رویش روان شناسی، سال۱۵، شماره ۶، شماره پیاپی ۱۲۳، شهریور ۱۴۰۵
Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),15(6), 2026

امکان‌سنجی بسته آموزشی ارتباط مادر-فرزندی بر اساس دیدگاه بوئن بر مثلث‌سازی و استرس والدگری در مادران تک‌فرزند

Feasibility of a Bowen-Based Mother-Child Relationship Training Package on Triangulation and Parenting Stress in Mothers with One Child

ناهید طایفی
گروه مشاوره، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.
فریبا حسنی (نویسنده مسئول)
گروه روان‌شناسی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.
افسانه قنبری پناه
گروه مشاوره و تربیت، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

چکیده

پژوهش حاضر با هدف امکان‌سنجی بسته آموزشی ارتباط مادر-فرزندی بر اساس دیدگاه بوئن بر مثلث‌سازی و استرس والدگری در مادران تک‌فرزند انجام شد. روش پژوهش نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون و گروه کنترل با دوره پیگیری یک ماهه بود. جامعه آماری شامل مادران تک فرزند منطقه ۲۲ شهر تهران در سال ۱۴۰۴ بود. بر اساس نمونه‌گیری هدفمند تعداد ۲۰ نفر انتخاب شدند و در گروه آزمایش (۱۰ نفر) و کنترل (۱۰ نفر) به طور تصادفی جایدهی شدند. ابزار جمع‌آوری اطلاعات شامل پرسشنامه مثلث‌سازی (بهرامی و یوسفی، ۱۳۹۶؛ TQ) و فرم کوتاه شاخص استرس والدینی (آبیدین، ۱۹۹۵؛ PSI-SF) بود. اعضای گروه آزمایش طی ۱۰ جلسه گروهی تحت آموزش بسته ارتباط مادر-فرزندی بر اساس دیدگاه بوئن قرار گرفتند. داده‌ها به روش تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر مورد تحلیل قرار گرفت. نتایج نشان داد بین میانگین پیش‌آزمون و پس‌آزمون مثلث‌سازی و استرس والدگری در دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود دارد (p<۰/۰۰۱). اما بین پس‌آزمون و پیگیری تفاوت معناداری وجود نداشت (p>۰/۰۵) و نتایج در دوره پیگیری حفظ شدند. در نتیجه یافته‌های این مطالعه نشان می‌دهد که به‌کارگیری بسته آموزشی ارتباط مادر-فرزندی بر اساس دیدگاه بوئن، ظرفیت پایداری برای کاهش مثلث‌سازی و استرس والدگری در مادران تک‌فرزند دارد.

واژه‌های کلیدی: *مثلث‌سازی، استرس والدگری، ارتباط مادر-فرزندی، مادران تک فرزند.*

Nahid Tayefi
Department of Counseling, CT.C., Islamic Azad University, Tehran, Iran.
Fariba Hassani *
Department of Psychology, CT.C., Islamic Azad University, Tehran, Iran. far.hassani@iauctb.ac.ir
Afsaneh Ghanbari Panah
Department of Counseling and Education, CT.C., Islamic Azad University, Tehran, Iran.

Abstract

The present study aimed to assess the feasibility of a mother-child relationship training package based on Bowen's perspective on triangulation and parenting stress in mothers with one child. The research method was a quasi-experimental design with a pre-test-post-test and control group design with a one-month follow-up period. The statistical population included mothers with one child in District 22 of Tehran in 2025. Based on purposive sampling, 20 people were selected and randomly assigned to the experimental group (10 people) and the control group (10 people). The data collection tool included the Triangulation Questionnaire (Bahrami and Yousefi, 2017; TQ) and the Short Form of the Parenting Stress Index (Abidin, 1995; PSI-SF). The experimental group members underwent 10 group sessions of training on the mother-child relationship package based on Bowen's perspective. The data were analyzed using analysis of variance with repeated measures. The results showed that there was a significant difference between the pre-test and post-test means of triangulation and parenting stress in the experimental and control groups (p<0.001). However, there was no significant difference between the post-test and follow-up (p>0.05), and the results were maintained in the follow-up period. As a result, the findings of this study indicate that the use of the mother-child relationship training package based on Bowen's perspective has a sustainable capacity to reduce triangulation and parenting stress in mothers with one child.

Keywords: *Triangulation, Parenting Stress, Mother-Child Relationship, Mothers with one Child.*

نوع مقاله: پژوهشی | **دریافت: تیر ۱۴۰۵** | **پذیرش: مرداد ۱۴۰۵** | **ویرایش نهایی: شهریور ۱۴۰۵**

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-27]

مقدمه

در دهه‌های اخیر، تغییرات ساختاری خانواده و کاهش نرخ باروری، پدیده تک‌فرزندی را به یکی از الگوهای رایج خانواده در جوامع معاصر تبدیل کرده است (قائدی‌حیدری و همکاران، ۲۰۲۶). در این میان، خانواده‌های تک‌فرزند به دلیل تمرکز عاطفی، روانی و تربیتی والدین بر یک کودک، واجد ویژگی‌های تعاملی متفاوتی نسبت به خانواده‌های چند فرزند هستند (وکیلیان و فقیه‌لو، ۲۰۲۶). در چنین خانواده‌هایی، رابطه والد-فرزند اغلب به کانون اصلی تعاملات عاطفی و تربیتی تبدیل می‌شود و کیفیت این رابطه می‌تواند نقش تعیین‌کننده‌ای در سلامت روانی مادر و تحول عاطفی کودک ایفا کند (داگان[1] و همکاران، ۲۰۲۴؛ ژو[2]، ۲۰۲۵). در خانواده‌های تک‌فرزند، تمرکز بیشتر و توجه والدین بر تنها فرزند می‌تواند با دریافت حمایت، تأیید، و توجه همراه باشد (لی[3] و همکاران، ۲۰۲۴)، با این حال تمرکز انتظارات والدین بر تنها فرزند می‌تواند فشار روانی بیشتری را برای کودک ایجاد کند؛ ازاین‌رو، برقراری تعادل میان انتظارات والدین، حمایت عاطفی و استقلال کودک در این خانواده‌ها اهمیت دارد (شو[4] و همکاران، ۲۰۲۵).

علاوه بر این، باید توجه داشت که روابط مادر-فرزند صرفاً در سطح تعاملات فردی قابل تبیین نیست (پنگوتا[5] و همکاران، ۲۰۲۰)، بلکه در بستر نظام کلی خانواده معنا پیدا می‌کند (مورداک[6] و همکاران، ۲۰۲۳؛ یی[7]، ۲۰۲۵). در این راستا، نظریه سیستم‌های خانواده بوئن[8] یکی از چارچوب‌های نظری برای فهم پویایی‌های عاطفی خانواده به شمار می‌رود. بوئن خانواده را به منزله یک نظام عاطفی در نظر می‌گیرد که رفتار هر عضو آن در تعامل متقابل با سایر اعضا شکل می‌گیرد (کالاتراوا[9] و همکاران، ۲۰۲۲؛ براون و ارینگتون[10]، ۲۰۲۴). بر اساس این نظریه، مفاهیمی همچون تمایزیافتگی خود، هم‌جوشی عاطفی، انتقال چندنسلی الگوهای ارتباطی و مثلث‌سازی، نقش مهمی در کیفیت روابط والد-کودک ایفا می‌کنند (میلر و الدر[11]، ۲۰۲۵). در خانواده‌های تک‌فرزند، تعامل والد-فرزند معمولاً متمرکزتر و پرتکرارتر است و تنها فرزند ممکن است وابستگی بیشتری به والدین تجربه کند؛ شرایطی که در صورت همراهی با مرزهای عاطفی نامشخص می‌تواند زمینه را برای شکل‌گیری الگوهای هم‌جوشی عاطفی فراهم سازد (ژنگ[12] و همکاران، ۲۰۲۳). مطابق نظریه سیستم‌های خانواده نیز، هم‌جوشی عاطفی و ضعف مرزهای میان والد و فرزند می‌تواند فرایند دستیابی به تعادل میان صمیمیت و استقلال روان‌شناختی را با چالش مواجه کند (تامپسون[13] و همکاران، ۲۰۲۴؛ میلر[14]، ۲۰۲۳). بر همین اساس، می‌توان گفت بهره‌گیری از رویکردهای آموزشی مبتنی بر نظریه بوئن می‌تواند به اصلاح الگوهای ارتباطی ناکارآمد و ارتقای کارکرد عاطفی خانواده کمک کند (میلر و الدر، ۲۰۲۵).

در میان مفاهیم نظریه سیستم‌های خانواده بوئن، مثلث‌سازی از اهمیت بالایی در تبیین پویایی روابط خانوادگی برخوردار است (وایت[15] و همکاران، ۲۰۲۵). از دیدگاه بوئن، مثلث کوچک‌ترین واحد در نظام عاطفی خانواده است و زمانی که تنش و اضطراب در یک رابطه دونفره افزایش می‌یابد، وارد شدن فرد سوم می‌تواند به تنظیم و توزیع تنش در سیستم کمک کند (وانگ[16]، ۲۰۲۶؛ براون و ارینگتون، ۲۰۲۴). در خانواده، یکی از جلوه‌های مهم این فرایند، درگیر شدن فرزند در تعارضات میان والدین است؛ به‌گونه‌ای که فرزند ممکن است در موقعیت جانبداری از یکی از والدین، میانجی‌گری یا تلاش برای کاهش تعارض میان آنان قرار گیرد (شورر و ماهات-شامیر[17]، ۲۰۲۵؛ پیش‌بین و همکاران، ۲۰۲۴). شواهد پژوهشی نشان داده‌اند که تجربه بیشتر مثلث‌سازی با افزایش مشکلات روانشناختی، عاطفی و کاهش کیفیت روابط والد-فرزند ارتباط دارد (وانگ[18] و همکاران، ۲۰۲۴). در خانواده‌های تک‌فرزند نیز، اگرچه شواهد قطعی مبنی بر بیشتر بودن مثلث‌سازی وجود ندارد، برخی پژوهش‌ها از فرزندمحوری بیشتر، درگیری بالاتر والدین در فعالیت‌های فرزند و بیش‌حمایتگری در برخی از

1. Dagan
2. Zhu
3. Li
4. Xu
5. Ponguta
6. Murdock
7. Yee
8 . Bowen
9. Calatrava
10. Brown & Errington
11. Miller & Elder
12. Zhong
13. Thompson
14. Miller
15. White
16. Wang
17. Shorer & Mahat-Shamir
18. Wang

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-27]

این خانواده‌ها حکایت دارند؛ عواملی که ضرورت توجه به پویایی عاطفی رابطه والد-فرزند را برجسته می‌سازند (بوخاری و مسعود[1]، ۲۰۱۹؛ خادارو و مک‌کالوم[2]، ۲۰۲۱). از این رو، شناسایی الگوهای مثلثی و کمک به اعضای خانواده برای کاهش واکنش‌پذیری عاطفی و افزایش تمایزیافتگی، از محورهای مداخله در رویکرد مبتنی بر نظریه بوئن به شمار می‌رود (وانگ و همکاران، ۲۰۲۴).

علاوه بر این، اختلال در تعاملات مادر-فرزند می‌تواند به استرس والدگری، یعنی فشارهای روانی و هیجانی ناشی از ایفای نقش والدینی و احساس ناکافی بودن منابع برای پاسخ‌گویی به نیازهای فرزند، منجر شود (چن و بوکوچ[3]، ۲۰۲۴؛ لاوندا[4] و همکاران، ۲۰۲۶). در خانواده‌های تک‌فرزند، تمرکز بیشتر توجه و انتظارات والدین بر تنها فرزند ممکن است حساسیت نسبت به رشد و عملکرد او و فشارهای مرتبط با والدگری را افزایش دهد؛ اگرچه یافته‌ها در این زمینه یکسان نیست (شو و همکاران، ۲۰۲۵؛ لوی[5] و همکاران، ۲۰۲۱؛ کیان[6] و همکاران، ۲۰۲۱). بر اساس نظریه سیستم‌های خانواده بوئن، استرس والدگری پدیده‌ای فردی نیست، بلکه با پویایی خانواده، میزان تمایزیافتگی عاطفی و الگوهای ارتباطی اعضا مرتبط است (محمودا[7] و همکاران، ۲۰۲۴؛ چپوکین و نئوفیتو[8]، ۲۰۲۴؛ میلر و الدر، ۲۰۲۵). والدین با تمایزیافتگی عاطفی پایین‌تر، به دلیل احتمال بیشتر همجوشی عاطفی با فرزند، اضطراب و فشار روانی بیشتری را تجربه کرده و در تنظیم هیجانات و پاسخ‌گویی سازگارانه به نیازهای فرزند با دشواری مواجه می‌شوند (سالرنو[9] و همکاران، ۲۰۲۴؛ جعفری و همکاران، ۱۴۰۳؛ براون و ارینگتون، ۲۰۲۴). شواهد پژوهشی نیز نشان می‌دهد استرس والدگری بالا با افزایش پریشانی روانی، کاهش تاب‌آوری و افت کیفیت تعامل والد-کودک همراه است (شاویسی و همکاران، ۱۴۰۴؛ رئیسی و همکاران، ۱۴۰۴؛ لاوندا و همکاران، ۲۰۲۶) و در نهایت می‌تواند سلامت روان مادر، کارکرد خانواده و رشد سالم کودک را تحت تأثیر قرار دهد (مطلوب و اسکندر[10]، ۲۰۲۵؛ شایبنر[11] و همکاران، ۲۰۲۴).

با توجه به اهمیت کیفیت تعاملات مادر-فرزند در سلامت روان خانواده، مداخلات متعددی با هدف بهبود روابط و کاهش مشکلات مرتبط با والدگری طراحی شده‌اند؛ با این حال، بسیاری از مداخلات موجود در حوزه والدگری عمدتاً بر آموزش مهارت‌های تربیتی، مدیریت رفتار کودک و اصلاح رفتارهای آشکار والدین تمرکز دارند (کوان[12] و همکاران، ۲۰۲۵) و کمتر به فرایندهای زیربنایی نظام خانواده توجه کرده‌اند. از این رو، رویکردهای نظام‌مند خانواده می‌توانند چارچوب مناسبی برای توجه به این ابعاد فراهم کنند. در میان این رویکردها، نظریه سیستم‌های خانواده بوئن با تأکید بر مفاهیمی همچون تمایزیافتگی خود، هم‌جوشی عاطفی، مثلث‌سازی و انتقال بین‌نسلی، از پشتوانه نظری و پژوهشی قابل‌توجهی در تبیین فرایندهای عاطفی و الگوهای تعاملی خانواده برخوردار است (کموشی و ایزدی، ۱۴۰۳؛ وایت و همکاران، ۲۰۲۵). با این حال، شواهد مداخله‌ای درباره اثربخشی برنامه‌های مبتنی بر این نظریه در کاهش استرس والدگری و مثلث‌سازی در روابط والد-فرزند، به‌ویژه در خانواده‌های تک‌فرزند، همچنان محدود است. ازاین‌رو، در پژوهش حاضر بسته آموزشی ارتباط مادر-فرزندی مبتنی بر دیدگاه بوئن تدوین شد که با تمرکز بر شناخت و اصلاح الگوهای ناکارآمد عاطفی، افزایش تمایزیافتگی مادر، کاهش فرایندهای مثلثی و تقویت مرزهای سالم در رابطه مادر-فرزند، درصدد مداخله در سطح ساختار عاطفی خانواده است. این بسته با بهره‌گیری از مفاهیم اصلی نظریه بوئن، تلاش می‌کند زمینه بهبود تعاملات مادر-فرزند را فراهم سازد.

از جنبه کاربردی، یافته‌های این مطالعه می‌تواند اطلاعات مفیدی برای متخصصان حوزه روان‌شناسی خانواده، مشاوران و درمانگران فراهم آورد تا بر اساس شواهد تجربی، از یک بسته آموزشی ساختاریافته برای کاهش مشکلات مرتبط با روابط مادر-فرزندی در خانواده‌های تک‌فرزند استفاده کنند. همچنین نتایج حاصل از امکان‌سنجی این مداخله می‌تواند به عنوان مبنایی برای طراحی برنامه‌های پیشگیرانه و مداخلات آموزشی در مراکز مشاوره خانواده و نهادهای مرتبط با سلامت روان مورد توجه قرار گیرد. افزون بر این، ارائه یک الگوی مداخله‌ای مبتنی بر نظریه بوئن در بافت فرهنگی ایران، می‌تواند مسیر را برای توسعه و ارزیابی برنامه‌های بومی در حوزه روابط خانوادگی هموار کند.

1. Bukhari & Masood
2. Khadaroo & MacCallum
3. Chen & Bokoch
4. Lavenda
5. Levy
6. Qian
3. Mahmudah
8. Čepukienė & Neophytou
9. Salerno
10. Matloob & Sikandar
11. Scheibner
12. Kwan

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-27]

از این جهت پژوهش حاضر با هدف امکان‌سنجی بسته آموزشی ارتباط مادر-فرزندی بر اساس دیدگاه بوئن بر مثلث‌سازی و استرس والدگری در مادران تک‌فرزند انجام شد.

روش

پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون و گروه کنترل با دوره پیگیری یک ماهه بود. جامعه آماری شامل مادران تک فرزند منطقه ۲۲ شهر تهران در سال ۱۴۰۴ بود. از میان این افراد، ۲۰ نفر به‌صورت هدفمند انتخاب و به‌طور تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل (هر کدام ۱۰ نفر) جایدهی شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل رضایت آگاهانه، تک فرزندی، ساکن منطقه ۲۲ تهران، نداشتن قصد فرزندآوری مجدد (بر اساس خوداظهاری)، نداشتن اختلال روان‌پزشکی شدید تشخیص داده شده (بر اساس خوداظهاری) بود. ملاک‌های خروج از پژوهش شامل غیبت دو جلسه، بروز بحران‌های شدید خانوادگی یا فردی در طول اجرای پژوهش (مانند طلاق یا فوت یکی از اعضای درجه یک خانواده)، و شرکت همزمان در جلسات مشاوره‌ای و درمانی بود. در اجرای مطالعه، اعضای گروه آزمایش طی ۱۰ جلسه گروهی ۹۰ دقیقه‌ای تحت مداخله آموزشی ارتباط مادر-فرزندی بر اساس دیدگاه بوئن قرار گرفتند، در حالی که به گروه کنترل هیچ مداخله‌ای ارائه نشد. به‌منظور بررسی پایداری اثر درمان، یک ماه پس از پایان جلسات مرحله پیگیری انجام شد. از لحاظ اخلاقی، پیش از آغاز مطالعه، شرکت‌کنندگان از اهداف، روند اجرا، مزایا و خطرات احتمالی و حق انصراف خود مطلع شده و رضایت‌نامه کتبی ارائه دادند. همچنین، حفظ محرمانگی داده‌ها تضمین و استفاده از اطلاعات صرفاً برای اهداف پژوهشی اعلام شد. این مطالعه با کد اخلاق IR.IAU.CTB.REC.1403.065 در کمیته اخلاق دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی به تصویب رسیده است. در نهایت، داده‌های گردآوری‌شده با بهره‌گیری از آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر و نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ مورد تحلیل قرار گرفت.

ابزار سنجش

پرسشنامه مثلث‌سازی[1] (TQ): این پرسشنامه توسط بهرامی و یوسفی (۱۳۹۶) در ۱۶ گویه تدوین شده است و میل به مقابله با مشکلات ارتباطی از طریق دخیل‌کردن شخص سوم را ارزیابی می‌نماید. این پرسشنامه شامل سه خرده‌مقیاس مثلث‌سازی منفی، پشتیبان و مثلث‌سازی با فرزند است. شیوه نمره‌گذاری به صورت طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (کاملا مخالفم=۱ تا کاملا موافقم=۵) است. حداقل نمره ۱۶ و حداکثر نمره ۸۰ است و نمرات بالاتر نشان دهنده مثلث‌سازی بیشتر در روابط است. پایایی با محاسبه ضریب آلفا کرونباخ ۰/۸۷ بدست آمد و روایی همگرا با میل به طلاق ۰/۴۳ گزارش شد (بهرامی و یوسفی، ۱۳۹۶). در مطالعه حاضر پایایی با محاسبه ضریب آلفا کرونباخ ۰/۷۹ بدست آمد.

فرم کوتاه شاخص استرس والدینی[2] (PSI-SF): این ابزار توسط آبیدین[3] (۱۹۹۵) در ۳۶ گویه ساخته شده است و شامل سه خرده مقیاس، آشفتگی والدین، ویژگی‌های کودک مشکل‌آفرین و تعاملات ناکارآمد والد-کودک است. شیوه نمره‌گذاری به صورت طیف لیکرت پنج درجه‌ای (از کاملا مخالفم=۱ تا کاملا موافقم=۵) است. طیف نمرات این آزمون از ۳۶ تا ۱۸۰ است که نمرات بالا نشان‌دهنده تجربه سطح بالای استرس و فشار روانی والدگری است. پایایی با محاسبه ضریب آلفا کرونباخ برای ویژگی‌های کودک مشکل‌آفرین ۰/۸۲، تعاملات ناکارآمد والد-کودک ۰/۸۵ و آشفتگی والدین ۰/۷۵ و روایی همگرا با افسردگی ۰/۵۳ بدست آمده است (باروسو[4] و همکاران، ۲۰۱۶). در نمونه ایرانی روایی همگرا با پریشانی روان‌شناختی (استرس، اضطراب، و افسردگی) ۰/۶۸ بدست آمد، و پایایی با محاسبه ضریب آلفا کرونباخ برای مؤلفه‌های این شاخص به ترتیب برابر با ۰/۹۰، ۰/۸۰، و ۰/۸۴ گزارش شد (فدایی و همکاران، ۱۳۸۸). در مطالعه حاضر پایایی با محاسبه ضریب آلفا کرونباخ ۰/۸۲ بدست آمد.

بسته آموزشی ارتباط مادر-فرزندی بر اساس دیدگاه بوئن: بسته آموزشی ارتباط مادر-فرزندی بر اساس دیدگاه بوئن با استفاده از رویکرد تحلیل مضمون و بر پایه مفاهیم نظریه سیستم‌های خانواده بوئن طراحی و اعتباریابی شد. بدین منظور، ابتدا با بررسی ادبیات موجود، مؤلفه‌ها و مفاهیم مرتبط با ارتباط مادر-فرزندی مبتنی بر نظریه بوئن از منابع علمی استخراج گردید. پس از استخراج مفاهیم و مؤلفه‌های اصلی، محتوای جلسات بسته آموزشی ارتباط مادر-فرزندی بر اساس دیدگاه بوئن تدوین و به‌عنوان یک مداخله منسجم طراحی

1. Triangulation Questionnaire (TQ)
2. Parenting Stress Index-Short Form (PSI-SF)
3. Abidin
4. Barroso

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-27]

شد. سپس محتوای تدوین‌شده در اختیار ۱۰ نفر از اساتید و متخصصان حوزه مشاوره و روان‌شناسی قرار گرفت و پس از دریافت نظرات اصلاحی، تغییرات لازم در محتوای جلسات اعمال شد. مقدار روایی محتوایی لاوشه[1] برابر با CVR[2]=۰/۹۴ و روایی محتوایی والتز و باسل[3] CVI[4]=۰/۹۷ به دست آمد و مورد تایید قرار گرفت. بسته آموزشی ارتباط مادر-فرزندی بر اساس دیدگاه بوئن در قالب ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای، به‌صورت گروهی و هفته‌ای یک جلسه اجرا شد. در جدول ۱ سرفصل جلسات بسته آموزشی ارتباط مادر-فرزندی بر اساس دیدگاه بوئن ارائه شده است.

جدول ۱: سرفصل جلسات بسته آموزشی ارتباط مادر-فرزندی بر اساس دیدگاه بوئن

جلسه	هدف	سرفصل‌های آموزشی	تکلیف خانگی
۱	ایجاد اتحاد درمانی و آشنایی با چارچوب نظریه بوئن	معرفی اعضا و ایجاد فضای اعتماد، مرور کلی ۸ مؤلفه اصلی نظریه بوئن با تأکید بر رابطه مادر و فرزند، توضیح خانواده به‌عنوان سیستم پویا و نقش مادر در سیستم، بحث اولیه درباره استرس والدگری (مادر) و پیامدهای آن	نوشتن انتظارات از دوره، شرح یک موقعیت پرتنش مادر-فرزندی اخیر
۲	فهم مثلث‌ها و نقش آن‌ها در تثبیت یا تعارض در رابطه مادر-فرزندی	تعریف مثلث در نظریه بوئن و بررسی مثلث‌های رایج در خانواده‌ها، مثال‌های عملی و ترسیم مثلث‌های خانوادگی	ترسیم مثلث‌های فعالی که در رابطه با فرزند مشاهده شده‌اند، شرح نقش هر عضو در مثلث و اثر آن بر رابطه
۳	تمایز خود و تفکیک احساس از فکر در روابط روزمره با فرزند	تعریف و اهمیت تمایز خود در نقش مادر، تمرین تشخیص احساس و فکر در موقعیت‌های واقعی با فرزند	نوشتن تجربه‌ای از موقعیتی که توانسته است احساس و فکر را جدا کند
۴	شناسایی الگوهای تعارض مادر-فرزندی و تأثیر تنش مادر بر رفتار کودک	تحلیل تعارضات مادر-فرزند و پیامدهای آن، شناخت نشانه‌های اضطراب و استرس مادر ، تمرین واکنش به اضطراب در رابطه با فرزند	ثبت موقعیتی که استرس مادر بر فرزند اثر گذاشته، تحلیل نقش افراد در موقعیت
۵	آموزش مفهوم فرافکنی و مدیریت انتقال اضطراب و هیجان منفی از مادر به فرزند	تعریف فرافکنی و نقش آن در روابط مادر-فرزندی، تمرین شناسایی و مدیریت احساسات انتقالی	بیان تجربه از موقعیتی که فرایند فرافکنی در رابطه مادر-فرزند فعال بوده، نوشتن راهکارهای عملی برای حمایت از فردی که بار فرافکنی را به دوش میکشد
۶	تحلیل انتقال الگوهای خانوادگی میان نسل‌ها و نقش مادر در آن	آموزش طراحی ژنوگرام نسلی با تمرکز بر رابطه مادر و فرزند، تحلیل الگوهای تکراری و انتقال اضطراب، تمرین بازنگری الگوهای خانوادگی و تأثیر آن بر رابطه	تکمیل ژنوگرام خانواده، شناسایی و ارزیابی دو شیوه تربیتی آموخته‌شده از خانواده و مشخص کردن اینکه دوست دارید کدام‌یک را حفظ کنید و کدام‌یک را کمتر تکرار کنید.
۷	مدیریت گسلش عاطفی و تعادل هیجانی در رابطه مادر-فرزندی	تعریف گسلش عاطفی و پیامدهای آن در مادر و فرزند، بررسی گسلش و همجوشی عاطفی، تمرین تعیین مرزهای سالم در رابطه	شناسایی نمونه‌ای از گسلش عاطفی در رابطه با فرزند، نوشتن برنامه ایجاد تعادل و مرزگذاری سالم
۸	شناخت نقش جایگاه تولد مادر و اثر آن بر الگوهای تعاملی با فرزند	بررسی جایگاه تولد مادر و پیامدهای آن در نقش والدگری شناخت جایگاه خود، تحلیل تعامل بین موقعیت تولد و فرآیندهای عاطفی-اجتماعی خانواده در شکل‌دهی سبک‌های رفتاری	نوشتن تجربه شخصی درباره جایگاه تولد و تأثیر آن بر روابط خانوادگی، به ویژه رابطه مادر-فرزندی
۹	تحلیل تأثیر فشارهای اجتماعی و فرهنگی بر رابطه مادر و فرزند	بررسی اثرات فشارهای اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی بر مادر و فرزند، نقش فرهنگ و جامعه در شکل‌گیری الگوهای رفتاری مادر-فرزندی، تمرین راهکارهای مقابله و تنظیم رفتار	نوشتن تجربه شخصی از تأثیر فشارهای اجتماعی و فرهنگی (مانند نظر اطرافیان، مشکلات اقتصادی یا مقایسه با دیگران) بر

1. Lawshe
2. Content Validity Ratio
3. Waltz & Bausell
4. Content Validity Index

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-27]

			رفتار شما با فرزند، نوشتن احساسات و واکنش مطلوب در صورت تکرار موقعیت
۱۰	مرور کلی، ارزیابی پیشرفت و برنامه‌ریزی ادامه مسیر	مرور جامع ۸ مؤلفه نظریه بوئن با تمرکز بر رابطه مادر-فرزندی، بررسی تغییرات در روابط و مدیریت استرس، دریافت بازخورد فردی و گروهی، طراحی برنامه حفظ و تحول مهارت‌ها	نوشتن تجربه کلی از دوره، تعیین راهکارهای فردی برای ادامه مسیر بهبود رابطه با فرزند

یافته ها

میانگین و انحراف معیار سن در گروه آزمایش ۴۳/۶۰ ± ۲/۱۱۹ و در گروه کنترل نیز ۴۵/۲۰ ± ۳/۲۵۹ بود. همچنین نتایج نشان داد بین گروه‌ها از نظر سن تفاوت معناداری وجود نداشت (t=-۱/۳۰۲ ،p=۰/۲۰۹). در گروه آزمایش ۵ نفر کارشناسی، ۲ نفر کارشناسی ارشد و ۳ نفر دکتری و در گروه کنترل ۴ نفر کارشناسی، و ۴ نفر کارشناسی ارشد و ۲ نفر دکتری بودند. همچنین نتایج نشان داد بین گروه‌ها از نظر وضعیت تحصیلی تفاوت معناداری وجود نداشت (x^2=۰/۹۷۸ ،p=۰/۶۱۳). در گروه آزمایش ۴ نفر خانه‌دار، ۴ نفر شاغل آزاد و ۲ نفر شاغل کارمند و در گروه کنترل ۴ نفر خانه‌دار، و ۳ نفر شاغل آزاد و ۳ نفر شاغل کارمند بودند. همچنین نتایج نشان داد بین گروه‌ها از نظر وضعیت اشتغال تفاوت معناداری وجود نداشت (x^2=۰/۳۴۳ ،p=۰/۸۴۲). در گروه آزمایش ۷ نفر دارای فرزند دختر و ۳ نفر پسر بودند، در گروه کنترل ۶ نفر دارای فرزند دختر و ۴ نفر پسر بودند. نتایج نشان داد بین گروه‌ها از نظر جنسیت فرزندان تفاوت معناداری وجود نداشت (x^2=۰/۲۲۰ ،p=۰/۶۳۹). میانگین سن فرزندان در گروه آزمایش ۹/۱۰ ± ۱/۶۶۳ و گروه کنترل ۹/۶۰ ± ۲/۰۶۶ بود. همچنین نتایج نشان داد بین دو گروه از نظر سن فرزندان تفاوتی وجود ندارد (t=-۰/۵۹۶ ،p=۰/۵۵۸). در جدول ۲ شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش ارائه شده است.

جدول ۲: شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیرها	گروه	پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پیگیری	
		میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
مثلث سازی	آزمایش	۴۹/۵۰	۹/۲۵۳	۲۸/۷۰	۷/۱۹۶	۲۹/۴۰	۵/۵۶۲
	کنترل	۴۸/۶۰	۱۰/۷۲۱	۴۸/۴۰	۹/۴۸۹	۴۷/۲۰	۷/۵۲۵
استرس والدگری	آزمایش	۱۰۰/۱۰	۱۹/۰۹۳	۶۴/۸۰	۱۵/۵۹۱	۶۳/۶۰	۱۵/۹۳۲
	کنترل	۱۰۰/۴۰	۱۸/۶۲۶	۹۹/۰۰	۱۷/۰۲۹	۱۰۰/۳۰	۱۸/۵۱۸

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که میانگین نمرات پس‌آزمون و پیگیری در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل تغییرات بیشتری یافته است. به منظور امکان‌سنجی بسته آموزشی ارتباط مادر-فرزندی بر اساس دیدگاه بوئن بر مثلث‌سازی و استرس والدگری در مادران تک‌فرزند از تحلیل واریانس با اندازه‌گیری‌های مکرر استفاده شد. نتایج آزمون شاپیرو-ویلک نشان داد، داده‌های پژوهش دارای توزیع بهنجار هستند ($p>۰/۰۵$). جهت بررسی پیش‌فرض همگنی واریانس‌ها از آزمون لوین استفاده شد، مقادیر به دست آمده از این آزمون در پیش‌آزمون ($p=۰/۹۳۲$)، پس‌آزمون ($p=۰/۴۰۶$)، و پیگیری ($p=۰/۲۹۶$) مثلث‌سازی و پیش آزمون ($p=۰/۷۲۵$)، پس‌آزمون ($p=۰/۴۶۱$)، و پیگیری ($p=۰/۳۱۵$) استرس والدگری معنادار نبود ($p>۰/۰۵$). در آزمون کرویت ماچلی مقدار p آزمون در متغیر مثلث‌سازی ($p=۰/۰۰۳$) و استرس والدگری ($p=۰/۵۳۷$) بدست آمد، بر این اساس، در متغیر مثلث‌سازی مبنای F نیاز به تصحیح اپسلیون دارد و از آزمون جایگزین گرین‌هاوس-گیزر استفاده شد و در متغیر استرس والدگری از آزمون فرض با کرویت استفاده شد. در جدول ۳ نتایج آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر به منظور بررسی امکان‌سنجی بسته آموزشی ارتباط مادر-فرزندی بر اساس دیدگاه بوئن بر مثلث‌سازی و استرس والدگری در مادران تک‌فرزند نشان داده شده است.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-27]

جدول ۳: نتایج تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر جهت امکان‌سنجی مداخله بر مثلث‌سازی و استرس والدگری

متغیر	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	*p*	اندازه اثر	توان آزمون
مثلث سازی	زمان	۱۵۰۵/۸۳۳	۱/۳۳۹	۱۱۲۴/۷۲۳	۳۶/۲۶۶	۰/۰۰۱	۰/۶۶۸	۱/۰۰۰
	زمان * گروه‌ها	۱۲۹۶/۱۰۰	۱/۳۳۹	۹۶۸/۰۷۱	۳۱/۲۱۵	۰/۰۰۱	۰/۶۳۴	۱/۰۰۰
	بین‌گروهی	۲۲۳۲/۶۰۰	۱	۲۲۳۲/۶۰۰	۱۲/۸۷۲	۰/۰۰۲	۰/۴۱۷	۰/۹۲۴
	خطا	۷۴۷/۴۰۰	۲۴/۰۹۹	۳۱/۰۱۳				
استرس والدگری	زمان	۴۴۷۷/۴۳۳	۲	۲۲۳۸/۷۱۷	۵۷/۳۲۷	۰/۰۰۱	۰/۷۶۱	۱/۰۰۰
	زمان * گروه‌ها	۴۱۳۴/۰۳۳	۲	۲۰۶۷/۰۱۷	۵۲/۹۳۰	۰/۰۰۱	۰/۷۴۶	۱/۰۰۰
	بین‌گروهی	۸۴۴۹/۰۶۷	۱	۸۴۴۹/۰۶۷	۱۰/۰۲۸	۰/۰۰۵	۰/۳۵۸	۰/۸۴۹
	خطا	۱۴۰۵/۸۶۷	۳۶	۳۹/۰۵۲				

همانگونه که در جدول ۳ مشاهده می‌شود در متغیر مثلث‌سازی نتایج در اثر زمان (p=۰/۰۰۱، F=۳۶/۲۶۶، η^2=۰/۶۶۸)، تعامل زمان*گروه (P=۰/۰۰۱، F=۳۱/۲۱۵، η۲=۰/۶۳۴) و بین گروه‌ها (p=۰/۰۰۲، F=۱۲/۸۷۲، η^2=۰/۴۱۷) بدست آمد. در متغیر استرس والدگری نتایج در اثر زمان (p=۰/۰۰۱، F=۵۷/۳۲۷، η^2=۰/۷۶۱)، تعامل زمان*گروه (P=۰/۰۰۱، F=۵۲/۹۳۰، η۲=۰/۷۴۶) و بین گروه‌ها (p=۰/۰۰۵، F=۱۰/۰۲۸، η^2=۰/۳۵۸) بدست آمد. در ادامه جهت بررسی پایداری اثرات درمان بر مثلث‌سازی و استرس والدگری از آزمون تعقیبی بونفرنی استفاده شده است که نتایج در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴: نتایج آزمون بونفرنی جهت بررسی پایداری اثرات مداخله بر مثلث‌سازی و استرس والدگری

	مراحل سنجش		آزمایش		کنترل	
			اختلاف میانگین	معناداری	اختلاف میانگین	معناداری
مثلث سازی	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	۲۰/۸۰۰*	۰/۰۰۱	۰/۲۰۰	۱/۰۰۰
	پیش‌آزمون	پیگیری	۲۰/۱۰۰*	۰/۰۰۱	۱/۴۰۰	۱/۰۰۰
	پس‌آزمون	پیگیری	-۰/۷۰۰	۱/۰۰۰	۱/۲۰۰	۱/۰۰۰
استرس والدگری	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	۳۵/۳۰۰*	۰/۰۰۱	۱/۴۰۰	۱/۰۰۰
	پیش‌آزمون	پیگیری	۳۶/۵۰۰*	۰/۰۰۱	۰/۱۰۰	۱/۰۰۰
	پس‌آزمون	پیگیری	۱/۲۰۰	۱/۰۰۰	-۱/۳۰۰	۱/۰۰۰

نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد در گروه آزمایش در متغیر مثلث‌سازی تفاوت میانگین بین پیش‌آزمون و پس‌آزمون (MD=۲۰/۸۰۰، p=۰/۰۰۱) معنادار بود، تفاوت پیش‌آزمون و پیگیری (MD=۲۰/۱۰۰، p=۰/۰۰۱) معنادار بود. اما تفاوت میانگین پس‌آزمون و پیگیری معنادار نبود (p>۰/۰۵). در متغیر استرس والدگری تفاوت میانگین بین پیش‌آزمون و پس‌آزمون (MD=۳۵/۳۰۰، p=۰/۰۰۱) معنادار بود، تفاوت پیش‌آزمون و پیگیری (MD=۳۶/۵۰۰، p=۰/۰۰۱) معنادار بود. اما تفاوت میانگین پس‌آزمون و پیگیری معنادار نبود (p>۰/۰۵). در گروه کنترل نیز، هیچ‌یک از مقایسه‌ها بین پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری معنادار نبود (p>۰/۰۵).

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف امکان‌سنجی بسته آموزشی ارتباط مادر-فرزندی بر اساس دیدگاه بوئن بر مثلث‌سازی و استرس والدگری در مادران تک‌فرزند انجام شد. نخستین یافته پژوهش نشان داد بسته آموزشی ارتباط مادر-فرزندی مبتنی بر دیدگاه بوئن بر مثلث‌سازی تأثیر معناداری دارد و نتایج تا مرحله پیگیری نیز تداوم داشت. این یافته با مطالعات وایت و همکاران (۲۰۲۵)، میلر و الدر (۲۰۲۵)، و پیش‌بین و همکاران (۲۰۲۴) به طور ضمنی هسمو بود. در تبیین این یافته می‌توان گفت که از دیدگاه بوئن، مثلث‌سازی زمانی شکل می‌گیرد که در شرایط افزایش اضطراب و تنش در یک رابطه دونفره، فرد سومی وارد رابطه شود و بخشی از تنش موجود را جذب یا تنظیم کند؛ در خانواده نیز

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-27]

کودک ممکن است در چنین فرایندی درگیر تنش‌ها و تعارض‌های عاطفی والدین شود (مورداک و همکاران، ۲۰۲۳). پژوهش‌ها نیز نشان داده‌اند که درگیرشدن فرزند در فرایندهای مثلثی خانواده با افزایش واکنش‌پذیری هیجانی و تضعیف کیفیت روابط والد-فرزند همراه است (وانگ، ۲۰۲۶). بر این اساس، در بسته آموزشی حاضر، آموزش مستقیم مفهوم مثلث‌ها و ترسیم مثلث‌های فعال خانواده، به مادران کمک کرده است تا موقعیت‌هایی را که در آن فرزند به‌طور ناخواسته در تنش‌های عاطفی خانواده درگیر می‌شود، بهتر شناسایی کنند. همچنین، آموزش تمایزیافتگی و تفکیک احساس از فکر، شناخت فرایند فرافکنی خانوادگی و انتقال اضطراب، بررسی الگوهای بین‌نسلی و آموزش مدیریت همجوشی و گسلش عاطفی می‌تواند توانایی افراد را برای تنظیم هیجان، مواجهه مستقیم‌تر با تنش‌های رابطه‌ای و پرهیز از واردکردن فرزند به فرایندهای عاطفی حل‌نشده افزایش داده باشد (پیش‌بین و همکاران، ۲۰۲۴). از دیدگاه بوئن، افزایش تمایزیافتگی به فرد امکان می‌دهد در روابط نزدیک، ضمن حفظ ارتباط عاطفی، کمتر تحت سلطه واکنش‌های هیجانی سیستم قرار گیرد (سالرنو و همکاران، ۲۰۲۴). بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت که بسته آموزشی حاضر با افزایش آگاهی مادران نسبت به مثلث‌های خانوادگی، کاهش واکنش‌پذیری عاطفی و تقویت توانایی مدیریت مستقیم اضطراب و تنش‌های رابطه‌ای، زمینه اصلاح الگوهای مثلثی و شکل‌گیری رابطه‌ای مستقیم‌تر و باثبات‌تر میان مادر و فرزند را فراهم کرده است (میلر و الدر، ۲۰۲۵؛ وایت و همکاران، ۲۰۲۵).

دومین یافته پژوهش نشان داد بسته آموزشی ارتباط مادر-فرزندی بر اساس دیدگاه بوئن بر استرس والدگری تأثیر دارد و نتایج تا مرحله پیگیری نیز تداوم داشت. این یافته با مطالعات پنگوتا و همکاران (۲۰۲۰)، و سالرنو و همکاران (۲۰۲۴) به طور ضمنی همسو بود. مطابق با نظریه سیستم‌های خانواده بوئن، استرس والدگری را می‌توان در ارتباط با سطح تمایزیافتگی، اضطراب خانواده و الگوهای عاطفی میان اعضا تبیین کرد؛ به‌گونه‌ای که افراد با تمایزیافتگی پایین‌تر در شرایط تنش‌زا بیشتر تحت تأثیر هیجانات قرار گرفته و توانایی کمتری برای حفظ تعادل روان‌شناختی دارند (مورداک و همکاران، ۲۰۲۳). در این شرایط، مسائل و مشکلات مرتبط با فرزند می‌تواند احساس فشار، ناکارآمدی و درماندگی در نقش والدگری را افزایش دهد (چن و بوکوچ، ۲۰۲۴). بر این اساس، آموزش تفکیک احساس از فکر و افزایش آگاهی نسبت به فرایندهای عاطفی خانواده می‌تواند به مادران کمک کند تا در مواجهه با مشکلات فرزند، واکنش‌های هیجانی خود را بهتر تنظیم کرده و پاسخ‌های سنجیده‌تری ارائه دهند. همچنین، شناسایی همجوشی عاطفی، فرافکنی خانوادگی، مثلث‌های عاطفی و الگوهای بین‌نسلی می‌تواند به کاهش انتقال اضطراب میان مادر و فرزند و درک بهتر منشأ تنش‌های خانوادگی کمک کند (کالاتراوا و همکاران، ۲۰۲۲؛ کموشی و ایزدی، ۱۴۰۳؛ میلر و الدر، ۲۰۲۵).

در مجموع، نتایج پژوهش نشان داد بسته آموزشی ارتباط مادر-فرزندی مبتنی بر دیدگاه بوئن توانسته است به‌طور معناداری مثلث‌سازی و استرس والدگری را در مادران تک‌فرزند کاهش دهد و این تغییرات در مرحله پیگیری نیز پایدار باقی بماند. این یافته‌ها نشان می‌دهد آموزش مبتنی بر مفاهیم نظریه بوئن می‌تواند با اصلاح الگوهای عاطفی و ارتباطی خانواده و کمک به مدیریت بهتر تنش‌های مادر-فرزندی، به بهبود کیفیت رابطه مادر و فرزند و کاهش فشارهای ناشی از نقش والدگری منجر شود.

پژوهش حاضر دارای محدودیت‌هایی از جمله محدود بودن جامعه آماری به مادران تک‌فرزند ساکن منطقه ۲۲ تهران، حجم نمونه بسیار پایین، استفاده از نمونه‌گیری هدفمند، اتکا به اظهارات خودگزارشی در بررسی ملاک‌های ورود به پژوهش، و کوتاه بودن دوره پیگیری (یک ماه) بود. بر این اساس پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آینده حجم نمونه افزایش یابد تا قدرت تعمیم‌پذیری یافته‌ها ارتقا یابد. همچنین انجام مطالعات با نمونه‌گیری تصادفی و استفاده از جامعه آماری متنوع‌تر می‌تواند اعتبار نتایج را تقویت کند. پیشنهاد می‌شود علاوه بر ابزارهای خودگزارشی، از روش‌های مکمل مانند مصاحبه بالینی، مشاهده رفتاری یا گزارش همسر/عضو خانواده برای کاهش سوگیری پاسخ‌دهی استفاده شود. علاوه بر این، انجام پیگیری‌های بلندمدت‌تر برای بررسی پایداری اثرات مداخله پیشنهاد می‌شود.

منابع

بهرامی، ا.، و یوسفی، ز. (۱۳۹۶). *بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس‌های ساختاری خانواده*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی اصفهان.

جعفری، ر.، اکرمی، ن.، و مهرابی، ح. (۱۴۰۳). تدوین مدل مبتنی بر کیفیت رابطه با والدین و رابطه والد-فرزند با بحران هویت در نوجوانان با در نظر گرفتن نقش میانجی عزت‌نفس، مشکلات بین‌فردی و تمایزیافتگی. *دستاوردهای روان‌شناسی بالینی*، ۱۰(۳)، ۶۵-۷۸. https://jacp.scu.ac.ir/article_19353.html

رئیسی، ف.، شریفی، ب.، و نجاراصل، ص. (۱۴۰۴). رابطه بین استرس و فرسودگی والدینی با نقش میانجی تاب‌آوری در والدین دارای فرزند نوجوان. *رویش روان‌شناسی*، ۱۴(۲)، ۷۳-۸۲. http://frooyesh.ir/article-1-5601-fa.html

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-27]

شاویسی، س.، حسن‌زاده، س.، و ارجمندنیا، ع. ا. (۱۴۰۴). نقش میانجی شفقت به خود در رابطه بین استرس والدینی و پریشانی روان‌شناختی در والدین فرزندان مبتلا به اختلال طیف اتیسم. *رویش روان‌شناسی*، ۱۴(۵)، ۱-۱۰. http://frooyesh.ir/article-1-5863-fa.html

فدایی، ز.، دهقانی، م.، طهماسیان، ک.، و فرهادی، ف. (۱۳۸۸). بررسی ساختار عاملی، اعتبار و روایی فرم کوتاه-شاخص استرس فرزندپروری (PSI-SF) مادران کودکان عادی ۷-۱۲ سال. *تحقیقات علوم رفتاری*، ۸(۲)، ۸۱–۹۱. http://rbs.mui.ac.ir/article-1-171-fa.html

کموشی، م.، و ایزدی، ف. (۱۴۰۳). بررسی اثربخشی درمان مبتنی بر تمایزیافتگی بوئن بر کارکرد تحولی خانواده و هم‌آمیختگی مادران دارای فرزند با اختلال خودماندگی. *خانواده و پژوهش*، ۲۱(۴)، ۱۲۷–۱۴۲. http://qjfr.ir/article-1-2234-fa.html

Abidin, R.R. (1995) *Parenting Stress Index, Professional Manual*, 3rd Edition. Psychological Assessment Resources.https://psycnet.apa.org/record/2006-03622-011

Barroso, N. E., Hungerford, G. M., Garcia, D., Graziano, P. A., & Bagner, D. M. (2016). Psychometric properties of the Parenting Stress Index-Short Form (PSI-SF) in a high-risk sample of mothers and their infants. *Psychological assessment*, *28*(10), 1331–1335.https://doi.org/10.1037/pas0000257

Brown, J., & Errington, L. (2024). Bowen family systems theory and practice: Illustration and critique revisited. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, *45*(2), 135-155.https://psycnet.apa.org/doi/10.1002/anzf.1589

Bukhari, S., & Masood, S. (2019). Adolescent triangulation into interparental conflict: Role of cognitive appraisals and birth-order. *European Journal of Developmental Psychology*, *16*(6), 712-726.https://doi.org/10.1080/17405629.2018.1511418

Calatrava, M., Martins, M. V., Schweer-Collins, M., Duch-Ceballos, C., & Rodríguez-González, M. (2022). Differentiation of self: A scoping review of Bowen Family Systems Theory's core construct. *Clinical psychology review*, *91*, 102101.https://doi.org/10.1016/j.cpr.2021.102101

Čepukienė, V., & Neophytou, K. (2024). Intergenerational transmission of familial relational dysfunction: A test of a complex mediation model based on Bowen family systems theory. *Journal of Social and Personal Relationships*, *41*(11), 3385-3408.https://doi.org/10.1177/02654075241265472

Chen, W., & Bokoch, R. (2024). The impact of parental solid self, treatment involvement, stress, and parenting styles on children's mental health symptom severity. *Journal of Child and Family Studies*, *33*(9), 2919-2932.https://doi.org/10.1007/s10826-024-02848-5

Dagan, O., Schuengel, C., Verhage, M. L., Madigan, S., Roisman, G. I., Bernard, K., ... & Aviezer, O. (2024). Configurations of mother–child and father–child attachment relationships as predictors of child language competence: An individual participant data meta-analysis. *Child Development*, *95*(1), 50-69.https://doi.org/10.1111/cdev.13998

Ghaedi-Heidari, F., Pourkazemi, R., & Abbasi, S. (2026). Impact of motivational interviewing on the motivations and attitudes mothers of only children toward childbearing. *Journal of Education and Health Promotion*, *15*(1), 249.https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_346_25

Khadaroo, A., & MacCallum, F. (2021). Parenting of adolescent single children: A mixed-methods study. *Journal of Family Issues*, *42*(12), 2896-2919.https://psycnet.apa.org/doi/10.1177/0192513X21993180

Kwan, D. H. W., LAM, S. F., & Shum, K. (2025). Randomized Controlled Trial: Comparing the Effectiveness of Mindful Parenting and Parent Management Training. Behaviour Research and Therapy. 203. 105073. http://dx.doi.org/10.1016%2Fj.brat.2026.105073

Lavenda, O., Hershkovitz-Freudenthal, A., & Leshem, E. (2026). A closer look at parenting stress: Parent, child, and contextual characteristics. *Family Relations*, *75*(1), 323-341.https://doi.org/10.1111/fare.70079

Levy, R. L., Murphy, T. B., Kamp, K., Langer, S. L., & Van Tilburg, M. A. (2021). Parental response to only children: breaking the stereotypes. *Children*, *8*(7), 605.https://doi.org/10.3390/children8070605

Li, Y., Li, Y., Chen, G., & Yang, J. (2024). Being an only child and children's prosocial behaviors: evidence from rural China and the role of parenting styles. *Humanities and Social Sciences Communications*, *11*(1), 1-14.https://doi.org/10.1057/s41599-024-03078-2

Mahmudah, U., Maylansari, A., & Ruhma, A. (2024). The Implementation of Bowen's Theory in Family Problems. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, *9*(1), 498-504.https://doi.org/10.31316/gcouns.v9i1.5820

Matloob, A., & Sikandar, A. (2025). Relationship between Family Functioning and Depression among Adolescents from Single Parent Family: Mediating Role of Resilience. *Qlantic Journal of Social Sciences*, *6*(1), 354-368.https://doi.org/10.55737/qjss.vi-i.25314

Miller, E. A. (2023). The attachment versus differentiation debate: Bringing the conversation to parent–child relationships. *Family process*, *62*(2), 483-498.https://doi.org/10.1111/famp.12802

Miller, E. A., & Elder, C. R. (2025). Balanced parenting: Proposing a differentiation-based parenting approach informed by Bowen family systems theory. *Family Process*, *64*(1), e13092.https://doi.org/10.1111/famp.13092

Murdock, N. L., Flynn, M. C., & Bresin, R. C. (2023). Differentiation of self, anxiety, triangling and distress: A test of Bowen theory. *Family process*, *62*(4), 1671-1686.https://doi.org/10.1111/famp.12845

Pishbin, M., Gorjinzhad, S., Azami, E., & Magherloo, E. S. (2024). The Effectiveness of Family Systems Counseling on the Academic and Emotional Functioning of Adolescents with Parents Involved in Marital Conflict. *Mental Health and Lifestyle Journal*, *2*(2), 81-92.https://mhljournal.com/index.php/mhlj/article/view/120

Ponguta, L. A., Issa, G., Aoudeh, L., Maalouf, C., Hein, S. D., Zonderman, A. L., ... & Leckman, J. F. (2020). Effects of the mother-child education program on parenting stress and disciplinary practices among refugee and other marginalized

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-27]

communities in Lebanon: A pilot randomized controlled trial. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, *59*(6), 727-738.https://doi.org/10.1016/j.jaac.2019.12.010

Qian, G., Mei, J., Tian, L., & Dou, G. (2021). Assessing Mothers' Parenting Stress: Differences Between One- and Two-Child Families in China. *Frontiers in psychology*, *11*, 609715.https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7845658/

Salerno, A., Tosto, M., Raciti, I., & Merenda, A. (2024). Self-differentiation and parenting stress in adolescent mothers. An exploratory study. *Frontiers in Developmental Psychology*, *2*, 1306427.https://doi.org/10.3389/fdpys.2024.1306427

Scheibner, M., Scheibner, C., Hornemann, F., Arélin, M., Hennig, Y. D., Kiep, H., ... & Gburek-Augustat, J. (2024). The impact of demographic characteristics on parenting stress among parents of children with disabilities: a cross-sectional study. *Children*, *11*(2), 239.https://doi.org/10.3390/children11020239

Shorer, S., & Mahat-Shamir, M. (2025). Parent–child triangles and family loyalties as psychological arenas of grief manifestation among adults who lost a parent at a young age. *Death Studies*, *49*(5), 633-643.https://doi.org/10.1080/07481187.2024.2349185

Thompson, M. J., Platts, C. R., & Davies, P. T. (2024). Parent–child boundary dissolution and children's psychological difficulties: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, *150*(7), 873.https://doi.org/10.1037/bul0000440

Vakilian, K., & Faghihloo, M. (2026). Parenting styles among single-child and multi-child mothers: A cross-sectional study in Arak, Iran. *The Open Public Health Journal*. 19, e187494451780. https://doi.org/10.2174/0118749445178026072009442 7

Wang, M., Sun, S., Liu, X., Yang, Y., Liu, C., Huang, A., & Liu, S. (2024). Interparental conflict and early adolescent depressive symptoms: parent-child triangulation as the mediator and grandparent support as the moderator. *Journal of youth and adolescence*, *53*(1), 186-199.https://doi.org/10.1007/s10964-023-01923-2

Wang, Q. (2026). Adolescent non-suicidal self-injury from Bowen's family systems theory: Interparental conflict, parent-child triangulation, and differentiation of self. *Journal of Affective Disorders*, 120824.https://doi.org/10.1016/j.jad.2025.120824

White, K. L., Errington, L., & Ruggier, S. (2025). Promoting Parent Agency Across the World Through the Parent Hope Project: The Difference Bowen Family Systems Theory Makes. *Journal of Marital and Family Therapy*, *51*(4), e70083.https://doi.org/10.1111/jmft.70083

Xu, G., Liu, Y., Tu, Z., & Yang, X. (2025). A study on the differences in parental educational expectations and adolescents' academic and psychological development: A comparative analysis of only children and non-only children. *Behavioral Sciences*, *15*(4), 402.https://doi.org/10.3390/bs15040402

Yee, M. (2025). *Understanding Parent-Child Relationships and Child Socioemotional Adaptation from Preschool to Middle Childhood Using a Family Systems Perspective*. Doctoral dissertation, Université d'Ottawa/University of Ottawa.https://doi.org/10.20381/ruor-31179

Zhong, Y., Huang, X., Chen, J., Li, Y., Li, Y., Chen, R., ... & Xu, Y. (2023). The role of only-child status in the effect of childhood trauma and parental rearing style on depressive symptoms in Shanghai adolescents. *Frontiers in psychiatry*, *14*, 1196569.https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1196569

Zhu, J., Deneault, A. A., Seal, H., Lucchese-Lavecchia, G., Madigan, S., & Bureau, J. F. (2025). Examining the link between parental relationship functioning and parent sensitivity: a meta-analysis. *Attachment & Human Development*, *27*(3), 368-395.https://doi.org/10.1080/14616734.2024.2441146

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-27]