

# بهبودی روانی و سبک فرزندپروری





بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



# بهزیستی روانی و سبک فرزندپروری

تالیف:

صدیقه معینی فرد

کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی



انتشارات موجک



سرشناسه: معینی فرد، صدیقه، ۱۳۵۱-  
عنوان و نام پدیدآور: بهزیستی روانی و سبک فرزندپروری / تالیف صدیقه معینی فرد.  
مشخصات نشر: تهران: انتشارات موجک، ۱۴۰۰.  
مشخصات ظاهری: ۹۶ ص.:: جدول، نمودار (رنگی).  
شابک: ۵-۳۲۶-۹۹۴-۶۰۰-۹۷۸، ۴۴۰۰۰۰ ریال  
وضعیت فهرست نویسی: فیبا  
یادداشت: کتابنامه: [۸۵] - ۹۶.  
موضوع: مادران -- ایران -- بهداشت روانی -- نمونه پژوهی  
موضوع: Mothers -- Iran -- Mental health -- Case studies  
موضوع: کودکان -- ایران -- سرپرستی -- نمونه پژوهی  
موضوع: Child rearing -- Iran -- Case studies  
موضوع: رفتار والدین -- ایران -- جنبه‌های روان‌شناسی -- نمونه پژوهی  
موضوع: Iran -- Case studies -- Parenting -- Psychological aspects  
موضوع: اضطراب -- ایران -- اختلالات -- نمونه پژوهی  
موضوع: Anxiety disorders -- Iran -- Case studies  
موضوع: اضطراب جدایی در کودکان -- ایران -- نمونه پژوهی  
موضوع: Separation anxiety in children -- Iran -- Case studies  
رده بندی کنگره: RC ۴۵۱/۴  
رده بندی دیویی: ۶۱۶/۸۵۰۸۲  
شماره کتابشناسی ملی: ۷۶۳۵۶۱۸



انتشارات موجک  
واتساپ: ۰۹۳۶۳۰۳۱۲۵۸ | کانال: telegram.me/mojak1  
تلفن مرکز پخش: ۰۲۶۳۲۷۰۵۳۱۸ - ۰۲۶۳۲۷۲۱۸۱۹ - ۰۲۱۶۶۱۲۷۵۹۳ - ۰۲۱۶۶۴۲۹۷۳۳  
ایمیل: mojakpublication@yahoo.com  
سایت: www.mojak.ir

عنوان: بهزیستی روانی و سبک فرزندپروری  
تالیف: صدیقه معینی فرد  
مشخصات ظاهری: ۹۶ صفحه، قطع وزیری  
چاپ اول: بهار ۱۴۰۰، تیراژ: ۵۰۰ جلد  
قیمت: ۴۴۰۰۰۰ ریال، شابک: ۵-۳۲۶-۹۹۴-۶۰۰-۹۷۸  
کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر برای انتشارات موجک محفوظ است. هیچ شخص حقیقی و حقوقی حق چاپ و تکثیر این اثر را به هر شکل و صورت اعم از فتوکپی، چاپ کتاب و ... را ندارد. متخلفین به موجب بند ۵ ماده قانون حمایت از ناشرین تحت پیگرد قانونی قرار می‌گیرند.

# فهرست مطالب

صفحه

عنوان

پیش گفتار ..... ۱

فصل اول: کلیات ..... ۵

۱-۱ تشریح موضوع کتاب ..... ۵

۲-۱ اهمیت موضوع ..... ۸

۳-۱ اهداف ..... ۱۱

۴-۱ بهزیستی روانی ..... ۱۱

۵-۱ سبک فرزندپروری ..... ۱۲

۶-۱ اختلال اضطراب جدایی ..... ۱۲

فصل دوم: اختلال اضطرابی ..... ۱۳

۱-۲ ویژگی‌های اضطراب در کودکی ..... ۱۳

۲-۲ دیدگاه‌های مختلف درباره اختلال اضطرابی ..... ۱۴

۱-۲-۲ دیدگاه زیست شناختی ..... ۱۴

۲-۲-۲ دیدگاه رفتاری ..... ۱۵

۳-۲-۲ دیدگاه شناختی ..... ۱۵

۴-۲-۲ دیدگاه شناختی - رفتاری ..... ۱۵

۵-۲-۲ دیدگاه روان پویایی ..... ۱۵

- ۶-۲-۲ دیدگاه وجودی ..... ۱۶
- ۷-۲-۲ دیدگاه فرد مدار ..... ۱۶
- ۸-۲-۲ دیدگاه گشتالتی ..... ۱۶
- ۹-۲-۲ دیدگاه درمان‌های میان فردی ..... ۱۷
- ۱۰-۲-۲ دیدگاه سیستمی ..... ۱۷
- ۱۱-۲-۲ دیدگاه اجتماعی - فرهنگی ..... ۱۷
- ۳-۲ عوامل زمینه‌ای موثر در شکل‌گیری اختلالات اضطرابی ..... ۱۸
- ۴-۲ سبب‌شناسی اضطراب کودکی ..... ۱۹
- ۱-۴-۲ عوامل زیست‌شناختی و جسمی ..... ۱۹
- ۲-۴-۲ عوامل محیطی و اجتماعی ..... ۱۹
- ۳-۴-۲ عوامل ژنتیکی و ارثی ..... ۲۰

### فصل سوم: انواع اختلال اضطرابی ..... ۲۱

- ۱-۳ انواع اختلال اضطرابی ..... ۲۱
- ۲-۳ اختلال اضطراب تعمیم یافته ..... ۲۲
- ۳-۳ اختلال وحشت‌زدگی ..... ۲۲
- ۴-۳ اختلال وسواس فکری-اجبار عملی ..... ۲۲
- ۵-۳ اختلال سازگاری همراه اضطراب ..... ۲۳
- ۶-۳ اختلال خود بیماری‌انگاری ..... ۲۳
- ۷-۳ اختلال هراس از مکان‌های باز ..... ۲۳
- ۸-۳ اختلال اضطراب اجتماعی ..... ۲۴
- ۹-۳ اختلال اضطراب جدایی ..... ۲۴
- ۱۰-۳ نشانه‌های اختلال اضطراب جدایی ..... ۲۵
- ۱۱-۳ پیامدهای اختلال اضطراب جدایی ..... ۲۶
- ۱۲-۳ روش‌های درمانی اختلال اضطراب جدایی ..... ۲۶



۲۸..... ۱۳-۳ رابطه اضطراب جدایی با بهزیستی روانشناختی .....

### **فصل چهارم: بهزیستی روانشناختی**..... ۳۱

۳۱..... ۱-۴ تعریف بهزیستی روانشناختی .....

۳۳..... ۲-۴ تاریخچه بهزیستی روانشناختی .....

۳۴..... ۳-۴ مولفه‌های بهزیستی روانشناختی .....

۳۵..... ۱-۳-۴ مؤلفه پذیرش خود .....

۳۵..... ۲-۳-۴ مؤلفه خودمختاری .....

۳۵..... ۳-۳-۴ داشتن ارتباط مثبت با دیگران .....

۳۶..... ۴-۳-۴ مؤلفه هدفمندی در زندگی .....

۳۶..... ۵-۳-۴ تسلط بر محیط .....

۳۶..... ۶-۳-۴ مؤلفه رشد شخصی .....

### **فصل پنجم: نظریه‌ها و رویکردهای بهزیستی روانشناختی**..... ۳۹

۳۹..... ۱-۵ نظریه‌های بهزیستی روانشناختی .....

۳۹..... ۱-۱-۵ مدل تعادل پویا .....

۳۹..... ۲-۱-۵ الگوی وینسینک و وان ادن .....

۴۰..... ۳-۱-۵ نظریه ناهمخوانی .....

۴۱..... ۴-۱-۵ نظریه هدف غایی .....

۴۱..... ۵-۱-۵ نظریه ریف .....

۴۴..... ۲-۵ رویکردهای بهزیستی روانی .....

۴۴..... ۱-۲-۵ رویکرد لذت‌گرایی .....

۴۵..... ۲-۲-۵ رویکرد تحقق طبیعت فرد (فضیلت‌گرایی) .....

۴۶..... ۳-۵ مقایسه لذت‌گرایی و فضیلت‌گرایی .....

۴۷..... ۴-۵ ارتباط اضطراب جدایی کودکان با سبک فرزندپروری مادران .....

## فصل ششم: سبک فرزندپروری ..... ۴۹

۱-۶ خانواده و سبک‌های تربیتی ..... ۴۹

۲-۶ تعریف فرزندپروری ..... ۵۱

۳-۶ ابعاد شیوه‌های فرزندپروری ..... ۵۱

۴-۶ عوامل تعیین کننده شیوه‌های فرزندپروری ..... ۵۲

۵-۶ شیوه‌های فرزندپروری از نظر بامیراند ..... ۵۳

۱-۵-۶ خانواده‌های سهل‌انگار و بی تفاوت (هرج و مرج) ..... ۵۳

۲-۵-۶ خانواده‌های دیکتاتوری (سلطه‌گری) ..... ۵۳

۳-۵-۶ خانواده‌های دموکراسی (آزادمنش) ..... ۵۴

۶-۶ سبک‌های فرزند پروری ..... ۵۴

۱-۶-۶ فرزندپروری مستبدانه ..... ۵۴

۲-۶-۶ فرزندپروری آسان‌گیرانه ..... ۵۵

۳-۶-۶ فرزندپروری مقتدرانه ..... ۵۶

## فصل هفتم: مروری بر تحقیقات انجام شده ..... ۵۹

۱-۷ پیشینه داخلی ..... ۵۹

۲-۷ پیشینه خارجی ..... ۶۲

## فصل هشتم: مطالعه موردی ..... ۶۳

۱-۸ جامعه آماری ..... ۶۳

۲-۸ روش‌های جمع آوری اطلاعات و ابزارهای آن ..... ۶۳

۳-۸ پرسشنامه بهزیستی روانشناختی ریف ..... ۶۴

۴-۸ پرسشنامه فرزندپروری ..... ۶۶

۵-۸ پرسشنامه سنجش اختلال اضطراب جدایی ..... ۶۷

**فصل نهم: یافته‌ها** ..... ۶۹

۱-۹ تجزیه و تحلیل متغیرهای جمعیت‌شناختی ..... ۶۹

۲-۹ میانگین پاسخگویی به گویه‌های پرسشنامه ..... ۷۱

۳-۹ بررسی نرمال بودن متغیرها ..... ۷۴

۴-۹ آزمون فرضیه‌ها ..... ۷۴

**فصل دهم: جمع‌بندی** ..... ۸۳

۱-۱۰ نتیجه‌گیری ..... ۸۳

۲-۱۰ پیشنهادها ..... ۸۵

**منابع** ..... ۸۷

منابع فارسی ..... ۸۷

منابع انگلیسی ..... ۹۵



## پیش‌گفتار

دوران کودکی از مهمترین مراحل زندگی است که در آن شخصیت فرد پایه ریزی شده و شکل می‌گیرد. اغلب اختلالات رفتاری ناشی از کمبود توجه به دوران حساس کودکی است. اختلال اضطرابی یکی از شایع‌ترین اختلالات عاطفی-روانی در کودکان و نوجوانان می‌باشند. مطالعات انجام شده در مورد شیوع شناسی این اختلال نشان داده است که در حدود ۱۲-۱۸٪ کودکان و ۵-۱۰٪ نوجوانان با یکی از معیارهای تشخیصی اختلال اضطرابی، تا اندازه‌ای که روند زندگی عادی و عملکرد روزانه آنها را مختل نماید، مواجه هستند. (اسپنس، مایک و واترر، ۲۰۰۳؛ به نقل از شایق، ۱۳۹۱). از آنجا که مادر اولین کسی است که نوزاد با او رابطه برقرار می‌کند. بنابراین مهمترین نقش را در پرورش ویژگی‌های روانی و عاطفی کودک به عهده داشته و به عنوان کانون سلامتی یا بیماری کودک محسوب می‌شود. کودکان با مشکلات رفتاری و والدین نه تنها بر یک دیگر تاثیر متقابل دارند، بلکه سایر اعضای خانواده یعنی دیگر فرزندان را نیز تحت تاثیر قرار می‌دهند. تحقیقات نشان داده است که اختلالات رفتاری کودکان ارتباط تنگاتنگی با مشکلات روانی والدین دارد. به بیان دیگر، هر چقدر مشکل روانی والدین شدیدتر باشد، ظهور اختلال‌های رفتاری کودکان نیز سریع‌تر خواهد بود (ریاحی و همکاران، ۱۳۹۱). بهزیستی روانی در مادران را می‌توان واکنش‌های عاطفی و شناختی بر ادراک ویژگی‌ها و توانمندیهای شخصی، پیشرفت بسنده، تعامل کارآمد و موثر با جهان، پیوند و رابطه مطلوب با جمع و اجتماع و پیشرفت مثبت در طول زمان تعریف کرد که می‌تواند بر مولفه‌هایی مانند رضایت از زندگی، انرژی و خلق مثبت را نیز در برگیرد (میکائیلی منبع، ۱۳۸۹). نتایج تحقیقات نشان داده است که عوامل خانوادگی مانند پرخاشگری والدین، بهزیستی روان شناختی و مشکلات روانی والدین و شیوه‌های تربیتی ناکارآمد آنها در رشد و حفظ مشکلات برون‌سازی شد از جمله اختلالات رفتاری کودکان و نوجوانان نقش مهمی دارند (کازمی و همکاران، ۱۳۹۴). در بین عوامل مختلف شکل‌گیری شخصیت کودکان، سبک‌های فرزندپروری از مهمترین

و بنیادی ترین عوامل محسوب می‌شود. سبک فرزندپروری یک پیش‌بینی کننده قوی برای رفتارهای منحرفانه و قانون شکنانه است. والدین نامناسب انتظارات خیلی زیاد و خیلی کم از کودک دارند و این انتظارات برای کودک و موقعیت او نامناسب است و می‌تواند خطر مشکلات و اختلالات رفتاری را برای کودک افزایش دهد (صرفی، ۱۳۹۶). با توجه آنچه گفته شد این تحقیق با هدف مقایسه بهزیستی روانی و سبک فرزندپروری مادران کودکان مبتلا به اختلال اضطراب جدایی و مادران کودکان فاقد اضطراب جدایی در سن ۵-۶ سال انجام می‌شود.

کتاب حاضر با هدف مقایسه بهزیستی روانی و سبک فرزندپروری مادران کودکان مبتلا به اختلال اضطراب جدایی و مادران کودکان فاقد اضطراب جدایی سن ۵ تا ۶ سال تالیف شد. در این کتاب از روش توصیفی با رویکرد علی-مقایسه ای استفاده شده است. جامعه مورد پژوهش، متشکل از کلیه مادران کودکان سن ۵ تا ۶ سال در مهد یادوره پیش دبستانی تحت نظارت اداره بهزیستی شهرستان کاشان ( $N=684$ ) بودند. نمونه آماری براساس روش نمونه‌گیری تصادفی در دسترس انتخاب شدند و ابزار گردآوری داده‌ها از سه پرسشنامه بهزیستی روانشناختی ریف (۱۹۸۹)، پرسشنامه فرزندپروری بامریند (۱۹۹۱) و پرسشنامه سنجش اضطراب جدایی (فرم والدین) هان و همکاران (۲۰۰۳) استفاده شد. نتایج نشان داد که بین بهزیستی روانی مادران کودکان مبتلا به اختلال اضطراب جدایی و مادران کودکان فاقد اضطراب جدایی تفاوت معناداری وجود دارد و بین سبک فرزندپروری مادران کودکان مبتلا به اختلال اضطراب جدایی و مادران کودکان فاقد اضطراب جدایی تفاوت معناداری وجود دارد ( $p < 0/05$ ) و به عبارتی سبک فرزندپروری بر ایجاد اضطراب جدایی موثر است ( $p < 0/05$ ). در کل می‌توان نتیجه گرفت که مادرانی که کودکانشان اختلال اضطراب ندارند از استقلال، تسلط بر محیط، رشد شخصی، ارتباط مثبت با دیگران، هدفمندی در زندگی و پذیرش خود بالاتری نسبت به مادران کودکان دارای اضطراب جدایی برخوردارند. و نیز مادران کودکان فاقد اضطراب جدایی بیشتر از سبک‌های سهل‌گیرانه و مقتدرانه برای تربیت فرزندانشان استفاده می‌کنند به عبارت دیگر مادرانی که کودکانشان فاقد اضطراب جدایی هستند از بهزیستی روانی بهتری برخوردارند و بهترین سبک فرزندپروری را برای کودکانشان انتخاب می‌کنند.

شیوه سازماندهی کتاب حاضر به صورت زیر می‌باشد.

فصل اول: کلیات

فصل دوم: اختلال اضطرابی

فصل سوم: انواع اختلال اضطرابی

فصل چهارم: بهزیستی روانشناختی

فصل پنجم: نظریه‌ها و رویکردهای بهزیستی روانشناختی

فصل ششم: سبک فرزندپروری

فصل هفتم: مروری بر تحقیقات انجام شده

فصل هشتم: مطالعه موردی

فصل نهم: یافته‌ها

فصل دهم: جمع‌بندی

در پایان، بر خود لازم می‌دانم که از همه عزیزان و بزرگوارانی که در مراحل گوناگون آماده‌سازی این کتاب بنده را یاری نموده‌اند، صمیمانه تقدیر و تشکر نمایم.

صدیقه معینی فرد

بهار ۱۴۰۰

# Mental well-being and parenting style

Sedigheh Moeini Fard

دوران کودکی از مهمترین مراحل زندگی است که در آن شخصیت فرد پایه ریزی شده و شکل می‌گیرد. اغلب اختلالات رفتاری ناشی از کمبود توجه به دوران حساس کودکی است. اختلال اضطرابی یکی از شایع‌ترین اختلالات عاطفی-روانی در کودکان و نوجوانان می‌باشند. مطالعات انجام شده در مورد شیوع شناسی این اختلال نشان داده است که در حدود ۱۲-۱۸٪ کودکان و ۵-۱۰٪ نوجوانان با یکی از معیارهای تشخیصی اختلال اضطرابی، تا اندازه‌ای که روند زندگی عادی و عملکرد روزانه آنها را مختل نماید، مواجه هستند. از آنجا که مادر اولین کسی است که نوزاد با او رابطه برقرار می‌کند. بنابراین مهمترین نقش را در پرورش ویژگی‌های روانی و عاطفی کودک به عهده داشته و به عنوان کانون سلامتی یا بیماری کودک محسوب می‌شود. کودکان با مشکلات رفتاری و والدین نه تنها بر یک دیگر تاثیر متقابل دارند، بلکه سایر اعضای خانواده یعنی دیگر فرزندان را نیز تحت تاثیر قرار می‌دهند. تحقیقات نشان داده است که اختلالات رفتاری کودکان ارتباط تنگاتنگی با مشکلات روانی والدین دارد. به بیان دیگر، هر چقدر مشکل روانی والدین شدیدتر باشد، ظهور اختلال‌های رفتاری کودکان نیز سریع‌تر خواهد بود.

