ISSN: 2717-3216 *Volume 12, Issue 2 (2025), 1-14* https://www.ijfpjournal.ir/

Iranian Journal of Family Psychology

Research Paper

https://doi.org/10.22034/ijfp.2026.2074249.1454

Effectiveness of Mentalization-Based Training on Parenting Self-Efficacy and Parent-Child Interaction in Mothers of Children with Attention Deficit/Hyperactivity Disorder

Aynaz Shahrivar sosahab[1], Mohammad Narimani[2*], Sara Taghizadeh Hir[3]

1. PhD student in Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran
2. Distinguished Professor, Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran
3. PhD in Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran

Article Info.

Received: 2 Oct 2025

Revised: 18 Nov 2025

Accepted: 10 Dec 2025

Keywords:

Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD), Mentalization, Parent-Child Interaction, Parental Self-Efficacy

Abstract

Abstract

The hyperactivity of children can impose substantial psychological and behavioral pressures on family members, particularly mothers, and leave harmful effects on their cognitive, emotional, and social development. The purpose of this study was to examine the effectiveness of mindfulness-based (mindfulness-oriented) training on parenting self-efficacy and parent–child interaction among mothers of children with Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD). This was a quasi-experimental study of a pretest–posttest design with a control group. The statistical population consisted of all mothers who had a child diagnosed with ADHD and who referred to psychology centers in Ardabil in the academic years 1404–1403 (Iranian calendar). From this population, 30 individuals were purposefully selected and randomly assigned to two groups: experimental group (n = 15) and control group (n = 15). The experimental group participated in 10 sessions of 45 minutes each, based on mindfulness principles, while the control group did not receive an intervention. Data collection instruments included the Parent–Child Relationship Scale (PCRS) developed by Fine and colleagues, the Parenting Self-Efficacy Scale (PSAM) by Domka, and the Conners' Parent Rating Scale (CPRS-26) for ADHD. Data were analyzed using Multivariate Analysis of Variance (MANOVA) with SPSS version 25. The results of the MANOVA indicated that mindfulness-based training for mothers of children with ADHD led to improvements in parental self-efficacy and parent–child interaction compared with the control group ($P < 0.05$). Given the efficacy of mindfulness-based treatment in enhancing self-efficacy and parent–child interaction among mothers of children with ADHD, psychologists and specialists can utilize mindfulness techniques to address the challenges of these families.

***Corresponding author**
Email: narimani@uma.ac.ir

How to Cite:
Shahrivar sosahab, A., Narimani, M., Taghizadeh Hir, S. (2025). Effectiveness of Mentalization-Based Training on Parenting Self-Efficacy and Parent-Child Interaction in Mothers of Children with Attention Deficit/Hyperactivity Disorder. *Iranian Journal of Family Psychology. 12*(2), 1-14. https://doi.org/10.22034/ijfp.2026.2074249.1454

©The Author(s). Published by Family Psychology Association of Iran.
This article is an open access article licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

ISSN: 2717-3216 https://www.ijfpjournal.ir/

روانشناسی خانواده
دوره دوازدهم، شماره ۲، پاییز و زمستان ۱۴۰۴



مقاله پژوهشی

اثربخشی آموزش مبتنی بر ذهنی‌سازی بر خودکارآمدی والدینی و تعامل والد فرزند در مادران کودکان مبتلا به اختلال نقص توجه/ بیش‌فعالی

آیناز شهریور سوسهاب[۱]، محمد نریمانی[۲*]، سارا تقی‌زاده هیر[۳]

۱. دانشجوی دکترای روانشناسی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.
۲. استاد ممتاز، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.
۳. دکترای روانشناسی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

اطلاعات مقاله

دریافت: ۱۴۰۴/۰۷/۱۰

بازنگری: ۱۴۰۴/۰۸/۲۷

پذیرش: ۱۴۰۴/۰۹/۱۹

کلیدواژه‌ها:

تعامل والد – فرزند،

خودکارآمدی والدینی،

ذهنی‌سازی،

نقص توجه/ بیش‌فعالی

چکیده

بیش‌فعالی فرزندان می‌تواند فشارهای روانی و رفتاری زیادی بر اعضای خانواده به‌ویژه مادران تحمیل کند و اثرات مخربی بر رشد شناختی، هیجانی و اجتماعی آنان به جا بگذارد. هدف پژوهش حاضر، بررسی اثربخشی آموزش مبتنی بر ذهنی‌سازی بر خودکارآمدی والدینی و تعامل والد – فرزند در مادران کودکان مبتلا به اختلال نقص توجه/ بیش‌فعالی بود. این پژوهش نیمه‌آزمایشی از نوع پیش‌آزمون، پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری شامل کلیه مادران دارای فرزند مبتلا به اختلال نقص توجه/ بیش‌فعالی که در سال تحصیلی ۱۴۰۴-۱۴۰۳ به مراکز روان‌شناسی شهر اردبیل مراجعه کرده بودند. از این جامعه ۳۰ نفر به روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب و به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) گواه (۱۵ نفر) جایگزین شدند. گروه آزمایش در ۱۰ جلسه ۴۵ دقیقه‌ای مبتنی بر ذهنی‌سازی شرکت کردند و گروه گواه مداخله‌ای دریافت نکرد. ابزار گردآوری داده‌ها پرسش‌نامه رابطه والد – فرزند (Fine et al. (1983، مقیاس خودکارآمدی والدگری Dumka et al. (1996) و مقیاس اختلال نقص‌توجه/ بیش‌فعالی (Conners et al.(2008 بودند. داده‌ها با تحلیل واریانس چندمتغیره با استفاده از نرم‌افزار SPSS-25 تحلیل شد. نتایج تحلیل واریانس چندمتغیره نشان داد که آموزش مبتنی بر ذهنی‌سازی بر مادران کودکان دارای اختلال نقص‌توجه/بیش‌فعالی موجب بهبود خودکارآمدی والدین و تعامل والد – فرزند در مقایسه با گروه کنترل شده است (P<۰/۰۵). باتوجه‌به اثربخشی درمان ذهنی‌سازی بر بهبود حس خودکارآمدی و تعامل والد–فرزند در مادران کودکان مبتلا به اختلال نقص توجه/ بیش‌فعالی روان‌شناسان و متخصصان می‌توانند از تکنیک‌های ذهنی‌سازی جهت بهبود مشکلات این خانواده‌ها بهره‌گیرند.

***نویسنده مسئول:**

پست الکترونیکی: narimani@uma.ac.ir

استناد به این مقاله:

شهریور سوسهاب، آیناز، نریمانی، محمد، تقی‌زاده هیر، سارا (۱۴۰۴). اثربخشی آموزش مبتنی بر ذهنی‌سازی بر خودکارآمدی والدینی و تعامل والد فرزند در مادران کودکان مبتلا به اختلال نقص توجه/ بیش‌فعالی. *روانشناسی خانواده*، ۱۲ (۲)، ۱-۱۴.

مقدمه

اختلال نقص توجه/بیش‌فعالی از شایع‌ترین مشکلات در کودکان و نوجوانان است و به عنوان یک اختلال عصبی-تحولی شناخته می‌شود که سه ویژگی اصلی آن شامل بیش‌فعالی، تکانشگری و بی‌توجهی است (wang et al., 2025). به طور کلی، اختلال نقص توجه/بیش‌فعالی تقریباً بین ۵ تا ۷ درصد از کودکان و نوجوانان در سطح جهان را درگیر می‌کند (Choi et al., 2023). بر اساس گزارش‌ها، شیوع این اختلال در کودکان دبستانی ایران حدود ۱۲/۵ درصد است و نسبت شیوع در پسران به دختران بین ۲ تا ۹ برابر متغیر است (Yavari Barhaqtalab et al., 2021). این اختلال به شکلی مشخص دارای الگویی پایدار از عدم توجه و رفتارهای تکانشی است که شدت آن نسبت به همسالان به‌مراتب بیشتر بوده و می‌تواند منجر به بروز مشکلات قابل‌توجهی در زمینه‌های تحصیلی، اجتماعی و شغلی گردد (Becker, 2021). کودکان مبتلا به این اختلال ممکن است بی‌نظمی، فراموشی، دشواری در تکمیل وظایف، مشکلات هیجانی و تصمیم‌گیری را تجربه کنند و برخی از آن‌ها به‌طور مکرر بی‌قراری احساس می‌کنند و در موقعیت‌های اجتماعی برای سازگاری با دیگران دچار مشکل می‌شوند (Doulou et al., 2025). این تفاوت‌ها نه تنها برای خود کودک بلکه برای والدین وی نیز بار روانی و عملی قابل توجهی به همراه دارد؛ به‌ویژه مادر در بیشتر مواقع با فشارها و چالش‌های مداومی روبه‌رو می‌شود که می‌تواند منجر به افزایش استرس روانی و جسمی شود و در عین حال توانایی او را در ارائه حمایتی پایدار، منسجم و کارآمد کاهش دهد (Rofe & Cojocaru., 2024). مادران این کودکان نقش سنتی مراقبت و نگهداری از فرزندشان را بر عهده دارند، مسئولیت‌های بیشتری را نسبت به فرزندان آسیب‌دیده بر دوش می‌کشند و در نتیجه با چالش‌ها و مشکلات متعددی روبه‌رو می‌شوند؛ این وضعیت موجب بروز احساسات منفی نسبت به توانایی‌های خود، از دست رفتن امید، و افزایش نگرانی و اضطراب در آنها می‌شود (Moutafi, 2023; Gharibi et al., 2024).

یکی از عوامل کلیدی و مؤثر در بهبود وضعیت مادران و تقویت ارتباط آن‌ها با فرزندان، خودکارآمدی والدینی[1] است (Choe, 2022). بنابر نظر بندورا، خودکارآمدی والدینی به عنوان شاخه‌ای از خودکارآمدی فردی محسوب می‌شود و به ارزیابی فرد از شایستگی‌هایش در نقش والد اشاره می‌کند (Russell, 2021). به بیان دیگر، خودکارآمدی والدینی به این امر مربوط می‌شود که والدین تا چه اندازه برای مدیریت مشکلات و چالش‌های مربوط به فرزندان خود احساس توانایی و اعتماد به نفس دارند. زمانی که سطح خودکارآمدی والدین پایین باشد، این امر می‌تواند منجر به بروز افسردگی و کاهش رضایت در نقش والدگری شود (Zhang & Zhang., 2024). در واقع، ادراکات و باورهای والدین درباره توانایی‌ها و صلاحیت‌هایشان در تربیت فرزندان، کلید اصلی سازگاری و شایستگی آن‌ها برای انجام وظایف والدینی به شمار می‌آید. والدینی که دارای خودکارآمدی بالاتری هستند، به احتمال بیشتری می‌توانند به بهبود رفاه و رشد کودکان خود کمک کنند و فضایی مناسب برای پیشرفت آن‌ها ایجاد نمایند (Mousavi et al., 2022). اعتماد به توانایی‌های فرزندپروری باعث تقویت ارتباطات عاطفی شده و منجر به پیوند قوی‌تر مادر و نوزاد می‌شود (Qi et al., 2025). در اصل این عامل تسهیل‌کننده‌ی قوی در طول زندگی است و اخیراً مشخص شده است که در دوران پیری، زمانی که فرزندپروری به حاشیه رانده می‌شود و پدربزرگ و مادربزرگی جای آن را می‌گیرند، نقش مهمی ایفا می‌کند (Ben-Naim et al., 2019). در این میان، والدین کودکانی که به اختلال نقص توجه/بیش‌فعالی مبتلا هستند، به دلیل چالش‌های فرزندانشان احساس خودکارآمدی کمتری تجربه می‌کنند (Ebrahimzadeh et al., 2023).

خودکارآمدی پایین مادران می‌تواند به طور مستقیم به مشکلات در روابط والد و فرزند منجر شود و مانع برقراری ارتباط مؤثر و حمایت عاطفی کافی میان آن‌ها گردد؛ علاوه بر این، رابطه والد–فرزند[2] به‌عنوان یک مکانیزم کلیدی برای تأثیرگذاری بر رشد و پیشرفت فرزندان عمل می‌کند (Lavenda & Hertz, 2024). کودکان دارای اختلال رفتاری نه تنها با چالش‌هایی در

[1] Parental self-efficacy
[2] Parent-child relationship

زندگی خود روبه‌رو هستند، بلکه تأثیرات منفی قابل توجهی نیز بر محیط اطراف و والدینشان می‌گذارد. این اثرات منفی به طور مستقیم به خود آن‌ها و همچنین به خانواده بازمی‌گردد و در نتیجه می‌تواند روابط والد-فرزندی را تحت تأثیر قرار داده و مشکلات قابل توجهی ایجاد کند (Azadi Manesh et al., 2021). تحقیقات علمی نشان داده‌اند که رابطه والد-فرزند به‌عنوان مکانیسم کلیدی برای اثرگذاری بر رشد و توسعه فرزندان عمل می‌کند و به بهبود سلامت و شخصیت آن‌ها کمک می‌کند؛ کیفیت مناسب این رابطه همچنین با سازگاری روانی بهتری، شکل‌گیری شخصیت، تاب‌آوری و سبک‌های مقابله‌ای کودکان و نوجوانان نقش بسزایی ایفا می‌کند (Fu,2023; Zareh Bamdad et al., 2024). کیفیت رابطه بین والدین و فرزندان ارتباط نزدیکی با رفتارهای کودکان و نوجوانان و نیز سازگاری روانی آنان دارد. به عبارت دیگر، هنگامی که این روابط با کیفیت و مثبت باشند، کودکان و نوجوانان می‌توانند به‌طور مؤثرتری با چالش‌ها و بحران‌ها روبه‌رو شوند و رفتارهای سازگارانه‌تری از خود نشان دهند (Sun et al., 2020). براساس شواهد موجود، در خانواده‌هایی با فرزندان دارای کم‌توانی ذهنی، رفتارها و تعاملات والد-فرزندی مانند مهرورزی، مسئولیت‌پذیری و دلگرمی و آموزش معمولاً بهبود یافته و کیفیت زندگی و روابط خانوادگی در مقایسه با خانواده‌های دارای فرزندانی بدون این مشکلات به طور معقولی بالاتر است. این نکته نشان می‌دهد که والدین در مواجهه با چالش‌های خاص فرزندان خود، قادر به ایجاد روابطی حمایتی و مثبت هستند که می‌تواند تأثیر زیادی بر رشد عاطفی و اجتماعی فرزندان داشته باشد (Vilasecae et al., 2020). از سوی دیگر، مشکلات موجود در تعامل والد-کودک می‌تواند به معنای بروز رفتارهای چالش‌برانگیز در کودکان، یا انتظارات غیرواقعی از سوی والدین باشد. این مسائل در نهایت ممکن است به بی‌ثباتی در محیط پرورشی کودک منجر شود و چالش‌های بیشتری را در روابط والد-فرزند ایجاد کند (Karadeniz, 2024). با گذشت زمان، این روابط مختل می‌توانند به شکل‌گیری سبک‌های دلبستگی ناایمن در کودکان منتهی شوند و این دلبستگی‌های ناایمن ممکن است به بروز مشکلاتی در سازگاری اجتماعی و همچنین مسائلی جسمی و روانی منجر گردد (Davies et al., 2022). باتوجه‌به شیوع بالای اختلال‌های رفتارهای عصبی-رشدی در کودکان، اثر قابل توجهی بر مادران و توانمندی‌های آنان وجود دارد. به نظر می‌رسد بهبود وضعیت مادران از منظر افسردگی، استرس و خودکارآمدی برای بهبود فرزند ضروری است (Jackson et al., 2024).

برای این اختلال‌ها روش‌های درمانی گوناگونی وجود دارد، اما در چند سال اخیر گرایش به داروها کاهش یافته و در میان شیوه‌های درمانی خانواده و مادران، تمرکز بیشتری بر گزینه‌های غیر دارویی مشاهده می‌شود (Crowell et al., 2019). یکی از این روش‌های تازه و مورد توجه، روش درمانی مبتنی بر ذهنی‌سازی[3] است (Nazarova et al., 2022). این نوع مداخله، به عنوان گونه‌ای از درمان روان‌پویا شناخته می‌شود و شامل چهار زیرساخت اصلی اتوماتیک-کنترل‌شده، شناختی-عاطفی، متمرکز بر خود-دیگری و رویکردهای مکمل است (Fonagy & Bateman, 2007). در سطح اتوماتیک-کنترل‌شده، پاسخ‌های اولیه و افکار ناخودآگاه به‌وسیله تمرینات ذهنی‌سازی به سطح آگاهانه هدایت می‌شود. در رویکرد شناختی-عاطفی، هم‌آمیزی افکار و احساسات تقویت می‌شود تا تفاوت میان تفسیرهای شناختی و واکنش‌های عاطفی روشن‌تر گردد و به‌این‌ترتیب پاسخ‌های سازگارتری شکل بگیرد. همچنین، متمرکز بر خود-دیگری به درک روابط بین‌فردی کمک می‌کند؛ از طریق درون‌نگری می‌توان دیدگاه‌های دیگران را درک کرد و با خود و دیگران همدلی بیشتری به‌دست آورد تا هماهنگی بهتری حاصل شود. رویکردهای مکمل نیز به‌عنوان ابزارهای پشتیبان می‌توانند با سایر مداخلات روان‌درمانی ترکیب شوند تا کارایی درمانی افزایش یابد (Allen, 2020; Luyten et al., 2020).

[3] Mentalization-based therapy

هدف از درمان مبتنی بر ذهنیت‌سازی، یاری درمان‌جو برای انتقال تجربه‌های ذهنی به سطح آگاهی و ایجاد حس یکپارچه‌تر از عامل‌داری روانی است. افزون بر این، مداخله به دنبال تقویت ظرفیت ذهنی‌سازی از طریق ساخت روابط درمانی و افزایش توانایی درمان‌جو برای شناسایی و درک افکار و احساساتی است که در زمان حال تجربه می‌کند (Sharp et al., 2020).

ذهنی‌سازی، با نقش محوری در اتصال فرایندهای شناختی انتزاعی و روابط بین‌فردی، در فرآیند درمان اهمیت زیادی دارد؛ زیرا به درک و رفع احساس گم‌گشتگی یا ناسازگاری فرد با ذهن‌های دیگر کمک می‌کند (Bateman & Fonagy, 2003). مدتهاست که ذهنی‌سازی توسط متخصصان سلامت روان به‌عنوان ابزاری با ارتباط قوی به انعطاف‌پذیری شناختی و سلامت ذهنی و همچنین پاسخ‌های اضطرابی در کودکان و نوجوانان شناخته می‌شود و به‌عنوان ویژگی کلیدی برای دستیابی به نتایج مطلوب در روان‌درمانی توصیه می‌شود (Luedemann et al., 2021). نقش ذهنی‌سازی به عنوان محور اصلی در ارتباط بین فرایندهای شناختی انتزاعی و تعاملات روزمره و بین‌فردی افراد اهمیت ویژه‌ای دارد. این مفهوم به‌عنوان یکی از اولین انتخاب‌ها در زمینه درمان شناخته می‌شود، زیرا به درک شرایطی که در آن فرد احساس گم‌گشتگی یا ناهمخوانی نسبت به ذهن‌های دیگر دارد، کمک می‌کند (Matanova et al., 2024). پژوهشگران یافتند که ذهنی‌سازی درمانی مؤثر برای رابطه والد – فرزند در کودکان دارای اختلال تیک است (Ramezani Rand et al., 2023). در یک مطالعه دیگر نشان داده شد که درمان مبتنی بر ذهنی‌سازی در بلندمدت بهتر از روش گروهی فرزندپروری و آموزش مهارت‌های اجتماعی در کاهش مشکلات رفتاری و عاطفی کودکان عمل می‌کند (Halfon et al., 2024). با افزایش شیوع این اختلال در کودکان، مادران در مدیریت رفتارها و تعامل با فرزندان با چالش‌هایی روبه‌رو هستند. مهارت ذهنی‌سازی در بهبود این روابط کارآمد است (Nieto-Retuerto et al., 2024).

اهمیت و کارکرد ذهنی‌سازی در حوزه‌های مختلف علمی، از رشد کودک تا تعاملات و آسیب‌شناسی بزرگسالان، بر اهمیت بالای این مهارت در بهبود کیفیت زندگی افراد تأکید می‌کند. به‌عنوان یک فرایند شناختی، ذهنی‌سازی به افراد این امکان را می‌دهد که تجربیات و احساسات خود و دیگران را درک کنند و رفتارها و واکنش‌های انسانی را تحلیل و تفسیر نمایند (Luyten et al., 2020). در حوزه رشد کودکان، این مهارت می‌تواند توانایی‌های اجتماعی و عاطفی را تقویت کند و به کودکان در برقراری روابط بهتر با همسالان و بزرگسالان کمک کند (Shahbazi et al., 2021). برای بزرگسالان، ذهنی‌سازی می‌تواند تعاملات اجتماعی را بهبود بخشد و مشکلات ارتباطی را کاهش دهد، به‌ویژه در افرادی که با چالش‌های روانی یا اجتماعی مواجه هستند. به‌طور کلی، این روش آموزشی نه تنها به توسعه فردی کمک می‌کند، بلکه اثرات مثبتی بر جامعه و روابط بین‌فردی نیز دارد. با این وجود، باتوجه‌به گسترش محدود این رویکرد آموزشی در ایران، نیاز به پژوهش‌های بیشتری در این زمینه حس می‌شود. این پژوهش با هدف بررسی اثربخشی آموزش مبتنی بر ذهنی‌سازی بر خودکارآمدی والدین و ارتباط والد–فرزند در مادران فرزندان مبتلا به اختلال نقص توجه/بیش‌فعالی انجام شده است.

روش

جامعه آماری، نمونه و روش اجرای پژوهش

پژوهش حاضر از نوع مطالعات نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل بود و با کد اخلاق IR.UMA.REC.1404.021 مورد تایید قرار گرفت. جامعه آماری پژوهش کلیه مادران دارای فرزند دارای اختلال نقص توجه/بیش‌فعالی بود که در سال تحصیلی ۱۴۰۴-۱۴۰۳به مراکز روان‌شناسی نهال، شهریار و روزنه مراجعه شد. از این گروه ۳۰ مادر به طور تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و گروه کنترل (۱۵ نفر) گمارده شدند و در نهایت گروه آزمایش در مرکز شهریار مورد مداخله توسط روانشناس قرار گرفت. ملاک ورود به پژوهش، داشتن کودک مبتلا به اختلال نقص توجه/بیش‌فعالی، نبود سایر اختلالات هیجانی و رفتاری باتوجه‌به پرونده‌های موجود و عدم تجویز داروی روان‌پزشکی برای

کودک، بود. ملاک‌های خروج از پژوهش نیز شامل عدم تمایل به ادامه پژوهش و غیبت بیش از دو جلسه و عدم تکمیل صحیح پرسش‌نامه‌ها در صورت مخدوش بودن و عدم پاسخگویی به بیش از پنج سوال بود. سپس پس از تشریح اهداف پژوهش به مادران و جلب رضایت برای شرکت در پژوهش، فهرستی از کودکان مبتلا به اختلال نقص توجه/ بیش‌فعالی تهیه شد و از پرسشنامه‌های رابطه والد – فرزند (Fine et al. (1983، مقیاس خودکارآمدی والدگری Dumka et al. (1996) و مقیاس اختلال نقص توجه/ بیش‌فعالی Conners et al.(2008) به عنوان پیش‌آزمون برای اندازه‌گیری متغیرهای مورد پژوهش استفاده گردید. همچنین آموزش مبتنی بر ذهنی‌سازی در ۱۰ جلسه به مدت ۴۵ دقیقه و ۲ بار در هفته بر روی گروه آزمایشی اجرا شد. گروه کنترل مداخله‌ای دریافت نکرد. در نهایت به عنوان پس‌آزمون، ابزارهای پژوهش بر روی شرکت‌کنندگان اجرا شد. درنهایت داده‌های گردآوری‌شده در این پژوهش با بهره‌گیری از ابزارها، یافته‌های توصیفی همچون میانگین و انحراف معیار و یافته‌های استنباطی مانند آزمون‌های همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه، با استفاده از نرم‌افزار SPSS-25 تحلیل شدند.

ابزار سنجش

برای گردآوری داده‌ها از پرسش‌نامه‌های زیر استفاده شده است:

مقیاس درجه بندی اختلال نقص‌توجه/ بیش‌فعالی کانرز (CPRS-26)[4]: این مقیاس توسط Conners et al. (2008) طراحی شده و دارای ۲۶ سوال است که توسط والدین کودک تکمیل می‌شود. این ابزار از یک مقیاس لیکرت چهارگزینه‌ای استفاده می‌کند: «اصلاً درست نیست (هرگز)»، «تا حدودی درست است (گاه‌گاهی)»، «نسبتاً درست است (اغلب)»، و «کاملاً درست است (خیلی زیاد)». برای تفسیر نتایج، اگر میانگین نمره به‌طور کلی به ۵/۱ یا بالاتر برسد، نشان‌دهنده وجود اختلال نقص‌توجه/بیش‌فعالی است. مجموع نمرات این آزمون می‌تواند بین ۲۶ تا ۱۰۴ باشد. اگر نمره کل کودک بالای ۳۴ باشد، نشان‌دهنده وجود اختلال نقص توجه است؛ هر چقدر نمره بالاتر رود، شدت اختلال افزایش می‌یابد و بالعکس. Conners et al. (2008) پایایی و روایی محتوا این مقیاس را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۹۰ گزارش نموده است. در پژوهش Lotfi (2022) ضمن تایید روایی محتوا پرسشنامه ضریب آلفای کرونباخ ۹۱/. به دست آمده است. همچنین ضریب آلفای کرونباخ گزارش شده در پژوهش حاضر نیز ۰/۸۸ گزارش شد.

پرسش‌نامه ارزیابی رابطه والد – فرزند *(PCRS)*[5]: این پرسش‌نامه توسط Fine et al. (1983) طراحی شده است. این پرسش‌نامه از ۲۴ گویه تشکیل شده و و دارای دو فرم مستقل است: یکی برای ارزیابی رابطه فرزند با مادر و دیگری برای ارزیابی رابطه فرزند با پدر. هر دو فرم از نظر محتوا مشابه هستند و تنها تفاوت آن‌ها در جابه‌جایی واژه‌های «پدر» و «مادر» نهفته است. در پژوهش حاضر از فرم مادر استفاده شد. پرسشنامه مذکور از چهار عامل اصلی «عاطفه مثبت» شامل ۱۵ ماده، «آزردگی و سردرگمی نقش» شامل ۲ ماده، «همانندسازی نقش» شامل ۳ ماده، و «ارتباط و گفت‌وشنود» شامل ۴ ماده تشکیل شده است. نمره‌گذاری این پرسشنامه به‌صورت طیف لیکرت ۷ نقطه‌ای انجام می‌شود. روایی صوری توسط Fine et al. (1983) تأیید شد و میزان پایایی این پرسشنامه برای زیرمقیاس مادر ۰/۹۱ به دست آمد. همچنین در ایران نیز (Moradi et al. (2025 ضرایب محاسبه شده برای پرسشنامه برای فرم مادر ۰/۹۲ گزارش کردند که نشاندهنده‌ی همسانی درونی خوبی است. در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ ۰/۸۵ گزارش شد.

---

4 Conners' rating scales

5 parent- child relationship

مقیاس خودکارآمدی والدگری[6](PSAM) : این مقیاس پرسشنامه‌ایی ده‌گزاره‌ای است که برای اندازه‌گیری خودکارآمدی به کار می‌رود. پاسخ‌دهی به این پرسشنامه از طریق مقیاس لیکرت ۷ سطحی انجام می‌شود. گویه‌های ۱، ۳، ۵، ۶ و ۸ به‌شکل معکوس نمره‌گذاری می‌شوند و سایر گویه‌ها به‌طور مستقیم نمره‌دهی می‌شوند. دامنه امتیاز کل از ۱۰ تا ۷۰ است و هرچه نمره کل بالاتر باشد، نشانگر سطح بالاتری از خودکارآمدی است. Dumka et al. (1996) با استفاده از تحلیل سازه، ضریب روایی برابر با ۰/۸۲ را گزارش کرده‌اند و پایایی با ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۰ اعلام شده است. همچنین Ashouri et al. (2015) روایی محتوا ۰/۷۹ و پایایی آلفای کرونباخ را ۰/۷۳ گزارش کرده‌اند. در این پژوهش، مقدار آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۹ گزارش شده است. همچنین روایی محتوایی این مقیاس ۰/۷۹ و پایایی آن با آلفای کرونباخ برابر با ۰/۷۳ اعلام شده است. در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۹ به دست آمده است.

پروتکل ذهنی‌سازی: محتوای جلسات بر اساس پروتکل آموزش ذهنی‌سازی برگرفته از پروتکل درمانی Bateman and Fonagy. (2001) در در ۱۰ جلسه به‌صورت دو جلسه در هفته (هر جلسه ۴۵ دقیقه) توسط روانشناس در مورد گروه آزمایش اجرا شد. خلاصه جلسات در جدول ۱ گزارش شده است.

جدول ۱. چهارچوب جلسات آموزش مبتنی بر ذهنی سازی Bateman and Fonagy. (2001)

جلسه	هدف	محتوای جلسه
جلسه اول	آشنایی با مفهوم ذهنی‌سازی، مدل درمان و ایجاد انگیزه و تعهد والدین برای شرکت فعال در کل فرایند مداخله.	معرفی مفهوم ذهنی‌سازی و کاربردهای آن در روابط والد – کودک. توضیح مختصر مدل درمان و چرخه مداخله، شامل ارزیابی، آموزش، تمرین و بازخورد. تأکید بر حضور فعال والدین در تمامی مراحل و نقش کلیدی آنان در فرایند درمان.
جلسه دوم	ایجاد آگاهی از شاخص‌های ذهنی‌سازی و آغاز فرایند شناسایی موانع تنظیم هیجان در خانواده.	مرور جلسه قبل و شاخص‌های ذهنی‌سازی، بررسی مشکلات تنظیم هیجان در مادر و کودک، هیجان‌های درونی و حالات هیجانی مادر و کودک و تشخیص موقعیت‌های دشوار هیجانی روزانه. معرفی تکلیف خانگی برای ثبت مشکلات تنظیم هیجان و تکانشگری.
جلسه سوم	تقویت مهارت‌های تشخیص و مدیریت هیجان‌ها از منظر ذهنی‌سازی و بهبود پاسخ‌های والدین به هیجان‌های کودکان.	تفسیر انواع هیجان‌ها با تمایز بین هیجان‌های اولیه و ثانویه، آموزش شناخت و کنترل هیجان و ذهنی‌سازی هیجانات. تمرینات عملی با تکلیف خانگی برای تفسیر علامت‌های هیجانی در خود و کودک و تمرین کنترل هیجان.
جلسه چهارم	افزایش آگاهی از اهمیت دلبستگی ایمن و بهبود روابط دلبستگی در خانواده.	بحث درباره دلبستگی و نقش آن در رشد و تعاملات خانوادگی، روش‌های تقویت دلبستگی ایمن و تمرینات خانواده‌محور برای ارتباط بهتر والد – کودک. تکلیف خانگی: تمرین درک و بهبود روابط دلبستگی در خانواده
جلسه پنجم	تقویت توانایی ذهنی‌سازی به‌ویژه در روابط و حمایت از پیوند دلبستگی.	آموزش و تمرین در زمینه ذهنی‌سازی، تمرکز بر بخش‌های خاص از کودکان مبتلا به نقص توجه/بیش‌فعالی، توجه به روابط دلبستگی و تأثیر آن در رفتار کودک، تکلیف خانگی: تمرین درک عواطف و نیازهای کودک
جلسه ششم	پشتیبانی از همدلی، هم‌توجهی و پاسخ‌دهی حساس در زمان حال.	شناخت احساسات مشترک و تمرکز بر هم‌توجهی و همدلی، تمرین تمرکز بر احساسات در لحظه، تمرین ذهنی‌سازی در حال حاضر، تکلیف خانگی: تمرین درک احساسات و افکار در ارتباط با کودک
جلسه هفتم	ارزیابی روند تغییرات، حفظ انگیزه و تعیین گام‌های بعدی برای بهبود مداخله.	مرور تجربیات و پیشرفت‌ها، تشویق به ادامه تمرین‌ها، بررسی موانع و مشکلات متداول، ارزیابی اولیه اثربخشی، پیشنهاد ادامه مداخلات و توسعه مهارت‌ها
جلسه هشتم	تثبیت مهارت‌های ذهنی‌سازی و طراحی برنامه نگهداشت مهارت‌ها در زندگی روزمره.	مرور هدف اصلی، یادگیری‌های کلیدی، پیشنهاد راهکارهای مستقل برای ادامه تمرین‌ها و بهبود رفتارهای والدینی
جلسه نهم	بازنگری و تقویت خودکارآمدی والدینی با ادامه تمرینات مستقل.	ارزیابی سطح خودکارآمدی والدینی و تعامل والد – فرزند، جمع‌بندی نتایج، ارائه بازخورد و تشویق به ادامه تمرین‌ها به‌صورت مستقل
جلسه دهم	تثبیت دستاوردها و طراحی نقشه نگهداری و توسعه مهارت‌ها در آینده.	مرور و جمع‌بندی کلی، ذکر تجربیات و دستاوردها، پیشنهاد منابع و راهکارهای نگهداری و توسعه مهارت‌ها

[6] Parenting agency (self efficacy) measure

یافته‌ها

نتایج به‌دست‌آمده از تجزیه‌وتحلیل داده‌های جمعیت‌شناختی نشان داد که میانگین سنی شرکت‌کنندگان در گروه آزمایش ۳۳/۶ سال با انحراف معیار ۵/۴ و در گروه کنترل ۳۴/۲ سال با انحراف معیار ۶/۶ بود. دامنه سنی شرکت‌کنندگان در هر دو گروه بین ۲۶ تا ۴۳ سال قرار داشت.

جدول ۲. میانگین و انحراف استاندارد خودکارآمدی والدینی و تعامل والد فرزند

گروه	مقیاس	پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
		میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
آزمایش	خودکارآمدی والدین	۳۳/۱۳	۳/۶۵	۴۴/۸۲	۴/۱۹
	تعامل والد - فرزند	۵۴/۱۶	۷/۳۳	۶۹/۱۱	۸/۰۴
کنترل	خودکارآمدی والدین	۳۸/۲۰	۴/۸۸	۳۷/۹۳	۵/۴۵
	تعامل والد - فرزند	۴۹/۴۰	۶/۶۸	۴۰/۰۳	۷/۶۲

نتایج جدول۲ به بررسی میانگین و انحراف استاندارد خودکارآمدی والدینی و تعامل والد - فرزند در گروه‌های آزمایش و کنترل پرداخته است. در گروه آزمایش، میانگین خودکارآمدی والدین در پس‌آزمون به طور قابل‌توجهی افزایش یافته است و همین روند در مورد تعامل والد - فرزند نیز مشاهده می‌شود که در پس‌آزمون بهبود یافته است. در مقابل، در گروه کنترل تغییرات چندانی در خودکارآمدی والدین صورت نگرفته و این مقیاس تنها تغییر جزئی را نشان می‌دهد. علاوه بر این، تعامل والد - فرزند در این گروه کاهش یافته است. به طور کلی، نتایج نشان‌دهنده‌ی تأثیر مثبت مداخله بر خودکارآمدی والدین و تعامل والد - فرزند در گروه آزمایش است.

در این پژوهش، علاوه بر آمار توصیفی میانگین و انحراف استاندارد از آمار استنباطی نیز برای آزمودن فرضیه‌ها استفاده گردید. همچنین برای آزمون فرضیه‌ها از تحلیل کوواریانس چندمتغیره و تک‌متغیره استفاده شد. ازاین‌رو ابتدا پیش‌فرض‌های تحلیل کوواریانس مورد بررسی قرار گرفت؛ و نتایج آزمون لوین نشان‌دهنده همگنی واریانس گروه‌ها در جامعه برای دو متغیر خودکارآمدی والدین (F=۱/۴۰۶؛ ۱ و df=۵۸؛ Sig=۰/۲۰۵) و تعامل والد – فرزند (F=۱/۳۳۰؛ ۱ و df=۵۸؛ Sig=۰/۲۱۷) است. نرمال بودن توزیع نمرات در آزمون شاپیرو ویلکز برای دو متغیر خودکارآمدی والدین (z=۰/۶۱۶؛ ۱ و df=۶۰؛ Sig=۰/۲۲۱) و تعامل والد – فرزند (z=۰/۵۶۳؛ ۱ و df=۶۰؛ Sig=۰/۳۹۸) تأیید شد. این سطوح معناداری، نشان‌دهنده عدم معناداری اختلاف بین واریانس‌ها در گروه‌ها است که به معنی این است که فرض همگنی واریانس‌ها برای این دو متغیر تأیید می‌شود.

جدول ۳. تحلیل کوواریانس چندمتغیره برای مقایسه میانگین‌های خودکارآمدی والدینی و تعامل والد فرزند در پس‌آزمون

آزمون	مقادیر	F	df فرضیه	df خطا	p	اندازه اثر
اثر پیلایی	۰/۳۱	۴/۰۹۳	۱۲	۱۶۵	۰/۰۰۰۱	۰/۳۸
لامبدای ویلکز	۰/۶۹	۴/۶۰۴	۱۲	۱۴۰	۰/۰۰۰۱	۰/۳۸
اثر هتلینک	۰/۴۱	۴/۷۰۳	۱۲	۱۵۵	۰/۰۰۰۱	۰/۳۸
بزرگ‌ترین ریشه روی	۰/۴۷	۵/۱۰۷	۴	۵۵	۰/۰۰۰۱	۰/۳۸

همان‌طور که جدول فوق نشان می‌دهد، نتایج آزمون کوواریانس چندمتغیره حاکی از آن است که آماره لامبدای ویلکز معنادار است (LW=۰/۶۹؛ F=۴/۶۰۴؛ Sig=۰/۰۰۰۱)؛ یعنی با کنترل اثر پیش‌آزمون، تفاوت دو گروه از لحاظ متغیر ترکیبی معنی‌دار است. مجذور اتا نیز نشانگر این است که ۳۸ درصد از واریانس ترکیب نمره‌های پس‌آزمون خودکارآمدی والدینی و تعامل والد فرزند توسط آموزش ذهنی‌سازی تبیین می‌شود.

جدول ۴. تحلیل کوواریانس تک متغیره برای مقایسه میانگین‌های خودکارآمدی والدینی و تعامل والد فرزند

منبع	متغیر وابسته	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	sig	مجذور اتا
گروه	خودکارآمدی والدین	۱۰۹۱/۳۳۳	۱	۳۶۳/۷۷۸	۱۹/۹۸۱	۰/۰۰۰۱	۰/۴۵
	تعامل والد – فرزند	۴۵۸۷۸/۳۱۷	۱	۱۵۲۹۲/۷۷۲	۱۱/۰۴۵	۰/۰۰۰۱	
پیش‌آزمون	خودکارآمدی والدین	۱۳۵۱۸۵/۰۶۷	۱	۱۳۵۱۸۵/۰۶۷	۱۵۵۰/۷۹۶	۰/۰۰۰۱	۰/۲۱
	تعامل والد – فرزند	۱۹۵۰۱۲۴/۸۱۷	۱	۱۹۵۰۱۲۴/۸۱۷	۴۸/۲۷۱	۰/۰۰۰۱	۰/۱۹

همان‌طور که نتایج جدول نشان می‌دهد، تفاوت معنی‌داری بین نمرات پس‌آزمون خودکارآمدی والدین (F=۱۹/۹۸۱) وجود دارد (P=۰/۰۵) که نشان‌دهنده اثربخشی معنادار آموزش ذهنی‌سازی بر افزایش خودکارآمدی والدین در پس‌آزمون گروه مورد مداخله می‌باشد. بنابراین فرضیه پژوهش مبنی بر اثربخشی آموزش ذهنی‌سازی بر افزایش خودکارآمدی والدین مورد تأیید است. همچنین نتایج جدول نشان می‌دهد، تفاوت معنی‌داری بین نمرات پس‌آزمون تعامل والد – فرزند (F=۱۱/۰۴۵) وجود دارد (P=۰/۰۵) که نشان‌دهنده اثربخشی معنادار آموزش ذهنی‌سازی بر افزایش تعامل والد – فرزند در پس‌آزمون گروه مورد مداخله می‌باشد. بنابراین فرضیه پژوهش مبنی بر اثربخشی آموزش ذهنی‌سازی بر افزایش تعامل والد – فرزند مورد تأیید است.

بحث

پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر آموزش مبتنی بر ذهنی‌سازی بر خودکارآمدی والدینی و تعامل والد – فرزند در مادران کودکان مبتلا به اختلال نقص توجه/بیش‌فعالی انجام شد. نتایج نشان داد که آموزش ذهنی‌سازی تأثیر مثبت و معناداری بر خودکارآمدی والدینی داشته است. نتایج به‌دست‌آمده با پژوهش‌های Lavenda and Hertz (2024)، Qi et al. (2025) و Del Bianco et al. (۲۰۱۸) همخوانی دارد. در تبیین این یافته می‌توان گفت که ذهنی‌سازی به‌عنوان یک ویژگی فردی، می‌تواند به افراد کمک کند تا نسبت به خود و دنیای اطراف خود احساس و نگرش بهتری پیدا کنند و در نتیجه احساس رضایتمندی و موفقیت بیشتری در زندگی خود داشته باشند (Ahmadi et al., 2021). برهمین اساس ذهنی‌سازی والدین را ترغیب می‌کند تا عوامل هیجانی و روانی زمینه‌ساز مشکلات رفتاری فرزندانشان را شناسایی کنند. این امر سبب رفتارهای سازگارانه و مؤثرتری برای مواجهه با مشکلات رفتاری کودک می‌شود (Canário et al., 2024). در اصل ذهنی‌سازی به والدین کمک می‌کند تا به جای واکنش سریع و قضاوتی از منظر کودک به رویدادها نگاه کنند. این فرایند، با افزایش دقت در تفسیر نیت‌ها و هیجان‌های کودک، به والدین احساس کنترل و کفایت بیشتر می‌دهد. هنگامی که والدین می‌توانند هیجان‌های درونی و بیرونی خود را تشخیص و مدیریت کنند، واکنش‌های آن‌ها نسبت به رفتارهای کودک کمتر واکنشی و بیشتر هدفمند می‌شود (Xu et al., 2025). این ثبات هیجانی و پاسخ منظم، به کودک نیز امنیت عاطفی بیشتری می‌دهد و الگویی برای مدیریت هیجانات در او ایجاد می‌کند. با تداوم این روند، والدین متوجه می‌شوند که قادرند با مداخله‌های آگاهانه در موقعیت‌های مختلف، نتیجه بهتری بگیرند؛ بدین ترتیب افزایش خودکارآمدی، کاهش اضطراب عملکردی و افزایش اعتماد به نفس را تجربه می‌کند. بر همین اساس، ذهنی‌سازی می‌تواند احساس خودکارآمدی را در افراد موجب شود. والدینی که توانایی ذهنی‌سازی صحیح ندارند، ممکن است رفتارهای کودک خود را به اشتباه تفسیر کنند و در نتیجه ارتباط میان خود و کودکشان دچار اختلال شود این عدم درک صحیح می‌تواند احساس شایستگی و کارآمدی آن‌ها به عنوان والد را کاهش دهد (Del Bianco et al., 2018). در عوض، تقویت ذهنی‌سازی می‌تواند به افزایش شایستگی والدین و روابط مثبت‌تری با فرزندان منجر شود. با تمرکز بر ذهنی‌سازی، والدین یاد می‌گیرند تا به جای کنترل صرف رفتارها، به نیازها و هدف‌های عمیق کودک توجه کنند. چنین رویکردی به تعامل مثبت‌تر منجر می‌شود و بازخوردهای موفقیت‌آمیز بیشتری

در خانواده ایجاد می‌کند. مشاهده این بازخوردها به مرور زمان حس کارآمدی والدین را تقویت می‌کند و باور به خود را تقویت می‌کند. افزایش معنادار نمرات خودکارآمدی والدینی پس از مداخله نشان‌دهنده این است که مادران قادر به شناسایی افکار و احساسات خود و فرزندانشان شده‌اند و از این طریق ابزارهای بهتری برای مدیریت چالش‌ها در شرایط خاص خود اختلال نقص توجه/بیش‌فعالی به دست آورده‌اند. این تغییرات توانسته است به کاهش استرس، افزایش اعتماد به نفس و بهبود روش‌های تربیتی والدین منجر شود.

همچنین یافته دیگر پژوهش نشان داد، نمرات تعامل والد – فرزند نیز به شکل معناداری افزایش‌یافته است. نتایج این پژوهش با یافته‌های پژوهش‌های پیشین از جمله تحقیقات Dollberg. (2022) و Ramzani-Rand et al. (2023) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت تعامل والد – فرزند، به‌ویژه رابطه مادر و کودک، نقش حیاتی در شکل‌گیری شخصیت و رفتار کودک دارد، در اصل مادران با ابراز محبت، توجه و درک نیازهای عاطفی فرزندان، احساس امنیت و اعتماد را در آن‌ها ایجاد می‌کنند. در حقیقت جنبه‌های والدگری، شامل واکنش‌های عاطفی و هیجانی، به طور مستقیم با آمادگی کودکان برای مواجهه با چالش‌های اجتماعی و هیجانی مرتبط است (Mathis & Bierman, 2015) . با تقویت توان تشخیص هیجان‌های خود و کودک، والدین می‌توانند در لحظاتی که رفتار فرزندتان تحریک‌کننده است، به جای واکنش فوری و مجازات‌محور، واکنش‌های آگاهانه و سازنده نشان دهند. این تغییر پاسخ‌دهی، رفتارهای منفی را کاهش داده و فضای تعامل را آرام‌تر و پیش‌بینی‌پذیرتر می‌کند (Levante et al., 2025). ذهنی‌سازی به والدین کمک می‌کند تا در زمان تعاملات با فرزند به جای افراط در دستورالعمل‌ها یا کنترل کامل، حضور فعال و توجه به نیازهای لحظه‌ای فرزند را تقویت کنند. این حضور متمرکز موجب ایجاد فرصت‌های بیشتری برای تبادل نظر و حل مسئله مشترک می‌شود و پیوستگی و اعتماد بین والد و فرزند را تقویت می‌کند.

در این راستا، ذهنی‌سازی به‌عنوان ابزاری کلیدی در بهبود تعامل والد – فرزند عمل می‌کند. هنگامی که مادران به درستی از وضعیت‌های ذهنی کودک خود آگاه باشند، توانایی بیشتری برای ارائه حمایت‌های عاطفی و شناختی به فرزندان خود خواهند داشت و این توانایی به مادران کمک می‌کند تا احساسات و نیازهای فرزندان خود را بهتر شناسایی کنند و پاسخ‌های مناسبی ارائه دهند (Santelices & Cortés, 2022). این امر به بهبود روابط والد – فرزند منجر می‌شود و تأثیرات مثبتی بر رشد اجتماعی و عاطفی کودکان دارد، به طوری که آن‌ها توانایی توسعه مهارت‌های اجتماعی و عاطفی خود را خواهند یافت (Shorer et al., 2021). در این حالت ذهنی‌سازی می‌تواند به والدین یاری رساند تا ارتباطات سالم‌تری با فرزندانشان برقرار کنند و به پرورش شخصیت‌ها و رفتارهای مثبت در آن‌ها کمک کند (Hagelquist, 2020) .

از محدودیت‌های این پژوهش عدم کنترل بر ویژگی و شدت اختلال در هر کودک و روابط خانوادگی و لزوم پیگیری‌های مکرر جهت شرکت تمامی مادران در جلسات آموزشی بود. همچنین جامعه نمونه محدود به مادران ساکن شهر اردبیل است که تعمیم‌پذیری با محدودیت مواجه می‌کند. در نهایت، باتوجه‌به یافته‌های این پژوهش، می‌توان توصیه کرد مداخله ذهنی‌سازی برای ارتقای تعامل والد – فرزند و خودکارآمدی والدینی مؤثر است و پیشنهاد می‌شود این رویکرد به‌طورجدی در سیاست‌گذاری‌های بهداشت روانی، طراحی دوره‌های آموزشی والدین و منابع حمایتی خانواده‌ها مدنظر قرار گیرد. پیشنهاد می‌شود که پژوهش‌های آینده به بررسی طولانی‌مدت اثرات آموزش ذهنی‌سازی بر والدین و فرزندان بپردازند و نیز تأثیر این نوع آموزش‌ها را در دیگر اختلالات رفتاری و عاطفی بررسی کنند. همچنین، توجه به عوامل فرهنگی و اجتماعی مختلف در طراحی مداخلات آموزشی می‌تواند مؤثر باشد تا نتایج کارآمدتری به دست آید.

تشکر و سپاسگزاری

این مقاله حاصل پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد دانشگاه محقق اردبیلی است. بدین‌وسیله از کلیه اساتید و مسئولین که در اجرای این پژوهش یاری نموده‌اند کمال تشکر و قدردانی را داریم.

تعارض منافع

این پژوهش با کد اخلاق IR.UMA.REC.1404.021 از کمیته اخلاق دانشگاه محقق اردبیلی بوده و به جهت حفظ رعایت اصول اخلاقی سعی شد تا جمع‌آوری اطلاعات پس از جلب رضایت شرکت‌کنندگان انجام شود. بنابراظهار نویسندگان این مقاله تعارض منافع ندارد.

References

Ahmadi, M., Bagherian Serraroudi Reza, S., & Mousavi, S. (2021). Mentalization and its multi-dimensional nature. *Journal of Research in Behavioral Sciences*, 18(4), 616–622. https://rbs.mui.ac.ir/article-1-947-en.html

Allen, J. G. (2020). *Handbook of mentalizing in mental health practice*. New York, NY: Routledge. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34518492/

Ashouri M., Afrouz G., Arjmandnia A. A., Pour Mohammad Rezae Tajarishi M., Ghabari Eynab B. The effectiveness of positive parenting program on parental self-efficacy and mother-child interaction in children. *Rehabilitation*, 2015; 16(2), N2. [In Persian]. https://www.researchgate.net/publication/326723212

Azadi Manesh, P., Khanzadeh, H., & Abolghasemi. (2021). The combined effect of executive function training for children with attention deficit/hyperactivity disorder, behavior modification methods for parents, and communication skills for peers on improving relationships with parents. *Psychology of Exceptional Individuals*, 11(42), 27–57. https://jpe.atu.ac.ir/article_13110_

Bateman, A. W., & Fonagy, P. (2001). Drs. Bateman and Fonagy reply. *American Journal of Psychiatry*, 158(11), 1932-a. https://doi.org/10.1176/appi.ajp.158.11.1932-a

Bateman, A. W., & Fonagy, P. (2003). The development of an attachment-based treatment program for borderline personality disorder. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 67(3), 187–211. https://doi.org/10.1521/bumc.67.3.187.23439

Fonagy, P., & Bateman, A. W. (2007). Mentalizing and borderline personality disorder. *Journal of Mental Health*, 16(1), 83–101. https://doi.org/10.1080/09638230601182045

Becker, S. P. (2021). Opportunities and challenges for understanding and treating heterogeneity in adolescents with attention-deficit/hyperactivity disorder. *Journal of Adolescent Health*, 68(2), 227–228. https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.11.008

Ben-Naim, S., Gill, N., Laslo-Roth, R., & Einav, M. (2019). Parental stress and parental self-efficacy as mediators of the association between children's ADHD and marital satisfaction. *Journal of Attention Disorders*, 23(5), 506–516. https://doi.org/10.1177/1087054718784659

Canário, A. C., Pinto, R., Silva-Martins, M., Rienks, K., Akik, B., Stanke, K., et al. (2024). Online parenting programs for children's behavioral and emotional problems: A network meta-analysis. *Prevention Science*, 1–18. https://link.springer.com/article/10.1007/s11121-024-01735-1

Choe, D. (2022). Longitudinal linkages among immigrant mothers' language proficiency, parental self-efficacy, and school involvement. *Child and Youth Services Review*, 136, 106438. https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2022.106438

Choi, Y. J., Cho, J., Hong, Y. C., Lee, D. W., Moon, S., Park, S. J., et al. (2023). DNA methylation is associated with prenatal exposure to sulfur dioxide and childhood attention-deficit hyperactivity disorder symptoms. *Scientific Reports*, 13(1), 3501. https://doi.org/10.1038/s41598-023-29843-y

Crowell, J. A., Keluskar, J., & Gorecki, A. (2019). Parenting behavior and the development of children with autism spectrum disorder. *Comprehensive Psychiatry*, 90, 21–29. https://doi.org/10.1016/j.comppsych.2018.11.007

Davies, P. T., Thompson, M. J., Li, Z., & Sturge-Apple, M. L. (2022). The cognitive costs and advantages of children's exposure to parental relationship instability: Testing an evolutionary-developmental hypothesis. *Developmental Psychology*, 58(8), 1485–1498. https://doi.org/10.1037/dev0001381

Del Bianco, T., Ozturk, Y., Basadonne, I., Mazzoni, N., & Venuti, P. (2018). The thorn in the dyad: A vision on parent-child relationship in autism spectrum disorder. *European Journal of Psychology*, 14(3), 695–۷۰۹. https://doi.org/10.5964/ejop.v14i3.1453

Dollberg, D. G. (2022). Mothers' parental mentalization, attachment dimensions and mother–infant relational patterns. *Attachment & Human Development*, 24(2), 189–207. https://doi.org/10.1080/14616734.2021.1901297

Doulou, A., Pergantis, P., Drigas, A., & Skianis, C. (2025). Managing ADHD symptoms in children through the use of various technology-driven serious games: A systematic review. *Multimodal Technologies and Interaction,* 9(1), 8. https://doi.org/10.3390/mti9010008

Dumka, L. E., Stoerzinger, H. D., Jackson, K. M., & Roosa, M. W. (1996). Examination of the cross-cultural and cross-language equivalence of the parenting self-agency measure. *Family Relations*, 45(2), 216–222. https://doi.org/10.2307/585293

Ebrahimzadeh, N., Asghari Nakhakh, S., & Soltani Koohbanani, S. (2023). The effect of group training to increase patience on self-efficacy and parental attitudes among mothers with exceptional children. *Journal of Exceptional Psychology*, 13(51), 105–143. [In Persian]. https://doi.org/10.22054/jpe.2023.67103.2437

Eraqi, Y. (2008). Examining the quality of parent-child relationships in two groups of aggressive and non-aggressive male students. *Psychological Studies*, 4(4), 113–129. [In Persian]. https://doi.org/10.22051/psy.2008.1644

Fine, M. A., & Schwebel, A. I. (1983). Long-term effects of divorce on parent-child relationships. *Developmental Psychology*, 19(5), 703–713. https://doi.org/10.1037/0012-1649.19.5.703

Fu, M. (2023). The importance of the parent-child relationship to children's psychological development. Lecture Notes in Education, *Psychology and Public Media*, 6, 286–291. https://doi.org/10.54254/2753-7048/6/20220334

Hagelquist, J. O., & Rasmussen, H. (2020). Mentalization in the family: A guide for professionals and parents. Routledge. https://www.routledge.com/Mentalization-in-the-Family

Halfon, S., Beşiroğlu, B., Bulut, P., Epözdemir, Ş., Aydın, G.İ., Koç, H. B., et al. (2024). The efficacy of mentalization-based treatment (MBT-C) for children with internalizing and externalizing problems: A randomized controlled trial. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*. https://doi.org/10.1016/j.jaac.2024.12.006

Jackson, S. Z., Pinto-Martin, J. A., Deatrick, J. A., Boyd, R., & Souders, M. C. (2024). High depressive symptoms, low family functioning, and low self-efficacy in mothers of children with autism spectrum disorder compared to two control groups. *Journal of the American Psychiatric Nurses Association,* 30(2), 300–312. https://doi.org/10.1177/10783903221104147

Karadeniz, G. (2024). Unrealistic Parental Optimism. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 16(4), 723–730. https://doi.org/10.18863/pgy.1353020

Lavenda, O., & Hertz, O. (2024). Mentalization and Attachment Style as Underlying Mechanisms of Linking Collective Efficacy with Parental Self-Efficacy. *Social Sciences*, 13(11), 591. https://doi.org/10.3390/socsci13110591

Lotfi, G., Salehi, S. K., & Karami, S. (2022). The effect of practice variability on cognitive and motor performance in children with Attention Deficit Hyperactivity Disorder. *Rooyesh*, 11(8), 35–46. [In Persian]. https://frooyesh.ir/article-1-3666-en.pdf

Luedemann, J., Rabung, S., & Andreas, S. (2021). Systematic review on mentalization as key factor in psychotherapy. *International journal of environmental research and public health*, *18*(17), 9161. (doi): 10.3390/ijerph18179161

Luyten, P., Campbell, C., Allison, E., & Fonagy, P. (2020). The mentalizing approach to psychopathology: State of the art and future directions. *Annual review of clinical psychology*, *16*(1), 297-325. (doi): 10.1146/annurev-clinpsy-071919-015355

Levante, A., Martis, C., Gemma, M., & Lecciso, F. (2025). Paternal child-focused reflective functioning, parental sense of competence, and parental emotions recognition. *FamilyRelations*. https://doi.org/10.1111/fare.70002

Matanova, V. L., Stoyanov, D. S., & Strizhitskaya, O. (2024). Mentalization and clinical psychopathology, volume II. *Frontiers in Psychology*, 15, 1424088. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1424088

Mathis, E. T., & Bierman, K. L. (2015). Dimensions of parenting associated with child prekindergarten emotion regulation and attention control in low-income families. *Social Development,* 24(3), 601–620. https://doi.org/10.1111/sode.12112

Moradi, K., Karami, A., Azar, A., Karimi, N. (2025). The key role of motivational beliefs, pleasant feelings, and the quality of parent-child communication in the image of large families over other families. *Quarterly Journal of Population and Progress.* [In Persian] https://pdj.ihu.ac.ir/article_209627.html?lang=en

Mousavi, S. F. , Jafari, F. , Dehshiri, G. and Rowshani, S. (2022). The effect of parental unity on the regulation of learning and social competence of adolescent girls: The mediating role of parental involvement. *Applied Counseling*, 11(2), 21–44. [In Persian] https://doi.org/10.22055/jac.2021.38430.1829

Moutafi, C. (2023). The effects of the mother's ADHD on her parenting role. *European Psychiatry*, 66(S1), S240. https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2023.553

Nazarova, V. A., Sokolov, A. V., Chubarev, V. N., Tarasov, V. V., & Schiöth, H. B. (2022). Treatment of ADHD: drugs, psychological therapies, devices, complementary and alternative methods as well as the trends in clinical trials. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 1066988. https://doi.org/10.3389/fphar.2022.1066988

Nieto-Retuerto, M., Torres-Gomez, B., & Alonso-Arbiol, I. (2024). Parental mentalization and children's externalizing problems: A systematic review and meta-analysis. *Development and Psychopathology*, 1–17. https://doi.org/10.1017/S0954579424001391

Qi, W., Wei, Z., Lv, H., Zhao, J., Hu, Y., Wang, Y.,... & Hu, J. (2025). Postpartum depression and maternal-infant bonding: The mediating role of mentalizing and parenting self-efficacy. *BMC Pregnancy and Childbirth,* 25(1), 1–10. https://doi.org/10.1186/s12884-025-07762-2

Ramzani-Rand, F., Khametti, R., & Hashemi Nosratabadi, T. (2023). The effectiveness of mentalization-based therapy on parent-child interaction and parenting stress: A randomized controlled trial with children exhibiting tics and their mothers. *Family Therapy Applications*, 17(4), 199–213. https://doi.org/10.61838/kman.aftj.4.3.13

Rofe, D., & Cojocaru, Ş. (2024). You are not alone: Social gatherings for children/adolescents with ADHD to promote self-efficacy and social skills. *Educatia*, 11(29), 94–101. https://doi.org/10.24193/ed21.2024.29.11

Russell, K. M., & Ingersoll, B. (2021). Factors related to parental therapeutic self-efficacy in a parent-mediated intervention for children with autism spectrum disorder: A mixed methods study. *Autism*, 25(4), 971–981. https://doi.org/10.1177/1362361320974233

Santelices, M. P., & Cortés, P. A. (2022). Mentalization and parental stress: How do they predict mother–child interactions? Children, 9(2), 280. https://doi.org/10.3390/children9020280

Shahbazi, F. , Ahmadi, R. , Chorami, M. and ghazanfari, A. (2021). Effectiveness of Training Child-Oriented Mindfulness Skills on the Parent-Child Interaction and Social Behaviors of the Children with Low Self-Control. *Medical Journal of Mashhad university of Medical Sciences*, 64(2), 2988-2998. (doi):10.22038/mjms.2021.18553

Sharp, C., Shohet, C., Givon, D., Penner, F., Marais, L., & Fonagy, P. (2020). Learning to mentalize: A mediational approach for caregivers and therapists. *Clinical Psychology Science Practice*, 27(3), 50. https://psycnet.apa.org/buy/2020-26830-001

Shorer, M., Swissa, O., Levavi, P., & Swissa, A. (2021). Parental playfulness and children's emotional regulation: The mediating role of parents' emotional regulation and the parent–child relationship. *Early Child Development and Care*. https://doi.org/10.1080/03004430.2019.1612385

Sun, R., Gao, Q., Xiang, Y., Chen, T., Liu, T., & Chen, Q. (2020). Parent–child relationships and mobile phone addiction tendency among Chinese adolescents: The mediating role of psychological needs satisfaction and the moderating role of peer relationships. *Children and Youth Services Review*, 116, 105113. https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105113

Vilaseca, R., Rivero, M., Ferrer, F., & Bersabé, R. M. (2020). Parenting behaviors of mothers and fathers of young children with intellectual disability evaluated in a natural context. *PLOS ONE*, 15(10), e0240320. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0240320

Gharibi,H. , Pashaei,A. and Dastbaz,A. (2024). The effectiveness of parenting training based on the Lynn Clark model on resilience, sense of sufficiency and happiness in mothers with children with attention deficit/hyperactivity disorder.. *Iranian Journal of Family Psychology*, *11*(1), 144-159. [In Persian] doi: 10.22034/ijfp.2024.2025284.1304

Wang, Y., Zhao, Y., Hu, L., & Zhang, X. (2025). The Multidimensional Dynamic Feedback Model: A comprehensive framework for understanding and managing attention-deficit/hyperactivity disorder. *Children*, 12(3), 303. https://doi.org/10.3390/children12030303

Yavari Barhaghtalab, E. , asgari, P. , Naderi, F. and Heydarie, A. (2022). The effect of cognitive rehabilitation on executive functions (decision-making, flexibility, emotion control) in children with attention deficit hyperactivity disorder. *Medical Journal of Mashhad university of Medical Sciences*, 65(3), 1199-1213. (doi): 10.22037/jrm.2020.112304.2176

Zhang, B. F., & Zhang, X. Y. (2024). Correlation between self-efficacy, parental parenting patterns, and severe depression in adolescents. *World Journal of Psychiatry*, 14(12), 1827. https://doi.org/10.5498/wjp.v14.i12.1827

Xu, X., Hanafi, Z., & Gao, L. (2025). Sex differences in how mothers' SES relate to late adolescents' emotional stability in China: The mediating role of maternal parenting styles. *BMC Psychology*, 13(1), 145. https://doi.org/10.1186/s40359-025-02464-y