اکبرپور و همکاران (۲۰۲۱) و آرنادو و همکاران (۲۰۲۰) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان گفت ذهن آگاهی بر زمان حال متمرکز شده و می‌تواند به نوجوانان کمک کند تا خود را از رویدادهای ناخوشایند گذشته و نگرانی‌های آینده رها کرده و در نتیجه مشارکت آن‌ها را در رفتارهای پرخطر کاهش می‌یابد (اکبرپور و همکاران، ۲۰۲۱). لذا شایستگی ذهن آگاهی می‌تواند به بهبود انعطاف‌پذیری شناختی، کنترل و تنظیم هیجان نوجوانان کمک کرده و موجب می‌شود تا با مدیریت مؤثرتر شناخت‌ها، احساسات و رفتارهای خود در شرایط استرس‌زا به رفتارهای پرخطر روی نیاورند (آرناود و همکاران، ۲۰۲۰).

باتوجه به نتایج پژوهش حاضر می‌توان گفت کیفیت تعامل والد- فرزند می‌تواند منجر به افزایش ذهن‌آگاهی در نوجوانان شده و در نتیجه به عنوان یک عامل محافظتی در برابر رفتارهای پرخطر باشد. لذا فضای مناسب محیط خانواده (کیفیت تعامل والد- فرزند) می‌تواند از مشکلات رفتاری و هیجانی نوجوانان پیشگیری نماید.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-24]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.5.18.0]

از محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به نمونه‌گیری دردسترس و آنلاین و همچنین تمرکز بر دانش‌آموزان پسر اشاره کرد. همچنین پژوهش همبستگی یک محدودیت مهم در دستیابی به علیت می‌باشد. بر این اساس پیشنهاد می‌شود که در مطالعات آینده محدودیت‌های مطالعه حاضر پوشش داده شود و جهت دستیابی به علیت پژوهش‌های طولی و مداخله‌ای اجرا گردد. در زمینه کاربردی اجرای برنامه‌های آموزشی در زمینه فرزندپروری، بهبود تعامل با فرزندان و مداخلات مبتی بر ذهن آگاهی به منظور پیشگیری از رفتارهای پرخطر پیشنهاد می‌شود.

منابع

جوهری فرد، م.، زهرا کار، ک.، فرخی، ن.، و مردانی راد، م. (۱۴۰۰). بررسی مدل علّی گرایش به رفتار پرخطر نوجوانان بر اساس باورهای فراشناختی و سبک‌های هویت با میانجی‌گری افکار منفی تکرار شونده و تاب‌آوری. *فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، ۱۲(۴۷)، ۱۶۱-۱۹۴. https://qccpc.atu.ac.ir/article_12343.html

حسین خانزاده، ع.، و میرزایی، ف. (۱۳۹۶). نقش انسجام خانواده و تعامل والد-فرزند در تبیین حرمت خود دانش‌آموزان. *اندیشه‌های نوین تربیتی*، ۱۳(۱)، ۱۱۵-۱۳۶. http://jontoe.alzahra.ac.ir/article_2823.html

حیدری، م.، نعیمه، م.، واحدی، ش.، و علیوندی وفا، م. (۱۴۰۱). بررسی مدل ساختاری رابطه بین کنترل روانشناختی والدین و خودکارآمدی عمومی با رفتارهای پرخطر نوجوانان با میانجی‌گری خودنظم‌جویی هیجانی. *مجله علوم روانشناختی*، ۲۱(۱۱۵)، ۱۴۶۳-۱۴۸۴. https://psychologicalscience.ir/browse.php?a_id=1512&sid=1&slc_lang=fa

زارعی، س. (۱۴۰۱). تعارض زناشویی والدین و گرایش به سوءمصرف مواد نوجوانان: نقش تعدیل کننده نشانگان افسردگی و ذهن آگاهی. *فصلنامه علمی اعتیادپژوهی*، ۰-۰. https://etiadpajohi.ir/article-1-2577-fa.html

شیرالی‌نیا، خ.، ایزدی، م.، اصلانی، خ. (۱۳۹۸). نقش واسطه ای استرس فرزندپروری، کیفیت رابطه مادر-کودک و سلامت روان مادر در رابطه بین فرزندپروری ذهن‌آگاهانه و مشکلات رفتاری کودکان. *فرهنگ مشاوره و روان درمانی*، ۳۸(۱۰)، ۱۱۱-۱۴۶. https://qccpc.atu.ac.ir/article_9669.html

علی زاده محمدی، ع.، و احمدآبادی، ز. (۱۳۸۷). هم وقوعی رفتارهای پرخطر در بین نوجوانان دبیرستان‌های تهران، فصلنامه‌ی خانواده پژوهی. ۴(۱۳)، ۸۷-۱۰۰. https://www.sid.ir/fA/Journal/ViewPaper.aspx?id=79084

عراقی، ی.، (۱۳۸۷). بررسی کیفیت رابطه‌ی والد – فرزندی در دو گروه از دانش آموزان پسر پرخاشگر و غیر پرخاشگر. مطالعات روان‌شناختی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه الزهراء (س)، دوره ۴، شماره ۴، ۱۱۳-۱۲۹. https://psychstudies.alzahra.ac.ir/article_1644.html

قاسمی جوبنه، ر.، عرب زاده، م.، جلیلی نیکو، س.، محمدعلی پور، ز.، محسن زاده، ف. (۱۳۹۴). بررسی روایی و پایایی نسخه فارسی فرم کوتاه پرسشنامه ذهن آگاهی فرایبورگ. *مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان*، ۱۴ (۲)، ۱۵۰-۱۳۷. http://journal.rums.ac.ir/browse.php?a_id=2293&sid=1&slc_lang=fa&html=1

قنبرپور، ف، احمدوند، م. (۱۳۹۸). رابطه بین سبک‌های والدگری ادراک‌شده با رفتارهای پرخطر دانش آموزان دختر دبیرستانی. مقاله کنفرانسی. اولین همایش ملی مدرسه فردا. https://repository.uma.ac.ir/id/eprint/11106/

کاشفی نیشابوری، ج.، افتخار صعادی، ز.، پاشا، ر.، حیدرئی، ع.، مکوندی، بهنام. (۲۰۲۱). مقایسه اثربخشی آموزش شناخت‌درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی با آموزش تنظیم هیجان بر کاهش هیجان‌خواهی و خودآسیب‌رسانی در نوجوانان مستعد اعتیاد ساکن در مراکز شبه خانواده. *فصلنامه پژوهش های نوین روانشناختی*، ۱۶(۶۱)، ۱۱۱-۱۲۶. https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article_12539.html?lang=fa

کریمی، م.، و فاطمی‌عقدا، ن. (۱۳۹۷). رابطه کیفیت تعامل والد فرزندی با گرایش به تفکر انتقادی و مولفه‌های سلامت روان در دانش‌آموزان دختر نوجوان. *پژوهش های مشاوره*، ۶۸(۱۷)، ۱۹۲-۲۱۰. https://www.noormags.ir/view/en/articlepage/100995/205

کهنسال نالکیاشری، س.، اسدی مجره، س.، و اکبری، ب. (۱۴۰۱). ارائه مدل ساختاری رابطه سبک‌های فرزند پروری ادراک شده با رفتارهای پر خطر از راه میانجی‌گری تاب‌آوری و تنظیم هیجان در نوجوانان. *فصلنامه علمی-پژوهشی روش‌ها و مدل‌های روانشناختی*، ۱۳(۴۷)، ۱۰۱-۱۱۶. https://jpmm.marvdasht.iau.ir/article_5274.html

گلستانه، س.ا ، محمدی، م.، داوودی، ا.، و فتح، ن. (۱۳۹۹). اثربخشی مداخله مبتنی بر ذهن آگاهی بر بازداری رفتاری، خودکنترلی و رفتارهای پرخطر در نوجوانان دارای اختلال کم‌توجهی/ بیش‌فعالی. *مجله تحقیقات علوم رفتاری*، ۱۸(۴)،۵۱۹-۵۳۴. http://rbs.mui.ac.ir/browse.php?a_code=A-10-295-2&sid=1&slc_lang=fa

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-24]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.5.18.0]

ملک نیا، آ.، هاشمیان، ک.، ابوالمعالی الحسینی، خ. (۱۳۹۹). تبیین روابط ساختاری بین کیفیت روابط والد-فرزند و جو عاطفی مدرسه با قلدری در مدرسه: ارزیابی نقش میانجی‌گر خودپنداره. *پژوهش در نظام های آموزشی*، ۱۴(۵۰)، ۵۷-۷۸.
http://www.jiera.ir/&url=http://www.jiera.ir/article_112664.html

مینا، ف.، امینی‌منش، س. (۱۴۰۰). پیش‌بینی کننده‌های گرایش به رفتارهای پرخطر در نوجوانان دختر: نقش بدنظمی هیجانی، تمایزیافتگی و ابراز وجود. *پژوهش های روانشناسی اجتماعی*، ۱۱(۴۴)، ۱۸۳-۱۹۷.
https://www.socialpsychology.ir/&url=http://www.socialpsychology.ir/article_145808.html

نظام پور، ر.، مشهدی، ع.، و بیگدلی، ا. (۱۳۹۷). اثربخشی درمانی گروه کاهش تنیدگی مبتنی بر آگاهی ذهن بر رفتار پرخطر و پرخاشگری نوجوانان پسر بی‌سرپرست. *روان‌شناسی بالینی*، ۱۰(۲)، ۵۹-۷۰.http://journals.semnan.ac.ir/article_3424.html

Akbarpour, F. Zare Bahramabadi, M. Davaei, M. & Hassani, F. (2021). Comparing the Efficacy of Mindfulness-Based Group Training and Emotion Regulation Skills in Externalizing Syndromes in Adolescents with a Tendency for Risky Behaviors. *Avicenna Journal of Neuro Psycho Physiology*, *8*(3), 129-134. http://dx.doi.org/10.32592/ajnpp.2021.8.3.102

Alizadehgoradel, J. Imani, S. Nejati, V. & Fathabadi, J. (2019). Mindfulness-based substance abuse treatment (MBSAT) improves executive functions in adolescents with substance use disorders. *Neurology, Psychiatry and Brain Research*, *34*, 13-21. https://doi.org/10.1016/j.npbr.2019.08.002

Arnaud, N., Baldus, C., Laurenz, L. J., Bröning, S., Brandt, M., Kunze, S., Austermann, M., Zimmermann, L., Daubmann, A., & Thomasius, R. (2020). Does a mindfulness -augmented version of the German Strengthening Families Program reduce substance use in adolescents?. *Trials 21*(114), 45–58. https://doi.org/10.1186/s13063-020-4065-1

Anderson, E. M., & Clarke, L. (2022). *Disability in adolescence*. Taylor & Francis. https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=E2WcEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT7&dq=adolescence+Anderson+2022&ots=obR2ZUonoe&sig=_jVrgp1X4l1lI64AsuKYRFlu9X0

Bögels, S. M., & Emerson, L. M. (2019). The mindful family: A systemic approach to mindfulness, relational functioning, and somatic and mental health. *Current opinion in psychology*, *28*, 138-142. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.12.001

Bozzini, A. B. Bauer, A. Maruyama, J., Simões, R., & Matijasevich, A. (2020). Factors associated with risk behaviors in adolescence: a systematic review. *Brazilian Journal of Psychiatry*, *43*, 210-221. https://doi.org/10.1590/1516-4446-2019-0835

Clauser, P., Ding, Y., Chen, E. C., Cho, S. J., Wang, C., & Hwang, J. (2021). Parenting styles, parenting stress, and behavioral outcomes in children with autism. *School Psychology International*, *42*(1), 33-56. https://doi.org/10.1177/0143034320971675

Coatsworth, J. D., Timpe, Z., Nix, R., Duncan, L. ve Greenberg, M. (2018). Changes in mindful parenting: Associations with changes in parenting, parent–youth relationship quality, and youth behavior. *Journal of the Society for Social Work and Research*, 9(4),511–529. https://doi.org/10.1086/701148

Crone, E. A., & Fuligni, A. J. (2020). Self and others in adolescence. *Annual review of psychology*, *71*, 447-469. https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010419-050937

Denoth, F., Biagioni, S., Baldini, F., Baroni, M., Franchini, M., & Molinaro, S. (2022). Weight Categories among Male Adolescents Linked to Risky Behaviors: High or Low BMI, Which Is Worse?. *Adolescents*, *2*(1), 128-139. https://doi.org/10.3390/adolescents2010012

Dunning, D., Tudor, K., Radley, L., Dalrymple, N., Funk, J., Vainre, M., ... & Dalgleish, T. (2022). Do mindfulness-based programmes improve the cognitive skills, behaviour and mental health of children and adolescents? An updated meta-analysis of randomised controlled trials. *BMJ Ment Health*, *25*(3), 135-142. http://dx.doi.org/10.1136/ebmental-2022-300464

Fine, M.A. and Schwebel, A. I. (1983). Long-term effects of divorce on parent-child relationships, Developmental Psychology, 19, 703-713. https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0012-1649.19.5.703

Francis, A., Pai, M. S., & Badagabettu, S. (2021). Psychological well-being and perceived parenting style among adolescents. *Comprehensive child and adolescent nursing*, *44*(2), 134-143. https://doi.org/10.1080/24694193.2020.1743796

Goldstein, S. E., Gunn III, J. F., Park, J., Paldi, R., & Greiner, C. (2022). Predicting Youth Information Management in Emerging Adulthood from Parental Mindfulness and Social Support. *Youth*, *2*(4), 633-645. https://doi.org/10.3390/youth2040044

Lawrence, K. C., & Adebowale, T. A. (2023). Adolescence dropout risk predictors: Family structure, mental health, and self-esteem. *Journal of Community Psychology*, *51*(1), 120-136. https://doi.org/10.1002/jcop.22884

Leavitt, C. E., Allsop, D. B., Busby, D. M., Driggs, S. M., Johnson, H. M., & Saxey, M. T. (2020). Associations of mindfulness with adolescent outcomes and sexuality. *Journal of Adolescence*, *81*, 73-86. https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2020.04.008

Li, C., Jiang, S., Fan, X., & Zhang, Q. (2020). Exploring the impact of marital relationship on the mental health of children: Does parent–child relationship matter?. *Journal of health psychology*, *25*(10-11), 1669-1680. https://doi.org/10.1177/1359105318769348

Lucas-Thompson, R. G., Seiter, N. S., Miller, R. L., & Crain, T. L. (2021). Does dispositional mindfulness buffer the links of stressful life experiences with adolescent adjustment and sleep?. *Stress and Health*, *37*(1), 140-150. https://doi.org/10.1002/smi.2980

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-24]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.5.18.0]

Kapetanovic, S., Skoog, T., Bohlin, M., & Gerdner, A. (2019). Aspects of the parent–adolescent relationship and associations with adolescent risk behaviors over time. *Journal of Family Psychology*, *33*(1), 1. https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/fam0000436

Marzban, A. (2022). Prevalence of high risk behaviors in high school students of Qom, 2016. *Pars Journal of Medical Sciences*, *16*(3), 44-51. https://doi.org/10.52547/jmj.16.3.44

Rawlett, K. E., Friedmann, E., & Thomas, S. A. (2019). Mindfulness based intervention with an attentional comparison group in at risk young adolescents: a pilot randomized controlled trial. *Integrative medicine research*, *8*(2), 101-106. https://doi.org/10.1016/j.imr.2019.04.002

Sanchez, B., Allen, D., & Delgado, J. (2023). Positive Psychological Effects of School-Based Yoga and Mindfulness Programs for At-Risk Hispanic Adolescents. *Contemporary School Psychology*, *27*(1), 118-135. https://doi.org/10.1007/s40688-022-00427-3

Sapthiang, S., Van Gordon, W., & Shonin, E. (2019). Mindfulness in schools: A health promotion approach to improving adolescent mental health. *International Journal of Mental Health and Addiction*, *17*, 112-119. https://doi.org/10.1007/s11469-018-0001-y

Shakiba, N., Gao, M., Conradt, E., Terrell, S., & Lester, B. M. (2022). Parent–child relationship quality and adolescent health: Testing the differential susceptibility and diathesis-stress hypotheses in African American youths. *Child Development*, *93*(1), 269-287. https://doi.org/10.1111/cdev.13667

Smetana, J. G., & Rote, W. M. (2019). Adolescent–parent relationships: Progress, processes, and prospects. *Annual Review of Developmental Psychology*, *1*, 41-68. https://doi.org/10.1146/annurev-devpsych-121318-084903

Turcotte, J., Lakatos, L., & Oddson, B. (2022). Self-regulation of attention may unify theories of mindfulness. *Psychology of Consciousness: Theory, Research, and Practice*. https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/cns0000310

Walach, H., Buchheld, N., Buttenmüller, V., Kleinknecht, N., & Schmidt, S. (2006). Measuring mindfulness—the Freiburg mindfulness inventory (FMI). *Personality and individual differences*, *40*(8), 1543-1555. https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.11.025

Wang, Q., Xiong, Y., & Liu, X. (2020). Family Unity or Money? The Roles of Parent–Child Cohesion and Socioeconomic Status in the Relationship Between Stressful Life Events and Nonsuicidal Self-Injury Among Chinese Left-Behind Children. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, *50*(5), 963-974. http://dx.doi.org/10.1111/sltb.12650

Wang, Y., Huebner, E. S., & Tian, L. (2021). Parent-child cohesion, self-esteem, and academic achievement: The longitudinal relations among elementary school students. *Learning and Instruction*, *73*, 101467. https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2021.101467

Yekinni, L. O., & Rasaq, T. A. (2023). THE MEDIATING ROLE OF GENDER AND SELF-ESTEEM BETWEEN PARENT-CHILD RELATIONSHIP AND SEXUAL ABUSE AMONG SCHOOL ADOLESCENTS IN NIGERIA: A PATH ANALYTICAL MODEL. *International Journal of Information, Business and Management*, *15*(2), 61-72. https://search.proquest.com/openview/0b714aaf122bfc4e32bac2fd1b853e36/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2032142

Yoon, S., Yoon, D., Latelle, A., & Kobulsky, J. M. (2022). The interaction effects between father-child relationship quality and parent-perpetrated maltreatment on adolescent behavior problems. *Journal of interpersonal violence*, *37*(17-18), NP15944-NP15969. https://doi.org/10.1177/08862605211021977

Zhang, Y., Razza, R., Wang, Q., Bergen-Cico, D., & Liu, Q. (2022). Mechanisms of change underlying mindfulness-based practice among adolescents. *Mindfulness*, *13*(6), 1445-1457. https://doi.org/10.1007/BF01183996

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-24]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.5.18.0]