



The Predictive Role of Parental Reflective Functioning Dimensions in Mindfull Parenting among Mothers

Fatemeh Khalili¹, Fatemeh Moslehi jouybari², Fatemeh Gholampour³, Fatemeh Molavi⁴, Hadis Khodashenas⁵

1. **(Corresponding Author):** Ph.D. Student of educational psychology, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.
2. Ph.D. Student of educational psychology, Sari, Islamic Azad University, Sari, Iran.
3. Ph.D. Student of educational psychology, Babol, Islamic Azad University, Babol, Iran.
4. MSc Student of educational psychology, Sari, Islamic Azad University, Sari, Iran
5. MSc Student of psychology, Sari, Islamic Azad University, Sari, Iran.

Article Info	Abstract
<p>Article Type:</p> <p>Research Article</p> <p>Received Date: 26 June 2025</p> <p>Accepted Date: 12 December 2025</p> <p>Keywords: Parental Reflective Functioning, Mindful Parenting, Mentalized Curiosity, Pre-mentalizing.</p>	<p>Background and Aims: The present study aimed to examine the predictive role of parental reflective functioning (mentalization capacity) dimensions in mindful parenting among mothers.</p> <p>Method: This research was descriptive-correlational in nature. The statistical population consisted of mothers who were active in virtual groups, from which 60 participants were selected using convenience sampling. Data collection instruments included the Parental Reflective Functioning Questionnaire (PRFQ) and the Mindful Parenting Questionnaire (MIPQ). After data collection, analyses were conducted using SPSS version 26 with multiple linear regression.</p> <p>Findings: The regression analysis results indicated that the three dimensions of parental reflective functioning (pre-mentalizing, curiosity, and mental state representation) collectively predicted mindful parenting significantly ($R^2 = 0.268$, $F = 6.847$, $p = 0.001$). Among these dimensions, curiosity ($\beta = 0.391$, $p = 0.002$) and pre-mentalizing ($\beta = 0.271$, $p = 0.003$) were identified as significant positive predictors of mindful parenting, whereas mental state representation did not show a significant contribution. These findings highlight the importance of specific aspects of parental reflective functioning—particularly curiosity and pre-mentalizing—in predicting mindful parenting.</p> <p>Conclusion: The results underscore the need for interventions aimed at enhancing parents' reflective skills, especially the development of cognitive curiosity and the ability to anticipate future mental states. Such interventions can indirectly improve the quality of mindful parenting by strengthening these specific components.</p>
<p>Cite this article: Khalili, F., Moslehi jouybari, F., Gholampour, F., Molavi, F., & Khodashenas, H. (2025). The Predictive Role of Parental Reflective Functioning Dimensions in Mindfull Parenting among Mothers. <i>Research Strategies in Educational Sciences</i>, 3(3), 81-90.</p>	
<p>Extended abstract</p> <p>Introduction</p> <p>Combined training in mindful parenting and parent management is more effective in reducing behavioral problems in preschool children and can be very beneficial for child professionals (Hosseini Yazdi et al., 2001). On the other hand, a critical review of mindful parenting and reflective practice states that these two capacities, despite their theoretical similarity, have often been studied independently, but simultaneously</p>	



they can have synergistic effects on positive parenting behaviors. Also, a recent study showed that both MP and PRF are simultaneously related to the quality of parenting and probably have additive effects on positive outcomes (Hoyin et al., 2024). Despite the importance of this issue, so far few studies have examined the relationship between dimensions of reflective practice and mindful parenting in the Iranian cultural context, especially among mothers. This research gap highlights the need for a study aimed at determining the predictive role of reflective practice dimensions in mindful parenting. Considering what was mentioned the present study aimed to examine the predictive role of parental reflective functioning (mentalization capacity) dimensions in mindful parenting among mothers.

Methods

This research was descriptive-correlational in nature. The statistical population consisted of mothers who were active in virtual groups, from which 60 participants were selected using convenience sampling. Data collection instruments included the Parental Reflective Functioning Questionnaire (PRFQ) and the Mindful Parenting Questionnaire (MIPQ). After data collection, analyses were conducted using SPSS version 26 with multiple linear regression.

Results

The regression analysis results indicated that the three dimensions of parental reflective functioning (pre-mentalizing, curiosity, and mental state representation) collectively predicted mindful parenting significantly ($R^2 = 0.268$, $F = 6.847$, $p = 0.001$). Among these dimensions, curiosity ($\beta = 0.391$, $p = 0.002$) and pre-mentalizing ($\beta = 0.271$, $p = 0.003$) were identified as significant positive predictors of mindful parenting, whereas mental state representation did not show a significant contribution. These findings highlight the importance of specific aspects of parental reflective functioning—particularly curiosity and pre-mentalizing—in predicting mindful parenting.

Conclusion

The findings of this study showed that the two components of "curiosity about mental states" and "pre-mentalization" from the dimensions of parents' reflective practice were able to significantly predict the level of parents' mindfulness; while the component of "confidence about mental states" had no significant role in this relationship. These results indicate that parents' willingness to actively explore their child's thoughts and feelings, as well as cognitive flexibility in dealing with their child's mindset, are key factors in promoting their mindfulness. The results underscore the need for interventions aimed at enhancing parents' reflective skills, especially the development of cognitive curiosity and the ability to anticipate future mental states. Such interventions can indirectly improve the quality of mindful parenting by strengthening these specific components. Overall, the findings of this study indicate that enhancing mental curiosity and reducing preconceptions in parents can lead to an increase in their level of mindfulness. Accordingly, it is recommended that educational programs and psychological interventions focusing on these components be designed and implemented to improve parent-child interactions and promote mental health in the family.

Ethical considerations

Following the ethics of research

In this study, efforts were made to ensure that no physical or psychological harm would come to the participants, and their information remained completely confidential.

Financial sponsor

This study did not have a financial sponsor and the costs were covered by the authors.

Authors' contribution

All of authors of this study participated in the design, implementation, and writing of all parts of the research.

Conflict of interest

There is no conflict of interest between the authors and the Quarterly Journal of Research Strategies in Educational Sciences.



نقش پیش بینی کنندگی ابعاد کنش ورزشی بازتابی والدین در فرزندپروری ذهن آگاه در مادران

فاطمه خلیلی^{۱*}، فاطمه مصلحی جویباری^۱، فاطمه غلامپور^۲، فاطمه مولوی^۳، حدیث خدائشناس^۴، حدیث خدائشناس^۵

۱. نویسنده مسئول: دانشجوی دکتری روان شناسی تربیتی، گروه روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز، تهران، ایران.

۲. دانشجوی دکتری روان شناسی تربیتی، گروه روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساری، ساری، ایران.

۳. دانشجوی دکتری روان شناسی تربیتی، گروه روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بابل، بابل، ایران.

۴. دانشجوی کارشناسی ارشد روان شناسی تربیتی، گروه روان شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساری، ساری، ایران.

۵. دانشجوی کارشناسی ارشد روان شناسی، گروه روان شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساری، ساری، ایران.

چکیده	اطلاعات مقاله
<p>زمینه و هدف: پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش پیش‌بینی‌کنندگی ابعاد کنش‌ورزی بازتابی (ظرفیت تاملی) والدین در فرزندپروری ذهن‌آگاهانه در میان مادران انجام شد.</p> <p>روش: این پژوهش از نوع توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری شامل مادران در گروه‌های مجازی بودند که از میان آن‌ها ۶۰ نفر به صورت نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزارهای گردآوری داده‌ها شامل پرسشنامه کنش‌ورزی بازتابی والدین (PRFQ) و پرسشنامه فرزندپروری ذهن‌آگاهانه (MIPQ) بود. داده‌ها پس از جمع‌آوری با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ و به کارگیری روش رگرسیون خطی چندگانه تحلیل شدند.</p> <p>یافته‌ها: نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که سه بعد کنش‌ورزی بازتابی (پیش‌ذهنی‌سازی، کنجکاوی و بازنمایی حالات ذهنی) به طور کلی قادر به پیش‌بینی معنادار فرزندپروری ذهن‌آگاهانه است ($R^2 = ۰/۰۰۱$، $F = ۶/۸۴۷$، $p = ۰/۰۰۱$). از بین ابعاد سه‌گانه، دو بعد «کنجکاوی» ($\beta = ۰/۳۹۱$، $p = ۰/۰۰۲$) و «پیش‌ذهنی‌سازی» ($\beta = ۰/۲۷۱$، $p = ۰/۰۳۰$) به عنوان پیش‌بین‌های مثبت و معنادار فرزندپروری ذهن‌آگاهانه شناسایی شدند، در حالی که بعد «بازنمایی حالات ذهنی» سهم معناداری در پیش‌بینی نشان نداد.</p> <p>نتیجه‌گیری: یافته‌های این مطالعه بر اهمیت توجه به ابعاد خاصی از کنش‌ورزی بازتابی والدین، به‌ویژه کنجکاوی و پیش‌ذهنی‌سازی، قابلیت پیش‌بینی فرزندپروری ذهن‌آگاهانه را دارند مورد توجه قرار می‌دهد. این نتایج بر اهمیت مداخلاتی تأکید می‌کنند که هدف آن‌ها تقویت مهارت‌های بازتابی والدین، به صورت خاص پرورش کنجکاوی شناختی و توانایی پیش‌بینی حالات ذهنی آینده است. چنین مداخلاتی می‌توانند به‌طور غیرمستقیم و از طریق تقویت این مؤلفه‌های خاص، منجر به ارتقای کیفیت فرزندپروری ذهن‌آگاهانه شوند.</p>	<p>نوع مقاله:</p> <p>تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۴/۰۵</p> <p>تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۹/۲۱</p> <p>کلیدواژه‌ها: کارکرد بازتابی والدین، والدگری آگاهانه، کنجکاوی ذهنی، پیش‌ذهنی‌سازی.</p>
<p>استناد به این مقاله: خلیلی، ف؛ مصلحی جویباری، ف؛ غلامپور، ف؛ مولوی، ف؛ و خدائشناس، ح. (۱۴۰۴). نقش پیش‌بینی‌کنندگی ابعاد کنش‌ورزی بازتابی والدین در فرزندپروری ذهن‌آگاه در مادران. <i>راهبردهای پژوهش در علوم تربیتی</i>، ۳(۳). ۸۱-۹۰.</p>	



مقدمه

فرزندپروری ذهن آگاهانه به عنوان یک سازه کلیدی در ارتقای سلامت روانی والدین و کودکان، در سال‌های اخیر توجه گسترده‌ای را در حوزه روان‌شناسی رشد و سلامت روانی به خود جلب کرده است. این سبک فرزندپروری بر حضور آگاهانه والدین در لحظه، پذیرش بدون قضاوت، و پاسخ‌دهی متعادل به نیازهای روانی و رفتاری کودک تأکید دارد و با کاهش مشکلات رفتاری درونی‌سازی و برونی‌سازی در نوجوانان مرتبط دانسته شده است (عقدکی و تمنایی فر، ۱۴۰۳).

یافته‌های پژوهشی نشان می‌دهند که فرزندپروری ذهن آگاهانه با کاهش علائم اضطراب، افسردگی و رفتارهای پرخطر در نوجوانان ارتباط دارد و این تأثیرات از طریق دلبستگی ایمن و تعاملات مثبت والد-فرزند میانجی‌گری می‌شوند (ورنون و مورتی، ۲۰۲۲). مطالعات متعدد حاکی از آن‌اند که مادرانی که سبک فرزندپروری ذهن آگاهانه را تمرین می‌کنند، رفتارهای والدینی مثبت‌تری از خود نشان می‌دهند که منجر به نتایج عاطفی و رفتاری مطلوب‌تری در کودکان می‌شود (هوین و همکاران، ۲۰۲۴). این سبک تربیتی شامل مؤلفه‌هایی چون حضور ذهنی، تنظیم هیجانی، پذیرش بدون قضاوت، و توجه فعال به نیازهای کودک است که محیطی پرورش‌دهنده برای رشد روانی کودک فراهم می‌سازد (کیل و همکاران، ۲۰۲۲). در همین راستا، مفهوم «کنش‌ورزی بازتابی والدین» یا عملکرد بازتابی والدین (PRF) مطرح می‌شود که به توانایی والدین در درک و تفسیر حالات ذهنی خود و فرزندشان اشاره دارد؛ این ظرفیت شناختی-هیجانی یکی از پیش‌نیازهای بنیادین فرزندپروری ذهن آگاهانه محسوب می‌شود و می‌تواند کیفیت تعاملات والد-فرزند را به‌طور چشمگیری ارتقا دهد (هوین و همکاران، ۲۰۲۴؛ استورمن و همکاران، ۲۰۲۲). عملکرد بازتابی به والدین کمک می‌کند تا نه تنها حالات ذهنی فرزندان را بهتر بفهمند بلکه تنظیم هیجانی بهتری در تعامل با آنان داشته باشند، امری که برای والدین حیاتی است (استورمن و همکاران، ۲۰۲۲). مطالعات نشان داده‌اند که سطوح بالاتر عملکرد بازتابی با رفتارهای مثبت فرزندپروری مانند افزایش پاسخ‌گویی، تنظیم هیجانی و ایجاد دلبستگی‌های ایمن در کودک مرتبط است (هورین و همکاران، ۲۰۰۶؛ روزنیلوم و همکاران، ۲۰۰۸).

کنش‌ورزی بازتابی والدین ظرفیت کلیدی در تنظیم هیجانی و دلبستگی است؛ استفاده از آن به والدین امکان می‌دهد تا از واکنش‌های هیجانی فوری در پاسخ به نیازهای کودک جلوگیری کرده و رفتارهایی حساسانه‌تر اتخاذ کنند و در واقع، تجربه درک شدن به‌عنوان فردی با ذهن مستقل، به کودک کمک می‌کند تا توانایی تنظیم هیجانی خود را توسعه دهد (استورمن و همکاران، ۲۰۲۲). همچنین، مطالعات متعددی مانند یافته‌های پژوهش اسلید و همکاران (۲۰۱۶) نشان داد که کارکرد بازتابی والدین، به‌ویژه مادر، نقش کلیدی در انتقال میان‌نسلی این ظرفیت به کودک دارد؛ به‌گونه‌ای که سطوح بالاتر کارکرد بازتابی مادر با رشد مطلوب‌تر ظرفیت ذهنی‌سازی در کودک همراه است. همچنین، ابعاد عملکرد بازتابی، از جمله تنظیم عاطفی، به‌طور قابل توجهی بر نحوه تعامل مادران با فرزندان خود تأثیر می‌گذارد و باعث ایجاد دلبستگی‌های ایمن می‌شود (روزنیلوم و همکاران، ۲۰۰۸). از سوی دیگر، تعامل بین فرزندپروری ذهن آگاهانه و عملکرد بازتابی والدین نشان می‌دهد که ارتقای یکی می‌تواند به بهبود دیگری منجر شود و تأثیر هم‌افزایی بر کیفیت فرزندپروری داشته باشد (هوین و همکاران، ۲۰۲۴). به بیان دیگر، افزایش مهارت‌های ذهن آگاهی والدین می‌تواند توانایی بازتابی آنان را تقویت کند و بالعکس، توسعه ظرفیت بازتابی می‌تواند حضور ذهنی والدین را در تربیت فرزندان افزایش دهد (کیل و همکاران، ۲۰۲۲؛ هوین و همکاران، ۲۰۲۴). والدینی که از ظرفیت‌های بازتابی بالاتری برخوردارند، بیشتر از راهبردهای فرزندپروری مثبت مانند تشویق، پذیرش کاستی‌ها و تقویت توانمندی‌های کودک استفاده می‌کنند (ادلر و ولنتینو، ۲۰۲۴). ادراکات مثبت والدین نقش مهمی در توانمندسازی آن‌ها برای اتخاذ رویکردهای سازنده در مواجهه با چالش‌های فرزندپروری دارد (طرخان و هاشمی، ۱۴۰۳). یافته‌های اخیر نشان می‌دهند که کنش‌ورزی بازتابی والدین با رفتارهای تربیتی حمایت‌گرایانه و مشارکت فعال در رشد روانی کودک ارتباط دارد (سناک، ۲۰۲۴).

مرور نظام‌مند پژوهش‌ها نیز حاکی از آن است که تلاش والدین برای درک حالات ذهنی و هیجانی فرزندان با علاقه و کنجکاوی، نقش مهمی در رشد روانی کودکان خردسال دارد و مداخلات والدینی مبتنی بر عملکرد بازتابی می‌توانند به ارتقای سلامت روان کودک کمک کنند (سناک، ۲۰۲۴). با وجود شواهد گسترده در مورد اهمیت فرزندپروری ذهن آگاهانه و عملکرد بازتابی، در نظر گرفتن عوامل زمینه‌ای مانند وضعیت اجتماعی و اقتصادی و بافت فرهنگی که ممکن است بر این روابط تأثیر بگذارد، ضروری است (هوین و همکاران، ۲۰۲۴). در پژوهشی فراتحلیلی، مشخص شد که فرزندپروری ذهن آگاهانه در والدین کودکان استثنایی اثربخشی قابل توجهی دارد و می‌تواند به بهبود روابط خانوادگی و کاهش تنش‌های تربیتی منجر شود (آقازارتی و عاشوری، ۱۴۰۲). همچنین، آموزش ترکیبی فرزندپروری ذهن آگاهانه و مدیریت والدین اثربخشی بیشتری در کاهش مشکلات رفتاری کودکان پیش‌دبستانی دارد و می‌تواند برای متخصصان حوزه کودک بسیار سودمند باشد (حسینی یزدی و همکاران، ۱۴۰۱).

از سوی دیگر، مرور نقادانه‌ای از فرزندپروری ذهن آگاهانه و عملکرد بازتابی بیان می‌کند که این دو ظرفیت، علی‌رغم مشابهت نظری، اغلب به صورت مستقل بررسی شده‌اند، اما به طور همزمان می‌توانند اثرات هم‌افزایی بر رفتارهای والدینی مثبت داشته باشند. همچنین یک مطالعه اخیر نشان داد که MP و PRF هر دو به صورت همزمان با کیفیت فرزندپروری مرتبط بوده و احتمالاً اثرات افزایشی بر نتایج مثبت دارند (هوین و همکاران، ۲۰۲۴).

با وجود اهمیت این موضوع، تاکنون پژوهش‌های اندکی در بافت فرهنگی ایران و به ویژه در میان مادران به بررسی ارتباط میان ابعاد کنش‌ورزی بازتابی و فرزندپروری ذهن آگاهانه پرداخته‌اند. این خلأ پژوهشی، ضرورت انجام مطالعه‌ای با هدف تعیین نقش پیش‌بینی‌کنندگی ابعاد کنش‌ورزی بازتابی در فرزندپروری ذهن آگاهانه را برجسته می‌سازد.

روش

این پژوهش از نوع توصیفی-همبستگی و در چارچوب مطالعات کمی انجام شده است. هدف اصلی آن بررسی رابطه بین مولفه‌های کنش‌ورزی بازتابی والدین و فرزندپروری ذهن آگاهانه در میان مادران دارای فرزند می‌باشد. به منظور تحقق این هدف از جامعه آماری شامل مادران دارای فرزند استفاده شده است که در گروه‌های مجازی عضویت داشتند. با توجه به محدودیت‌های دسترسی و شرایط اجرای پژوهش، از روش نمونه‌گیری در دسترس استفاده شد. در نهایت، ۶۰ نفر از مادران واجد شرایط به‌عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند. معیارهای ورود به مطالعه شامل داشتن حداقل یک فرزند و تمایل به مشارکت در پژوهش بود. پس از جمع‌آوری داده‌ها، اطلاعات به‌دست‌آمده با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS نسخه ۲۶ تحلیل شدند. در مرحله اول، شاخص‌های توصیفی شامل میانگین، انحراف معیار، حداقل و حداکثر نمرات برای متغیرهای اصلی محاسبه شد. در ادامه، به منظور پیش‌بینی ابعاد کنش‌ورزی بازتابی والدین بر فرزندپروری ذهن آگاهانه، از تحلیل رگرسیون خطی چندگانه بهره گرفته شد. پیش از اجرای تحلیل رگرسیون، مفروضات آماری شامل نرمال بودن داده‌ها، هم‌خطی چندگانه و استقلال خطاها بررسی و تأیید شدند.

ابزارهای پژوهش

پرسشنامه کنش‌وری بازتابی والدین^۱(PRFQ): این پرسشنامه توسط لویتن، مایز، نیجسنس و فونگی (۲۰۱۷) طراحی شده است و هدف آن سنجش توانایی والدین در درک و بازتاب حالات ذهنی خود و فرزندشان (ذهنی‌سازی) است. پرسشنامه PRFQ دارای ۱۸ گویه و سه خرده‌مقیاس است: پیش‌ذهنی‌سازی (۶ گویه: ۱، ۴، ۷، ۱۰، ۱۳، ۱۶): نشان‌دهنده تمایل به تفسیر رفتار کودک بر اساس پیش‌فرض‌های خشک و بدون توجه به حالات ذهنی درونی است. اطمینان از حالات ذهنی (۶ گویه: ۲، ۵، ۸، ۱۱، ۱۴، ۱۷): بیانگر اطمینان افراطی و غیرواقعی‌بینانه والد در درک کامل ذهن کودک است. علاقه و کنجکاوی به حالات ذهنی (۶ گویه: ۳، ۶، ۹، ۱۲، ۱۵، ۱۸): نشان‌دهنده تمایل فعال والد برای کشف و درک حالات ذهنی کودک است. نمره‌گذاری بر اساس مقیاس لیکرت ۷ درجه‌ای (از ۱ = کاملاً مخالفم تا ۷ = کاملاً موافقم) انجام می‌شود. گویه‌های ۱۱ و ۱۸ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. نمره بالاتر در خرده‌مقیاس‌های «پیش‌ذهنی‌سازی» و «اطمینان از حالات ذهنی» نشان‌دهنده کنش‌وری بازتابی پایین‌تر و نمره بالاتر در خرده‌مقیاس «علاقه و کنجکاوی» نشان‌دهنده کنش‌وری بازتابی بالاتر است. این پرسشنامه فاقد نمره کل است و هر خرده‌مقیاس به طور مستقل تفسیر می‌شود. پایایی این پرسشنامه در مطالعه حاضر با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس‌های پیش‌ذهنی‌سازی، اطمینان از حالات ذهنی و علاقه و کنجکاوی به ترتیب ۰/۷، ۰/۸۲ و ۰/۷۵ محاسبه شد که نشان‌دهنده پایایی مطلوب ابزار است. روایی این پرسشنامه نیز در مطالعات متعدد خارجی (لویتن و همکاران، ۲۰۱۷) و داخلی (اسماعیلی و هاشمی، ۱۴۰۰) از طریق تحلیل عاملی اکتشافی و تأییدی و همچنین روایی همگرا و واگرا مورد تأیید قرار گرفته است که آلفای کرونباخ برای پیش‌ذهنی‌سازی، اطمینان از حالات ذهنی و علاقه‌مندی و کنجکاوی به ترتیب ۰/۸۹، ۰/۷۹ و ۰/۷۹ به دست آمد.

پرسشنامه فرزندپروری ذهن آگاهانه^۲(MIPQ): این پرسشنامه توسط مک‌کافری، رایتمن و بلک (۲۰۱۷) طراحی شده است و با هدف سنجش کیفیت فرزندپروری ذهن آگاهانه به کار می‌رود. پرسشنامه MIPQ دارای ۲۸ گویه و دو بعد اصلی است: حضور در کنار فرزند (۱۳ گویه: ۱ تا ۱۳): به میزان توجه آگاهانه و حضور والد در لحظه هنگام تعامل با فرزند می‌پردازد. تربیت ذهن آگاهانه (۱۵ گویه: ۱۴ تا

¹ Parental Reflective Functioning Questionnaire

² Mindfulness in Parenting Questionnaire

۲۸): نحوه تنظیم هیجان‌ات، خودآگاهی والد و پاسخ‌دهی آگاهانه به جای واکنش‌گری در موقعیت‌های فرزندپروری را مورد سنجش قرار می‌دهد. نمره‌گذاری این پرسشنامه بر اساس مقیاس لیکرت ۴ درجه‌ای (از ۱= به ندرت تا ۴= تقریباً همیشه) انجام می‌شود. نمره کل پرسشنامه از جمع نمرات تمام گویه‌ها به دست می‌آید و دامنه نمرات از ۲۸ تا ۱۱۲ متغیر است، که نمره بالاتر نشان‌دهنده سطح بالاتری از فرزندپروری ذهن‌آگاهانه است. در این پژوهش از نسخه فارسی پرسشنامه استفاده شد. **روایی (اعتبار) این نسخه توسط کامکار و حسین چاری و بر اساس نظر متخصصان (روایی محتوایی و صوری) مورد تأیید قرار گرفته است. پایایی آن نیز با محاسبه ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۰ گزارش شده است.

یافته‌ها

ابتدا آمار توصیفی متغیرهای پژوهش شامل مؤلفه‌های کنش‌ورزی بازتابی والدین (پیش‌ذهن‌سازی، اطمینان از حالات ذهنی، کنجکاوی به حالات ذهنی) و متغیر ذهن‌آگاهی والدین محاسبه شد. لازم به ذکر است که در پرسشنامه کنش‌ورزی بازتابی، نمرات بالا در مؤلفه‌های «پیش‌ذهن‌سازی» و «اطمینان از حالات ذهنی» بیانگر مشکلات در این حوزه‌ها است، در حالی که در این پژوهش به‌منظور یکپارچه‌سازی جهت نمرات (یعنی هرچه نمره بالاتر نشان‌دهنده وضعیت بهتر باشد)، این دو مؤلفه به‌صورت معکوس محاسبه شده‌اند.

جدول ۱: شاخص‌های آمار توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیرها	انحراف معیار	میانگین	بیشترین مقدار	کمترین مقدار	تعداد نمونه
نمره معکوس پیش ذهنی سازی	۵,۲۵۶	۱۱۰	۱۲۰	۹۸	۶۰
نمره معکوس حالات ذهنی	۵,۸۰۳	۱۰۰,۳۳	۱۱۴	۸۴	۶۰
کنجکاوی	۵,۰۴۶	۳۴	۴۲	۲۱	۶۰
نمره کل ذهن آگاهی والدین	۱۰,۸۷۹	۸۴,۲۹	۱۰۸	۵۸	۶۰

همان‌گونه که در جدول ۱ مشاهده می‌شود، میانگین نمره معکوس پیش‌ذهن‌سازی ۱۱۰ با انحراف معیار ۵,۲۵۶، میانگین نمره معکوس حالات ذهنی ۱۰۰,۳۳ با انحراف معیار ۵,۸۰۳، و میانگین نمره کنجکاوی به حالات ذهنی ۳۴ با انحراف معیار ۵,۰۴۶ بود. همچنین، میانگین نمره کل ذهن‌آگاهی والدین ۸۴,۲۹ با انحراف معیار ۱۰,۸۷۹ به دست آمد.

به‌منظور بررسی نقش پیش‌بینی‌کننده مؤلفه‌های کنش‌ورزی بازتابی والدین در تبیین ذهن‌آگاهی والدین، از تحلیل رگرسیون خطی چندگانه به روش همزمان استفاده شد. در این تحلیل، سه مؤلفه اصلی کنش‌ورزی بازتابی شامل «پیش‌ذهن‌سازی»، «اطمینان از حالات ذهنی» و «علاقه و کنجکاوی به حالات ذهنی» به‌عنوان متغیرهای مستقل وارد مدل شدند و متغیر ذهن‌آگاهی والدین به‌عنوان متغیر وابسته در نظر گرفته شد. نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون نشان داد که مدل کلی از لحاظ آماری معنادار است ($F(3,56)=6.847, p<0.001$)، که بیانگر آن است که حداقل یکی از مؤلفه‌های کنش‌ورزی بازتابی توانسته است به‌طور معنادار ذهن‌آگاهی والدین را پیش‌بینی کند. ضریب تعیین مدل برابر ۰/۲۶۸ نشان داد که این سه مؤلفه در مجموع توانسته‌اند حدود ۲۶/۸ درصد از واریانس متغیر وابسته را تبیین نمایند. همچنین مقدار ضریب تعیین تعدیل‌شده برابر ۰,۲۲۹ بیانگر پایداری نسبی مدل در برابر خطاهای نمونه‌گیری است. این یافته‌ها حاکی از آن است که کنش‌ورزی بازتابی والدین نقش قابل توجهی در شکل‌گیری و ارتقاء ذهن‌آگاهی آنان در تعامل با فرزندان دارد. جزئیات مربوط به ضرایب رگرسیونی، سطح معناداری و شاخص‌های آماری مربوطه در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲: خلاصه مدل رگرسیون برای پیش‌بینی ذهن‌آگاهی والدین

خطای استاندارد برآورد	ضریب تعیین تعدیل شده	ضریب تعیین	ضریب همبستگی چندگانه
۹/۵۵۲	۰/۲۲۹	۰/۲۶۸	۰,۵۱۸ ^a

نتایج آزمون ANOVA نشان داد که مدل رگرسیون از نظر آماری معنادار است ($p = 0.001$)، بنابراین می‌توان گفت که متغیرهای پیش‌بین به‌طور معناداری توانسته‌اند تغییرات نمره کل ذهن‌آگاهی والدین را تبیین کنند.

جدول ۳: تحلیل واریانس مدل رگرسیون

	مقدار P	مقدار F	میانگین مربعات	درجات آزادی	مجموع مجذورات
رگرسیون	0.001^B	۶/۸۴۷	۶۲۴/۶۹۴	۳	۱۸۷۴/۰۸۱
باقی مانده			۹۱/۲۳۸	۵۶	۵۱۰۹/۳۱۹
کل				۵۹	۶۹۸۳/۴۰۰

بر اساس نتایج حاصل از جدول ضرایب، متغیر «کنجکاوی نسبت به حالات ذهنی» با ضریب بتای استاندارد ($\beta = 0.391$)، $t = 3.217$ ، $p = 0.002$ به‌عنوان یک پیش‌بینی‌کننده معنادار ذهن‌آگاهی والدین شناسایی شد. این یافته نشان می‌دهد که هرچه والدین کنجکاوی بیشتری نسبت به حالات ذهنی فرزندان خود داشته باشند، احتمال برخورداری آنان از سطح بالاتری از ذهن‌آگاهی افزایش می‌یابد. این رابطه معنادار از نظر آماری، بیانگر نقش مؤثر کنجکاوی در ارتقاء ظرفیت‌های شناختی و هیجانی والدین در تعامل با کودک است. همچنین، متغیر «پیش‌ذهن‌سازی» که به‌صورت معکوس در تحلیل لحاظ شده بود، با ضریب بتای استاندارد ($\beta = 0.271$)، $t = 2.232$ ، $p = 0.030$ نیز رابطه معناداری با ذهن‌آگاهی والدین نشان داد. این نتیجه حاکی از آن است که کاهش در پیش‌ذهن‌سازی، که به معنای کاهش قضاوت‌های قطعی و افزایش انعطاف‌پذیری شناختی در مواجهه با تجربه‌های ذهنی کودک است، می‌تواند به ارتقاء ذهن‌آگاهی والدین کمک کند. در مقابل، متغیر «حالات ذهنی» که به‌صورت معکوس در تحلیل وارد شده بود، با ضریب بتای استاندارد ($\beta = -0.095$)، $t = -0.759$ ، $p = 0.451$ فاقد معناداری آماری بود. این عدم معناداری نشان می‌دهد که این مؤلفه، در شرایط بررسی‌شده، نقش قابل توجهی در تبیین ذهن‌آگاهی والدین ایفا نکرده است. ممکن است این نتیجه تحت تأثیر همپوشانی مفهومی با سایر مؤلفه‌ها یا محدودیت‌های ابزار سنجش باشد.

جدول ۴: ضرایب استاندارد و غیراستاندارد مدل رگرسیون

مقدار p	t	ضرایب استاندارد شده	ضرایب غیر استاندارد
۰/۶۹۹	۰/۳۸۹	Beta	B خطای استاندارد ضریب
۰/۳۰	۲/۲۳۲	۰/۲۷۱	۰/۵۶۰
۰/۴۵۱	-۰/۷۵۹	-۰/۰۹۵	-۰/۱۷۸
۰/۰۰۲	۳/۲۱۷	۰/۳۹۱	۰/۸۴۳
			(Constant)
			نمره معکوس پیش ذهنی سازی
			نمره معکوس حالات ذهنی
			کنجکاوی

در مجموع، یافته‌ها نشان می‌دهند که برخی مؤلفه‌های کنش‌ورزی بازتابی، به‌ویژه کنجکاوی و کاهش پیش‌ذهن‌سازی، نقش مؤثری در ارتقاء ذهن‌آگاهی والدین دارند و می‌توانند به‌عنوان نقاط تمرکز در برنامه‌های آموزشی و مداخلات روان‌شناختی مورد توجه قرار گیرند در حالی که اطمینان از حالات ذهنی (با وجود معکوس‌سازی برای یکسان‌سازی جهت نمرات) اثر معناداری نداشت.

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های این پژوهش نشان دادند که دو مؤلفه «کنجکاوی نسبت به حالات ذهنی» و «پیش‌ذهن‌سازی» از ابعاد کنش‌ورزی بازتابی والدین، به‌طور معناداری توانستند سطح ذهن‌آگاهی والدین را پیش‌بینی کنند؛ در حالی که مؤلفه «اطمینان از حالات ذهنی» فاقد نقش معنادار در این رابطه بود. این نتایج بیانگر آن است که تمایل والدین به کاوش فعالانه در افکار و احساسات کودک، و همچنین انعطاف‌پذیری شناختی در مواجهه با ذهنیت فرزند، از عوامل کلیدی در ارتقاء ذهن‌آگاهی آنان محسوب می‌شود.

هم‌راستایی این یافته‌ها با مطالعات پیشین قابل توجه است. برای نمونه، پژوهش تریپاک و همکاران، ۲۰۲۵ نشان داده‌اند که ذهنی‌سازی والدین به‌عنوان یکی از مهارت‌های بازتابی، موجب افزایش توانایی والدین در تنظیم هیجانی و درک حالات ذهنی کودک می‌شود؛ عاملی که با ذهن‌آگاهی رابطه‌ای مثبت و مستقیم دارد. همچنین، مطالعاتی نظیر کامیرانو ۲۰۱۷ تأکید کرده‌اند که ابعاد عملکرد ذهنی والدین به والدین کمک می‌کند تا از واکنش‌های خودکار فاصله گرفته و با آگاهی بیشتری به نیازهای هیجانی کودک پاسخ دهند؛ امری که در چارچوب نظریه ذهن‌آگاهی نیز مورد تأکید قرار گرفته است. در مقابل، عدم معناداری مؤلفه «اطمینان از حالات ذهنی» ممکن است ناشی از این باشد که اعتماد بیش از حد به برداشت‌های ذهنی خود، منجر به کاهش انعطاف‌پذیری شناختی و افزایش قضاوت‌های قطعی می‌شود؛ وضعیتی که با اصول ذهن‌آگاهی، که بر پذیرش عدم قطعیت و حضور آگاهانه در لحظه تأکید دارد، در تضاد است (زو و همکاران، ۲۰۲۰). این یافته با دیدگاه‌هایی هم‌راستا است که ذهن‌آگاهی را نه به‌عنوان دانستن قطعی، بلکه به‌عنوان آگاهی همراه با پذیرش و کنجکاوی تعریف می‌کنند. نتایج این پژوهش بر اهمیت آموزش و تقویت مهارت‌های بازتابی در والدین، به‌ویژه کنجکاوی ذهنی و پیش‌ذهن‌سازی، تأکید دارد. طراحی مداخلات آموزشی مبتنی بر ذهن‌آگاهی، در کنار آموزش مؤلفه‌های بازتابی، می‌تواند به بهبود کیفیت روابط والد-کودک، افزایش تنظیم هیجانی، و ارتقاء سلامت روانی خانواده منجر شود (دانکن و همکاران، ۲۰۰۹). این مداخلات به‌ویژه در برنامه‌های پیشگیری و ارتقاء سلامت روان والدین در دوران فرزندپروری اولیه، کاربرد بالقوه دارند.

این مطالعه با چند محدودیت همراه بود. نخست، استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس، تعمیم‌پذیری نتایج را محدود می‌سازد. دوم، بهره‌گیری از ابزارهای خودگزارشی ممکن است با سوگیری پاسخ‌دهی همراه باشد. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی از روش‌های ترکیبی شامل ابزارهای مشاهده‌ای و مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته استفاده شود. همچنین، بررسی نقش واسطه‌ای یا تعدیل‌کننده متغیرهایی مانند اضطراب والدین، سبک دلبستگی، یا سطح تحصیلات در رابطه بین کنش‌ورزی بازتابی و ذهن‌آگاهی می‌تواند به درک عمیق‌تری از سازوکارهای روان‌شناختی این ارتباط منجر شود (نیجنسس و همکاران، ۲۰۱۸). به‌طور کلی، یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهند که ارتقاء کنجکاوی ذهنی و کاهش پیش‌ذهن‌سازی در والدین، می‌تواند به افزایش سطح ذهن‌آگاهی آنان منجر شود. بر این اساس، توصیه می‌شود برنامه‌های آموزشی و مداخلات روان‌شناختی با تمرکز بر این مؤلفه‌ها طراحی و اجرا شوند تا زمینه‌ساز بهبود تعاملات والد-فرزند و ارتقاء سلامت روانی در خانواده باشند.

پیروی از اصول اخلاقی پژوهش

در پژوهش حاضر سعی بر آن بود که از نظر جسمی و روان‌شناختی هیچ آسیبی متوجه آزمودنی‌ها نشود و اطلاعات آن‌ها نیز کاملاً محرمانه بماند. در این تحقیق تمامی اصول اخلاقی، صداقت و امانت‌داری در تحلیل متون و اسنادها به دقت رعایت شده است. همچنین در گزارش نتایج، هیچ‌گونه سوگیری مشاهده نمی‌شود و به دانش‌آموزان اطمینان داده شده که اطلاعات آن‌ها به صورت محرمانه باقی می‌ماند.

حامی مالی

این پژوهش حامی مالی نداشته است.

مشارکت نویسندگان

نویسندگان این پژوهش در طراحی، اجرا و نگارش همه بخش‌های پژوهش حاضر مشارکت داشته‌اند.

تعارض منافع

بین نویسندگان پژوهش حاضر هیچ‌گونه تعارض منافی وجود ندارد.

منابع

آقازارتی، ع و عاشوری، م. (۱۴۰۲). فراتحلیل بررسی اثربخشی فرزندپروری ذهن‌آگاهانه در والدین کودکان استثنایی. *فصلنامه روان‌شناسی*

کاربرد(۱۷): ۱۰۵-۱۲۰.

تجلی، ف؛ جاویدی، ح؛ مهریار، ا؛ و میرجعفری، س.ا. (۱۴۰۱). رابطه دشواری در تنظیم هیجان و سبکهای والدگری مادران، با نشانه های رفتار مخرب فرزندان. *فصلنامه علمی روش ها و مدل های روانشناختی*، ۱۳(۴۸): ۱۴۳-۱۶۰.

طرخان، ر.ع؛ و هاشمی، ز. (۱۴۰۳). نقش واسطه‌ای فرزندپروری مثبت در رابطه میان تاب‌آوری والدین و کیفیت زندگی کودکان با اختلالات یادگیری. *روانشناسی افراد استثنایی*، ۱۴(۵۵): ۲۷۷-۳۰۶.

عقدکی، ف؛ تمنای فر م. ر. (۱۴۰۳). رابطه فرزندپروری ذهن آگاهانه با مشکلات درونی سازی و برونی سازی نوجوانان: نقش میانجیگری سازگاری و خودافشایی. *فصلنامه علمی - پژوهشی خانواده و پژوهش*. ۲۱ (۳): ۱۲۳-۱۴۲.

یزدی، س. ع؛ مشهدی، ع؛ کیمیایی، س. ع؛ امین یزدی، س.ا. (۱۴۰۱). مقایسه اثربخشی برنامه آموزشی فرزندپروری ذهن آگاهانه همراه با آموزش مدیریت والدین (آموزش ترکیبی) با آموزش فرزندپروری ذهن آگاهانه و آموزش مدیریت والدین به تنهایی بر کاهش مشکلات رفتاری برونی سازی شده و درونی سازی شده کودکان. *تحقیقات علوم رفتاری*. ۱۴۰۱؛ ۲۰ (۱): ۸۳-۹۷.

Camoirano, A. (2017). Mentalizing makes parenting work: A review about parental reflective functioning and clinical interventions to improve it. *Frontiers in psychology*, 8, 14.

Duncan, L. G., Coatsworth, J. D., & Greenberg, M. T. (2009). A model of mindful parenting: Implications for parent-child relationships and prevention research. *Clinical child and family psychology review*, 12(3), 255-270.

Edler, K., & Valentino, K. (2024). Parental self-regulation and engagement in emotion socialization: A systematic review. *Psychological Bulletin*, 150(2), 154-191

Huerin, Vanina, Zucchi, Alejandra, Duhalde, Constanza y Mrahad, María Cecilia (2006). Funcionamiento reflexivo materno y regulación afectiva en la relación madre-hijo. XIII Jornadas de Investigación y Segundo Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Huynh T, Kerr ML, Kim CN, Fourianalisyawati E, Chang VY, Duncan LG. Parental Reflective Capacities: A Scoping Review of Mindful Parenting and Parental Reflective Functioning. *Mindfulness* (N Y). 2024 Jul;15(7):1531-1602. Epub 2024 Jun 18. PMID: 39328292; PMCID: PMC11426413.

Kil, H., Lee, E., Antonacci, R., & Grusec, J. E. (2022). Mindful Parents, Mindful Children? Exploring the Role of Mindful Parenting. *Parenting: Science and Practice*, 23(1), 33-51.

Nijssens, L., Bleys, D., Casalin, S., Vliegen, N., & Luyten, P. (2018). Parental attachment dimensions and parenting stress: The mediating role of parental reflective functioning. *Journal of Child and Family Studies*, 27(6), 2025-2036.

Rosenblum, K. L., McDonough, S. C., Sameroff, A. J., & Muzik, M. (2008). Reflection in thought and action: Maternal parenting reflectivity predicts mind-minded comments and interactive behavior. *Infant Mental Health Journal: Official Publication of The World Association for Infant Mental Health*, 29(4), 362-376.

- Rosso AM, Airoldi C. Intergenerational Transmission of Reflective Functioning. *Front Psychol.* 2016 Dec 6; 7:1903.
- Senack, Kate A., "Parents' Understanding of Children's Mental States: Emotion Regulation in Young Children and the Role of Mindful Parenting, Parental Reflective Functioning, and Parental Emotion Regulation" (2024). *Graduate Theses/Dissertations.* 4022.
- Stuhrmann LY, Göbel A, Bindt C and Mudra S (2022) Parental Reflective Functioning and Its Association with Parenting Behaviors in Infancy and Early Childhood: A Systematic Review. *Front. Psychol.* 13:765312.
- Trepiak, P., Deneault, A.-A., & Bureau, J.-F. (n.d.). *A Systematic Review and Meta-Analysis of Parental Mentalization in Fathers and Mothers.* <https://doi.org/10.1002/imhj.70001>
- Vernon JRG, Moretti MM. Parent Emotion Regulation, Mindful Parenting, and Youth Attachment: Direct and Indirect Associations with Internalizing and Externalizing Problems. *Child Psychiatry Hum Dev.* 2024 Aug;55(4):987-998.
- Zou, Y., Li, P., Hofmann, S. G., & Liu, X. (2020). The mediating role of non-reactivity to mindfulness training and cognitive flexibility: A randomized controlled trial. *Frontiers in psychology, 11*, 1053.