رویش روان شناسی، سال۱۴، شماره ۸، شماره پیاپی ۱۱۳، آبان ۱۴۰۴
Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),14(8), 2025

پیش‌بینی اضطراب کودکان ابتدایی بر اساس انعطاف‌پذیری شناختی و تمایزیافتگی خود مادران

Prediction of anxiety of elementary school children based on cognitive flexibility and self- differentiation of mothers

نگار رنجبر
کارشناسی ارشد مشاوره مدرسه، گروه مشاوره، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجائی، تهران، ایران.
جمشید جراره (نویسنده مسئول)
دانشیار گروه مشاوره، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجائی، تهران، ایران.
فریده حمیدی
دانشیار روانشناسی، گروه علوم تربیتی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجائی، تهران، ایران.

چکیده

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی اضطراب کودکان ابتدایی بر اساس انعطاف‌پذیری شناختی و تمایزیافتگی خود مادران انجام شد. پژوهش حاضر توصیفی_همبستگی از نوع تحلیل رگرسیون بود. جامعه آماری این پژوهش کلیه مادران دانش آموزان دختر پایه پنجم و ششم مقطع ابتدایی در مدارس شهر آباده در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ بودند که به روش نمونه‌گیری در دسترس تعداد ۲۱۹ نفر انتخاب و پرسشنامه را تکمیل کردند. ابزارهای این پژوهش شامل مقیاس اضطراب کودکان (SCAS، اسپنس، ۱۹۹۷)، سیاهه انعطاف‌پذیری شناختی (CFI، دنیس و واندروال، ۲۰۱۰) و سیاهه تمایزیافتگی خود (DSI، اسکورن و فریندلندر، ۲۰۰۹) بودند. داده‌ها با استفاده از آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه تجزیه و تحلیل شدند. یافته‌ها نشان داد که بین انعطاف‌پذیری شناختی و تمایزیافتگی خود مادران با اضطراب کودکان رابطه منفی و معناداری وجود دارد (p‹۰/۰۱). همچنین انعطاف‌پذیری شناختی و تمایزیافتگی خود مادران در مجموع ۳۹ درصد از تغییرات اضطراب کودکان را تبیین کردند (p‹۰/۰۰۱). این نتایج نشان می‌دهد که انعطاف‌پذیری شناختی و تمایزیافتگی خود مادران می‌توانند تبیین کننده اضطراب کودکان ابتدایی باشند و لزوم توجه به این عوامل در تعامل با یکدیگر در برنامه‌های کاهش اضطراب کودکان ابتدایی ضروری است.

واژه‌های کلیدی: *انعطاف‌پذیری شناختی، تمایزیافتگی خود، اضطراب.*

Negar Ranjbar
M.A. in School Counseling, Department of Counseling, Shahid Rajaee Teacher Training University, Tehran, Iran.
Jamshid Jarareh *
Associate Professor of Counseling, Faculty of Humanities, Shahid Rajaee Teacher Training University, Tehran, Iran.
jararehj@gmail.com
Farideh Hamidi
Associate Professor of Psychology, Department of Educational Sciences, Faculty of Humanities, Shahid Rajaee Teacher Training University, Tehran, Iran.

Abstract

This research aimed to predict the anxiety of elementary school children based on their mothers' cognitive flexibility and self-differentiation. The present study was a descriptive-correlational research of the regression analysis type. The statistical population of this research included all mothers of fifth and sixth-grade female students in elementary schools in Abadeh city during the academic year 2023-2024. Using accessible sampling, 219 mothers were selected who completed the questionnaire. The instruments used in this study included the Spence Children's Anxiety Scale (SCAS, Spence, 1997), the Cognitive Flexibility Inventory (CFI, Dennis & Vanderwal, 2010), and the Self-Differentiation Inventory (DSI, Skowron & Friedlander, 2009). The data were analyzed using Pearson correlation tests and multiple regression analysis. The results indicated that there is a significant negative relationship between cognitive flexibility and the self-differentiation of mothers with the anxiety of children ($p<0.01$). Additionally, cognitive flexibility and self-differentiation of mothers collectively accounted for 39% of the variance in children's anxiety ($p<0.001$). These findings suggest that cognitive flexibility and self-differentiation of mothers can be predictors of anxiety in elementary school children, highlighting the necessity of considering these factors in interaction with each other in programs aimed at reducing anxiety in elementary school children.

Keywords: *Cognitive Flexibility, Self-Differentiation, Anxiety.*

نوع مقاله : پژوهشی | **دریافت : دی ۱۴۰۳** | **پذیرش: دی ۱۴۰۳** | **ویرایش نهایی: آبان ۱۴۰۴**

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-26]

مقدمه

اضطراب[۱] از جمله عوامل متعددی پیرامون کودک است که ممکن است مانع از برآورده شدن نیازها و در نتیجه اشکال در تداوم تحول و تکامل وی شود. کودکان اضطراب و ترس را به‌عنوان بخشی از تحول طبیعی‌شان تجربه می‌کنند، اما زمانی که واکنش اضطراب کودک بیش از سطح طبیعی تحول و سطح تهدید در واقعیت باشد مداخله لازم است (شانوک و جونز[۲]، ۲۰۲۴). اضطراب، احساسی ناخوشایند و مبهم بدون علت مشخص است که اغلب با نشانه‌هایی از سیستم عصبی خودکار همراه است. اضطراب، علامت هشداردهنده است و نشانه‌هایی مشابه ترس در انسان ایجاد می‌کند با این تفاوت که ترس، واکنش انسان به تهدید شناخته شده مشخص و خارجی است (ایسنک[۳]، ۲۰۱۳). والدین باید با چالش‌های غیرمنتظره‌ای که لازمه تحول کودک است و بدان نیاز دارد مواجه شوند (رپی[۴] و همکاران، ۲۰۲۳). پژوهش‌ها نشان می‌دهند کودکانی که رویدادهای منفی بیشتری را در طول زندگی خود تجربه می‌کنند، نشانه‌های اضطرابی بیشتری را از خود بروز می‌دهند (آدیلیه و ماکینده[۵]، ۲۰۲۳). کودکانی که از مراقبت مادرانه با کیفیت بی‌بهره هستند مشکلات عاطفی، هیجانی و رفتاری بیشتری نسبت به کودکان دیگر دارند و با مشکلات بیشتری در تحول شناختی روبرو می‌شوند، در حالی‌که کودکانی که مادرانشان از آن‌ها به‌خوبی مراقبت می‌کنند دارای توانایی‌های بالا در مهارت‌های تفکر و توجه[۶] هستند و مشکلات رفتاری کمتری دارند (کرسول[۷] و همکاران، ۲۰۲۰). مادر بزرگ‌ترین معلم و مربی کودک است؛ مادری عموماً از پیچیده‌ترین تجربه‌های هر زن به شمار می‌رود (یاف[۸]، ۲۰۲۳) که این موضوع خود می‌تواند برای مادر مشکلاتی را به همراه داشته باشد.

از جمله متغیرهایی که در انتقال اضطراب از والدین به کودکان نقش دارد، می‌توان به انعطاف‌پذیری شناختی[۹] مادر اشاره کرد (هریسون[۱۰] و همکاران، ۲۰۲۰). انعطاف‌پذیری شناختی یکی از ابعاد کنش‌وری اجرایی[۱۱] است که شامل توانایی تولید اندیشه‌های متنوع، جایگزین کردن پاسخ، تغییر رفتار و مدیریت موقعیت‌های در حال تغییر است (مارکوس[۱۲] و همکاران، ۲۰۲۲) و به احتمال زیاد انعطاف‌پذیری شناختی یک توانایی ذهنی برای تسهیل یادگیری به عنوان یک مهارت برای افزایش کنش‌وری سازشی و توانایی ایجاد تغییر در شرایط زندگی است (معینی و همکاران، ۱۴۰۱). به نظر می‌رسد رایج‌ترین تعریف برای انعطاف‌پذیری شناختی، آمادگی فرد برای انتخاب تغییر مناسب در پاسخ به محرک‌های محیطی است (دورلی[۱۳] و همکاران، ۲۰۲۰) و به طور کلی توانایی تغییر آمایه‌های شناختی به‌منظور سازگاری با محرک‌های در حال تغییر، عنصر اصلی در تعاریف عملیاتی انعطاف‌پذیری شناختی است (بیرنی[۱۴] و همکاران، ۲۰۲۵). انعطاف‌پذیری شناختی در دوران کودکی توانایی پیوند ذهنی بین دو یا چند خواسته (زلازو[۱۵]، ۲۰۱۵) و توانایی تغییر اهداف است. به عنوان مثال در حدود ۵ الی ۶ سالگی فرد این توانایی را دارد که اهداف و افکار خود را برای کاهش دادن اثرات منفی تغییر دهد (دورلی و همکاران، ۲۰۲۰). انعطاف‌پذیری روان‌شناختی والدین به‌ویژه مادر نقش انطباقی مهمی دارد و بر عملکرد کودک تأثیر مثبت دارد (تیمرز[۱۶] و همکاران، ۲۰۱۹).

از سویی دیگر تعدادی از نظریه‌پردازان، روابط موضوعی[۱۷] را اصل سازمان دهنده زندگی افراد در روابط فرد می‌دانند. در این دیدگاه، روابط موضوعی تحت تأثیر روابط بین‌شخصی اولیه قرار دارد و بر روابط میان فردی بعدی هم تأثیری عمیق می‌گذارد (سلانی[۱۸]، ۲۰۲۰). رابطه والد– کودک از مهم‌ترین عوامل اثرگذار در روابط بین فردی افراد در بزرگسالی است (میچل[۱۹]، ۲۰۲۲). در این بین تمایزیافتگی

1 anxiety
2 Shanok & Jones
3 Eysenck
4 Rapee
5 Adeyele & Makinde
6 attention skills
7 Creswell
8 Yaffe
9 psychological flexibility
10 Harrison
11 executive functioning
12 Mărcuș
13 Doorley
14 Bırni
15 Zelazo
16 Timmers
17 object relations
18 Celani
19 Mitchell

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-26]

خود[1] مبحثی است که شخص را قادر می‌سازد بین عملکرد عاطفی و عقلانی، روابط صمیمانه و خودمختاری، تعادل ایجاد کند (کین[2] و همکاران، ۲۰۲۳). بوئن[3] (۱۹۸۷) تمایزیافتگی خود را تفکیک خود و توان مقاومت در برابر ذوب شدن در واکنش‌های عاطفی شخص دیگر تعریف می‌کند که از طریق توانایی جداسازی افکار از احساسات صورت می‌گیرد (بریدج[4]، ۲۰۱۹). تمایزیافتگی خود توانایی فرد برای مشخص کردن هدف‌های زندگی واقعی خویش بدون نیاز به تأیید خانواده است در حالی که تماس عاطفی فعالی با خانواده دارد. در واقع تمایزیافتگی خود همان تعادلی است که هر فرد می‌تواند بین دو نیروی تفرد و تعلق به عنوان دو پایه زیست‌شناختی که همه اشکال زندگی را به پیش می‌برد به‌وجود آورد (اشلاسر[5]، ۲۰۲۴)؛ بنابراین طبق الگوی بوئن (۱۹۹۳)، افرادی که به سطح تمایزیافتگی خود متعادلی از خانواده رسیده‌اند، کمترین سطح اضطراب و نشانگان روان‌شناختی را دارند و در موقعیت‌های عاطفی شدید که در بسیاری از افراد منجر به بروز رفتار غیرارادی و گرفتن تصمیم‌های نافرجام می‌شود، می‌توانند کنترل خود را از دست ندهند و با در نظر گرفتن عقل و منطق تصمیم‌گیری کنند. در مقابل، افراد تمایز نایافته همراه با موج عاطفی خانواده حرکت می‌کنند و مستعد مشکلات روان‌شناختی هستند (وود[6]، ۲۰۲۲). پیامد عمده سطح پایین تمایزیافتگی خود تجربه اضطراب مزمن توسط اعضای خانواده است (دوز-دل-کاستلر و اولیور[7]، ۲۰۲۱). پیامد تمایزیافتگی مادران، کاهش تعارض بین والدین و فرزندان، کاهش اضطراب در کودکان و نوجوانان است چون افراد تمایزیافته بین فرایندهای احساسی و عقلانی تفکیک قائل می‌شوند و تحت تأثیر افکار و رفتار دیگران قرار نمی‌گیرند (بخشایی و آزادی، ۱۳۹۹).

با توجه به مطالب ذکر شده می‌توان گفت که مشکل‌های اضطرابی از متداول‌ترین شکل‌های آسیب‌شناسی کودکان به شمار می‌روند که معمولاً در کودکان تشخیص داده نشده و درمان نمی‌شوند، زیرا به سادگی توسط معلمین و والدین نادیده گرفته می‌شوند (سپهوند، ۱۳۹۸). یکی از مهم‌ترین دلایل این موضوع عدم تشخیص دقیق علائم اضطرابی کودکان توسط والدین و نیز عدم توانایی کامل کودکان در بروز حالت‌های اضطرابی و گزارش آن‌ها به درمانگران است. بررسی اضطراب در کودکان اهمیت بالایی دارد، زیرا این دوران یک مرحله مهم در زندگی فرد به شمار می‌آید که در آن شخصیت کودک، رفتارهای اجتماعی و الگوهای عاطفی شکل می‌گیرد. به علاوه، بررسی اضطراب در کودکان و متغیرهای مرتبط با آن می‌تواند به شناسایی نیازها و چالش‌های خاص این دوره منجر شود و در نهایت سلامت روان آنان را بهبود بخشد. این دوره نقش محوری در شکل‌گیری شخصیت و رفتار آینده فرد دارد؛ بنابراین این پژوهش با هدف اضطراب کودکان ابتدایی بر اساس انعطاف‌پذیری شناختی و تمایزیافتگی خود مادران انجام شد.

روش

پژوهش حاضر توصیفی- همبستگی از نوع تحلیل رگرسیون بود. جامعه آماری این پژوهش کلیه مادران دانش آموزان دختر پایه پنجم و ششم مقطع ابتدایی شاغل به تحصیل در مدارس شهر آباده در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ بود که به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و پرسشنامه را تکمیل کردند. نمونه‌ای به تعداد ۲۲۵ نفر با توجه به فرمول کوکران مناسب بود، اما برای جلوگیری از افت شرکت-کنندگان، تعداد ۲۳۰ نفر به عنوان نمونه پژوهش در نظر گرفته شد که در نهایت ۲۱۹ پرسشنامه مناسب نمره‌گذاری بود. ملاک ورود به پژوهش تحصیل فرزندان مادران در پایه پنجم و ششم مقطع ابتدایی مدارس شهر آباده، رضایت آگاهانه جهت شرکت در پژوهش، جنسیت دختر، نداشتن مشکلات روان‌شناختی و تحت درمان روان‌پزشک و یا روانشناس نبودن دختران و مادران بود. همچنین ملاک‌های خروج از پژوهش شامل عدم تمایل به ادامه شرکت در پژوهش و وجود پرسشنامه‌های مخدوش و ناقص بود. محرمانه بودن نتایج پژوهش به مادران توضیح داده شد و که نتایج پژوهش و پاسخ‌های شخصی بررسی نمی‌شوند (به همین دلیل نیازی به ذکر نام و نام خانوادگی نیست)، بلکه پاسخ‌های آن‌ها فقط در سطح نتایج گروهی تحلیل خواهند شد. همچنین در انتهای پرسشنامه امکان آن فراهم شد که در صورت تمایل مادران از نتایج به صورت شخصی یا ناشناخته مسیر ارتباطی خود را مشخص نمایند تا نتایج فردی، در صورت درخواست برای آن‌ها ارسال شود. داده‌ها با استفاده از روش همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه و با نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ تحلیل شدند.

1 self- differentiation
2 Qin
3 Bowen
4 Bridge
5 Schlosser
6 Wood
7 Dolz-del-Castellar & Oliver

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-26]

ابزار سنجش

مقیاس اضطراب کودکان[1] (SCAS): مقیاس اضطراب کودکان اسپنس[2]، پرسشنامه‌ای است برای ارزیابی نشانه‌های مرتبط با اضطراب جدایی، هراس اجتماعی، اختلال وسواس عملی-فکری و سایر موارد مشابه. این مقیاس در سال ۱۹۹۷ توسط سوزان اسپنس ساخته شد (اسپنس، ۱۹۹۸). مقیاس اسپنس (فرم کودک) دارای ۴۵ ماده است که ۳۸ ماده آن به نشانه‌های خاص اضطراب مربوط می‌شود و ۶ ماده دیگر عبارت‌های مثبتی هستند که به‌منظور جلوگیری از پاسخ‌های منفی طراحی شده‌اند. این فرم شامل ۳۸ ماده است و همچنین مانند فرم کودک دارای ۶ خرده مقیاس است. نسخه‌ای از این مقیاس در سال ۱۹۹۹ توسط اسپنس معرفی شد. پاسخنامه این آزمون شامل یک طیف لیکرت ۴ درجه‌ای است و حداکثر نمره‌ای که یک آزمودنی می‌تواند کسب کند، ۱۱۴ است. در مقیاس اضطراب کودکان اسپنس، نمره هر خرده مقیاس را می‌توان به صورت جداگانه محاسبه کرد. همسانی درونی به روش آلفای کرونباخ در ۰/۹۳ و روایی پیش‌بینی با پرسشنامه غربالگری اختلالات هیجانی مرتبط با اضطراب کودک ۰/۷۳ گزارش شده است (کاروترز[3] و همکاران، ۲۰۲۰). در ایران اسماعیل-پور و همکاران (۱۳۹۶) همسانی درونی مقیاس اضطراب کودکان اسپنس را به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۴ گزارش کردند و همبستگی بین دو فرم کودک و والدین در خرده مقیاس‌های مختلف بین ۰/۴۱ تا ۰/۶۶ گزارش شد. این مقیاس در ایران توسط موسوی و همکاران در سال ۱۳۸۵ برای کودکان ۶ تا ۱۲ سال هنجاریابی شد (به نقل از درخشان‌پور و همکاران، ۱۳۹۵). آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر ۰/۹۲ محاسبه شد.

سیاهه انعطاف‌پذیری شناختی[4] (CFI): این سیاهه توسط دنیس و واندروال[5] (۲۰۱۰) معرفی شده و یک ابزار خودگزارشی کوتاه ۲۰ سؤالی است که برای سنجش نوعی از انعطاف‌پذیری شناختی که در موفقیت فرد برای چالش و جایگزینی افکار ناکارآمد با افکار کارآمدتر لازم است، به کار می‌رود. پاسخ‌ها بر اساس مقیاس لیکرت (هفت درجه‌ای)، از بسیار مخالف (۱) تا بسیار موافق (۷) است. هر اندازه نمره فرد بالاتر باشد، انعطاف‌پذیری شناختی بیشتر است. پایایی این ابزار را به روش آلفای کرونباخ (۰/۸۹) به دست آمد و روایی همگرایی آن با مقیاس انعطاف‌پذیری شناختی مارتین و رابین ۰/۷۵ بود (دنیس و واندر وال، ۲۰۱۰). در ایران شاره و همکاران (۲۰۱۴) روایی محتوایی را ۰/۷۱ و ضریب آلفای کرونباخ کل سیاهه را ۰/۹۰ گزارش نمودند. در این پژوهش ضریب اعتبار این سیاهه با آلفای کرونباخ برای کل سیاهه ۰/۸۸ و برای زیرمقیاس‌های ادراک کنترل پذیری، ادراک توجیه رفتار و ادراک گزینه‌های مختلف به ترتیب ۰/۷۲، ۰/۵۳ و ۰/۸۲ به دست آمد.

سیاهه تمایزیافتگی خود[6] (DSI): سیاهه تفکیک خویشتن با ۴۳ سؤال توسط اسکورن و فریندلندر[7] (۲۰۰۹) به‌منظور سنجش میزان تفکیک خویشتن تدوین گردید. این سیاهه از ۴ خرده مقیاس واکنش‌پذیری هیجانی، جایگاه من، گریز عاطفی و هم‌آمیختگی با دیگران تشکیل شده و با مقیاس لیکرت در یک طیف ۶ گزینشی از «هرگز» (۱) تا «همیشه» (۶) تنظیم شده است. نمرات کمتر در این سیاهه بیانگر سطوح پایین تفکیک خویشتن است. اسکورن و اسمیت (۲۰۰۹) روایی این سیاهه را به روش واگرا با محاسبه همبستگی نمره آن با خرده مقیاس ترس از رها شدن سیاهه تجربه روابط نزدیک برنان معادل ۰/۵۳ گزارش نمودند که نشان‌دهنده روایی خوب است. همچنین، همسانی درونی این سیاهه از طریق محاسبه ضریب آلفا کرونباخ معادل ۰/۹۲ گزارش شد که نشانگر پایایی مطلوب برای این ابزار است. در ایران، زارعی و حسینقلی (۱۳۹۳) روایی این سیاهه را به روش همگرا با پرسشنامه تعهد زناشویی معادل ۰/۴۵ و ضریب همسانی درونی را با محاسبه آلفا کرونباخ معادل ۰/۸۷ گزارش کردند (صفری و همکاران، ۱۴۰۱). پایایی این سیاهه نیز از طریق آلفای کرونباخ در مطالعه حاضر معادل ۰/۹۳ به دست آمد.

1 Children's Anxiety Scale
2 Spence
3 Carruthers
4 Cognitive Flexibility Inventory
5 Dennis & Vander Wal
6 Differentiation of Self Inventory
7 Skowron & Friedlander

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-26]

یافته ها

در پژوهش حاضر بر اساس نتایج، میانگین سنی مادران برابر ۳۲/۲۷ با انحراف استاندارد ۹/۹۳ بود که در دامنه سنی ۱۹ تا ۵۳ سال قرار داشتند. اغلب مادران گروه نمونه تحصیلاتی کمتر از دیپلم (۵۰/۷ درصد) داشتند و اغلب دختران گروه نمونه فرزند اول (۴۰/۸ درصد) خانواده بودند. جدول ۱ میانگین، انحراف استاندارد و ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول ۱. ضرایب همبستگی پیرسون و شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸
۱- اضطراب کودکان	-							
۲- ادراک کنترل‌پذیری	-۰/۳۹**	-						
۳- ادراک توجیه رفتار	-۰/۲۷**	۰/۴۲**	-					
۴- ادراک گزینه‌های مختلف	-۰/۴۷**	۰/۲۹**	۰/۳۴**	-				
۵- واکنش‌پذیری هیجانی	-۰/۴۴**	۰/۱۹**	۰/۱۸**	۰/۳۱**	-			
۶- جایگاه من	-۰/۳۳**	۰/۲۱**	۰/۲۲**	۰/۲۸**	۰/۷۳**	-		
۷- گریز عاطفی	-۰/۴۹**	۰/۲۷**	۰/۳۴**	۰/۲۴**	۰/۷۳**	۰/۸۱**	-	
۸- هم‌آمیختگی با دیگران	-۰/۳۲**	۰/۱۲	۰/۲۵**	۰/۱۹**	۰/۶۵**	۰/۷۹**	۰/۷۶**	-
میانگین	۵۴/۳۷	۳۸/۲۰	۱۰/۵۳	۵۹/۱۸	۳۷/۱۳	۳۷/۳۱	۴۰/۷۲	۳۰/۳۵
انحراف معیار	۱۴/۱۴	۱۰/۱۵	۳/۰۶	۷/۸۶	۷/۳۶	۷/۲۳	۸/۳۶	۵/۷۰
کجی	۰/۷۲۰	-۰/۲۵۷	-۰/۹۸۷	-۰/۹۴۹	-۰/۱۲۷	-۰/۱۲۷	۰/۱۱۶	۰/۱۵۵
کشیدگی	-۰/۰۲۵	-۰/۷۳۴	۰/۰۳۴	۰/۱۳۳	-۰/۵۹۳	-۰/۵۹۳	-۰/۷۲۱	-۰/۵۰۱

* P‹۰/۰۵ **P‹۰/۰۱

نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد میانگین اضطراب کودکان گروه نمونه برابر ۵۴/۳۷ است که پایین‌تر از نمره متوسط ابزار است (دامنه صفر تا ۱۱۴ و متوسط ۵۷). افزون بر آن میانگین زیرمقیاس‌های ادراک کنترل‌پذیری و ادراک توجیه رفتار و ادراک گزینه‌های مختلف از انعطاف‌پذیری روان‌شناختی به ترتیب برابر ۳۸/۲۰، ۱۰/۵۳ و ۵۹/۱۸ بود که با توجه به تعداد ماده‌های هر یک از زیرمقیاس‌ها ادراک گزینه‌های مختلف بالاترین و ادراک توجیه رفتار پایین‌ترین میانگین را داشتند. در تمایزیافتگی خود نیز میانگین واکنش‌پذیری هیجانی و جایگاه من، گریز عاطفی و هم‌آمیختگی با دیگران به ترتیب برابر ۳۷/۱۳، ۳۷/۳۱، ۴۰/۷۲ و ۳۰/۳۵ بود. همچنین هیچ یک از متغیرهای پژوهش انحراف جدی از توزیع بهنجار ندارند. بر اساس اغلب منابع کجی توزیع نمره‌ها در دامنه (۲ و ۲) و کشیدگی در دامنه (۳ و ۳-) را می‌توان بهنجار فرض کرد، توزیع داده‌های هیچ یک از متغیرهای پژوهش از این دامنه‌ها تخطی نکرده است، بنابراین می‌توان توزیع داده‌ها را بهنجار فرض کرد (هویت و کرامر[1]، ۱۳۹۵). برای بررسی مفروضه‌ی عدم هم خطی از آماره‌های عامل تورم واریانس (VIF) و شاخص تحمل استفاده شد که با توجه به اینکه هیچ یک از مقادیر مربوط به شاخص تحمل کمتر از ۰/۱۰ و هیچ یک از مقادیر مربوط به عامل تورم واریانس بیشتر از ۱۰ نیست، بر این اساس می‌توان نسبت به مفروضه عدم هم خطی نیز اطمینان حاصل کرد. به‌منظور بررسی هدف اصلی پژوهش از روش تحلیل رگرسیون چندگانه استفاده شد. نتایج آزمون رگرسیون چندگانه در جدول ۲ ارائه شده است:

جدول ۲. نتایج ضرایب چندگانه و بررسی معناداری پیش‌بینی اضطراب کودکان از طریق متغیرهای پیش‌بین بر اساس آزمون آنوا

متغیر ملاک	منبع تغییر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	sig	R	R^2	دوربین واتسون
اضطراب کودکان	رگرسیون	۵۲۸۹/۲۸۶	۷	۱۲۸۹/۲۵۱	۱۹/۵۷۱	۰/۰۰۱	۰/۶۲۷	۰/۳۹۴	۱/۶۵۶
	باقیمانده	۶۲۵۸/۲۸۹	۲۱۱	۱۵/۱۸۹					
	کل	۹۷۷۸/۰۸۵	۲۱۸						

1 Howitt & Cramer

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-26]

همان‌طور که در جدول ۲ قابل مشاهده است، مدل رگرسیونی حاضر با (F=۱۹/۵۷۱) معنادار است (p‹۰/۰۰۱). همچنین مقدار همبستگی چندگانه متغیرهای پیش‌بین با متغیر ملاک برابر ۰/۶۲۷ و ضریب تعیین برابر با ۰/۳۹۴ به دست آمد؛ بنابراین متغیرهای پیش‌بین قادر به پیش‌بینی ۳۹ درصد از تغییرات متغیر اضطراب کودکان بودند.

جدول ۳. نتایج پیش‌بینی اضطراب کودکان بر اساس متغیرهای پیش‌بین

مدل	ضرایب غیراستاندارد		ضرایب استاندارد	t	sig
	بتا	SE	بتا		
مقدار ثابت	۸۴/۸۰۲	۶/۶۹۵		۱۲/۶۶۷**	۰/۰۰۱
ادراک کنترل‌پذیری	-۰/۱۰۸	۰/۱۴۳	-۰/۰۷۸	-۰/۷۵۵	۰/۴۵۱
ادراک توجیه رفتار	-۰/۱۳۵	۰/۲۸۳	-۰/۰۲۹	-۰/۴۷۵	۰/۶۳۵
ادراک گزینه‌های مختلف	-۰/۶۰۷	۰/۱۰۶	-۰/۳۳۷	-۵/۷۲۲**	۰/۰۰۱
واکنش‌پذیری هیجانی	-۰/۳۶۸	۰/۱۶۶	-۰/۱۹۱	-۲/۲۲۱*	۰/۰۲۷
جایگاه من	۰/۵۳۶	۰/۲۲۰	۰/۲۷۴	۲/۴۳۵*	۰/۰۱۶
گریز عاطفی	-۰/۸۰۵	۰/۱۷۷	-۰/۴۷۶	-۴/۵۴۶**	۰/۰۰۱
هم‌آمیختگی با دیگران	۰/۲۴۵	۰/۲۴۱	۰/۰۹۹	۱/۰۲۰	۰/۳۰۹

نتایج جدول ۳ نشان داد که زیرمقیاس ادراک گزینه‌های مختلف (t=-۵/۷۲۲ و P<۰/۰۰۱) از انعطاف‌پذیری روان‌شناختی مادران به صورت منفی سهم یگانه و معناداری در تبیین اضطراب کودکان گروه نمونه دارند؛ اما زیرمقیاس‌های ادراک کنترل‌پذیری (t=-۰/۷۵۵ و P>۰/۰۵) و ادراک توجیه رفتار (t=-۰/۴۷۵ و P>۰/۰۵) از انعطاف‌پذیری روان‌شناختی مادران سهم یگانه و معناداری در تبیین اضطراب کودکان گروه نمونه نداشت. همچنین زیرمقیاس‌های واکنش‌پذیری هیجانی (t=-۲/۲۲۱ و P<۰/۰۵) و گریز عاطفی (t=-۳/۵۴۶ و P<۰/۰۰۱) از تمایزیافتگی خود مادران به صورت منفی سهم یگانه و معناداری در تبیین اضطراب کودکان گروه نمونه دارند. افزون بر آن بر اساس نتایج زیرمقیاس جایگاه من (t=۲/۴۳۵ و P<۰/۰۵) از انعطاف‌پذیری روان‌شناختی مادران به صورت مثبت سهم یگانه و معناداری در تبیین اضطراب کودکان گروه نمونه دارد و زیرمقیاس هم‌آمیختگی با دیگران (t=۱/۰۲۰ و P>۰/۰۵) نیز، سهم یگانه و معناداری در تبیین اضطراب کودکان گروه نمونه ندارد. به صورت کلی نتایج آزمون تحلیل رگرسیون چندگانه به صورت همزمان نشان داد انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و تمایزیافتگی خود مادران پیش‌بینی کننده‌های معناداری برای اضطراب کودکان هستند و توانایی تبیین ۳۹ درصد از اضطراب کودکان مادران گروه نمونه را دارند.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی اضطراب کودکان ابتدایی بر اساس انعطاف‌پذیری شناختی و تمایزیافتگی خود مادران انجام شد. یافته‌های پژوهش نشان داد که انعطاف‌پذیری شناختی با اضطراب کودکان رابطه منفی معنادار داشت و همچنین قادر بود آن را پیش‌بینی کند که این یافته با پژوهش‌های هریسون و همکاران، (۲۰۲۰)؛ دورلی و همکاران، (۲۰۲۰)؛ و تیمرز و همکاران (۲۰۱۹) همسو بود. در تبیین رابطه منفی اضطراب کودکان با انعطاف‌پذیری شناختی مادران می‌توان گفت که والدین به فرزند کمک می‌کنند هیجان‌ها و رفتار خود را تنظیم کند، کودک با این مهارت‌ها یاد می‌گیرد نیازها و هیجان‌های خود را به نحو مؤثرتری منتقل کند، وضعیت‌های اجتماعی و لزوم تنظیم رفتار را مدنظر قرار دهد. کودک بر اساس تجربه‌ها و بازخوردهایی که از محیط خود دریافت می‌کند تحول پیدا کرده و رفتار خود را شکل می‌دهد (بیرنی و همکاران، ۲۰۲۵). کودکانی که از مراقبت مادرانه با کیفیت بی‌بهره هستند مشکلات عاطفی، هیجانی و رفتاری بیشتری نسبت به کودکان دیگر دارند (کرسول و دیگران، ۲۰۲۰)، هرچند تجربه اضطراب و ترس بخشی از تحول طبیعی کودک است، اما والدین آشفته طیفی از هیجان‌های منفی را در کودکانشان تحریک می‌کنند. مادر با سطوح بالای انعطاف‌پذیری شناختی، دارای توانایی جابه‌جایی ذهنی است و بر اساس آن به تنظیم مجدد منابع ذهنی، به صورت متناوب می‌پردازد (مارکوس و دیگران، ۲۰۲۲). مادری با انعطاف‌پذیری شناختی پایین، کمتر قادر به مدیریت و اصلاح افکار اضطرابی خود است. این افراد ممکن است به راحتی در دام افکار منفی گرفتار شوند و نتوانند از این افکار فرار کنند یا آن‌ها را بازتعریف کنند. این موضوع می‌تواند به یک چرخه معیوب منجر شود که در

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-26]

آن افکار و احساسات منفی، به همراه عدم توانایی در تطبیق با شرایط، اضطراب را تشدید می‌کند. از طرف دیگر، انعطاف‌پذیری شناختی می‌تواند اضطراب را پیش‌بینی کند به این دلیل که افراد با این ویژگی می‌توانند به طور مؤثری با موقعیت‌های استرس‌زا مقابله کنند. آن‌ها می‌توانند از روش‌های مختلف برای مدیریت چالش‌ها استفاده کنند و بدون اینکه به دام تفکرات منفی بی‌افتند، به راه‌حل‌های سازنده‌ای دست یابند. این توانایی در تغییریابی و تطبیق با شرایط به آن‌ها کمک می‌کند تا احساس کنترل بیشتری بر موقعیت‌های استرس‌زا داشته باشند و در نتیجه، سطح اضطراب در کودکانشان را کاهش دهند (رپی و دیگران، ۲۰۲۳).

از سویی دیگر نتایج پژوهش نشان داد که تمایزیافتگی خود مادران با اضطراب کودکان رابطه منفی معنادار داشت و همچنین قادر بود آن را پیش‌بینی کند که این یافته با پژوهش‌های وود (۲۰۲۲)، میچل (۲۰۲۲)، دوز-دل-کاستلر و اولیور (۲۰۲۱) و بخشایی و آزادی (۱۳۹۹) همسو بود. در تبیین این یافته‌ها می‌توان اظهار داشت که پدر و مادری که با مسائل خود اشتغال ذهنی دارند، ممکن است نظم‌دهنده بی‌تأثیر باشند و موجب بی‌ثباتی در کودک شوند که این شرایط سبب ایجاد مشکل‌های رفتاری در کودک می‌شود. والدین آشفته طیفی از هیجان‌های منفی را در کودکانشان تحریک می‌کنند و کودکان خردسال مستعد این هستند که تبادلات عاطفی والدین خود را در محیط منعکس کنند. در این بین تمایزیافتگی خود مادر به عنوان پایگاه بهنجاری کودک نقش عمده‌ای در پرورش ویژگی‌های روانی و عاطفی کودک دارد، در واقع تمایزیافتگی خود همان تعادلی است که هر فرد می‌تواند بین دو نیروی تفرد و تعلق به عنوان دو پایه زیست‌شناختی که همه اشکال زندگی را به پیش می‌برد به‌وجود آورد (اشلاسر، ۲۰۲۳). مادرانی که در تمایزیافتگی خود ضعف دارند، معمولاً در تنظیم احساسات خود و مرزهای عاطفی با فرزندانشان مشکلاتی دارند. این وضعیت می‌تواند منجر به انتقال اضطراب، نگرانی یا احساسات منفی به کودکان شود. به عبارتی دیگر، هنگامی که مادران نتوانند اضطراب یا چالش‌های عاطفی خود را به درستی مدیریت کنند، فرزندان به طور طبیعی تحت تأثیر آن قرار می‌گیرند (وود، ۲۰۲۲). از آنجایی که کودکان دارای حساسیت بالایی به حالت‌های عاطفی والدین خود هستند، این انتقال اضطراب می‌تواند به شکل‌گیری احساسات منفی و اضطراب در کودکان بیانجامد. علاوه بر این، مادرانی که دارای تمایزیافتگی خود بالا هستند، معمولاً در موقعیت‌های استرس‌زا می‌توانند به راحتی به افکار و الگوهای رفتاری مثبت دست یابند. این ویژگی به آن‌ها کمک می‌کند تا در مواجهه با چالش‌ها، احساس کنترل بیشتری داشته باشند و در نتیجه، به فرزندان خود احساس امنیت بیشتری منتقل کنند. این احساس امنیت باعث می‌شود که کودکان در برابر اضطراب‌های ناشی از محیط‌های مختلف مقاومت بیشتری داشته باشند و کمتر به اضطراب دچار شوند (دوز-دل-کاستلر و اولیور، ۲۰۲۱).

به طور کلی، انعطاف‌پذیری شناختی در زمینه بهداشت روانی یک ویژگی کلیدی محسوب می‌شود که می‌تواند با توانایی فرد در مدیریت احساسات و افکار مرتبط با اضطراب ارتباط نزدیکی داشته باشد. افرادی که این ویژگی را به طور مؤثر در خود پرورش می‌دهند، معمولاً بهتر می‌توانند با استرس‌ها و چالش‌های زندگی مواجه شوند و در نتیجه، کیفیت زندگی بهتری را تجربه کنند. همچنین تمایزیافتگی خود مادران به شدت بر تجربه عاطفی و روانی کودکان تأثیر می‌گذارد. مادرانی که در این زمینه قوی‌تر هستند، قادرند به شیوه‌ای سالم‌تر و سازنده‌تر با اضطراب‌های زندگی رو به رو شوند. این توانایی به آن‌ها این امکان را می‌دهد که محیطی امن و حمایتی برای فرزندان خود فراهم کنند که در نتیجه می‌تواند به کاهش اضطراب در کودکان کمک شایانی کند. در نهایت، ایجاد چنین محیطی نه تنها بر سلامت روانی کودکان تأثیر مثبت دارد، بلکه به شکل‌گیری روابط عاطفی سالم‌تر و پایدارتر در خانواده نیز کمک می‌کند. از محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به نوع روش پژوهش اشاره کرد که به‌تبع از نظر تعیین روابط علت و معلولی محدودیت دارند. همچنین در پژوهش حاضر از مقیاس‌های خود گزارشی استفاده شده است. با توجه به اینکه روش نمونه‌گیری پژوهش حاضر به صورت در دسترس انجام پذیرفت، در تعمیم نتایج باید احتیاط لازم را داشت. پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده متغیرهای پژوهش حاضر را در سایر جوامع آماری و جنسیت پسر نیز انجام دهند. از نتایج این پژوهش می‌توان در مدارس و مراکز مشاوره و روان‌شناسی استفاده کرد تا بتوان اضطراب کودکان را کاهش داد.

منابع

اسماعیل پور، خ؛ محمدپور، م؛ و خانجانی، ز. (۱۳۹۶). اثربخشی مدل اصلاح شده درمان تعامل والد- کودک بر علائم اضطراب جدایی کودکان پیش‌دبستانی: یک مطالعه موردی. *فصلنامه پژوهش های نوین روانشناختی*، ۱۲(۴۷)، ۱-۲۲. https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.27173852.1396.12.47.1.8

بخشایی، م؛ و آزادی، م. (۱۳۹۹). نقش واسطه‌ای تعارض والد-فرزند در ارتباط تمایزیافتگی خود با اضطراب اجتماعی. *فصلنامه خانواده درمانی کاربردی، ۸*(۲)، ۹۲-۸۱۴. https://doi.org/10.22034/aftj.2020.114293

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-26]

درخشانپور، ف؛ ایزدیار، ح؛ شاهینی، ن؛ و وکیلی، م. (۱۳۹۵). بررسی سطح اضطراب در دانش‌آموزان مقطع ابتدایی مدارس شهر گرگان. *پژوهنده*، ۲۱ (۱)، ۳۰-۳۴. http://pajoohande.sbmu.ac.ir/article-1-2137-fa.html

سپهوند، ت. (۱۳۹۸). افسردگی و اضطراب اجتماعی کودکان دبستانی در بستر انعطاف‌پذیری شناختی مادران. *مجله دانشگاه علوم پزشکی اراک (ره آورد دانش)*، ۲۲(۲ (پیاپی ۱۳۸))، ۵۷-۶۶. http://jams.arakmu.ac.ir/article-1-5891-fa.html

صفری، م؛ رضاخانی، س؛ و دوکانه ای فرد، ف. (۱۴۰۱). نقش واسطه ای بخشودگی بین فردی در رابطه بین تمایز یافتگی و شایستگی اجتماعی دانشجویان. *رویش روان شناسی*، ۱۱ (۳)، ۶۸-۵۹. http://dorl.net/dor/20.1001.1.2383353.1401.11.3.6.7

معینی، م؛ مام شریفی، پ؛ فرخی، س؛ و شهرابی فراهانی، م. (۱۴۰۱). نقش واسطه‌ای تنظیم هیجان و انعطاف‌پذیری شناختی در رابطهٔ بین سیستم‌های بازداری و فعال‌سازی رفتاری با تاب‌آوری امدادگران هلال‌احمر. *رویش روان شناسی*، ۱۱ (۷)، ۱۴۴-۱۳۳. http://dorl.net/dor/20.1001.1.2383353.1401.11.7.18.7

Adeyele, V. O., & Makinde, V. I. (2023). Mental health disorder as a risk factor for domestic violence experienced by school children. *Mental Health Review Journal*, *28*(4), 414-429. https://doi.org/10.1108/MHRJ-11-2022-0072

Bırni, G., Erus, S. M., Satıcı, S. A., & Deniz, M. E. (2025). Psychological flexibility and self-critical rumination: A serial mediation between adverse childhood experiences and mental well-being in adulthood. *Personality and Individual Differences*, *232*, 112861. https://doi.org/10.1016/j.paid.2024.112861

Bridge, E. N. (2019). Review of a case study in light of Bowen theory: Differentiation of self. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, *3*(5), 65-72. https://doi.org/10.31461/ybpd.556080

Celani D. P. (2020). Applying Fairbairn's Object Relations Theory to the Psychological Development of Anders Breivik. *Psychoanalytic review*, *107*(4), 337–365. https://doi.org/10.1521/prev.2020.107.4.337

Creswell, C., Waite, P., & Hudson, J. (2020). Practitioner Review: Anxiety disorders in children and young people - assessment and treatment. *Journal of child psychology and psychiatry, and allied disciplines*, *61*(6), 628–643. https://doi.org/10.1111/jcpp.13186

Carruthers, S., Kent, R., Hollocks, M. J., & Simonoff, E. (2020). Brief Report: Testing the Psychometric Properties of the Spence Children's Anxiety Scale (SCAS) and the Screen for Child Anxiety Related Emotional Disorders (SCARED) in Autism Spectrum Disorder. *Journal of autism and developmental disorders*, *50*(7), 2625–2632. https://doi.org/10.1007/s10803-018-3774-8

Dennis, J. P., & Vander Wal, J. S. (2010). The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. *Cognitive therapy and research*, *34*(3), 241-253. https://doi.org/10.1007/s10608-009-9276-4

Dolz-Del-Castellar, B., & Oliver, J. (2021). Relationship between family functioning, differentiation of self and anxiety in Spanish young adults. *PloS one*, *16*(3), e0246875. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246875

Doorley, J. D., Goodman, F. R., Kelso, K. C., & Kashdan, T. B. (2020). Psychological flexibility: What we know, what we do not know, and what we think we know. *Social and Personality Psychology Compass*, *14*(12), 1–11. https://doi.org/10.1111/spc3.12566

Eysenck, M. W. (2013). *Anxiety: The cognitive perspective*. Psychology Press.

Harrison, L. E., Timmers, I., Heathcote, L. C., Fisher, E., Tanna, V., Duarte Silva Bans, T., & Simons, L. E. (2020). Parent responses to their child's pain: systematic review and meta-analysis of measures. *Journal of Pediatric Psychology*, *45*(3), 281-298. https://doi.org/10.1093/jpepsy/jsaa005

Mărcuș, O., Martins, E. C., Sassu, R., & Visu-Petra, L. (2022). On the importance of being flexible: Early interrelations between affective flexibility, executive functions and anxiety symptoms in preschoolers. *Early Child Development and Care*, *192*(6), 914–931. https://doi.org/10.1080/03004430.2020.1816995

Mitchell, S. A. (2022). *Relationality: From attachment to intersubjectivity*. Taylor & Francis.

Qin, J., Huang, T., Wang, Z., Zhang, X., Wang, J., Dang, Q., Cui, D., Wang, X., Zhai, Y., Zhao, L., Lu, G., Shao, C., Li, S., Liu, H., & Liu, Z. (2023). Bud31-mediated alternative splicing is required for spermatogonial stem cell self-renewal and differentiation. *Cell death and differentiation*, *30*(1), 184–194. https://doi.org/10.1038/s41418-022-01057-1

Rapee, R. M., Creswell, C., Kendall, P. C., Pine, D. S., & Waters, A. M. (2023). Anxiety disorders in children and adolescents: A summary and overview of the literature. *Behaviour research and therapy*, *168*, 104376. https://doi.org/10.1016/j.brat.2023.104376

Schlosser G. (2024). From "self-differentiation" to organoids-the quest for the units of development. *Development genes and evolution*, *234*(2), 57–64. https://doi.org/10.1007/s00427-023-00711-z

Shanok, N. A., & Jones, N. A. (2024). EEG Asymmetry Characteristics in Relation to Childhood Anxiety Subtypes: A Dimensional Approach. *Clinical EEG and neuroscience*, *55*(1), 34–42. https://doi.org/10.1177/15500594221150213

Skowron, E. A., & Friedlander, M. L. (2009). "The Differentiation of Self Inventory: Development and initial validation": Errata. *Journal of Counseling Psychology*, *56*(4), 597–598. https://doi.org/10.1037/a0016709

Timmers, I., Simons, L. E., Hernandez, J. M., McCracken, L. M., & Wallace, D. P. (2019). Parent psychological flexibility in the context of pediatric pain: Brief assessment and associations with parent behaviour and child functioning. *European journal of pain (London, England)*, *23*(7), 1340–1350. https://doi.org/10.1002/ejp.1403

Wood, L. A. (2022). *Relationship between Performance Anxiety and Self-Differentiation* (Doctoral dissertation, Mount Mercy University).

Yaffe, Y. (2023). Systematic review of the differences between mothers and fathers in parenting styles and practices. *Current psychology*, *42*(19), 16011-16024. https://doi.org/10.1007/s12144-020-01014-6

Zelazo, P. D. (2015). Executive function: Reflection, iterative reprocessing, complexity, and the developing brain. *Developmental Review*, *38*, 55-68. https://doi.org/10.1016/j.dr.2015.07.001

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-26]