



## The efficacy of positive parenting training and parenting based on mentalization on improving the mother-child relationship

Narges Ataran<sup>1</sup>, Mohammad Mozafari<sup>2</sup>, Reza Ghorban Jahromi<sup>3</sup>, Sajad Amini Manesh<sup>4</sup>

1. Ph.D Candidate in General Psychology, Department of Psychology, Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran. E-mail: [Mehr.aean@yahoo.com](mailto:Mehr.aean@yahoo.com)

2. Assistant Professor, Department of Psychology, Shiraz Branch, Islamic Azad University, Shiraz, Iran. E-mail: [Mohammad.mozafari@iau.ac.ir](mailto:Mohammad.mozafari@iau.ac.ir)

3. Assistant Professor, Department of Educational and Personality Psychology, Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran. E-mail: [r.ghorban@srbiau.ac.ir](mailto:r.ghorban@srbiau.ac.ir)

4. Assistant Professor, Department of Psychology, Shiraz Branch, Islamic Azad University, Shiraz, Iran. E-mail: [aminimanesh@iaushiraz.ac.ir](mailto:aminimanesh@iaushiraz.ac.ir)

### ARTICLE INFO

**Article type:**  
Research Article

**Article history:**  
Received 21 May 2024  
Received in revised form  
19 July 2024  
Accepted 24 July 2024  
Published Online 21  
December 2024

**Keywords:**  
positive parenting  
training,  
parenting based on  
mentalization,  
mother-child relationship

### ABSTRACT

**Background:** The mother-child relationship is considered one of the important factors in a child's development. So far, various training methods have been implemented to improve the mother-child relationship, but no study has compared two commonly used approaches in this area that could lead to practical strategies for improving mother-child relationships and promoting children's mental health.

**Aims:** The present study aimed to compare the efficacy of mentalization-based parenting training on improving the mother-child relationship.

**Methods:** The research method was a quasi-experimental design with pre-test and post-test. The statistical population included all mothers and children with behavioral problems who visited Aghaah, Afarinesh, and Nimrokh clinics in Shiraz in 2022. The research sample consisted of 40 mothers and children who were purposefully selected based on inclusion and exclusion criteria and randomly assigned to two experimental groups (positive parenting and mentalization-based parenting). After sample attrition, 15 mothers remained in the positive parenting group and 18 in the mentalization-based parenting group. Participants completed the Parent-Child Relationship Questionnaire (Pianta, 1992) before and after the training. The research findings were analyzed using multivariate covariance analysis in SPSS 23 software.

**Results:** The results of multivariate covariance analysis showed that both positive parenting and mentalization-based parenting training were effective in improving the mother-child relationship ( $P < 0.001$ ). The results of the Scheffé post hoc test indicated that mentalization-based parenting training had a greater impact on improving the mother-child relationship compared to positive parenting training ( $P < 0.001$ ).

**Conclusion:** These findings can help parents and psychology professionals choose better methods for nurturing and supporting children and fostering healthier family relationships. Based on the findings, it can be concluded that practitioners may opt for mentalization-based parenting training over positive parenting training for more effective improvement in the mother-child relationship.

**Citation:** Ataran, N., Mozafari, M., Ghorban Jahromi, R., & Amini Manesh, S. (2024). The efficacy of positive parenting training and parenting based on mentalization on improving the mother-child relationship. *Journal of Psychological Science*, 23(143), 59-78. [10.52547/JPS.23.143.59](https://doi.org/10.52547/JPS.23.143.59)

*Journal of Psychological Science*, Vol. 23, No. 143, 2024

© The Author(s). DOI: [10.52547/JPS.23.143.59](https://doi.org/10.52547/JPS.23.143.59)



✉ **Corresponding Author:** Mohammad Mozafari, Assistant Professor, Department of Psychology, Shiraz Branch, Islamic Azad University, Shiraz, Iran.

E-mail: [Mohammad.mozafari@iau.ac.ir](mailto:Mohammad.mozafari@iau.ac.ir), Tel: (+98) 9171122565

## Extended Abstract

### Introduction

Parenting is a complex and multidimensional task, deeply rooted in emotional, cognitive, and behavioral dynamics (Bateman et al., 2023). The quality of the parent-child relationship, particularly the mother-child dyad, has been shown to significantly influence a child's emotional and social development. Within this context, two major approaches—positive parenting and parenting based on mentalization—have gained significant attention for their potential to enhance the quality of the mother-child relationship and promote the child's well-being.

Positive parenting, which emphasizes the cultivation of a nurturing and supportive environment, encourages the use of positive reinforcement, clear communication, and the establishment of consistent but non-punitive boundaries (Babicka-Wirkus et al., 2023; Sandler et al., 2011). It prioritizes a child-centered approach, focusing on building a strong emotional connection between the parent and the child, which fosters secure attachment (Arslan et al., 2021; Zubrick et al., 2005). Research indicates that positive parenting can reduce behavioral problems in children and improve emotional regulation, empathy, and social skills (Collins et al., 2000; Sanders, 2012). These outcomes, in turn, reinforce the parent-child bond, making positive parenting an essential aspect of fostering long-term relational stability (Gardner et al., 2019).

Parallel to positive parenting, parenting based on mentalization has emerged as a vital concept for improving parent-child interactions. Mentalization refers to the capacity to understand the mental states of oneself and others, such as beliefs, feelings, and desires, which drive behavior (Fonagy et al., 2002). In the context of parenting, mentalization-based approaches emphasize the parent's ability to recognize and reflect on their child's internal experiences, promoting emotional attunement and enhancing communication (Slade, 2005). This capacity is crucial for developing secure attachment, as it allows the child to feel understood and valued. According to studies, mentalization-based parenting interventions improve parents' reflective functioning,

which is associated with reductions in child externalizing behaviors and increases in prosocial behavior (Grienenberger et al., 2005; Suchman et al., 2010). The importance of these two approaches is underscored by the contemporary shift in parenting interventions from a predominantly behavioral focus to one that integrates cognitive and emotional dimensions. Traditional parenting programs often centered on disciplining children and controlling behaviors. However, the rise of attachment theory (Bowlby, 1988) and social learning theory (Bandura, 1977) has highlighted the importance of understanding the child's perspective, emotional needs, and the reciprocal nature of the parent-child relationship. Both positive parenting and mentalization-based approaches reflect these theoretical developments by prioritizing emotional connection, cognitive insight, and empathic understanding, all of which are crucial for enhancing the mother-child bond. Despite these theoretical underpinnings, empirical research comparing the relative efficacy of positive parenting training and parenting based on mentalization in improving the mother-child relationship remains limited. Studies have separately shown that both approaches are effective in reducing negative parenting practices, enhancing parental sensitivity, and improving children's psychological outcomes (Hughes & Ensor, 2009; Sanders, 2012). However, there is a need for more direct comparison to determine the specific strengths of each approach and whether their integration could yield more significant improvements in the mother-child relationship.

### The Current Study

This study aims to address this gap by examining the efficacy of positive parenting training and parenting based on mentalization on improving the quality of the mother-child relationship. The primary objectives are to: (1) assess whether positive parenting training or parenting based on mentalization has a more substantial effect on the emotional closeness, communication, and overall relational satisfaction between mothers and their children; and (2) explore the possibility of integrating elements from both approaches to develop a more holistic parenting intervention.

Understanding the relative and combined effects of these two approaches is crucial for developing effective interventions that can support parents in fostering healthier, more responsive relationships with their children. Given the growing emphasis on mental health and emotional well-being in early childhood development, the findings of this study have the potential to inform best practices in parenting interventions, contributing to improved outcomes for both parents and children.

## **Method**

The research method used in the present study was quasi-experimental with a pre-test and post-test design, without a control group. The statistical population of this study included all mothers and children who visited the Aghaah, Afarinesh, and Nimrokh counseling centers in Shiraz in 2022. The sample consisted of 40 mothers and children, selected through purposive sampling based on inclusion and exclusion criteria, and randomly assigned to two experimental groups (positive parenting and mentalization-based parenting).

The inclusion criteria were: informed consent from both the child and the parent, a minimum educational qualification of a high school diploma, and willingness to participate in the training program. The exclusion criteria included starting psychiatric medication, missing more than three sessions, and receiving other psychological services simultaneously.

Regarding sample selection, based on the statistical analysis method (multivariate covariance analysis, or ANCOVA), to determine the effect size of the training programs (comparing pre-test and post-test scores), the G\*Power software estimated a sample size of 26 participants, with an effect size of 0.25, a significance level of  $P < 0.05$ , a 95% confidence interval, two groups, and two dependent variables. However, considering the likelihood of dropout, 20 participants were selected for each group. Ultimately, after the training sessions, 18 participants remained in the mentalization-based parenting group and 15 in the positive parenting group.

The implementation of the present study followed these steps: After obtaining the necessary permits and adhering to ethical principles outlined in the Helsinki

Declaration, informed consent was obtained from the mothers (or guardians) of the children. Three centers providing child psychological services in Shiraz—Aghaah, Afarinesh, and Nimrokh—were selected. From the records of these centers, children with emotional issues (such as anxiety and depression) and behavioral problems (such as conduct disorders, hyperactivity, and peer-related difficulties) were identified. Based on inclusion criteria, such as informed consent from both child and parent, a minimum educational qualification of a high school diploma, and willingness to participate in the training program, participants were purposefully selected.

The mothers and children were invited to attend a joint session at the Afarinesh counseling center, where the researcher explained the study's objective, participation requirements, and session schedules. After obtaining written consent, the training sessions commenced for the parents. The analysis method for this study included descriptive statistics (mean, standard deviation) and inferential statistics (ANCOVA) using SPSS version 23.

## **Results**

The average age of the mothers and their children in the positive parenting group was  $32.5 \pm 3.33$  years and  $8.86 \pm 1.55$  years, respectively, and in the mentalization-based parenting group, it was  $31.66 \pm 4.53$  years and  $8.94 \pm 1.39$  years. According to an independent t-test, there were no significant differences between the two groups, indicating that the groups were comparable ( $p > 0.05$ ). Additionally, the Mann-Whitney test showed that both groups were matched in terms of the mothers' educational level (Mann-Whitney = 114,  $p > 0.05$ ) and the number of children (Mann-Whitney = 125,  $p > 0.05$ ). Table 1 presents the results of multivariate tests, which assess the differences in mean parent-child relationship scores across the stages of training for the experimental groups. The information in the table shows that all multivariate tests were significant, indicating the presence of a main effect related to the repetition factor (pre-test and post-test) as well as an interaction effect between the groups and repetition (i.e., differences between the groups over time).

**Table 1. The results of the multivariate within-subject effects test to compare the scores of the experimental groups**

	Trace	Value	F	Df	Df Error	Sig	Effect Size
Repeat	Pillai's trace	0.513	21.607	2	41	0.001	0.513
	Wilks' lambda	0.487	21.607	2	41	0.001	0.513
	Hotelling's Trace	1.054	21.607	2	41	0.001	0.513
	Roy's largest root	1.054	21.607	2	41	0.001	0.513
Repeat * Group	Pillai's trace	0.505	7.093	4	84	0.001	0.252
	Wilks' lambda	0.539	7.413	4	82	0.001	0.266
	Hotelling's Trace	0.772	7.717	4	80	0.001	0.278
	Roy's largest root	0.644	13.527	2	42	0.001	0.392

Table 2 provides pairwise comparisons to examine the differences in parent-child relationship scores across the training stages for each experimental group. According to the results, in the mentalization-based parenting group, the difference between the pre-test and post-test mean scores was significant ( $p < 0.05$ ). Comparing the mean scores in both stages,

it can be observed that the post-test scores significantly decreased compared to the pre-test scores. Similarly, in the positive parenting group, the difference between the pre-test and post-test mean scores was significant ( $p < 0.05$ ), with post-test scores showing a significant decrease.

**Table 2. The Bonferroni test results**

Group	Stage	Mean difference	SD	Sig
parenting based on mentalization	Pre-test	1.80	0.266	0.001
	Post-test			
positive parenting training	Pre-test	1.33	0.22	0.001
	Post-test			

The results in Table 2 indicate that the adjusted mean scores for emotional-behavioral problems suggest that the Mentalizing Parenting group had fewer issues compared to the Positive Parenting Training group. Similarly, regarding the parent-child relationship, the Mentalizing Parenting group showed a stronger relationship compared to the Positive Parenting Training group.

### Conclusion

This study aimed to compare the effectiveness of positive parenting training and mentalization-based parenting training on improving the parent-child relationship. The results of data analysis demonstrated that positive parenting training led to improvements in the parent-child relationship.

In explaining the effectiveness of positive parenting training on improving the parent-child relationship and reducing children's emotional and behavioral problems, it can be argued that Iranian mothers may have traditionally relied on stricter disciplinary methods. Positive parenting training introduces alternative strategies that promote discipline without resorting to harsh punishments (Sanders, 2003), aligning with many mothers' desire to create a nurturing, non-violent environment, which in turn improves the parent-child relationship. Positive parenting training also provides practical skills and

techniques for effective communication, problem-solving, and behavior management (Sanders et al., 2014). When mothers can use these skills to manage their children's behavior, they feel less frustration and failure, which can contribute to an overall improvement in their relationship.

Regarding the greater effectiveness of mentalization-based parenting compared to positive parenting on the parent-child relationship, it can be explained that mentalization-based training encourages parents to explore and understand the underlying emotional and psychological factors contributing to their child's behavioral issues (Fonagy et al., 1991). While positive parenting offers tools to manage behaviors (Sanders et al., 2012), it may not always address the deeper emotional issues causing the behavioral problems. Without addressing these underlying causes, emotional and behavioral changes may be less pronounced in positive parenting training compared to mentalization-based training. Mentalization-based parenting guides parents to help their child gain insight into the emotions driving their behavior (Bateman et al., 2016). As the child's self-awareness increases, parents can facilitate real emotional and behavioral change from within the child, resulting in a more effective improvement in the parent-child relationship compared to positive parenting

techniques, which primarily focus on external rewards and consequences for behavior modification. Another principle that positive parenting education emphasizes is the creation of a positive and supportive home environment. This approach states that children of all ages need a healthy, safe, and supportive environment to provide them with opportunities to explore, experiment, and play. This principle is considered as a basic principle for improving healthy growth and preventing injuries and inappropriate collisions in the home environment. Mothers' efforts to create a harmonious and peaceful family environment can benefit from techniques that reduce conflicts and repair the parent-child relationship (Sanders et al., 2014). In the field of mentalization training, people, especially children, through behavioral adaptation, change their behaviors and responses based on a better understanding and awareness of their feelings, thoughts, and emotions. It consists of adapting one's actions and reactions in a more constructive and rather adaptive way, taking into account one's own emotional experiences and the emotions of those around them. Parents who have been trained in mentalization are more likely to identify the underlying emotional causes of their child's behavioral problems (Bateman et al., 2023).

This leads to addressing deep-rooted emotional concerns, which leads to more effective behavioral adjustments.

### Ethical Considerations

**Compliance with ethical guidelines:** This article is taken from the doctoral thesis of the first author in the field of psychology of Tehran Research Sciences Unit. To comply with ethical principles in this study, every effort was made to collect information after obtaining consent from the participants. First, the objectives of the research were discussed with the participants, and then they were assured that the information they provided during the study would be kept confidential.

**Funding:** This study was conducted as a PhD thesis with no financial support.

**Authors' contribution:** The first author was the senior author, the second was the supervisors and the third was the advisors.

**Conflict of interest:** the authors declare no conflict of interest for this study.

**Acknowledgments:** I would like to thank the supervisor, the advisors, and the mothers in the study.





## اثربخشی آموزش فرزندپروری مثبت و فرزندپروری مبتنی بر ذهنی سازی بر بهبود رابطه مادر-کودک

نرگس عطاران<sup>۱</sup>، محمد مظفری<sup>۲</sup>، رضا قربان جهرمی<sup>۳</sup>، سجاد امینی منش<sup>۴</sup>

۱. دانشجوی دکتری روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

۲. استادیار، گروه روانشناسی، واحد شیراز، دانشگاه آزاد اسلامی، شیراز، ایران.

۳. استادیار، گروه روانشناسی تربیتی و شخصیت، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

۴. استادیار، گروه روانشناسی، واحد شیراز، دانشگاه آزاد اسلامی، شیراز، ایران.

### چکیده

### مشخصات مقاله

**زمینه:** رابطه مادر-کودک یکی از عوامل مهم برای رشد کودک محسوب می‌شود. تاکنون اثربخشی شیوه‌های آموزشی مختلفی بر رابطه مادر و کودک انجام شده است ولی تاکنون مطالعه‌ای به بررسی مقایسه دو رویکرد پرکاربرد در این زمینه که می‌تواند به تدابیر عملی برای بهبود روابط مادر-کودک و ارتقای سلامت روانی کودکان منجر شود نپرداخته است.

**هدف:** پژوهش حاضر با هدف مقایسه اثربخشی آموزش فرزندپروری مبتنی بر ذهنی سازی بر بهبود رابطه مادر-کودک انجام شد. **روش:** روش پژوهش حاضر نیمه آزمایشی از نوع پیش‌آزمون و پس‌آزمون بود. جامعه آماری شامل تمامی مادران و کودکان با مشکلات رفتاری مراجعه کننده به کلینیک‌های آگاه، آفرینش و نیمرخ شهر شیراز در سال ۱۴۰۱ بود. نمونه پژوهش ۴۰ نفر از مادران و کودکان بودند که با توجه به ملاک‌های ورود و خروج به صورت هدفمند انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایشی (فرزندپروری مثبت و فرزندپروری مبتنی بر ذهنی سازی) جایگزین شدند. پس از افت نمونه، ۱۵ مادر در گروه فرزندپروری مثبت و ۱۸ مادر در گروه فرزندپروری مبتنی بر ذهنی سازی باقی ماندند. شرکت کنندگان قبل و پس از آموزش پرسشنامه رابطه کودک-والد (بیاننا، ۱۹۹۲) را تکمیل کردند. یافته‌های پژوهش با استفاده نرم افزار SPSS-23 و با استفاده از تحلیل کوواریانس چندمتغیری مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

**یافته‌ها:** نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری نشان داد که آموزش‌های فرزندپروری مثبت و فرزندپروری مبتنی بر ذهنی سازی بر بهبود رابطه مادر-کودک اثربخش هستند ( $P < 0/001$ ). نتایج آزمون‌های تعقیبی شفه نشان داد که آموزش فرزندپروری مبتنی بر ذهنی سازی در مقایسه آموزش فرزندپروری مثبت تأثیر بیشتری بر بهبود رابطه مادر-کودک داشت ( $P < 0/001$ ).

**نتیجه گیری:** این نتایج می‌تواند به والدین و متخصصان روانشناسی کمک کند تا روش‌های بهتری را برای پرورش و پشتیبانی از کودکان انتخاب کنند و روابط خانوادگی سالم‌تری را تقویت نمایند. با توجه به یافته‌ها می‌توان نتیجه گرفت درمانگران می‌توانند به منظور اثربخشی بیشتر، از میان این دو آموزش، آموزش فرزندپروری مبتنی بر ذهنی سازی را به منظور بهبود رابطه مادر-کودک انتخاب کنند.

### نوع مقاله:

پژوهشی

### تاریخچه مقاله:

دریافت: ۱۴۰۳/۰۳/۰۱

بازنگری: ۱۴۰۳/۰۳/۲۹

پذیرش: ۱۴۰۳/۰۵/۰۳

انتشار برخط: ۱۴۰۳/۱۰/۰۱

### کلیدواژه‌ها:

آموزش فرزندپروری مثبت، آموزش فرزندپروری مبتنی بر ذهنی سازی، رابطه‌ی مادر-کودک

**استناد:** عطاران، نرگس؛ مظفری، محمد؛ قربان جهرمی، رضا؛ و امینی منش، سجاد (۱۴۰۳). اثربخشی آموزش فرزندپروری مثبت و فرزندپروری مبتنی بر ذهنی سازی بر بهبود رابطه مادر-

کودک. مجله علوم روانشناختی، دوره ۲۳، شماره ۱۴۳، ۵۹-۷۸.

مجله علوم روانشناختی، دوره ۲۳، شماره ۱۴۳، ۱۴۰۳. DOI: [10.52547/JPS.23.143.59](https://doi.org/10.52547/JPS.23.143.59)



© نویسنده‌گان.

✉ نویسنده مسئول: محمد مظفری، استادیار، گروه روانشناسی، واحد شیراز، دانشگاه آزاد اسلامی، شیراز، ایران. رایانامه: [Mohammad.mozafari@iau.ac.ir](mailto:Mohammad.mozafari@iau.ac.ir)

تلفن: ۰۹۱۷۱۱۲۲۵۶۵

## مقدمه

رابطه مادر-کودک یکی از عوامل مهم برای رشد کودک محسوب می‌شود. برای درک و حمایت از سلامت کودکان، در نظر گرفتن زمینه خانوادگی که کودک در آن رشد می‌کند، ضروری است (گاربارینو، ۲۰۱۷). محیط اولیه یعنی خانواده کودک در درجه اول توسط والدین کنترل می‌شود (استون، ۲۰۱۶). در نتیجه، والدین به‌عنوان یکی از مهم‌ترین تأثیرات محیطی در رشد فیزیکی، اجتماعی و هیجانی فرزندان عمل می‌کنند (هندری و همکاران، ۲۰۲۳). رابطه والد-کودک<sup>۱</sup> یک مدل رابطه نسبتاً پایدار است که از تعامل بین کودکان و والدین آن‌ها شکل گرفته است که تأثیر قابل توجهی بر رشد کودکان دارد (ژو و همکاران، ۲۰۲۳). رابطه والد و فرزند توسط عوامل مربوط به فرزند، عوامل مربوط به والدین و تعامل بین این دو شکل می‌گیرد. رابطه والد-کودک، رابطه بین فردی است که توسط والدین و فرزندان در تعامل روزانه شکل می‌گیرد (فان و فان، ۲۰۲۰). کودکان از طریق والدین خود با جهان و نحوه تعامل در آن آشنا می‌شوند. روابط والد-کودک بر کیفیت روابط کودکان در طول رشد و بزرگسالی نیز تأثیرگذار است (فانگ و همکاران، ۲۰۲۱). بهبود این رابطه اهمیت بالایی بر رشد کودک و دوران بزرگسالی وی دارد.

دو مداخله‌ای که تحقیقات نشان داده‌اند بر بهبود مشکلات رفتاری کودکان و رابطه والد-کودک مؤثر است، آموزش فرزندپروری مثبت<sup>۲</sup> (لانجکار و همکاران، ۲۰۲۲؛ طاهازاده و همکاران، ۲۰۲۰) و آموزش فرزندپروری مبتنی بر ذهنی‌سازی<sup>۳</sup> است (رمضانی و همکاران، ۲۰۲۳؛ دارابی و همکاران، ۲۰۲۲). فرزندپروری نقش مهمی در بروز و تداوم مشکلات هیجانی و رفتاری کودکان و نوجوانان دارد. از این نظر، مدت‌هاست ثابت شده است که رابطه بین مشکلات هیجانی و رفتاری کودکان و فرزندپروری دوطرفه است (آلمن و همکاران، ۲۰۲۲، گودرام و همکاران، ۲۰۲۱). به‌طور خاص، رفتارهای والدین و فرزندان ممکن است یکدیگر را در یک حلقه تقویت کنند (به‌عنوان مثال، رفتارهای فرزندپروری ناکارآمد می‌تواند مشکلات هیجانی و رفتاری کودکان را ایجاد کند، که به نوبه خود ممکن است منجر به فرزندپروری ناکارآمدتر شود) (سربین و همکاران، ۲۰۱۵). همچنین، شیوه‌ای که والدین با فرزند خود برخورد می‌کنند، بر رابطه والد-کودک

تأثیر می‌گذارد. برنامه‌های فرزندپروری با تأکید بر روابط والد-کودک و با هدف شکستن دایره باطل بین فرزندپروری ناکارآمد و مشکلات هیجانی و رفتاری کودکان از طریق بهبود نتایج فرزندپروری مورد استفاده قرار می‌گیرند (لیندهیم و همکاران، ۲۰۱۴). لیچتن و همکاران (۲۰۲۱) در فراتحلیل برنامه فرزندپروری برای رفتار مخرب کودک نشان داد که در مجموع و در محیط‌های آموزشی، مدیریت رفتار بیشترین شانس و در محیط‌های پیشگیرانه، مدیریت رفتار با خود مدیریتی والدین بیشترین شانس مؤثر بودن را دارد.

فرزندپروری مثبت یک طرح جامع در مورد فرزندپروری است که رابطه مثبتی بین والدین و فرزندان ایجاد می‌کند و به والدین کمک می‌کند تا راهبردهای مدیریتی مؤثری را بیاموزند تا با مسائل مختلف رشدی و رفتاری کودک به‌خوبی رفتار کنند (مارتین و همکاران، ۲۰۱۹) و یکی از انواع این برنامه، برنامه فرزندپروری مثبت ساندرز و همکاران (۲۰۰۳) است که بر اساس رفتار آموزشگری خانواده مبتنی بر اصول یادگیری اجتماعی طراحی شده‌اند. این برنامه، یک برنامه ساده است که می‌تواند تغییرات بزرگی در خانواده‌ها ایجاد کند و به والدین کمک کند تا بفهمند وقتی صحبت می‌کنند، به روش‌های جدید فکر می‌کنند و عمل می‌کنند، بنابراین نتایج بهتری در خانواده خواهند داشت. تونتیاچیتانون و همکاران (۲۰۲۲) نشان دادند که برنامه‌های فرزندپروری مثبت بر حس شایستگی فرزندپروری، سبک‌های فرزندپروری و نگرانی‌های رفتاری کودکان ۳ تا ۶ ساله دارای اثربخشی است. ترک لادانی و آقابابایی (۱۴۰۱) نیز در پژوهشی بر روی ۳۰ نفر از مادران نشان دادند که آموزش فرزندپروری مثبت، تأثیر معناداری بر افزایش تعامل والد-کودک و کاهش مشکلات رفتاری (مشکلات اجتماعی، نادیده گرفتن قواعد و رفتارهای پرخاشگرانه) کودکان با مشکلات برون نمود دارد.

فرزندپروری مبتنی بر ذهنی‌سازی، یکی از آموزش‌هایی است که در دهه‌های اخیر مورد توجه محققان و آموزشگران قرار گرفته است. ذهنی‌سازی<sup>۴</sup> عبارت است از فعالیت ذهنی تصویری که فرد را قادر می‌سازد تا رفتار خود و دیگران را بر اساس حالت ذهنی قصدمندی درک و تفسیر نماید (بتمن و فوناگی، ۲۰۱۲؛ به نقل از توکلی و همکاران، ۱۴۰۲). توانایی

3. mentalization-based parenting intervention

4. mentalization

1. The parent-child relationship (PCR)

2. positive parenting training

انعکاس حالات روانی است که به‌طور بالقوه زمینه‌ساز رفتار است (بتمن و فوناگی، ۲۰۱۶). این رویکرد شامل توجه ویژه به سطوح برانگیختگی در جلسه، با تمرکز بر شناسایی لحظات «آسیب‌پذیری ذهنی»، یا جایی که ظرفیت ذهنی‌سازی بیمار از بین می‌رود، است. مداخله مبتنی بر ذهنی‌سازی به‌دقت با ظرفیت ذهنی‌سازی لحظه‌به‌لحظه مراجع مطابقت دارد و شامل همدلی و اطمینان به آموزشگر است. جلسات شامل شفاف‌سازی، کاوش و چالش و ذهنی‌سازی خود رابطه آموزشی است. در طول این فرآیند، آموزشگر تشویق می‌شود که یک «موقعیت ذهنی» را حفظ کند، که شامل گرفتن موضع «نادانسته» و توجه به لحظاتی است که ظرفیت ذهنی‌سازی خود آموزشگر از بین می‌رود (بتمن و فوناگی، ۲۰۱۶). مداخله ذهنی‌سازی یک رویکرد مبتنی بر عملکرد بازتابی والدین<sup>۱</sup>، با هدف تقویت عملکرد بازتابی والدین به‌عنوان یک عنصر مرکزی برای دستیابی به نتایج آموزشی مطلوب است (استیل و استیل، ۲۰۱۸). به نظر می‌رسد عملکرد بازتابی والدین یکی از مکانیسم‌های اصلی در رابطه والد-کودک باشد (مناش-گرینبرگ و همکاران، ۲۰۲۲). ظرفیت ذهنی‌سازی والدین (که به‌عنوان «عملکرد بازتابی والدین» عملیاتی شده است) جنبه مهمی از فرزندپروری حساس است (زیگرز و همکاران، ۲۰۱۷). آموزش مبتنی بر ذهنی‌سازی یک آموزش کاملاً اثبات شده است که هدف آن ارتقای ذهنی‌سازی است که به‌نوبه خود ظرفیت‌های تنظیم هیجان را افزایش می‌دهد و منجر به کاهش مشکلات عاطفی و رفتاری می‌شود (میدگلی و همکاران، ۲۰۲۳). مطالعات پیشین با تأکید بر مفاهیم و چارچوب نظری حاکی از آن است که آموزش مبتنی بر ذهنی‌سازی بر بهبود علائم اختلالات درون‌سازی و برون‌سازی کودکان و کیفیت روابط کودکان تأثیرگذار است (استاورو، ۲۰۱۹). مطالعه‌ای نشان داده‌شده است که مداخله مبتنی بر ذهنی‌سازی می‌تواند بهبود قابل توجهی در عملکرد بازتابی والدین، کاهش استرس و مشکلات سلامت روان والدین و کودک شود (لوندر، ۲۰۲۱). نتایج مطالعه استاهرمین و همکاران (۲۰۲۲) حاکی از آن است که مداخله مبتنی بر ذهنی‌سازی منجر به تعامل مادر و کودک مثبت‌تر، کاهش مشکلات رفتاری کودک و افزایش خودتنظیمی کودک می‌شود و این بهبود در یک دوره ۶ ماهه ثابت باقی ماند. فوربس و همکاران (۲۰۲۱) نشان دادند که آموزش ذهنی‌سازی در بهبود علائم اختلالات درون‌سازی شده و برون

<sup>1</sup>. Parent reflective function (PRF)

سازی شده کودکان نقش مؤثری دارد. همچنین نشان داده که آموزش مبتنی بر ذهنی‌سازی بر کاهش آسیب‌پذیری کودکان تأثیرگذار است. دارابی و همکاران (۱۴۰۱) نشان دادند که آموزش مبتنی بر ذهنی‌سازی بر مشکلات رفتاری کودکان در حیطه‌های اضطراب/افسردگی، گوشه‌گیری/افسردگی، شکایات جسمانی، مشکلات تفکر، رفتار قانون‌شکنی و رفتار پرخاشگرانه مؤثر بوده است.

پژوهش‌های موجود نشان می‌دهند که مطالعات کمتری به مقایسه اثربخشی دو رویکرد آموزشی، یعنی آموزش فرزندپروری مثبت و آموزش مبتنی بر ذهنی‌سازی والدین، پرداخته‌اند. این خلأ پژوهشی ضرورت بررسی بیشتر را نشان می‌دهد. با توجه به پیامدهای فراوان وجود مشکل در رابطه والد-کودک بر ابعاد کیفیت زندگی اعضای خانواده و به‌منظور پیشگیری از سایر مشکلاتی که ممکن است در آینده گریبان کودکان و خانواده شود، بهبود رابطه والد-کودک و همچنین معرفی شیوه‌های آموزشی و انجام مداخلاتی که بتواند نقشی در کاهش این مشکلات داشته باشد، حائز اهمیت می‌باشد. یکی از آموزش‌هایی که تحقیقات اثربخشی آن را بر روابط والد-فرزند نشان داده‌اند، آموزش فرزندپروری مثبت است. همچنین آموزشی که اخیراً مورد توجه پژوهشگران در این حوزه قرار گرفته است آموزش مبتنی بر ذهنی‌سازی والدین است. مقایسه این دو آموزش و فهم رویکرد مؤثرتر در این زمینه می‌تواند منجر به تسریع بهبود روند آموزش مشکلات کودکان و خانواده‌های آن‌ها شود. بنابراین، به‌منظور بررسی اینکه کدام رویکرد می‌تواند مؤثرتر واقع شود، از طرفی مرور مطالعات نشان از آن دارد که کمتر پژوهشی به مقایسه اثربخشی آموزش فرزندپروری مثبت و فرزندپروری مبتنی بر ذهنی‌سازی بر بهبود رابطه‌ی مادر-کودک پرداخته است. بنابراین سؤال پژوهش حاضر این است که آیا بین اثربخشی آموزش فرزندپروری مثبت و فرزندپروری مبتنی بر ذهنی‌سازی بر بهبود رابطه‌ی والد-کودک تفاوت وجود دارد؟

## روش

**الف) طرح پژوهش و شرکت‌کنندگان:** روش پژوهش حاضر نیمه آزمایشی از نوع پیش‌آزمون پس‌آزمون و بدون گروه گواه بود. جامعه آماری این پژوهش را تمامی مادران و کودکان مراجعه‌کننده به مراکز



مشاوره آگاه، آفرینش و نیمرخ شهر شیراز در سال ۱۴۰۱ تشکیل می‌دادند. نمونه پژوهش ۴۰ نفر از مادران و کودکان مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر شیراز بود که به روش نمونه‌گیری هدفمند با توجه به ملاک‌های ورود و خروج انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایشی (فرزندپروری مثبت و فرزندپروری مبتنی بر ذهنی‌سازی) گمارده شدند. ملاک‌های ورود به مطالعه شامل رضایت آگاهانه از کودک و والد، حداقل مدرک تحصیلی دیپلم، رضایت حضور در برنامه آموزشی و ملاک‌های خروج عبارت بود از: شروع به مصرف داروی روان‌پزشکی غیبت بیش از سه جلسه و استفاده از خدمات روانشناختی دیگر به‌طور هم‌زمان. در مورد انتخاب نمونه باید اشاره کرد با توجه به روش تحلیل آماری تحلیل کوواریانس چندمتغیری (مقایسه بین گروهی) برای تعیین اندازه اثر برنامه‌های آموزشی (تفاوت نمرات پیش‌آزمون-پس‌آزمون) با توجه به نرم‌افزار G\*Power با اندازه اثر ۰/۲۵، سطح معنی‌داری  $P < 0/05$ ، احتمال رد فرض صفر با توجه به خطای ۰/۹۵، تعداد گروه‌ها ۲ و تعداد متغیرهای وابسته پژوهش ۲ حجم نمونه ۲۶ نفر برآورد شد. ولی در این مطالعه به خاطر پیش‌بین افت آزمودنی و احتمال ریزش برای هر گروه ۲۰ نفر انتخاب شد. در نهایت پس از اجرای آموزش، در گروه آموزش فرزندپروری مبتنی بر ذهنی‌سازی ۱۸ نفر و در گروه آموزش فرزندپروری مثبت ۱۵ نفر از والدین باقی ماندند. روش تحلیل این پژوهش، آمار توصیفی (میانگین، انحراف از معیار) و آمار استنباطی (تحلیل کوواریانس) با استفاده از نرم‌افزار SPSS-23 بود.

### (ب) ابزار

پرسشنامه رابطه کودک-والد<sup>۱</sup> (CPRS): این مقیاس را پیاننا برای اولین بار در سال ۱۹۹۲ ساخته است که شامل ۳۳ ماده است و ادراک والدین را در مورد رابطه خود با کودک خود می‌سنجد. مقیاس رابطه کودک-والد یک پرسشنامه خود گزارشی است که یک مقیاس لیکرت پنج‌درجه‌ای از قطعاً صدق می‌کند (۵ نمره) تا قطعاً صدق نمی‌کند (۱ نمره) را در برمی‌گیرد. این مقیاس برای سنجش رابطه والد-کودک در تمام سنین استفاده می‌شود که حوزه‌های تعارض (۱۷ سؤال)، صمیمیت (۱۰ سؤال)، وابستگی (۶ سؤال) و رابطه مثبت کلی (مجموع تمام حوزه‌ها) را در بر می‌گیرد (پیاننا، ۱۹۹۲). برای به دست آوردن نمره‌ی رابطه مثبت کلی در این مقیاس، می

بایست نمرات پرسش‌های حوزه‌های تعارض و وابستگی معکوس شوند. شیوه نمره‌گذاری بر پایه مقیاس نمرات پیش‌آزمون با پس‌آزمون و معنادار بودن این تفاوت انجام می‌شود. دریکسول و پیاننا (۲۰۱۱) آلفای کرونباخ پرسشنامه را در هر یک از مؤلفه‌های نزدیکی، تعارض، وابستگی و رابطه مثبت کلی به ترتیب ۰/۷۴، ۰/۷۵، ۰/۶۹ و ۰/۸ گزارش کرده‌اند. نسخه فارسی این مقیاس توسط طهماسبان و همکاران (۱۳۹۱) ترجمه شده و روایی محتوایی آن را کارشناسان تأیید کرده‌اند. این پرسشنامه شامل خرده مقیاس‌های تعارض، نزدیکی، وابستگی و رابطه مثبت کلی است که هر یک از آن‌ها به ترتیب با آلفای کرونباخ ۰/۸۴، ۰/۶۹، ۰/۴۶ و ۰/۸ منطبق است. در خرده مقیاس‌های تعارض و وابستگی نمره بیشتر نشان‌دهنده منفی بودن رابطه والد کودک و خرده مقیاس نزدیکی نمره بیشتر نشان‌دهنده بهتر بودن رابطه والد کودک است. بر این اساس، نمرات خرده مقیاس‌های تعارض و وابستگی کدگذاری مجدد و معکوس شدند، بنابراین در نمره کل و خرده مقیاس‌ها نمره افزایشی نشانگر بهتر بودن رابطه والد-کودک است. پایایی آلفای کرونباخ نمره کل پرسشنامه رابطه کودک-والد در پژوهش حاضر ۰/۷۲ به دست آمد.

پروتکل فرزندپروری مثبت: برنامه مورد استفاده در این پژوهش در طی ۸ جلسه هفتگی نود دقیقه‌ای اجرا شد و این برنامه بر اساس پروتکل ساندرز و همکاران (۲۰۰۳)؛ به نقل از حاج خدادادی و همکاران، (۱۴۰۰) در جدول ۱ ارائه شده است.

پروتکل فرزندپروری مبتنی بر ذهنی‌سازی: برنامه مورد استفاده در این پژوهش در طی ۸ جلسه هفتگی نود دقیقه‌ای اجرا شد و این برنامه بر اساس پروتکل بتمن و فوناگی (۲۰۰۱) در جدول ۲ ارائه شده است.

1. Child Parent Relationship Scale

**جدول ۱. خلاصه و ساختار کلی محتوای جلسات آموزش فرزند پروری مثبت ساندرز (۲۰۰۳)**

جلسه	عناوین	اهداف	محتوای جلسات	تکالیف
اول	معارفه	آشنایی با قوانین جلسات، آشنایی با برنامه فرزند - پروری مثبت	آشنایی با اعضای گروه و ایجاد رابطه، توضیح و تدوین قوانین اصلی برای گروه، توضیح درباره جنبه های مهم فرزند پروری ارزیابی فرزند پروری مادران	ارزیابی فرزند پروری مادران
دوم	شیوه های افزایش رفتارهای مطلوب (۱)	آشنایی با شیوه های مثبت لزوم تعامل مثبت	لزوم تعامل مثبت - بیان منطق تعامل مثبت با فرزند - اجزای اساسی تعامل مثبت - تشویق و تقویت رفتار مطلوب: انواع تقویت کننده ها، ایجاد حسن غرور و افتخار شخصی در فرزند، توجه مثبت ( کالمی و غیر کالمی )، امتیاز دادن و فعالیت های سرگرم کننده، لزوم تقویت رفتارهای مثبت نوجوان - انواع روش های تقویت ( تقویت توصیفی - تقویت امتیازی - تقویت القایی.	صرف زمان با محتوا - عواطف را نشان دهید.
سوم	شیوه های افزایش رفتارهای مطلوب (۲)	نقش تشویق و تقویت	استفاده از آموزش اتفاقی (در ارتباط با چه رفتارهایی است، اصول استفاده از این روش) - ارائه مثال های بیشتر - تمرین تکنیک در گروه های کوچک، بحث و بازخورد - استفاده از روش الگوسازی.	ارائه تقویت و توجه مثبت و روش های تقویت
چهارم	شیوه های افزایش رفتارهای مطلوب (۳)	آموزش تکنیک های الگودهی	آموزش روش "بهرس، بگو و انجام بده" - چه رفتارهایی را در بر می گیرد. چگونه و با چه اصولی از این روش استفاده کنیم - فراهم نمودن فعالیت های سرگرم کننده برای فرزندان - استفاده از جدول رفتاری.	به کارگیری تکنیک ها
پنجم	شیوه های افزایش رفتارهای مطلوب (۴)	افزایش رفتار مطلوب با استفاده از جدول رفتاری	ایجاد مقررات واضح و بدون ابهام در خانه - لزوم ایجاد مقررات - اصول اساسی در ایجاد مقررات - برخورد با زیر پا گذاشتن مقررات از طریق بحث هدایت شده - آموزش مراحل بحث هدایت شده.	به کارگیری جدول رفتاری
ششم	شیوه های افزایش رفتارهای مطلوب (۵)	آموزش بحث هدایت شده برای بهبود رفتار	انواع دستورها - اصول و نحوه دستور دادن - در نظر گرفتن پیامدهای منطقی - بیان منطق تکنیک - تفاوت پیامد منطقی با تنبیه - اصول اجرای پیامد منطقی - بی توجهی برنامه ریزی شده - بیان منطق تکنیک - برای چه رفتارهایی به کار می رود.	به کارگیری مراحل بحث هدایت شده
هفتم	شیوه های جلوگیری از رفتارهای نامطلوب (۶)	کار روی پیامدها	استفاده از روش زمان سکوت - بیان منطق تکنیک - مراحل اجرای تکنیک - استفاده از روش محروم کردن موقت - بیان منطق تکنیک - تفاوت روش محروم کردن موقت با روش زمان سکوت - مراحل و نحوه به کارگیری تکنیک - جمع بندی.	بازخورد شیوه های صحیح پیامدها
هشتم	شیوه های جلوگیری از رفتارهای نامطلوب (۷)	کاهش رفتارهای نامطلوب		به کارگیری روش های رفتاری و تکنیک های این جلسه

**جدول ۲. خلاصه و ساختار کلی محتوای جلسات آموزش فرزند پروری مبتنی بر ذهنی سازی بتمن و فونانگی (۲۰۰۱)**

جلسه	عناوین	اهداف	محتوای جلسات	تکالیف
اول	معارفه	آشنایی با قوانین جلسات، آشنایی با برنامه فرزند - پروری ذهنی سازی	معرفی پژوهش، شرحی کلی از رئوس برنامه آموزشی، مصاحبه کوتاه با تک تک مادران و بحث و در مورد مشکلات رفتاری کودکانشان	ارزیابی فرزند پروری مادران
دوم	تشریح نیازهای کودکان	تقسیم بندی نیازهای کودکان	تقسیم و تشریح نیازهای کودکان به نیازهای جسمی، نیازهای روانی، تبیین سه نیاز اصلی روانی، نیاز به خودمختاری، نیاز به شایستگی و نیاز به برقراری ارتباط، اهمیت نیاز به ارتباط، سرچشمه های اضطراب در کودکان	توجه به نیاز کودکان و تفکیک آن ها
سوم	نحوه گفتگو با کودکان	آموزش تکنیک های برقراری ارتباط و گفتگو با کودکان	درک جنبه های رمزی گفتگو با کودکان، تلاش برای نشان دادن فهم و درک والد از ذهنیات کودک به خود کودک، پرهیز از گفتگو های بی حاصل (گفتگوی منطقی والدین با کودکان)، اساس برقراری ارتباط با کودک: مهارت و احترام، تمرکز بر رابطه تا حادثه، تمرکز بر احساسات تا حادثه، اهمیت تفاوت های فردی	به کارگیری روش های برقراری ارتباط با کودک

جلسه	عناوین	اهداف	محتوای جلسات	تکالیف
چهارم	شیوه‌های توجه به احساسات و عواطف	آموزش کودک در زمینه احساسات و عواطف به صورت تجربی و آبی	درک احساسات کودک، پذیرش احساسات کودک، قضاوت نکردن در مورد احساسات کودک، بیان احساسات کودک به زبان خودش (ایفای نقش آینه برای کودک)، عدم انکار احساسات منفی و متناقض کودک و پذیرش آن‌ها (بیان و تصدیق این احساسات و کاهش دادن احساسات اضطراب و گناه در مورد کودک)، بهره‌گیری از تجارب هیجانی شخصی برای درک تجارب هیجانی کودک، راه‌های نادرست مواجهه با احساسات کودکان به‌ویژه احساسات منفی، انکار، سلب کردن، سرکوب کردن، ظاهر بهتر دادن تطابق تمجید با تلاش‌ها و کارهای موفقیت‌آمیز کودک، تطابق انتقاد با کارهای اشتباه کودک نه شخصیت و صفات کلی او، حذف کلام نیش‌دار ضمن انتقاد، پرهیز از الگوهای متناقض: تهدید، رشوه، وعده، موعظه و سخنرانی، آموزش ادب با بی‌ادبی و بی‌احترامی، تهدید عامل به خطر افتادن خودمختاری کودک، علل دروغ‌گویی در کودکان و شیوه برخورد با آن شیوه‌های ابراز خشم در مقابل کودک، بیان احساس و نام‌گذاری آن، برون‌ریزی خشم بدون آسیب زدن به طرف مقابل، بیان تمایلات رفتاری خود به هنگام خشم	به کارگیری تکنیک‌ها
پنجم	شیوه‌های انتقاد و تمجید از کودکان	تکنیک‌های آموزش درست انتقاد و تمجید از کودک	کارهای اشتباه کودک نه شخصیت و صفات کلی او، حذف کلام نیش‌دار ضمن انتقاد، پرهیز از الگوهای متناقض: تهدید، رشوه، وعده، موعظه و سخنرانی، آموزش ادب با بی‌ادبی و بی‌احترامی، تهدید عامل به خطر افتادن خودمختاری کودک، علل دروغ‌گویی در کودکان و شیوه برخورد با آن شیوه‌های ابراز خشم در مقابل کودک، بیان احساس و نام‌گذاری آن، برون‌ریزی خشم بدون آسیب زدن به طرف مقابل، بیان تمایلات رفتاری خود به هنگام خشم	به کارگیری انتقاد و تمجید صحیح کودک
ششم	ابراز خشم	آموزش ابراز خشم و کاربرد آن در تربیت کودک	تعیین مسئولیت‌پذیری، راه‌های ایجاد مسئولیت در کودک: انطباق، هم‌چشمی و رقابت و الگوپذیری، مسئولیت حق بیان، مسئولیت حق انتخاب	به کارگیری ابراز خشم
هفتم	شیوه‌های افزایش مسئولیت‌پذیری و استقلال کودکان	آموزش ایجاد مسئولیت و استقلال در کودکان	تعریف مسئولیت‌پذیری، راه‌های ایجاد مسئولیت در کودک: انطباق، هم‌چشمی و رقابت و الگوپذیری، مسئولیت حق بیان، مسئولیت حق انتخاب	مسئولیت دادن به کودک
هشتم	جمع‌بندی	مرور جلسات گذشته، بررسی تجربیات افراد و تکمیل پرسشنامه‌ها	برگزاری جلسه سه‌ساعتی پرش و پاسخ در زمینه مواد آموزشی، مصاحبه با تک تک مادران در مورد میزان اثربخشی برنامه و دریافت نقاط قوت و ضعف برنامه	انجام تمامی تمرین‌های آموزش داده‌شده و تکمیل پرسشنامه‌ها

### ج) روش اجرا

روش اجرای پژوهش حاضر بدین صورت بود که پس از کسب مجوزهای لازم و با رعایت موازین اخلاقی طبق بیانیه هلسینکی و اخذ رضایت‌نامه آگاهانه از مادر (مراقب/قیم) کودک از بین مراکز ارائه خدمات روانشناختی کودک شهر شیراز ۳ مرکز آگاه، آفرینش و نیمرخ انتخاب شد. در ادامه از بین پرونده‌های حوزه کودک از بین کودکانی که دارای مشکلات هیجانی (اضطراب و افسردگی) و رفتاری (مشکلات سلوک، بیش‌فعالی و مشکل با همسالان) به این مراکز ارجاع شده بود با توجه به ملاک‌های ورود شامل رضایت آگاهانه از کودک و والد، حداقل مدرک تحصیلی دیپلم، رضایت حضور در برنامه آموزشی به روش هدفمند انتخاب شدند. نحوه حضور مادران و فرزندان به این صورت بود که با هماهنگی مراکز در یک جلسه مشترک در خصوص هدف مطالعه در مرکز مشاوره آفرینش حضور پیدا کرده و پژوهشگر ضمن بیان هدف پژوهش، نحوه حضور، میزان و ساعت حضور در جلسه والدین را توجیه و بعد از اخذ رضایت‌نامه کتبی جلسات آموزشی به والدین ارائه شد.

### یافته‌ها

میانگین سنی مادران و کودکان آن‌ها در گروه آموزش فرزندپروری مثبت به ترتیب  $32/33 \pm 5/32$  و  $8/86 \pm 1/55$  و در گروه آموزش فرزندپروری مبتنی بر ذهنی‌سازی به ترتیب  $31/66 \pm 4/53$  و  $8/94 \pm 1/39$  بود و بر اساس آزمون تی مستقل دو گروه تفاوت معنی‌داری نداشتند که حاکی از همتا بودن دو گروه است ( $p > 0/05$ ). همچنین آماره یومن ویتنی نیز نشان داد که هر دو گروه از نظر میزان تحصیلات مادر (یومن ویتنی = 114،  $p > 0/05$ ) و تعداد فرزندان (یومن ویتنی = 125،  $p > 0/05$ ) نیز همتا هستند. به‌منظور بررسی فرضیه‌های پژوهش از تحلیل کوواریانس چندمتغیری و آزمون تی تست وابسته استفاده شد. لازمه استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس رعایت پیش‌فرض‌های آماری است که این پیش‌فرض‌ها عبارت‌اند از: نرمال بودن واریانس‌ها که جهت بررسی مفروضه نرمال بودن توزیع نمرات رابطه والد-کودک در دو گروه آزمایش فرزندپروری مثبت با فرزندپروری مبتنی بر ذهنی‌سازی از آزمون شاپیرو-ویلک استفاده شد.

نتایج نشان داد که در مورد تمامی متغیرهای رابطه کودک-والد در پیش‌آزمون و پس‌آزمون و در هر دو گروه معنی‌دار نیست و مفروضه نرمال بودن توزیع نمرات برقرار است، مفروضه همگنی واریانس‌ها با استفاده از آزمون لوین بررسی شد و با توجه به عدم همسانی واریانس‌ها در دو گروه مفروضه همسان بودن به‌درستی رعایت نشده این معنی‌داری آزمون لوین به خاطر نابرابری افراد در گروه‌های مورد مطالعه بود ( $P > 0/05$ ).

لازم به ذکر است که آزمون همگونی ضرایب رگرسیونی از طریق تعامل پیش‌آزمون نمرات متغیرهای رابطه کودک-والد با متغیرهای مستقل (آموزش فرزندپروری مثبت و فرزندپروری مبتنی بر ذهنی‌سازی) در مرحله پس‌آزمون مورد بررسی قرار گرفت. تعامل این پیش‌آزمون‌ها با متغیر مستقل برای رابطه کودک-والد (پس‌آزمون  $0/241$ ،  $P \geq 2/169$ )  $F=$  معنادار نبوده و حاکی از همگونی ضرایب رگرسیونی می‌باشد. نتایج نمودار

پراکندگی (اسکاتر) نشان داد که مفروضه خطی بودن بین پیش‌آزمون و پس‌آزمون متغیرهای مورد مطالعه برقرار است، همچنین با توجه به نتایج ضریب همبستگی بین متغیرهای کمکی (کواریت‌ها) و پس‌آزمون آن‌ها که با یکدیگر همبستگی بالایی  $0/70$  نداشتند و با توجه به همبستگی‌های به‌دست‌آمده، تقریباً مفروضه هم خطی چندگانه بین متغیرهای کمکی (کواریت‌ها) اجتناب شده است، نمودار باکس ویسکر<sup>۱</sup> نشان داد که در مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری نمره‌ای در کرانه بالا و پایین متغیرها مشاهده نشد که نشان‌دهنده این امر بود که مفروضه بررسی داده‌های پرت به‌درستی رعایت شده است. شاخص‌های توصیفی برای مقایسه نمرات پس‌آزمون رابطه والد-کودک در دو گروه در جدول ۱ گزارش شده است.

جدول ۳. میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش در گروه‌های مورد مطالعه

متغیر	فرزندپروری مثبت				فرزندپروری مبتنی بر ذهنی‌سازی			
	پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M
تعارض	۲/۴۴۲	۶۵/۵	۲/۴۴۲	۷۴/۶	۲/۴۴۲	۷۴/۶	۲/۴۴۲	۶۵/۵
صمیمیت	۴/۴۴	۲۶/۷۰	۳/۱۴	۲۴/۳۶	۳/۱۴	۲۴/۳۶	۳/۱۴	۲۶/۷۰
وابستگی	۵/۳۴	۱۵/۷۱	۳/۱۴	۱۷/۳۶	۳/۱۴	۱۷/۳۶	۳/۱۴	۱۵/۷۱
رابطه والد کودک	۶/۳۶	۶۰/۶۶	۵/۷۴	۶۵/۱۸	۵/۷۴	۶۵/۱۸	۵/۷۴	۶۰/۶۶

میانگین و انحراف استاندارد نمرات پیش‌آزمون خرده‌مقیاس‌های رابطه مادر-کودک (تعارض، صمیمیت، وابستگی) در گروه فرزندپروری مثبت به ترتیب  $۶۵/۵ \pm ۲/۴۴$ ؛  $۲۶/۷۰ \pm ۴/۴۴$  و  $۱۵/۷۰ \pm ۵/۳۴$  است و در گروه فرزندپروری مبتنی بر ذهنی‌سازی  $۶۰/۶۶ \pm ۶/۳۶$ ؛  $۲۶/۷۰ \pm ۴/۴۴$  و  $۱۵/۷۰ \pm ۵/۳۴$  است و در گروه فرزندپروری مثبت بر ذهنی‌سازی  $۶۰/۶۶ \pm ۶/۳۶$ ؛  $۲۶/۷۰ \pm ۴/۴۴$  و  $۱۵/۷۰ \pm ۵/۳۴$  است.

میانگین و انحراف استاندارد نمرات پیش‌آزمون خرده‌مقیاس‌های رابطه مادر-کودک (تعارض، صمیمیت، وابستگی) در گروه فرزندپروری مثبت به ترتیب  $۶۵/۵ \pm ۲/۴۴$ ؛  $۲۶/۷۰ \pm ۴/۴۴$  و  $۱۵/۷۰ \pm ۵/۳۴$  است و در گروه فرزندپروری مبتنی بر ذهنی‌سازی  $۶۰/۶۶ \pm ۶/۳۶$ ؛  $۲۶/۷۰ \pm ۴/۴۴$  و  $۱۵/۷۰ \pm ۵/۳۴$  است.

جدول ۴. نتایج آزمون اثرات درون‌آزمودنی چند متغیری برای مقایسه رابطه والد-کودک در گروه‌های آزمایش

اثر	مقادیر	F	درجه آزادی اثر	درجه آزادی خطا	سطح معناداری	اندازه اثر
اثر پیلایی	۰/۵۱۳	۳۱/۶۰	۲	۴۱	۰/۰۰۱	۰/۴۲۳
لامبدای ویلکز	۰/۴۸۷	۳۱/۶۰	۲	۴۱	۰/۰۰۱	۰/۴۲۳
اثر هتلینگ	۱/۱۵	۳۱/۶۲	۲	۴۱	۰/۰۰۱	۰/۴۲۳
بزرگترین ریشه روی	۱/۲۵	۲۱/۶۵	۲	۴۱	۰/۰۰۱	۰/۴۲۳
اثر پیلایی	۰/۳۰	۷/۱۹	۴	۸۴	۰/۰۰۱	۰/۲۵۰
لامبدای ویلکز	۰/۴۳	۷/۳۴	۴	۸۲	۰/۰۰۱	۰/۲۶۴
اثر هتلینگ	۰/۵۷	۷/۵۶	۴	۸۰	۰/۰۰۱	۰/۲۸۸
بزرگترین ریشه روی	۰/۳۴	۱۳/۲۳	۲	۴۲	۰/۰۰۱	۰/۴۹۲

<sup>1</sup>. Box Whisker

ارائه شده در جدول، مقادیر F مربوط به اثرات تعاملی بین گروه‌ها و تکرار (یعنی وجود تفاوت بین گروه‌ها در طی مراحل آموزش،) برای رابطه والد کودک و خرده مقیاس‌های آن در سطح آلفای ۰/۰۱ معنی دار می‌باشد (p < ۰/۰۱). معنی داری اثرات تعاملی نشان دهنده وجود تفاوت بین روند تغییرات نمرات گروه‌ها در طی مراحل اندازه‌گیری است. به منظور مقایسه زوجی میانگین نمرات در طی مراحل اندازه‌گیری، از آزمون تعقیبی شفه استفاده شد که نتایج حاصل در ادامه ارائه شده است.

در جدول ۴ نتایج آزمون‌های چند متغیری جهت بررسی تفاوت میانگین نمرات رابطه والد کودک گروه‌های آزمایش در طی مراحل آموزش، ارائه شده است. اطلاعات مندرج در جدول نشان می‌دهد که تمامی آزمون‌های چندمتغیری معنی دار هستند که این موضوع بیانگر وجود اثر اصلی مربوط به عامل تکرار (پیش‌آزمون و پس‌آزمون) و همین طور اثر تعاملی بین گروه‌ها و تکرار (یعنی وجود تفاوت بین گروه‌ها در طی مراحل اندازه‌گیری) است.

در جدول ۵ نتایج آزمون اثرات درون‌آزمودنی برای مقایسه رابطه والد کودک در گروه‌های آزمایش، نشان داده شده است. با توجه به نتایج

**جدول ۵. نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری بر روی نمرات گروه‌های مورد بررسی**

شاخص	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجات آزادی	میانگین مجذورات	F	معنی داری	ضریب تأثیر اتا
	پیش‌آزمون	۴۱۷/۷۴۱	۱	۴۱۷/۷۴۱	۵۱/۷۵۷	۰/۰۰۰۱	۰/۶۳
تعارض	گروه	۱۵۴/۵۳۷	۱	۱۵۴/۵۳۷	۱۹/۱۴۷	۰/۰۰۰۱	۰/۳۹
	خطا	۲۴۲/۱۳۶	۳۰	۸/۰۷	-	۰/۰۰۰۱	-
	پیش‌آزمون	۳۵/۹۷۰	۱/۴۰۲	۲۵/۶۵	۱۵/۲۷	۰/۰۰۱	۰/۲۶۷
صمیمیت	گروه	۳۵/۹۷۰	۱/۵۰۵	۲۳/۹۰	۱۵/۲۷	۰/۰۰۱	۰/۲۶۷
	خطا	۳۵/۹۷۰	۱	۳۵/۹۷	۱۵/۲۷	۰/۰۰۱	۰/۲۶۷
	پیش‌آزمون	۳۵/۸۰	۴	۸/۹۵	۷/۶۰۴	۰/۰۰۱	۰/۲۶۵
وابستگی	گروه	۳۵/۸۰	۲/۸۰۴	۱۲/۷۷	۷/۶۰۴	۰/۰۰۱	۰/۲۶۷
	خطا	۳۵/۸۰	۳/۰۰۹	۱۱/۸۹	۷/۶۰۴	۰/۰۰۱	۰/۲۶۷
	پیش‌آزمون	۱۵۵۰/۲۲۰	۱	۱۵۵۰/۲۲۰	۱۶/۹۱۴	۰/۰۰۰۱	۰/۳۶
رابطه والد-کودک	گروه	۱۹۷۵/۶۹۸	۱	۱۹۷۵/۶۹۸	۲۱/۵۵۶	۰/۰۰۰۱	۰/۴۱
	خطا	۲۷۴۹/۶۵۷	۳۰	-	-	-	-

**جدول ۶. نتایج آزمون تعقیبی شفه بر روی میانگین‌های تعدیل شده نمرات**

گروه	مرحله	مرحله	اختلاف میانگین	خطای استاندارد	سطح معنی داری
فرزندپروری مبتنی بر ذهنی سازی	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	۱/۸۰	۰/۲۶۶	۰/۰۰۱
فرزندپروری مثبت	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	۱/۳۳	۰/۲۶۶	۰/۰۰۱

فرزندپروری مثبت تفاوت بین میانگین نمرات مرحله پیش‌آزمون با مرحله پس‌آزمون معنی دار می‌باشد (p < ۰/۰۵) با مقایسه میانگین نمرات مشاهده می‌شود که میانگین نمرات در مرحله پس‌آزمون نسبت به مرحله پیش‌آزمون به طور معنی داری کاهش یافته است.

در جدول ۶ مقایسه‌های زوجی جهت بررسی تفاوت بین نمرات رابطه والد کودک در طی مراحل آموزش، برای هر یک از گروه‌های آزمایش آورده شده است. براساس نتایج بدست آمده در گروه فرزندپروری مبتنی بر ذهنی سازی تفاوت بین میانگین نمرات مرحله پیش‌آزمون با مرحله پس‌آزمون معنی دار می‌باشد (p < ۰/۰۵) با مقایسه میانگین نمرات در دو مرحله مشاهده می‌شود که میانگین نمرات در مرحله پس‌آزمون نسبت به مرحله پیش‌آزمون به طور معنی داری کاهش یافته است. در گروه



## بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف مقایسه اثربخشی آموزش فرزندپروری مثبت و فرزندپروری مبتنی بر ذهنی‌سازی بر بهبود رابطه‌ی والد-کودک بود. نتایج حاصل از تحلیل داده‌ها نشان داد که آموزش فرزندپروری مثبت منجر به بهبود رابطه‌ی والد-کودک می‌شود این نتایج با مطالعات دیگر برای مثال (فوجیوارا و همکاران، ۲۰۱۱، استکت و همکاران، ۲۰۲۱، توتیپاچیتانون و همکاران، ۲۰۲۲، گاگن و همکاران، ۲۰۲۳، ملک پور و همکاران، ۱۴۰۲، ترک لادانی و آقابابایی، ۱۴۰۱ و امیرطهماسب و همکاران، ۱۳۹۷) همسو می‌باشد. فوجیوارا و همکاران (۲۰۱۱) نشان داد که برنامه فرزندپروری مثبت گروهی به‌طور قابل توجهی مشکلات رفتاری کودکان، شیوه‌های فرزندپروری ناکارآمد، افسردگی، اضطراب، استرس و سطح دشواری ادراک شده در فرزندپروری را کاهش داده و اعتمادبه‌نفس والدین را افزایش می‌دهد. استکت و همکاران (۲۰۲۱) نیز نشان دادند که والدین آموزش دیده با برنامه فرزندپروری مثبت گروهی بهبود قابل توجهی در شیوه‌های فرزندپروری، افزایش درگیری و پاسخ‌دهی به نیازهای فرزندان و کاهش درگیری‌های والد-فرزند داشتند و تفاوت‌های مثبت در مشکلات رفتاری نوجوانان نیز مشاهده شد. مطالعه دیگری نیز نشان داد که برنامه‌های فرزندپروری مثبت بر حس شایستگی فرزندپروری، سبک‌های فرزندپروری و نگرانی‌های رفتاری کودکان اثربخش است (توتیپاچیتانون و همکاران، ۲۰۲۲).

در تبیین اثربخشی آموزش فرزندپروری مثبت بر بهبود رابطه والد-کودک و کاهش مشکلات هیجانی-رفتاری کودکان نیز می‌توان بیان کرد که مادران ایرانی ممکن است به‌طور سنتی بر روش‌های انضباطی سخت‌گیرانه‌تری متکی بوده باشند. آموزش فرزندپروری مثبت راهبردهای جایگزینی را ارائه می‌کند که نظم و انضباط را بدون توسل به تنبیه‌های خشن ترویج می‌کند (ساندرز، ۲۰۰۳) و با تمایل بسیاری از مادران برای ایجاد محیطی پرورش‌دهنده و بدون خشونت همسو می‌شود که منجر به بهبود رابطه والد-کودک می‌شود. همچنین، آموزش فرزندپروری مثبت، مهارت‌ها و تکنیک‌های عملی را برای ارتباط مؤثر، حل مسئله و مدیریت رفتار ارائه می‌دهد (ساندرز و همکاران، ۲۰۱۴). مادران هنگامی که می‌توانند از این مهارت‌ها برای کنترل رفتار فرزندانشان استفاده کنند، حس

شکست و سرخوردگی کمتری می‌کنند که ممکن است برای بهبود روابط کلی آن‌ها توانمند و مفید بدانند.

یکی دیگر از اصولی که آموزش فرزندپروری مثبت بر آن تأکید دارد، ایجاد فضای خانه مثبت و حمایتی است. این رویکرد بیان می‌کند که کودکان در تمام سنین نیازمند یک محیط سالم، امن و حمایتی هستند تا برای آن‌ها فرصت‌هایی برای کشف، آزمون و بازی فراهم گردد. این اصل، برای بهبود بخشیدن به رشد سالم و پیشگیری از آسیب‌ها و برخوردهای نامناسب در محیط خانه به‌عنوان اصل اساسی به‌حساب می‌آید (ساندرز و همکاران، ۲۰۱۴). تلاش مادران برای ایجاد یک محیط خانوادگی هماهنگ و آرام می‌تواند از تکنیک‌هایی بهره‌مند شود که تعارضات را کاهش می‌دهد و رابطه والد-کودک را ترمیم می‌بخشد. برنامه فرزندپروری مثبت بر تعیین انتظارات روشن و قوانین ثابت تأکید دارد. کودکان در محیط‌هایی رشد می‌کنند که بدانند از آن‌ها چه انتظاری می‌رود و در آن حس قابل پیش‌بینی وجود دارد. برنامه فرزندپروری مثبت راهکارهای ویژه جهت تغییر رفتار و مدیریت کودک را به والدین آموزش می‌دهد که این راهکارها جایگزین‌هایی برای روش‌های تربیتی غیر مؤثر و پرخاشگرانه (از قبیل فریاد کشیدن، تهدید، تنبیه بدنی) هستند. این راهکارها شامل اصول بحث با کودکان، تأیید کردن، آرامش، دستورالعمل‌های متناسب با سن و متناسب با درخواست کودک، استفاده از زمان سکوت، محروم کردن موقت و بی‌توجهی برنامه‌ریزی شده است. این تکنیک‌ها به والدین آموزش داده می‌شود تا در موقعیت‌ها و محیط‌های خانه و اجتماع آن‌ها را به کار ببرند (ساندرز و همکاران، ۲۰۱۲). این موارد می‌تواند منجر به کاهش رفتارهای مخرب شود زیرا کودکان مرزها را درک می‌کنند.

نتایج حاصل از تحلیل نشان داد که آموزش فرزندپروری مبتنی بر ذهنی‌سازی بر بهبود رابطه والد-کودک اثربخش است این نتایج با مطالعات دیگر برای مثال (استاورو، ۲۰۱۹، لوند، ۲۰۲۱، فوربس و همکاران، ۲۰۲۱، استاهرمین و همکاران، ۲۰۲۲، دارابی و همکاران، ۱۴۰۱) همسو می‌باشد.

در زمینه اثربخشی آموزش فرزندپروری مبتنی بر ذهنی‌سازی استاورو (۲۰۱۹) نشان دادند که روان‌درمانی روان‌پویشی با رویکردهای متمرکز بر ذهنی‌سازی بر علائم اختلال نقص توجه/بیش‌فعالی و نقص ذهنی‌سازی کودکان مبتلا به اختلال نقص توجه/بیش‌فعالی اثربخش است. لوند (۲۰۲۱) نیز نشان دادند که مداخله مبتنی بر ذهنی‌سازی می‌تواند منجر به

بهبود عملکرد بازتابی والدین، کاهش استرس و مشکلات سلامت روان والدین و مشکلات هیجانی و رفتاری کودک شود. مطالعه استاهرمین و همکاران (۲۰۲۲) حاکی از آن است که مداخله مبتنی بر ذهنی‌سازی منجر به تعامل مادر و کودک مثبت‌تر، کاهش مشکلات رفتاری کودک و افزایش خودتنظیمی کودک می‌شود. بهبود علائم اختلالات درون‌سازی شده و برون‌سازی شده کودکان پس از آموزش ذهنی‌سازی در مطالعه فوربس و همکاران (۲۰۲۱) نیز تأیید شد. دارابی و همکاران (۱۴۰۱) نیز نشان دادند که آموزش مبتنی بر ذهنی‌سازی بر مشکلات رفتاری کودکان مانند اضطراب/افسردگی، گوشه‌گیری/افسردگی، شکایات جسمانی، مشکلات تفکر، رفتار قانون‌شکنی و رفتار پرخاشگرانه مؤثر است.

در تبیین اثر بخشی آموزش مبتنی بر ذهنی‌سازی بر رابطه والد-کودک می‌توان گفت در تبیین این یافته می‌توان بیان کرد هدف آموزش مبتنی بر ذهنی‌سازی ارتقای درک و تنظیم عاطفی کودک و همچنین ایجاد دلبستگی ایمن بین کودک و مراقب است. مادر محیط امن و مطمئنی را برای کودک فراهم می‌کند تا احساسات و افکار خود را کشف کند. این به ایجاد پایه و اساس اعتماد و دلبستگی بین کودک و مادر کمک می‌کند. مادر فعالانه به نشانه‌های کلامی و غیر کلامی کودک گوش می‌دهد و به دنبال درک احساسات، افکار و نیازهای کودک است. سپس مادر ممکن است با بازتاب آنچه کودک تجربه می‌کند، پاسخ دهد. این به کودک کمک می‌کند تا احساس کند درک شده و معتبر است (فوناگی و همکاران، ۱۹۹۱) که منجر به بهبود رابطه مادر-کودک می‌شود.

در جلسات درمان، مادر و کودک، با راهنمایی درمانگر، ممکن است در مورد تعاملات خود فکر کنند و در مورد چگونگی درک و تفسیر آن‌ها از احساسات و اعمال یکدیگر بحث کنند. این بازتاب توانایی کودک و مادر را برای درک حالات روانی خود و یکدیگر افزایش می‌دهد (بتمن و فوناگی، ۲۰۰۱) و رابطه مادر را با کودک را تقویت می‌کند. همچنین، والدین در آموزش مبتنی بر ذهنی‌سازی، ارتباط باز و صادقانه بین مادر و فرزندان را تشویق می‌کند. کودکان احساس راحتی می‌کنند که افکار و احساسات خود را به اشتراک بگذارند، زیرا می‌دانند که شنیده و درک خواهند شد (بتمن و فوناگی، ۲۰۱۶). تعبیر نادرست از رفتار کودک می‌تواند منجر به سوء تفاهم شود و روابط را تیره کند. آموزش ذهنی‌سازی به مادران کمک می‌کند تا نشانه‌های کودک خود را به‌طور دقیق تفسیر

کنند (بتمن و فوناگی، ۲۰۱۶) و احتمال ارتباط نادرست را کاهش می‌دهد و رابطه مادر-کودک را بهبود می‌بخشد.

نتایج آزمون‌های تعقیبی شفه با حجم نمونه نابرابر نشان داد که برنامه آموزش فرزندپروری ذهنی‌سازی در مقایسه با فرزندپروری مثبت در پس آزمون نمرات بالاتری در رابطه والد-کودک گزارش کردند. هر چند تاکنون پژوهشی در خصوص مقایسه این دو روش آموزشی انجام نشده است اما این نتایج با مطالعات دیگر برای مثال (استاورو، ۲۰۱۹، لوندرا، ۲۰۲۱، فوربس و همکاران، ۲۰۲۱، استاهرمین و همکاران، ۲۰۲۲، دارابی و همکاران، ۱۴۰۱) همسو می‌باشد.

در تبیین یافته مربوط به اثر بخشی بیشتر فرزندپروری مبتنی بر ذهنی‌سازی در مقایسه با فرزندپروری مثبت بر رابطه والد-کودک می‌توان گفت آموزش مبتنی بر ذهنی‌سازی والدین را تشویق می‌کند تا عوامل هیجانی و روانی زمینه‌ای را که در مشکلات رفتاری فرزندشان نقش دارند، کشف و درک کنند (فوناگی و همکاران، ۱۹۹۱). درحالی‌که فرزندپروری مثبت ابزارهایی را برای مدیریت رفتارها فراهم می‌کند (ساندرز و همکاران، ۲۰۱۲)، ممکن است همیشه به مسائل هیجانی عمیق‌تری که منجر به مشکلات رفتاری می‌شود، نپردازد. بدون پرداختن به این دلایل زمینه‌ای، تغییرات هیجانی-رفتاری در آموزش فرزندپروری مثبت ممکن است با کاهش کمتری نسبت به آموزش مبتنی بر ذهنی‌سازی همراه باشد. آموزش مبتنی بر ذهنی‌سازی والدین راهنمایی می‌شوند تا به کودک خود کمک کنند تا بینش خود را نسبت به احساساتی که رفتار آن‌ها را هدایت می‌کند، به دست آورد (بتمن و همکاران، ۲۰۱۶). با افزایش خودآگاهی کودک، والدین می‌توانند تغییر رفتار و هیجانی واقعی را که از درون کودک سرچشمه می‌گیرد، تسهیل کنند و نسبت به تکنیک‌های فرزندپروری مثبت که در درجه اول بر پاداش‌های بیرونی و پیامدهای تغییر رفتار تمرکز دارند، اثر بخشی بیشتری بر بهبود رابطه داشته باشند.

فرزندپروری مثبت در درجه اول به مدیریت و تقویت رفتار می‌پردازد (ساندرز و همکاران، ۲۰۱۲)، که ممکن است به مسائل هیجانی اساسی که به مشکلات رفتاری کودک می‌کند، توجه کمتری نسبت به آموزش مبتنی بر ذهنی‌سازی داشته باشد. آموزش مبتنی بر ذهنی‌سازی تشخیص می‌دهد که مشکلات رفتاری اغلب نشانه‌های مبارزات و چالش‌های هیجانی عمیق‌تر هستند و به دنبال پرداختن مستقیم به این چالش‌ها است. آموزش

مبتنی بر ذهنی‌سازی به والدین می‌آموزد که رفتار را نوعی ارتباط ببینند (بتمن و فوناگی، ۲۰۱۶). والدین به‌جای واکنش با ناامیدی یا تنبیه، یاد می‌گیرند که رفتار را به‌عنوان سیگنالی از یک نیاز هیجانی برآورده نشده تفسیر کنند. این تغییر دیدگاه می‌تواند منجر به پاسخ‌های دلسوزانه و مؤثرتر و تقویت رابطه والد-کودک نسبت به آموزش مبتنی بر فرزندپروری مثبت شود. همچنین، والدین کودکان دارای مشکلات رفتاری اغلب با تعاملات شدید و چالش‌برانگیز مواجه می‌شوند. آموزش مبتنی بر ذهنی‌سازی، والدین را با ابزارهایی برای مدیریت این تعاملات با حفظ نظم هیجانی و پاسخگویی متفکرانه به‌جای واکنشی مجهز می‌کند (بتمن و فوناگی، ۲۰۱۶) که ارتباط والدین را با کودکانشان بهبود می‌بخشد.

این پژوهش با محدودیت‌هایی روبرو بوده است. جامعه آماری پژوهش حاضر بر روی مادران کودکان ۶ تا ۱۲ سال انجام شد. تعمیم نتایج به کودکان سنین دیگر باید با احتیاط انجام شود. مطالعه حاضر بر اساس معیارهای خودگزارشی برای ارزیابی رابطه والد-کودک و مشکلات هیجانی-رفتاری انجام شده است. معیارهای خودگزارش دهی ذهنی هستند و می‌توانند تحت تأثیر عواملی مانند سوگیری مطلوبیت اجتماعی یا تفسیر فردی قرار گیرند که تعمیم یافته‌ها را محدود می‌کند. این مطالعه، به دلیل محدودیت زمانی، شامل دوره پیگیری نبوده است. آشکار شدن کامل مزایای آموزش فرزندپروری مثبت و ذهنی‌سازی ممکن است به زمان نیاز داشته باشد و یک دوره پیگیری طولانی‌تر، ارزیابی دقیق‌تری از اثرات پایدار این مداخلات ارائه خواهد داد. بنابراین، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آتی با دوره‌های پیگیری طولانی‌تر انجام شوند تا اثربخشی بلندمدت این روش‌ها به‌طور کامل بررسی شود. همچنین، پیشنهاد می‌شود در مطالعات آینده، گروه کنترل در نظر گرفته شود تا بتوان اثرات آموزش‌ها را با گروهی که هیچ آموزشی دریافت نمی‌کند، مقایسه کرد و اعتبار نتایج را افزایش داد. پژوهش‌های آینده می‌توانند به مقایسه اثربخشی فرزندپروری مثبت و ذهنی‌سازی با سایر روش‌های مداخله‌ای مانند رفتاردرمانی، آموزش والدین مبتنی بر رفتاری-شناختی یا مداخلات مبتنی بر خانواده بپردازند. این مقایسه‌ها می‌توانند به تعیین کارآمدترین روش‌ها برای بهبود مشکلات هیجانی-رفتاری کودکان کمک کنند. استفاده از روش‌های ارزیابی چندجانبه شامل گزارش‌های والدین، معلمان، و خود کودکان، به همراه ارزیابی‌های عینی و بالینی، می‌تواند به‌دقت بیشتر در سنجش تغییرات

رفتاری و هیجانی کودکان کمک کند. این رویکرد چندجانبه می‌تواند نقاط قوت و ضعف هر یک از مداخلات را بهتر مشخص کند. با توجه به نتایج مثبت مداخلات فرزندپروری مثبت و ذهنی‌سازی، پیشنهاد می‌شود که برنامه‌های آموزشی جامعی برای والدین طراحی و اجرا شوند. این برنامه‌ها می‌توانند شامل کارگاه‌ها، دوره‌های آموزشی و مشاوره‌های فردی باشند تا والدین مهارت‌های لازم را برای بهبود رفتارهای فرزندان خود و تقویت رابطه والد-کودک کسب کنند. همچنین مشاوران و آموزشگران می‌توانند از آموزش فرزندپروری مبتنی بر ذهنی‌سازی برای بهبود مشکلات هیجانی-رفتاری کودکان و بهبود رابطه والد-کودک استفاده کنند. همچنین، توسعه برنامه‌های آموزشی و کارگاه‌های عملی برای والدین، معلمان و مشاوران می‌تواند به ترویج و بهبود این رویکردها در جوامع مختلف کمک نماید.

### ملاحظات اخلاقی

**پیروی از اصول اخلاق پژوهش:** این مقاله برگرفته از رساله دکتری نویسنده اول در رشته روانشناسی واحد علوم و تحقیقات تهران است. به‌منظور رعایت اصول اخلاقی در این مطالعه، تمام تلاش شد تا اطلاعات پس از اخذ موافقت از شرکت‌کنندگان جمع‌آوری شود. ابتدا با شرکت‌کنندگان درباره اهداف پژوهش بحث شده و سپس تضمین داده شد که اطلاعاتی که در طول مطالعه ارائه می‌دهند به‌صورت محرمانه محفوظ خواهد شد.

**حامی مالی:** این پژوهش در قالب رساله دکتری و بدون حمایت مالی می‌باشد.

**نقش هر یک از نویسندگان:** این مقاله از رساله دکتری نویسنده اول و به راهنمایی نویسنده دوم و مشاوره نویسنده سوم و چهارم استخراج شده است.

**تضاد منافع:** نویسندگان همچنین اعلام می‌دارند که در نتایج این پژوهش هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

**تشکر و قدردانی:** بدین وسیله از اساتید راهنما و مشاوران این پژوهش و مادرانی که در این پژوهش شرکت کردند، تشکر و قدردانی می‌گردد.

منابع

امیر طهماسب، گلنار، باقری، فریرز و ابوالعالی، خدیجه (۱۳۹۷). اثر بخشی روش فرزندپروری مثبت بر مشکلات عاطفی-رفتاری کودکان با اختلال یادگیری در دوره ابتدایی. *مجله علوم روانشناختی*، ۱۷ (۶۹)، ۶۰۹-۶۰۱.  
<http://psychologicalscience.ir/article-۴۳-۱-fa.html>

ترک لادانی، سمیه، آقابابایی، سارا (۱۴۰۱). اثر بخشی آموزش فرزندپروری مثبت بر تعامل والد - کودک و مشکلات رفتاری کودکان با مشکلات برون نمود. *فصلنامه کودکان/استثنایی*، ۲۲ (۳)، ۱۲۳-۱۳۲.

<http://joec.ir/article-1-1500-fa.html>

حاج خدادادی، داود، اعتمادی، عذرا و عابدی، محمدرضا (۱۴۰۰). جزایری رضوان سادات. اثر بخشی برنامه فرزندپروری مثبت بر والدگری مؤثر و کیفیت رابطه والد - فرزندی در مادران دارای نوجوان. *مجله علوم روانشناختی*، ۲۰ (۹۸)، ۱۹۸-۱۸۵.

<http://psychologicalscience.ir/article-۸۰۵-۱-fa.html>

دارابی، مصطفی، معنوی پور، داوود، محمدی، اکبر. (۱۴۰۱). اثر بخشی برنامه مبتنی بر ذهن سازی (مادر و کودک) در مشکلات رفتاری کودکان. *مطالعات روانشناختی نوجوان و جوان*، ۳ (۱)، ۳۱۴-۳۰۳.

<https://doi.org/10.52547/jspnay.3.1.303>

ساطوریان، عباس، هراتیان، عباسعلی، طهماسبان، کارینه، احمدی، محمدرضا. (۱۳۹۴). مشکلات درونی سازی شده و برون سازی شده در کودکان: ترتیب تولد و فاصله سنی. *روانشناسی تحولی: روانشناسان ایرانی*، ۱۲ (۴۶)، ۱۸۷-۱۷۳.

[https://jip.stb.iau.ir/article\\_518893.html](https://jip.stb.iau.ir/article_518893.html)

ملک پور، ندا، عابدی، محمدرضا، سامانی، سیامک (۱۴۰۲). اثر بخشی آموزش فرزندپروری مثبت به مادران بر مشکلات درونی و بیرونی کودکان دچار مشکلات رفتاری. *فصلنامه مطالعات اسلامی ایرانی خانواده*، ۳ (۲)، ۵۰-۶۴.

<https://doi.org/10.30495/IIFS.2023.1988078.1084>

References

Allmann, A. E., Klein, D. N., & Kopala-Sibley, D. C. (2022). Bidirectional and transactional relationships between parenting styles and child symptoms of ADHD, ODD, depression, and anxiety over 6 years. *Development and psychopathology*, 34(4), 1400-1411. <https://doi.org/10.1017/S0954579421000201>

Amirtahmaseb G, Bagheri F, Abolmaali K. (2018). Effectiveness of positive parenting method on affective-behavioral difficulties of primary school

children with learning disorders (disability). *Journal of Psychological Science*. 17(69), 601-609. <http://psychologicalscience.ir/article-1-43-fa.html> (Persian)

Arslan, İ. B., Lucassen, N., Van Lier, P. A., De Haan, A. D., & Prinzie, P. (2021). Early childhood internalizing problems, externalizing problems and their co-occurrence and (mal) adaptive functioning in emerging adulthood: a 16-year follow-up study. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 56(2), 193-206. <https://doi.org/10.1007/s00127-020-01959-w>

Babicka-Wirkus, A., Kozłowski, P., Wirkus, L., & Stasiak, K. (2023). Internalizing and externalizing disorder levels among adolescents: Data from Poland. *International journal of environmental research and public health*, 20(3), 2752. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032752>

Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Bateman, A., & Fonagy, P. (2001). Treatment of borderline personality disorder with psychoanalytically oriented partial hospitalization: an 18-month follow-up. *American Journal of psychiatry*, 158(1), 36-42. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.158.1.36>

Bateman, A., & Fonagy, P. (2016). *Mentalization based treatment for personality disorders: A practical guide*. Oxford University Press.

Bateman, A., Fonagy, P., Campbell, C., Luyten, P., & Debbané, M. (2023). *Cambridge Guide to Mentalization-Based Treatment (MBT)*. Cambridge University Press.

Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.

Collins, W. A., Maccoby, E. E., Steinberg, L., Hetherington, E. M., & Bornstein, M. H. (2000). Contemporary research on parenting: The case for nature and nurture. *American Psychologist*, 55(2), 218-232. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.2.218>

Darabi, M., Manavipour, D., & Mohammadi, A. (2023). The effectiveness of the program based on mentalization and mindfulness (mother and child) in behavioral and emotional problems of primary school children. *Journal of Applied Family Therapy*, 4(1), 115-133. [Persian] <https://doi.org/10.52547/jspnay.3.1.303>

Driscoll, K., Pianta, R.C. (2011). Mother's and father's perceptions of conflict and closeness in parent-





- New Directions for Child and Adolescent Development*, 123, 35–50. <https://doi.org/10.1002/cd.234>
- Humphreys, K. L., Kircanski, K., Colich, N. L., & Gotlib, I. H. (2016). Attentional avoidance of fearful facial expressions following early life stress is associated with impaired social functioning. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 57(10), 1174–1182. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12607>
- Jaureguizar, J., Garaigordobil, M., & Bernaras, E. (2018). Self-concept, social skills, and resilience as moderators of the relationship between stress and childhood depression. *School mental health*, 10(4), 488–499. <https://doi.org/10.1007/s12310-018-9268-1>
- Lanjekar, P. D., Joshi, S. H., Lanjekar, P. D., & Wagh, V. (2022). The effect of parenting and the parent-Child relationship on a Child's cognitive development: a literature review. *Cureus*, 14(10). <https://doi.org/10.7759/cureus.30574>
- Lavender, S. (2021). *A systematic review examining the efficacy of group delivered mentalization-based parenting interventions and an empirical study developing a brief parenting group intervention to improve children's understanding of emotions*. Doctoral dissertation, Cardiff University. <https://orca.cardiff.ac.uk/id/eprint/144579>
- Lindhiem, O., Shaffer, A., & Kolko, D. J. (2014). Quantifying discipline practices using absolute versus relative frequencies: Clinical and research implications for child welfare. *Journal of interpersonal violence*, 29(1), 66–81. <https://doi.org/10.1177/0886260513504650>
- Malekpoor, N., Abedi, M., & Samani, S. (2023). The effectiveness of positive parenting training for mothers on the internal and external problems of children. *Islamic-Iranian Family studies*, 3(2), 64–50. <https://doi.org/10.30495/IIFS.2023.1988078.1084>
- Martin, C. A., Papadopoulos, N., Chellew, T., Rinehart, N. J., & Sciberras, E. (2019). Associations between parenting stress, parent mental health and child sleep problems for children with ADHD and ASD: Systematic review. *Research in developmental disabilities*, 93, 103463. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2019.103463>
- Midgley, N., Mortimer, R., Carter, M., Casey, P., Coffman, L., Edbrooke-Childs, J., & McFarquhar, T. (2023). Emotion regulation in children (ERiC): A protocol for a randomised clinical trial to evaluate the clinical and cost effectiveness of Mentalization Based Treatment (MBT) vs Treatment as Usual for school-age children with mixed emotional and behavioural difficulties. *Plos one*, 18(8), e0289503. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0289503>
- Oehlman Forbes, D., Lee, M., & Lakeman, R. (2021). The role of mentalization in child psychotherapy, interpersonal trauma, and recovery: A scoping review. *Psychotherapy*, 58(1), 50–67. <https://doi.org/10.1037/pst0000341>
- Ogundele, M. O. (2018). Behavioural and emotional disorders in childhood: A brief overview for paediatricians. *World journal of clinical pediatrics*, 7(1), 9–26. <https://doi.org/10.5409/wjcp.v7.i1.9>
- Olivier, E., Morin, A. J., Langlois, J., Tardif-Grenier, K., & Archambault, I. (2020). Internalizing and externalizing behavior problems and student engagement in elementary and secondary school students. *Journal of youth and adolescence*, 49, 2327–2346. <https://doi.org/10.1007/s10964-020-01295-x>
- Pianta, R.C. (1992). *Child-parent relationship scale*. Unpublished measure, University of Virginia.
- Ramezani, F., Heshmati, R., & Nosratabadi, T. H. (2023). The effectiveness of mentalization-based therapy on parent-child interaction and parenting stress: a randomized controlled trial study on children with symptoms of tic disorders and their mothers. *Applied Family Therapy Journal (AFTJ)*, 4(3), 199–214. <https://orcid.org/0000-0003-2418-8821>
- Sanders, M. R. (2003). Triple P–Positive Parenting Program: A population approach to promoting competent parenting. *Australian e-journal for the Advancement of Mental Health*, 2(3), 127–143. <https://doi.org/10.3390/ijerph18094709>
- Sanders, M. R. (2012). Development, evaluation, and multinational dissemination of the Triple P-Positive Parenting Program. *Annual review of clinical psychology*, 8, 345–379. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032511-143104>
- Sanders, M. R. (2012). Development, evaluation, and multinational dissemination of the Triple P-Positive Parenting Program. *Annual Review of Clinical Psychology*, 8, 345–379. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032511-143104>
- Sanders, M. R., Kirby, J. N., Tellegen, C. L., & Day, J. J. (2014). The Triple P-Positive Parenting Program: A systematic review and meta-analysis of a multi-level system of parenting support. *Clinical*

- psychology review*, 34(4), 337-357.  
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2014.04.00>
- Sandler, I., Schoenfelder, E., Wolchik, S., & MacKinnon, D. (2011). Long-term impact of prevention programs to promote effective parenting: Lasting effects but uncertain processes. *Annual Review of Psychology*, 62, 299-329.  
<https://doi.org/10.1146/annurev.psych.121208.131619>
- Satoorian, S. A., Haratian, A. A., Tahmassian, K., & Ahmadi, M. R. (2016). The internalizing and externalizing behavioral problems in children: Birth order and age spacing. *Developmental Psychology*, 12(46), 173-187.  
[https://jip.stb.iau.ir/article\\_518893.html](https://jip.stb.iau.ir/article_518893.html)
- Serbin, L. A., Kingdon, D., Ruttle, P. L., & Stack, D. M. (2015). The impact of children's internalizing and externalizing problems on parenting: Transactional processes and reciprocal change over time. *Development and Psychopathology*, 27(4 pt 1), 969-986.  
<https://doi.org/10.1017/S0954579415000632>
- Slade, A. (2005). Parental reflective functioning: An introduction. *Attachment & Human Development*, 7(3), 269-281.  
<https://doi.org/10.1080/14616730500245906>
- Smedje, H., Broman, J. E., Hetta, J., & Von Knorring, A. L. (1999). Psychometric properties of a Swedish version of the "Strengths and Difficulties Questionnaire". *European child & adolescent psychiatry*, 8(2), 63-70.  
<https://doi.org/10.1007/s007870050086>
- Stavrou, P. D. (2019). Outcomes of psychodynamic psychotherapy with incorporated metallization-focused approaches for children with ADHD and metallization impairment. *EC Psychology and Psychiatry*, 8 (11), 155-179.  
<https://www.researchgate.net/publication/337155412>
- Steele, H., & Steele, M. (2018). *Handbook of attachment-based interventions*. Guilford Publications.
- Steketee, M., Jonkman, H., Naber, P., & Distelbrink, M. (2021). Does Teen Triple P affect parenting and the social and emotional behaviours of teenagers? A study of the Positive Parenting Programme in the Netherlands. *Behaviour Change*, 38(2), 95-108.  
<https://doi.org/10.1017/bec.2021.2>
- Stone, L. L., Mares, S. H., Otten, R., Engels, R. C., & Janssens, J. M. (2016). The codevelopment of parenting stress and childhood internalizing and externalizing problems. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 38(1), 76-86.  
<https://doi.org/10.1007/s10862-015-9500-3>
- Stuhrmann, L. Y., Göbel, A., Bindt, C., & Mudra, S. (2022). Parental reflective functioning and its association with parenting behaviors in infancy and early childhood: A systematic review. *Frontiers in psychology*, 13, 1-17.  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.765312>
- Suchman, N. E., DeCoste, C., Leigh, D., & Borelli, J. (2010). Reflective functioning in mothers with drug use disorders: Implications for dyadic interactions with infants and toddlers. *Attachment & Human Development*, 12(6), 567-585.  
<https://doi.org/10.1080/14616734.2010.501988>
- Tahmasian, K., Anari, A., Fathabadi, M. (2013). Investigating effective maternal characteristics in behavioral problems of 2-6 year old children, *New Psychological Research Quarterly*, 7(26), 104-89. [Persian]  
[https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article\\_4114\\_0.html?lang=en](https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article_4114_0.html?lang=en)
- Tork ladani, S., Aghababaei, S. (2022). The Effectiveness of Positive Parenting Training on Parent-Child Interaction and Children's Behavioral Problems with Externalized Problems. *Journal of Exceptional Children*, 22 (3), 123-132. [Persian]  
<http://joec.ir/article-1-1500-fa.html>
- Tuntipuchitanon, S., Kangwanthiti, I. O., Jirakran, K., Trairatvorakul, P., & Chonchaiya, W. (2022). Online positive parenting programme for promoting parenting competencies and skills: randomised controlled trial. *Scientific Reports*, 12(1), 6420.  
<https://doi.org/s41598-022-10193-0>
- Xu, H., Xiao, W., Xie, Y., Xu, S., Wan, Y., & Tao, F. (2023). Association of parent-child relationship quality and problematic mobile phone use with non-suicidal self-injury among adolescents. *BMC psychiatry*, 23(1), 1-11.  
<https://doi.org/10.1186/s12888-023-04786-w>
- Zeegers, M. A. J., Colonnese, C., Stams, G.-J. J. M., & Meins, E. (2017). Mind matters: A meta-analysis on parental mentalization and sensitivity as predictors of infant-parent attachment. *Psychological Bulletin*, 143(12), 1245-1272.  
<https://doi.org/10.1037/bul0000114>
- Zubrick, S. R., Smith, G. J., Nicholson, J. M., Sanson, A. V., & Jackiewicz, T. A. (2005). Parenting and families in Australia. *Australian Government Department of Family and Community Services*, 30, 1-75.