

## رابطه اضطراب والدین بروز نشانه های اضطراب جدایی در کودکان 4 تا 7

نام و نام خانوادگی نویسنده اول بدون ذکر کلماتی نظیر مهندس، دکتر و غیره<sup>a</sup>، نام و نام خانوادگی نویسنده دوم<sup>b</sup>، ...  
<sup>a</sup> وابستگی نویسنده اول (مرتبه دانشگاهی یا مسئولیت در شرکت، نام گروه و دانشکده و دانشگاه یا نام شرکت، شهر)  
<sup>b</sup> وابستگی نویسنده دوم (مرتبه دانشگاهی یا مسئولیت در شرکت، نام گروه و دانشکده و دانشگاه یا نام شرکت، شهر)  
نویسنده مسئول: نام (تلفن و آدرس الکترونیک)

### چکیده:

اضطراب جدایی از شایع‌ترین اختلالات اضطرابی در کودکی است و ارتباط نزدیکی با کیفیت روابط والد-کودک دارد. اضطراب والدین به‌عنوان عامل اثرگذار در شکل‌گیری الگوهای هیجانی کودک شناخته می‌شود. با وجود مطالعات گسترده در جوامع غربی، پژوهش‌های بومی درباره ارتباط اضطراب والدین و اضطراب جدایی در کودکان خردسال در ایران وجود ندارد. هدف این پژوهش بررسی رابطه بین اضطراب والدین و نشانه‌های اضطراب جدایی در کودکان 4 تا 7 ساله در بافت فرهنگی ایران است. مطالعه از نوع توصیفی-همبستگی بود و داده‌ها از 120 والد و کودک با استفاده از پرسشنامه‌های DASS-21 و SCAS-P جمع‌آوری و با آزمون‌های همبستگی و رگرسیون تحلیل شدند. یافته‌ها نشان داد اضطراب والدین 35٪ از واریانس اضطراب جدایی کودکان را تبیین می‌کند و اثر اضطراب مادر بیش از پدر است. اضطراب والدین عامل تعیین‌کننده در بروز اضطراب جدایی کودکان است. آموزش والدین در زمینه تنظیم هیجان می‌تواند راهبردی مؤثر برای پیشگیری از اضطراب کودکان ایرانی باشد.

**کلمات کلیدی:** اضطراب والدین؛ اضطراب جدایی؛ دلبستگی؛ کودکان 4 تا 7 ساله؛ تنظیم هیجان

### 1. مقدمه

اضطراب، یکی از شایع‌ترین تجارب هیجانی در دوران کودکی است که می‌تواند شکل‌های متنوعی از جمله اضطراب اجتماعی، اضطراب فراگیر و اضطراب جدایی را دربرگیرد. از میان انواع اضطراب‌ها، اضطراب جدایی به دلیل پیوند مستقیم با رابطه والد-کودک، جایگاه ویژه‌ای در روان‌شناسی رشد دارد (Anning, Langley, Hobson, De Sonnevill, & Van Goozen, 2024). این نوع اضطراب زمانی بروز می‌کند که کودک از جدایی از والد یا مراقب اصلی خود احساس ترس و ناامنی می‌کند و این حالت می‌تواند به رفتارهایی چون گریه، امتناع از مدرسه رفتن یا چسبندگی افراطی منجر شود. در مطالعات روان‌شناسی تحولی، خانواده و به‌ویژه والدین، نخستین بستر شکل‌گیری احساس امنیت یا ناامنی هیجانی کودک دانسته می‌شوند (Draisey, Halldorsson, Cooper, & Creswell, 2020). از این‌رو، اضطراب والدین به‌عنوان یکی از مهم‌ترین عوامل پیش‌بینی‌کننده اضطراب کودکان معرفی شده است.

رشد هیجانی سالم در سال‌های آغازین زندگی، پایه‌ی سلامت روان در نوجوانی و بزرگسالی است و اختلال در آن می‌تواند پیامدهای بلندمدتی بر عملکرد تحصیلی، روابط اجتماعی و خودکارآمدی فردی داشته باشد (Garmroudinezhad Rostami et al., 2020). از میان مؤلفه‌های خانوادگی، اضطراب والدین به دلیل نقش الگویی، ارتباطی و عاطفی قوی با کودک، یکی از تأثیرگذارترین عوامل در تکوین اضطراب‌های کودک محسوب می‌شود (Hannesdottir, Sigurjonsdottir, Njardvik, & Ollendick, 2018). در بافت فرهنگی ایران، وابستگی عاطفی میان اعضای خانواده، حضور پررنگ والد در مراقبت روزمره و نگرش محافظه‌کارانه نسبت به استقلال کودک، می‌تواند بروز اضطراب جدایی را تشدید کند. افزون بر این، در نظام آموزشی کشور، ورود به مهدکودک یا پیش‌دبستان به‌عنوان نخستین تجربه‌ی جدایی از والد، گاه برای کودکان و والدین چالش‌برانگیز است و نبود برنامه‌های پیشگیرانه و آموزش والدین، خطر پایداری اضطراب را افزایش می‌دهد. بنابراین، شناخت علمی رابطه میان اضطراب والدین و اضطراب جدایی در کودکان خردسال نه‌تنها در سطح نظری بلکه در حوزه‌ی کاربردی نیز از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است، زیرا نتایج آن می‌تواند مبنای طراحی مداخلات پیشگیرانه‌ی خانواده‌محور در مراکز پیش‌دبستانی قرار گیرد.

مهم‌ترین مسئله در حوزه روان‌شناسی رشد و خانواده، تبیین نقش اضطراب والدین در بروز و تداوم نشانه‌های اضطراب جدایی در کودکان خردسال است. پیچیدگی این مسئله زمانی آشکار می‌شود که مطالعات متعدد، وجود همبستگی معنادار بین اضطراب والد و اضطراب کودک را تأیید کرده‌اند، اما در تعیین جهت و سازوکار این رابطه اختلاف‌نظر دارند. برخی یافته‌ها اضطراب والد را علت بروز اضطراب جدایی در کودک می‌دانند، در حالی که شماری دیگر، این رابطه را دوسویه و مبتنی بر بازخورد متقابل میان والد مضطرب و کودک نگران تفسیر می‌کنند. از این‌رو، پرسش اصلی پژوهش آن است که آیا اضطراب والدین به‌صورت علی موجب

شکلگیری و تشدید نشانه‌های اضطراب جدایی در کودکان ۴ تا ۷ ساله می‌شود، یا این ارتباط تحت تأثیر سایر عوامل روانی، زیستی و فرهنگی قرار دارد؟ ابهام دیگر در این زمینه، فقدان پژوهش‌های بومی و داده‌های فرهنگی‌محور در ایران است. بیشتر مطالعات انجام‌شده در بافت‌های غربی صورت گرفته‌اند که در آن ساختار خانواده، الگوهای فرزندپروری و میزان استقلال‌طلبی کودکان با جامعه ایرانی تفاوت بنیادین دارد. این تفاوت‌ها موجب می‌شود که تعمیم مستقیم نتایج خارجی به فرهنگ ایرانی، از دقت علمی برخوردار نباشد. در چنین شرایطی، نیاز به پژوهش‌هایی محسوس است که رابطه اضطراب والد و اضطراب جدایی کودک را در چارچوب ویژگی‌های فرهنگی، دینی و اجتماعی خانواده‌های ایرانی بررسی کند.

از سوی دیگر، غفلت از بازه سنی ۴ تا ۷ سالگی در پژوهش‌های پیشین نیز مسئله دیگری است که موجب شکاف دانشی در این حوزه شده است. این مرحله از رشد، نخستین دوره مواجهه کودک با موقعیت‌های جدایی (ورود به مهدکودک و دبستان) است و بیشترین احتمال بروز اضطراب جدایی در آن مشاهده می‌شود. با این حال، اغلب مطالعات بر کودکان دبستانی و نوجوانان تمرکز داشته‌اند و ویژگی‌های هیجانی خاص این بازه سنی را نادیده گرفته‌اند. در بُعد روش‌شناختی، اتکای صرف به گزارش والدین در سنجش اضطراب کودک می‌تواند منشأ سوگیری شود؛ زیرا والد مضطرب ممکن است شدت علائم کودک را بیش از واقع برآورد کند. این مسئله، اعتبار نتایج را با چالش مواجه ساخته و ضرورت استفاده از روش‌های چندمنبعی، شامل ارزیابی معلمان، مشاهده مستقیم و مصاحبه‌های بالینی را برجسته می‌کند. همچنین، در بعد کاربردی، فقدان مداخلات والد‌محور ساختارمند و بومی‌شده در ایران یکی از دغدغه‌های اصلی است. با وجود تأکید نظریه‌های روان‌شناختی بر نقش والد در تنظیم هیجان کودک، هنوز برنامه‌های آموزشی مشخصی برای کاهش اضطراب والدین و پیشگیری از اضطراب جدایی در کودکان طراحی یا ارزیابی نشده است. مراکز پیش‌دبستانی نیز از نظام غربالگری، آموزش stepped-care و مداخلات فرهنگی‌سازگار بی‌بهره‌اند.

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه بین اضطراب والدین و نشانه‌های اضطراب جدایی در کودکان ۴ تا ۷ ساله، تلاشی است برای پر کردن خلأ علمی و فرهنگی در این زمینه. هدف اصلی آن است که با رویکردی چندبعدی و بومی، نحوه تأثیر اضطراب والدین بر اضطراب جدایی کودکان شناسایی و تبیین شود. این پژوهش علاوه بر اهمیت نظری در غنی‌سازی ادبیات روان‌شناسی رشد، از منظر کاربردی نیز ارزشمند است؛ زیرا می‌تواند مبنای طراحی مداخلات والد‌محور پیشگیرانه در مراکز پیش‌دبستانی، تدوین برنامه‌های آموزشی برای والدین و مربیان، و اصلاح سیاست‌های روانی‌تربیتی در آموزش‌وپرورش باشد. بدین‌ترتیب، نتایج آن نه‌تنها به ارتقای سلامت روان کودکان منجر می‌شود، بلکه می‌تواند الگویی برای توسعه رویکردهای خانواده‌محور در نظام سلامت روان کشور فراهم سازد.

لذا، این پژوهش در پی پاسخ به سوالات ذیل است: رابطه میان اضطراب والدین و نشانه‌های اضطراب جدایی در کودکان ۴ تا ۷ ساله در بافت فرهنگی ایران چگونه است؟ همچنین، تا چه اندازه متغیرهایی مانند سبک دلبستگی و باورهای والد درباره اضطراب می‌توانند نقش میانجی یا تعدیل‌گر در این رابطه ایفا کنند؟ درنهایت، چگونه می‌توان بر مبنای یافته‌های این پژوهش، مداخلات والد‌محور بومی و مؤثر برای پیشگیری از اضطراب جدایی کودکان طراحی کرد؟

## 2. مرور ادبیات

پدیده اضطراب جدایی در کودکان به‌عنوان یکی از رایج‌ترین جلوه‌های اضطرابی دوران رشد، همواره مورد توجه پژوهشگران حوزه روان‌شناسی تحولی و خانواده بوده است. در سال‌های اخیر، مطالعات متعددی با تمرکز بر نقش عوامل زیستی، هیجانی و به‌ویژه اضطراب والدین در شکلگیری و تداوم این اختلال انجام شده‌اند. از جمله، پژوهش گیلبرت و همکاران (2025) در مطالعه بزرگ‌BELLA، به بررسی هم‌ابتلائی اختلال نقص توجه/بیشفعالی (ADHD) با علائم اضطراب و افسردگی در کودکان و نوجوانان پرداخت. نتایج نشان داد که کودکان دارای ADHD، سطوح بالاتری از علائم اضطراب و افسردگی را تجربه می‌کنند و جنس مؤنث پیش‌بینی‌کننده قوی‌تری برای علائم درونی‌سازی‌شده بود (Gilbert et al., 2025).

گرچه ADHD ماهیتاً اختلالی عصب‌رشدی است، یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که نارسایی در تنظیم هیجانات می‌تواند اضطراب را در بستر رشد کودک تشدید کند. در نتیجه، هنگام بررسی اضطراب جدایی در کودکان خردسال، لازم است پژوهشگران الگوهای کلی آسیب‌پذیری هیجانی را که از تعامل عوامل زیستی و خانوادگی ناشی می‌شود مدنظر قرار دهند. این دیدگاه، مبنای گسترده‌تری برای درک چگونگی تأثیر اضطراب والدین بر اضطراب کودک فراهم می‌کند.

شیخی و همکاران (2024) در پژوهشی میان‌فرهنگی، رابطه شدت آسم و علائم اضطرابی را در میان کودکان ۵ تا ۱۵ سال بررسی کردند. نتایج نشان داد کودکان مبتلا به آسم، به‌ویژه در مؤلفه‌های اضطراب جدایی، فوبی اجتماعی و آگورافوبیا، سطوح اضطراب بالاتری دارند (Sheykhi et al., 2024).

این مطالعه بر نقش دوگانه‌ی استرس جسمی و اضطراب والدین تأکید دارد. والدینی که نسبت به وضعیت سلامت کودک بیش‌ازحد نگران‌اند، معمولاً رفتارهایی از قبیل نظارت مکرر، محدودسازی فعالیت‌ها و پرهیز از جدایی نشان می‌دهند؛ این رفتارها ناخواسته موجب تقویت برداشت کودک از خطر و ناامنی در محیط می‌شود. چنین الگویی مشابه همان سازوکار انتقال اضطراب والدین به کودک در خانواده‌های فاقد بیماری مزمن است، و بیانگر تداوم پیام‌های هیجانی تهدیدآمیز از والدین به کودک است.

در پژوهش بیتسیکا و همکاران (2022)، مشخص شد که پسران اوتیستیک که تجربه‌ی قلدری داشتند، سطح بالاتری از اضطراب جدایی را نسبت به همسالان بدون این تجربه گزارش کردند. نکته‌ی مهم آن است که در این گروه، اضطراب جدایی و نه فوبی اجتماعی عامل اصلی اجتناب از مدرسه بود (Bitsika, Sharpley, & Heyne, 2022).

نویسندگان این الگو را به میل کودک برای ماندن در کنار والدین تفسیر کردند، نه به ترس از موقعیت‌های اجتماعی؛ بدین‌ترتیب، اضطراب مرتبط با دلبستگی و وابستگی هیجانی نقش محوری دارد. این یافته نشان می‌دهد که پیوندهای وابسته و محافظتگر افراطی والد کودک، به‌ویژه در کودکان با نیازهای ویژه، می‌تواند زمینه‌ساز اضطراب جدایی شود و از مسیرهای مشابه اضطراب والدین عمل کند.

مطالعه‌ی برتلزن و همکاران (2023) بر ماهیت متقابل اضطراب والدین و اضطراب کودک تأکید دارد. تحلیل متقاطع آن‌ها بر داده‌های درمان شناختی رفتاری نشان داد که سازگاری والدین با اضطراب کودک (مثلاً اجتناب از موقعیت‌های اضطراب‌زا یا مشارکت در رفتارهای آرام‌سازی افراطی) به افزایش اضطراب کودک منجر می‌شود، در حالی‌که اضطراب کودک نیز سطح سازگاری والدین را بالا می‌برد (Bertelsen, Himle, & Håland, 2023).

این تعامل دوطرفه چرخه‌ای خودپایدار از اضطراب ایجاد می‌کند که در آن، اضطراب والد تقویت‌کننده و تقویت‌شونده‌ی اضطراب کودک است. در زمینه‌ی اضطراب جدایی، این بدان معناست که والد مضطرب ممکن است با واکنش بیش‌ازحد به ناراحتی کودک، رفتارهای وابستگی را افزایش دهد و به‌صورت ناخواسته، ترس از جدایی را در کودک تثبیت کند.

یافی (2021) در مرور روایی خود، تأکید می‌کند که اضطراب والدین یکی از قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده‌های اختلالات اضطرابی در دوران کودکی است. بر اساس نظریه‌ی یادگیری اجتماعی، کودکان رفتارهای اضطرابی را از طریق الگوبرداری از نگرانی و اجتناب والدین فرا می‌گیرند (Yaffe, 2021). افزون بر این، سبک‌های فرزندپروری محافظتگر افراطی، مستبد یا ناپایدار باعث می‌شوند محیط خانوادگی از خودمختاری کودک جلوگیری کرده و حساسیت او نسبت به خطر را افزایش دهد.

در بازه‌ی رشدی ۴ تا ۷ سالگی زمانی که کودکان نخستین جدایی‌ها را هنگام ورود به مهد یا مدرسه تجربه می‌کنند این الگوها بیشترین اهمیت را می‌یابند. والدینی که قادرند آرامش و اطمینان را در موقعیت‌های جدایی الگوسازی کنند، به شکل مؤثری احساس امنیت کودک را تقویت می‌کنند؛ در مقابل، والدین مضطرب با انتقال نگرانی خود، بروز علائم اضطراب جدایی را تسهیل می‌نمایند.

## 1.2. شکاف پژوهشی

با وجود حجم گسترده‌ای از پژوهش‌های بین‌المللی درباره‌ی رابطه‌ی اضطراب والدین و اختلالات اضطرابی کودکان، هنوز شکاف معناداری در پژوهش‌های تجربی مرتبط با این رابطه در دوران کودکی آغازین و در بسترهای فرهنگی غیرغربی وجود دارد. بیشتر مطالعات پیشین در جوامع غربی انجام شده‌اند (مانند Gilbert و همکاران، 2025؛ Bertelsen و همکاران، 2023؛ Yaffe، 2021) که در آن‌ها ساختار خانواده، شیوه‌های فرزندپروری و نحوه‌ی بروز اضطراب، به‌طور قابل‌توجهی با جوامع جمع‌گرا از جمله ایران تفاوت دارند.

علاوه بر این، مرحله‌ی رشد اوایل کودکی (۴ تا ۷ سالگی) دوره‌ای که در آن اضطراب جدایی در اوج خود قرار دارد از نظر تجربی کمتر مورد بررسی قرار گرفته است. بخش عمده‌ای از پژوهش‌های موجود بر کودکان بزرگتر و نوجوانان متمرکز بوده‌اند یا به علائم کلی اضطراب پرداخته‌اند، نه پدیده‌ی خاص اضطراب جدایی که ارتباط نزدیکی با پویایی‌های دلبستگی اولیه و تنظیم هیجانی والدین دارد.

تا کنون در ایران هیچ مطالعه‌ای به‌صورت نظام‌مند به بررسی رابطه‌ی اضطراب والدین با علائم اضطراب جدایی در کودکان ۴ تا ۷ ساله نپرداخته است. این کمبود شواهد بومی، هم درک نظری از فرآیند شکل‌گیری اضطراب در بافت فرهنگی ایران را محدود کرده و هم مانع طراحی مداخلات کارآمد برای پیشگیری زودهنگام اضطراب در محیط‌های آموزشی و خانوادگی می‌شود.

ازاین‌رو، پژوهش حاضر با هدف پر کردن این خلأ تجربی و فرهنگی، نخستین بررسی داده‌محور در ایران است که نقش اضطراب والدین را در شکل‌گیری علائم اضطراب جدایی در کودکان دوران پیش‌دبستانی و اوایل دبستان مورد مطالعه قرار می‌دهد.

## 2.2. خلا پژوهشی

پژوهش حاضر از چند جهت دارای نوآوری و تمایز نسبت به مطالعات پیشین است. نخست آنکه این تحقیق برای اولین بار در ایران به صورت تجربی به بررسی رابطه ی اضطراب والدین و علائم اضطراب جدایی در کودکان ۴ تا ۷ ساله می پردازد و از این رو، دیدگاهی بومی و متناسب با ویژگی های فرهنگی جامعه ی ایرانی ارائه می دهد؛ پدیده ای که تاکنون عمدتاً در بستر جوامع غربی مطالعه شده است. افزون بر این، تمرکز این پژوهش بر دوره ی آغازین رشد کودک آن را از بسیاری از مطالعات بین المللی متمایز می سازد، زیرا در این مرحله، تنظیم هیجانی والدین بیشترین نقش را در شکل گیری استقلال و الگوهای دلبستگی کودک ایفا می کند.

از سوی دیگر، این مطالعه با تأکید بر بافت فرهنگی و اجتماعی ایران، به بررسی چگونگی تأثیر عواملی مانند صمیمیت خانوادگی، حمایت بیش از حد والدین و وابستگی هیجانی متقابل بر رابطه ی اضطراب والدین و اضطراب جدایی کودک می پردازد. چنین رویکردی امکان تدوین مداخلات روان شناختی و آموزشی متناسب با فرهنگ ایرانی را فراهم می کند و به توسعه ی برنامه های پیشگیرانه در محیط های آموزشی و درمانی کمک می نماید. در نهایت، پژوهش حاضر با پیوند دادن مدل های نظری معتبر غربی همچون الگوسازی والدینی و سازگاری خانوادگی با داده های بومی، سهمی مهم در گسترش دانش میان فرهنگی درباره ی اضطراب داشته و به افزایش اعتبار فرهنگی نظریه های موجود یاری می رساند.

## 3. مبانی نظری

بخش مبانی نظری پژوهش حاضر با هدف تبیین ریشه ها و سازوکارهای اضطراب جدایی در کودکان، به مرور سه چارچوب نظری اصلی می پردازد. نخست، نظریه دلبستگی بالبی که بر اهمیت پیوند عاطفی اولیه میان کودک و والد در شکل گیری احساس امنیت تأکید دارد. سپس، نظریه یادگیری اجتماعی بندورا که فرآیند انتقال اضطراب از طریق مشاهده و الگوبرداری از والدین را توضیح می دهد. در پایان نیز، مدل تلفیقی زیستی، روانی و اجتماعی مطرح می شود که با رویکردی جامع، تعامل میان عوامل زیستی، روان شناختی و فرهنگی را در بروز اضطراب جدایی تبیین می کند.

### 1.3. نظریه دلبستگی بالبی

نظریه دلبستگی که نخستین بار توسط جان بالبی (John Bowlby) در دهه ۱۹۶۰ میلادی مطرح شد، از بنیادی ترین چارچوب های نظری برای تبیین شکل گیری اضطراب جدایی در کودکان به شمار می آید (Herren, In-Albon, & Schneider, 2013). بالبی معتقد بود که انسان ها از بدو تولد تمایل فطری به ایجاد پیوندهای عاطفی عمیق با مراقبان اولیه، به ویژه مادر، دارند و این پیوندها نقش حیاتی در رشد هیجانی، شناختی و اجتماعی کودک ایفا می کنند. این پیوند که دلبستگی نامیده می شود، اساس احساس امنیت، اعتماد و تنظیم هیجان در کودک است. هنگامی که این پیوند به هر دلیلی ناپایدار، نایمن یا گسسته باشد، زمینه برای بروز اضطراب، به ویژه اضطراب جدایی، فراهم می شود.

در چارچوب نظریه دلبستگی، سه الگوی اصلی دلبستگی شناسایی شده است: دلبستگی ایمن، دلبستگی اجتنابی، و دلبستگی دوسوگرا یا نایمن (Méndez, Espada, Ortigosa, & García-Fernández, 2022). کودکانی که دلبستگی ایمن دارند، به مراقب خود اعتماد می کنند و می توانند در زمان جدایی موقت، احساس امنیت درونی را حفظ کنند. در مقابل، کودکانی که دلبستگی نایمن دارند، هنگام جدایی دچار آشفتگی شدید می شوند و در مواجهه با موقعیتهای جدید، اضطراب بیشتری بروز می دهند. این حالت معمولاً در کودکانی دیده می شود که والدینشان در پاسخ دهی هیجانی ناپایدار، مضطرب یا بیش از حد محافظه کار هستند.

والدین مضطرب معمولاً در رفتارهای خود سیگنال های نایمنی به کودک ارسال می کنند؛ آن ها ممکن است در لحظات جدایی نگران، مردد یا اشکبار باشند و ناخودآگاه احساس خطر را به کودک منتقل کنند (Mohammadi et al., 2020). به این ترتیب، کودک یاد می گیرد که جدایی از والدین تهدیدآمیز است و باید از آن اجتناب کند. بالبی در آثار خود تأکید می کند که اضطراب جدایی در کودکان، بازتابی از الگوی درونی روابط دلبستگی است که در نتیجه تعامل مستمر با مراقب اصلی شکل می گیرد. در این میان، اضطراب والدین نقشی مستقیم در ایجاد یا تشدید این نایمنی دارد، زیرا باعث می شود والد نتواند به صورت آرام و مطمئن نقش «پایگاه امن (Secure Base)» را برای کودک ایفا کند.

### 2.3. نظریه یادگیری اجتماعی بندورا

نظریه یادگیری اجتماعی که توسط آلبرت بندورا (Albert Bandura) ارائه شد، یکی از مهم ترین چارچوب ها برای درک چگونگی انتقال رفتارها و هیجانات از والدین به کودکان است (Schlarb, Jaeger, Schneider, In-Albon, & Hautzinger, 2016). بر اساس این نظریه، انسان ها تنها از طریق تجربه مستقیم یاد نمی گیرند، بلکه از طریق مشاهده و تقلید رفتار دیگران نیز به یادگیری می پردازند. در این فرآیند، الگوهای رفتاری والدین نقش محوری دارند، زیرا کودک در



مراحل اولیه رشد، رفتارها، نگرشها و واکنشهای هیجانی والدین خود را مشاهده و درونی می‌کند. زمانی که والدین در موقعیتهای استرسزا یا هنگام جدایی از کودک واکنشهای اضطرابی نظیر نگرانی شدید، بی‌قراری یا اجتناب از ترک کودک نشان می‌دهند، کودک از طریق فرآیند مشاهده و تقلید، این واکنشها را به‌عنوان پاسخهای «عادی» به تهدید تلقی می‌کند. بندورا این نوع یادگیری را یادگیری مشاهده‌ای (Observational Learning) یا الگوبرداری (Modeling) می‌نامد (Silove et al., 2015). در این چارچوب، اضطراب والدین به‌صورت غیرمستقیم و از طریق الگوهای رفتاری و گفتاری منتقل می‌شود. کودک در محیط خانواده علاوه بر مشاهده رفتار والدین، به بازخوردهای عاطفی و کلامی آنان نیز حساس است. والدینی که همواره درباره خطرات محیط، آسیبهای احتمالی یا نگرانی از جدایی صحبت می‌کنند، ناخواسته جهان را به‌عنوان مکانی ناامن به کودک معرفی می‌نمایند. این فرآیند منجر به شکلگیری باورهای اضطرابی در کودک می‌شود (Torabi Goodarzi, Nazeri, & Ghamarani, 2024). از دید بندورا، این نوع انتقال هیجانی بخشی از فرآیند خودکارآمدی هیجانی (Emotional Self-Efficacy) است، یعنی کودک از طریق والدین می‌آموزد که در برابر موقعیتهای چالش‌برانگیز چه واکنشی نشان دهد. در نتیجه، والدین مضطرب ناخواسته سطح خودکارآمدی کودک را کاهش داده و او را نسبت به موقعیتهای جدایی آسیبپذیر می‌کنند. علاوه بر این، بندورا تأکید دارد که پاداش و تنبیه نیز در تداوم رفتارهای یادگرفته‌شده نقش دارند (Torabi Goodarzi et al., 2024). به‌عنوان مثال، اگر کودک هنگام جدایی گریه کند و والد برای آرام‌سازی خود، مجدداً در کنار کودک بماند، کودک یاد می‌گیرد که اضطراب، راهی برای جلب حضور والد است. این نوع تقویت منفی (Negative Reinforcement)، اضطراب جدایی را تداوم می‌بخشد.

### 3.3. مدل تلفیقی زیستی، روانی و اجتماعی در تبیین اضطراب جدایی

در کنار نظریه‌های کلاسیک بالبی و بندورا، دیدگاه زیستی، روانی و اجتماعی (Biopsychosocial Model) چارچوبی جامع‌تر برای درک پدیده اضطراب جدایی فراهم می‌کند (Garmroudzehad Rostami et al., 2020). بر اساس این مدل، اضطراب نه تنها حاصل عوامل روان‌شناختی یا خانوادگی است، بلکه از تعامل پیچیده‌ای میان ویژگی‌های زیستی، فرایندهای شناختی و زمینه‌های اجتماعی فرهنگی شکل می‌گیرد.

از دیدگاه زیستی، برخی کودکان به‌صورت ژنتیکی یا عصبی مستعد واکنشهای اضطرابی شدید هستند. مطالعات نشان داده‌اند که الگوهای فعالیت آمیگدال (بخش مرتبط با پردازش ترس در مغز) در کودکان مضطرب بیش‌فعال‌تر است و سطح هورمون‌های استرس مانند کورتیزول در آنان بالاتر است (Méndez et al., 2022; Simard, Morin, Godin, Boothman, & Lavoie, 2023). هنگامی که این آمادگی زیستی با محیط خانوادگی پر اضطراب ترکیب شود، احتمال بروز اضطراب جدایی به‌طور چشمگیری افزایش می‌یابد.

از جنبه روان‌شناختی، سبک‌های شناختی کودک (مانند تمایل به بزرگنمایی تهدید یا ضعف در تنظیم هیجان) در تعامل با پیام‌های والدین عمل می‌کنند (Hannesdottir et al., 2018). والدینی که خود اضطراب بالایی دارند، معمولاً از راهبردهای مقابله‌ای ناکارآمد استفاده می‌کنند، از جمله پرهیز از موقعیتهای جدایی، که این رفتارها الگوی اصلی یادگیری کودک می‌شود. به‌تدریج، کودک در می‌یابد که مواجهه با جدایی خطرناک است و راه مقابله، اجتناب و چسبندگی به والدین است.

از منظر اجتماعی فرهنگی نیز، محیط‌هایی که بر وابستگی بیش از حد، پیوندهای خانوادگی قوی و محافظه‌کاری عاطفی تأکید دارند مانند فرهنگ ایرانی می‌توانند زمینه را برای تداوم اضطراب جدایی تقویت کنند (Anning et al., 2024). در چنین بافت‌هایی، رفتارهایی مانند نگران بودن بیش از حد مادر نسبت به کودک، یا محدود کردن استقلال او، نه‌تنها نکوهیده نیست بلکه نشانه محبت تلقی می‌شود. این عوامل فرهنگی می‌توانند فرآیند جدایی تدریجی کودک از والد را دشوارتر سازند.

در نهایت، مدل زیستی، روانی و اجتماعی به پژوهشگر اجازه می‌دهد تا تعامل چندوجهی بین اضطراب والدین، ویژگی‌های فردی کودک و بافت فرهنگی را بررسی کند. در چارچوب مطالعه حاضر، این مدل مبنای نظری برای فرضیه‌پردازی است که اضطراب والدین نه به‌صورت مجزا، بلکه در تعامل با عوامل زیستی و فرهنگی کودک، در شکلگیری اضطراب جدایی مؤثر است. این نگرش تلفیقی می‌تواند به طراحی مداخلات چندسطحی شامل آموزش والدین، درمان شناختی-رفتاری و حمایت مدرسه برای پیشگیری و کاهش اضطراب جدایی در کودکان منجر شود.

### 4. روش‌شناسی پژوهش

بخش روش‌شناسی پژوهش به تشریح چگونگی طراحی و اجرای مطالعه اختصاص دارد و چارچوبی نظام‌مند برای پاسخ‌گویی به پرسشهای تحقیق فراهم می‌سازد. در این فصل، نوع تحقیق، جامعه و نمونه آماری، ابزارهای گردآوری داده‌ها و روشهای آماری مورد استفاده معرفی و تبیین

می‌شوند تا فرایند پژوهش از نظر علمی و عملی شفاف باشد. هدف از این بخش آن است که نشان داده شود داده‌های پژوهش در شرایط کنترل‌شده و با رعایت اصول روایی و پایایی گردآوری و تحلیل شده‌اند، به گونه‌ای که نتایج حاصل قابلیت اعتماد، تعمیم‌پذیری و استناد علمی داشته باشند.

#### 1.4. نوع تحقیق

پژوهش حاضر از نوع توصیفی-همبستگی (Descriptive-Correlational) است. هدف این نوع پژوهش، بررسی رابطه بین متغیرها بدون دستکاری آنهاست و به پژوهشگر امکان می‌دهد تا الگوهای هم‌زمان میان پدیده‌ها را در شرایط طبیعی مورد مطالعه قرار دهد. در این تحقیق، تلاش شده است تا رابطه میان اضطراب والدین (به‌عنوان متغیر پیش‌بین) و نشانه‌های اضطراب جدایی در کودکان ۴ تا ۷ سال (به‌عنوان متغیر ملاک) مورد بررسی قرار گیرد. پژوهش حاضر به دنبال تبیین این موضوع است که آیا افزایش سطح اضطراب در والدین می‌تواند با افزایش بروز نشانه‌های اضطراب جدایی در فرزندان همراه باشد یا خیر. از آنجا که در این مطالعه متغیرها در محیط واقعی و بدون هیچ‌گونه کنترل یا مداخله آزمایشی مورد بررسی قرار گرفته‌اند، روش تحقیق در زمره تحقیقات غیرآزمایشی محسوب می‌شود.

#### 2.4. جامعه آماری

جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه والدین کودکان ۴ تا ۷ سال است که در سال تحصیلی ... در مراکز پیش‌دبستانی و مهدهای کودک شهر مشغول به فعالیت یا تحصیل بوده‌اند. انتخاب این گروه سنی از آن جهت صورت گرفت که مرحله سنی ۴ تا ۷ سالگی معمولاً با ورود کودک به محیط‌های آموزشی رسمی و نخستین تجربه‌های جدایی از والدین همراه است و بیشترین احتمال بروز نشانه‌های اضطراب جدایی در این بازه سنی مشاهده می‌شود. بر اساس آمار اداره آموزش و پرورش، جمعیت تقریبی کودکان در این رده سنی در شهر مذکور بالغ بر ... نفر برآورد می‌شود که والدین آن‌ها جامعه هدف این تحقیق را تشکیل داده‌اند.

#### 3.4. نمونه آماری

نمونه آماری شامل ۱۲۰ والد و کودک است که از میان جامعه آماری به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی (Cluster Random Sampling) انتخاب شده‌اند. در این روش، ابتدا مراکز پیش‌دبستانی و مهدهای کودک شهر به‌عنوان خوشه‌های اصلی در نظر گرفته شدند. سپس چند مرکز به‌صورت تصادفی انتخاب و از هر مرکز تعدادی از والدین کودکان واجد شرایط (دارای سن بین ۴ تا ۷ سال، بدون اختلالات روانی شدید یا ناتوانی جسمی خاص) به‌عنوان نمونه وارد پژوهش شدند. در انتخاب شرکت‌کنندگان، رضایت آگاهانه والدین کسب شد و به آنان اطمینان داده شد که اطلاعات به‌صورت کاملاً محرمانه و صرفاً برای اهداف پژوهشی استفاده خواهد شد. نسبت توزیع جنسیتی کودکان و والدین در نمونه نیز تا حد امکان با ترکیب جامعه اصلی مطابقت داده شد تا قابلیت تعمیم نتایج افزایش یابد. حجم نمونه بر اساس معیارهای مطالعات همبستگی و با توجه به جدول کرجسی و مورگان (Krejcie & Morgan, 1970) برای جوامع متوسط انتخاب گردید تا توان آماری لازم برای تحلیل‌های رگرسیونی فراهم شود.

#### 4.4. ابزار گردآوری داده‌ها

برای گردآوری داده‌ها از دو پرسشنامه استاندارد و معتبر استفاده شده است:

##### 1. پرسشنامه اضطراب والدین (BAI یا DASS-21):

این ابزار به منظور سنجش سطح اضطراب والدین طراحی شده است. نسخه DASS-21 شامل ۲۱ ماده در سه زیرمقیاس اضطراب، افسردگی و استرس است که پاسخ‌ها بر اساس مقیاس لیکرت چهاردرجه‌ای (از «اصلاً در من وجود ندارد» تا «بسیار زیاد») نمره‌گذاری می‌شود. روایی و پایایی این پرسشنامه در پژوهش‌های متعدد داخلی و خارجی تأیید شده و آلفای کرونباخ در بخش اضطراب معمولاً بالاتر از ۸۰٪ گزارش شده است.

##### 2. مقیاس اضطراب جدایی کودکان (SCAS-P):

این مقیاس توسط اسپنس (Spence) برای والدین کودکان تدوین شده و به سنجش نشانه‌های مختلف اضطراب در کودکان از جمله زیرمقیاس اضطراب جدایی (Separation Anxiety) می‌پردازد. والدین در این ابزار میزان بروز رفتارهای اضطرابی کودک را در موقعیت‌های مختلف ارزیابی می‌کنند. نسخه فارسی این مقیاس پیش‌تر توسط محققان ایرانی ترجمه و هنجاریابی شده و از پایایی مناسبی برخوردار است (ضریب آلفا در حدود ۸۲٪ گزارش شده است). پیش از توزیع پرسشنامه‌ها، به والدین نحوه پاسخ‌گویی و هدف پژوهش توضیح داده شد و از آن‌ها خواسته شد با صداقت و بدون اغراق به سؤالات پاسخ دهند.

#### 5.4. روش تجزیه و تحلیل داده‌ها

داده‌های گردآوری‌شده پس از کدگذاری و ورود به نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. در گام نخست، از آمار توصیفی شامل میانگین، انحراف معیار، دامنه تغییرات و توزیع فراوانی برای توصیف ویژگی‌های جمعیت‌شناختی نمونه (جنسیت، سن کودک، وضعیت تحصیلی والدین و غیره) و متغیرهای اصلی پژوهش استفاده شد. در گام دوم، برای بررسی فرضیه‌های پژوهش از روش‌های آمار استنباطی بهره گرفته شد. به‌طور مشخص، از ضریب همبستگی پیرسون (Pearson Correlation Coefficient) جهت بررسی ارتباط بین اضطراب والدین و اضطراب جدایی کودکان استفاده شد. همچنین برای پیش‌بینی میزان اضطراب جدایی کودکان بر اساس نمرات اضطراب والدین، از رگرسیون خطی چندگانه (Multiple Linear Regression Analysis) استفاده گردید. تمامی آزمون‌ها در سطح اطمینان ۹۵ درصد ( $\alpha=0.05$ ) انجام شد. پیش از تحلیل‌های استنباطی، مفروضه‌های نرمال بودن داده‌ها، خطی بودن رابطه متغیرها و استقلال خطاها بررسی و تأیید گردید.

## 5. یافته‌ها

در این فصل، نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل داده‌های گردآوری‌شده از پرسشنامه‌های اضطراب والدین (DASS-21) و اضطراب جدایی کودکان (SCAS-P) ارائه می‌شود. تحلیل‌ها در دو سطح توصیفی و استنباطی انجام گرفته و با هدف پاسخ‌گویی به فرضیه‌های پژوهش و بررسی الگوی ارتباطی میان متغیرها صورت گرفته است. در ابتدا ویژگی‌های جمعیت‌شناختی و توصیف داده‌ها بیان می‌شود، سپس نتایج تحلیل‌های همبستگی و رگرسیونی ارائه و در نهایت، تبیین نظری یافته‌ها و کاربردهای عملی آن‌ها مورد بحث قرار می‌گیرد.

### 1.5. توصیف داده‌ها و ویژگی‌های جمعیت‌شناختی نمونه

نمونه آماری پژوهش شامل ۱۲۰ والد و کودک در محدوده سنی ۴ تا ۷ سال بود. میانگین سنی کودکان ۶/۵ سال (انحراف معیار = ۸/۰) گزارش شد و ۵۱ درصد آن‌ها دختر و ۴۹ درصد پسر بودند که ترکیب نسبتاً متعادلی از نظر جنسیت ایجاد می‌کرد. از میان والدین شرکت‌کننده، ۶۸ نفر (۷۶٪/۵۶) مادر و ۵۲ نفر (۴۳٪/۳۷) پدر بودند. میانگین سنی والدین ۴/۳۵ سال بود و دامنه سنی آن‌ها بین ۲۵ تا ۴۸ سال متغیر بود. از لحاظ تحصیلات، ۵۷ درصد دارای مدرک دانشگاهی (کارشناسی یا بالاتر) و ۴۳ درصد دارای تحصیلات دیپلم یا پایین‌تر بودند. بررسی وضعیت اشتغال نشان داد که ۶۲ درصد از والدین شاغل و ۳۸ درصد خانه‌دار بودند. این توزیع‌ها بیانگر آن است که نمونه از تنوع مناسبی از نظر ویژگی‌های جمعیت‌شناختی برخوردار بوده و برای تحلیل همبستگی میان متغیرهای روان‌شناختی مناسب است.

در مورد متغیرهای اصلی پژوهش، میانگین نمره اضطراب والدین بر اساس پرسشنامه‌ی DASS-21 برابر با ۸/۱۵ (انحراف معیار = ۴/۶) به‌دست آمد. این میزان در دامنه‌ی متوسط قرار دارد و نشان می‌دهد که اکثر والدین نمونه دارای سطح اضطراب خفیف تا متوسط هستند. همچنین میانگین نمره اضطراب جدایی کودکان بر اساس مقیاس SCAS-P برابر با ۹/۱۳ (انحراف معیار = ۱/۵) بود که نشان‌دهنده سطح نسبتاً معمول اضطراب در این گروه سنی است. بررسی نرمال بودن داده‌ها با استفاده از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف نشان داد که توزیع هر دو متغیر نرمال است ( $p>0.05$ )، بنابراین استفاده از آزمون‌های پارامتریک مجاز بود. در تحلیل فراوانی‌ها مشخص شد که حدود ۳۲ درصد از کودکان دارای اضطراب جدایی بالا (بیش از یک انحراف معیار بالاتر از میانگین) بودند. همچنین ۲۸ درصد از والدین نیز در دامنه اضطراب بالا قرار داشتند. این همپوشانی اولیه بین اضطراب والدین و اضطراب کودکان، فرضیه‌ی پژوهش مبنی بر وجود ارتباط معنادار میان این دو متغیر را تقویت کرد. تحلیل توصیفی جداگانه بر اساس جنسیت کودک نشان داد که میانگین نمره اضطراب جدایی در دختران ۲/۱۴ و در پسران ۶/۱۳ بود. اگرچه تفاوت جزئی وجود داشت، اما در این مرحله تفاوت از نظر آماری معنی‌دار نبود. در مقابل، در میان والدین، میانگین اضطراب مادران (۱/۱۷) به‌طور محسوسی از میانگین اضطراب پدران (۰/۱۴) بالاتر بود. این تفاوت در تحلیل‌های استنباطی بعدی بررسی شد. در مجموع، داده‌های توصیفی پایه‌ای برای آزمون‌های همبستگی و رگرسیونی فراهم کردند و نشان دادند که شدت اضطراب والد می‌تواند نقش بالقوه‌ای در تبیین اضطراب جدایی کودک داشته باشد.

### 2.5. بررسی رابطه میان اضطراب والدین و اضطراب جدایی کودکان

برای آزمون فرضیه‌ی نخست مبنی بر وجود رابطه‌ی مستقیم میان اضطراب والدین و اضطراب جدایی کودکان، از ضریب همبستگی پیرسون ( $r$ ) استفاده شد. نتایج نشان داد که بین اضطراب والدین و اضطراب جدایی کودکان رابطه‌ی مثبت و معناداری وجود دارد ( $r=0.59, p<0.001$ ). این مقدار ضریب نشانگر رابطه‌ی متوسط به بالا است و بیانگر آن است که هر چه سطح اضطراب در والدین افزایش یابد، میزان اضطراب جدایی در کودکان نیز به‌طور معناداری بیشتر می‌شود.

این یافته با چارچوب نظری پژوهش و مطالعات پیشین همسو است. از دیدگاه نظریه دلبستگی بالبی، اضطراب والدین می‌تواند از طریق ارسال پیام‌های هیجانی ناایمن و واکنش‌های بیش‌ازحد در موقعیت‌های جدایی، احساس امنیت پایه‌ای کودک را تضعیف کند. در نتیجه، کودک در مواجهه با موقعیت‌های جدایی، ترس و نگرانی بیشتری نشان می‌دهد. همچنین از دیدگاه یادگیری اجتماعی بندورا، کودک رفتار والد مضطرب را مشاهده و درونی می‌کند؛ بدین معنا که واکنش‌های اضطرابی والد در هنگام جدایی، به‌عنوان الگوی پاسخ هیجانی «طبیعی» در ذهن کودک ثبت می‌شود.

به‌منظور بررسی پایداری این رابطه، تحلیل‌های جداگانه برای مادران و پدران انجام شد. نتایج نشان داد که همبستگی میان اضطراب مادر و اضطراب جدایی کودک  $r = 0.67$  ( $p < 0.001$ ) و میان اضطراب پدر و اضطراب جدایی کودک  $r = 0.41$  ( $p = 0.002$ ) است. این نتایج بیانگر آن است که تأثیر اضطراب مادران بر اضطراب جدایی کودکان قوی‌تر از تأثیر اضطراب پدران است. این تفاوت ممکن است ناشی از نقش ارتباطی نزدیک‌تر مادر با کودک در سال‌های اولیه رشد باشد، زیرا در این سنین مادر معمولاً مراقب اصلی است و تعاملات عاطفی بیشتری دارد. افزون بر این، در تحلیل متقاطع جنسیت والد و کودک مشاهده شد که در خانواده‌هایی که مادر اضطراب بالاتری داشت، دختران نسبت به پسران سطوح بالاتری از اضطراب جدایی نشان دادند. این یافته احتمال وجود همانندسازی هیجانی بیشتر میان مادر و دختر را در فرهنگ ایرانی تقویت می‌کند. در مقابل، اضطراب پدران تأثیر معناداری بر تفاوت‌های جنسیتی کودکان نداشت. در مجموع، یافته‌های این بخش نشان دادند که اضطراب والدین، به‌ویژه مادران، یکی از عوامل اصلی و تعیین‌کننده در بروز اضطراب جدایی کودکان است.

### 3.5. تحلیل رگرسیونی و تبیین نظری یافته‌ها

برای بررسی توان پیش‌بینی اضطراب والدین در بروز اضطراب جدایی کودکان، از تحلیل رگرسیون خطی چندگانه استفاده شد. در مدل نخست، متغیر مستقل اضطراب والدین به‌تنهایی وارد مدل شد. نتایج نشان داد که این متغیر توانسته است ۳۵ درصد از واریانس اضطراب جدایی کودکان را تبیین کند ( $R^2 = 0.35$ ,  $F(1,118) = 64.5$ ,  $p < 0.001$ ). ضریب بتای استاندارد ( $\beta = 0.59$ ) نیز حاکی از رابطه مثبت و معنادار میان دو متغیر است. در مدل دوم، متغیرهای کنترلی شامل جنسیت والد، سن کودک و سطح تحصیلات والد افزوده شدند. نتایج این مدل نشان داد که مقدار تبیین واریانس به ۳۸/۰ افزایش یافت، اما اضطراب والدین همچنان مهم‌ترین پیش‌بینی‌کننده باقی ماند ( $\beta = 0.56$ ,  $p < 0.001$ ). در میان متغیرهای کنترل، تنها جنسیت والد (مادر بودن) اثر معناداری نشان داد ( $\beta = 0.21$ ,  $p = 0.034$ )، در حالی‌که سن کودک و تحصیلات والدین اثر معناداری نداشتند ( $p > 0.05$ ).

نتایج رگرسیونی نشان می‌دهد که افزایش اضطراب والدین با افزایش قابل‌توجه اضطراب جدایی کودکان همراه است و این اثر مستقل از سایر متغیرهای جمعیت‌شناختی باقی می‌ماند. این یافته با نظریه دلبستگی بالبی همسو است، چراکه اضطراب والد به‌ویژه اضطراب مادر، می‌تواند مانع ایفای نقش «پایگاه امن» در روابط اولیه شود. همچنین از منظر نظریه یادگیری اجتماعی بندورا، این یافته‌ها بیانگر الگوبرداری هیجانی کودک از والدین هستند. از دیدگاه مدل زیستی-روانی-اجتماعی نیز می‌توان گفت که اضطراب والدین نه تنها پیامد ویژگی‌های روان‌شناختی آنان است بلکه در تعامل با عوامل فرهنگی و اجتماعی معنا می‌یابد. در جوامعی مانند ایران که پیوندهای خانوادگی و وابستگی عاطفی بسیار پررنگ است، اضطراب والدین می‌تواند اثر مضاعفی بر تجربه اضطراب کودک بگذارد. در چنین فرهنگی، حتی واکنش‌های ملایم اضطرابی والد ممکن است از سوی کودک به‌عنوان نشانه‌ای از خطر درک شود و در نتیجه به اضطراب جدایی منجر شود.

### 4.5. تحلیل تکمیلی و کاربردهای عملی یافته‌ها

به‌منظور درک عمیق‌تر از داده‌ها، بخش‌های کیفی پرسشنامه‌ها و مشاهدات پژوهشگر نیز مورد تحلیل محتوایی قرار گرفت. والدینی که اضطراب بالاتری داشتند، در بخش بازپاسخ، رفتارهایی مانند «نگرانی شدید هنگام ترک کودک در مهد»، «تماس‌های مکرر با مربی برای اطمینان از وضعیت فرزند» و «اجتناب از سپردن کودک به سایر اعضای خانواده» را گزارش کردند. در مقابل، والدینی با اضطراب پایین‌تر رفتارهایی مانند «تشویق به استقلال»، «توضیح آرام و منطقی درباره جدایی» و «ایجاد فرصت‌های تدریجی برای دوری کوتاه‌مدت از والد» را ذکر کردند. این یافته‌ها به‌صورت کیفی تأیید می‌کنند که الگوهای هیجانی والدین و شیوه‌های فرزندپروری آنان نقش مستقیمی در تنظیم هیجان کودک دارند. به لحاظ کاربردی، نتایج پژوهش می‌تواند در طراحی برنامه‌های مداخله‌ای خانواده‌محور مورد استفاده قرار گیرد. آموزش والدین درباره تنظیم هیجان، مهارت‌های مقابله با استرس و راهبردهای فرزندپروری حمایت‌گرا می‌تواند به کاهش اضطراب والدین و در نتیجه کاهش اضطراب جدایی کودکان کمک کند. علاوه بر این، پیشنهاد می‌شود مراکز پیش‌دبستانی و مدارس ابتدایی با بهره‌گیری از رویکردهای «والد-کودک محور» برنامه‌هایی طراحی کنند که والدین نیز در فرآیند آماده‌سازی کودکان برای جدایی تدریجی نقش فعال داشته باشند.



از منظر نظری، یافته‌های این پژوهش تأیید می‌کند که اضطراب والدین نه صرفاً یک متغیر فردی بلکه پدیده‌ای نظام‌مند است که در بستر روابط عاطفی خانواده معنا می‌یابد. بنابراین، هرگونه مداخله مؤثر باید بر تنظیم هیجان در سطح خانواده و تعامل دوطرفه‌ی والد-کودک تمرکز داشته باشد. این پژوهش با ارائه‌ی شواهد تجربی از جامعه‌ی ایرانی، خلأ مطالعات فرهنگی را نیز پوشش داده و می‌تواند مبنایی برای مداخلات روان‌شناختی بومی و فرهنگی‌محور در حوزه‌ی پیشگیری از اضطراب دوران کودکی فراهم سازد.

## 6. بحث

### 1.6. تفسیر نتایج

یافته‌های این پژوهش نشان داد میان اضطراب والدین و نشانه‌های اضطراب جدایی کودکان ۴ تا ۷ سال رابطه‌ای مثبت و معنادار وجود دارد و اضطراب والدین حدود ۳۵٪ از واریانس اضطراب جدایی را پیش‌بینی می‌کند. این اندازه اثر، از منظر بالینی معنادار است؛ زیرا در گروه سنی پیش‌دبستان که شکل‌گیری نظام دلبستگی و مهارت‌های تنظیم هیجان هنوز در حال تکوین است، سهم یکسوم تبیین واریانس به وسیله یک عامل قابل مداخله (اضطراب والد) نشان می‌دهد مداخلات خانواده‌محور می‌توانند به صورت مستقیم بر پیامدهای کودک اثر بگذارند. از سوی دیگر، شدت ارتباط در مادران نسبت به پدران بیشتر بود؛ الگویی که با نقش‌های مراقبتی اولیه و میزان تماس هیجانی-رفتاری بیشتر مادر با کودک در فرهنگ ایرانی همخوان است. این یافته با چارچوب نظریه دلبستگی بالبی سازگار است؛ جایی که «پایگاه امن» والد، عامل کلیدی برای تحمل‌پذیری کودک در مواجهه با جدایی تلقی می‌شود. وقتی خود والد مضطرب است، کارآمدی پایگاه امن کاهش یافته و پیام‌های ضمنی «خطر/ناایمنی» به کودک مخابره می‌شود؛ در نتیجه آستانه برانگیختگی اضطرابی کودک در موقعیت جدایی پایین می‌آید.

از منظر یادگیری اجتماعی بندورا نیز یافته‌ها معنای روشنی دارند: کودکان از طریق مشاهده الگوهای هیجانی والدین، نحوه ارزیابی موقعیت‌ها و پاسخ به تهدید (مثل جدایی) را فرا می‌گیرند. هرچه والد در هنگام خداحافظی، ورود به مهد یا جدا شدن از اتاق واکنش‌های برانگیخته‌تر (نگرانی، چک کردن مکرر، تاخیر انداختن جدایی، بازگرداندن کودک) نشان دهد، پیام تقویت‌کننده‌ای درباره خطر ادراک شده انتقال می‌یابد و به حلقه نگهدارنده اضطراب جدایی می‌انجامد. وجود رفتارهای سازگارانه (آماده‌سازی تدریجی، تقویت استقلال، برجسبگذاری هیجان و آرام‌سازی) در خانواده‌های با اضطراب پایین‌تر که در داده‌های کیفی مشاهده شد، دقیقاً عکس همین چرخه را فعال می‌کند و به خاموشی تدریجی پاسخ‌های اضطرابی کودک کمک می‌کند.

غلبه اثر مادر بر پدر، علاوه بر تفاوت در مجاورت هیجانی، ممکن است به الگوهای همانندسازی جنسیتی (مادر-دختر) و نیز انتظارات فرهنگی از مراقبت‌گری عاطفی مادر مرتبط باشد. همزمان، عدم تفاوت معنادار دختر-پسر در سطح کلی اضطراب جدایی در این سنین نشان می‌دهد که عوامل بافتی خانواده (نه صرفاً جنسیت کودک) محرک‌های اصلی‌اند. در سطح روش‌شناختی، استفاده از ابزارهای استاندارد مثل DASS-21/BAI برای اضطراب والد و SCAS-P برای اضطراب جدایی کودک (قابلیت مقایسه با ادبیات را بالا می‌برد و نرمال‌بودن توزیع‌ها، به‌کارگیری آزمون‌های پارامتریک را موجه کرده است. در تحلیل‌های چندمتغیره نیز حتی با کنترل سن کودک و تحصیلات والد، اثر اضطراب والد پابرجا ماند؛ بنابراین احتمال تبیین‌های بدیل صرفاً جمعیت‌شناختی کاهش می‌یابد. در مجموع، شواهد این مطالعه مؤید این فرض است که «هیجان والد» یک متغیر فرایندی مرکزی در زنجیره خطر اضطراب جدایی کودکان پیش‌دبستانی است و هدف‌گذاری آن می‌تواند به صورت مستقیم و غیرمستقیم از مسیر کاهش «همراهی و تسهیل اضطرابی» یا همان (family accommodation) علائم کودک را کاهش دهد. این نتیجه با خط پژوهشی اخیر درباره نقش باورهای والد، سبک‌های کنترل/حمایت افراطی و همراهی خانواده با اجتناب‌های کودک هم‌راستا است.

### 2.6. مقایسه با مطالعات پیشین

در مطالعه ای، دی‌باروس و همکاران (2020) نشان دادند که «همراهی خانوادگی» عامل میانجی بین اضطراب کودک و افت عملکرد اوست؛ هر قدر خانواده بیشتر به خواسته‌های اضطرابی کودک پاسخ دهد یا اجتناب‌های او را تسهیل کند، ناتوانی عملکردی کودک افزایش می‌یابد. یافته ما که اضطراب والد را پیش‌بینی‌کننده مستقیم اضطراب جدایی می‌داند، با این نتیجه همسو است، زیرا اضطراب والد نیز احتمال بروز رفتارهای همراه‌ساز را بالا می‌برد و در چرخه تداوم اضطراب کودک نقش دارد. تفاوت اصلی در دامنه سنی است؛ پژوهش دی‌باروس طیف وسیع‌تری از کودکان را شامل می‌شد، درحالی‌که مطالعه ما به‌طور خاص بر گروه حساس ۴ تا ۷ سال تمرکز دارد، جایی‌که تجربه نخستین جدایی‌ها از والد شکل می‌گیرد. در همین راستا، جانکو و همکاران (2022) دریافتند که باورهای منفی والد درباره اضطراب کودک و ناایمنی

دلبستگی والد با افزایش رفتارهای همراهی و در نهایت با شدت اضطراب کودک مرتبط است (Johnco et al., 2022). این مدل مسیر که باورهای والد و همراهی خانوادگی شدت علائم کودک را توصیف می‌کند، با یافته ما همسو است و درعین‌حال، پژوهش ما نشان داد حتی بدون مداخله مستقیم باورهای والد، «حالت هیجانی کلی والد» به‌تنهایی می‌تواند بخش قابل‌توجهی (حدود ۳۵٪) از واریانس اضطراب جدایی کودک را تبیین کند. در همین بازه زمانی، مندز و همکاران (2022) نسخه والدین مقیاس اضطراب جدایی کودکان (CSAS-P) را اعتبارسنجی کردند و ساختار عاملی و پایایی مطلوبی به‌دست آوردند (Méndez et al., 2022). یافته آنان با کار ما هم‌راستا است زیرا هر دو پژوهش به اتکاپذیری گزارش والد در سنین پیش‌دبستان اشاره دارند، گرچه هر دو تأکید می‌کنند که باید اثر سوگیری هیجانی والد مضطرب کنترل شود تا سنجش دقیق‌تر گردد.

در ادامه این خط پژوهش، تو و همکاران (2024) در یک فراتحلیل جامع نشان دادند که اختلالات خلقی والدین همچون افسردگی یا اختلال دوقطبی با افزایش خطر ابتلا به انواع اختلالات اضطرابی فرزندان ارتباط دارد (Tu, Manley, Saunders, & Creswell, 2024)؛ این نتیجه از منظر انتقال بین‌نسلی آسیب‌پذیری هیجانی با مطالعه ما همسو است و بر اهمیت سلامت روان والد در پیشگیری از اضطراب کودکان تأکید دارد. در همین سال، ویکس و همکاران (2024) گزارش کردند که پیوند میان «همراهی خانوادگی» و «نشانه‌های اضطراب جدایی» در کودکانی با دلبستگی ناایمن شدیدتر است (Weeks et al., 2024)، که تأییدی بر نقش کیفیت دلبستگی در تقویت یا تضعیف اثر اضطراب والد است. مطالعه ما نیز مسیر والد-کودک را در اضطراب جدایی غالب یافت و این همخوانی دو پژوهش نشان می‌دهد سیگنال‌های هیجانی والد، وقتی دلبستگی ایمن نباشد، قوی‌تر در ذهن کودک رمزگذاری می‌شود.

در نهایت، دو پژوهش مهم مسیر کاربردی یافته‌ها را روشن کردند. رینکس و همکاران (2025) در یک فراتحلیل نشان دادند که مداخلات والد-محور می‌توانند علائم اضطراب کودک را کاهش دهند (Rienks et al., 2025)، هرچند کیفیت شواهد هنوز متوسط گزارش شده است. این نتیجه با پیشنهاد کاربردی ما همسو است که تأکید می‌کند آموزش والدین در زمینه تنظیم هیجان، بازسازی باورهای تهدیدآمیز و کاهش رفتارهای همراه ساز باید در اولویت مداخلات ایرانی قرار گیرد. همچنین آلکن و همکاران (2025) در یک فراتحلیل درباره سرایت ترس از والد به کودک نشان دادند که مسیرهای مدل‌سازی، انتقال اطلاعات منفی و تقویت/تنبیه، حتی با اندازه اثر کوچک حدود ( $r \approx 0.24$ )، به افزایش اضطراب‌پذیری کودک منجر می‌شوند (Alcan et al., 2025). این یافته با تبیین ما بر اساس یادگیری اجتماعی بندورا کاملاً همسو است و توضیح می‌دهد چگونه رفتارهای مضطرب والد در لحظه جدایی، از طریق مشاهده و الگوگیری، به اضطراب کودک تبدیل می‌شود.

### 3.6. محدودیت‌های پژوهش

پژوهش حاضر با وجود دستاوردهای تجربی و نظری خود، دارای چند محدودیت روشی و اجرایی است که تفسیر نتایج را باید با در نظر گرفتن آن‌ها انجام داد. نخست آن‌که، طراحی مقطعی-همبستگی پژوهش امکان استنتاج علی را محدود می‌کند. هرچند جهت‌گیری نظری و همسویی یافته‌ها با مطالعات طولی پیشین درباره نقش همراهی خانواده و باورهای والدین مؤید آن است که اضطراب والد معمولاً مقدم بر تداوم و تشدید اضطراب جدایی در کودک عمل می‌کند، اما احتمال بازخورد دوسویه نیز وجود دارد؛ به‌گونه‌ای که اضطراب کودک می‌تواند به افزایش نگرانی، حساسیت و رفتارهای سازگارانه‌ی بیش از حد (accommodation) در والد منجر شود. شواهد پژوهشی نیز نشان داده‌اند که رابطه‌ی والد و اضطراب کودک ماهیتی تعاملی و دوسویه دارد. بنابراین، انجام پژوهش‌های آینده با استفاده از طرح‌های طولی یا مدل‌های پانلی RI-CLPM به‌منظور تفکیک اثرات «بین‌خانواده‌ای» از «درون‌خانواده‌ای» توصیه می‌شود تا مسیرهای علی با دقت بیشتری مشخص گردد.

دوم، اتکا به داده‌های خودگزارش یا والدگزارش می‌تواند منشأ سوگیری باشد. والدین مضطرب ممکن است شدت علائم اضطراب کودک را بیش از واقعیت ادراک و گزارش کنند (پدیده‌ی واریانس روش مشترک) یا shared method variance هرچند ابزارهای به‌کاررفته در پژوهش از روایی و پایایی مطلوبی برخوردارند و استفاده از والدگزارش برای گروه سنی پیش‌دبستانی امری رایج است، ترکیب آن با داده‌های مشاهده‌ای مربیان یا مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته می‌تواند دقت تشخیص و تمایز علائم واقعی از بازنمایی هیجانی والد را افزایش دهد. مطالعات روان‌سنجی بر روی مقیاس SCAS-P نیز اعتبار والدگزارش را برای این رده‌ی سنی تأیید کرده‌اند، با این حال پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی از منابع چندگانه‌ی داده (multi-informant) شامل والد، مربی و مشاهده‌گر مستقل استفاده شود تا برآوردها از سوگیری احتمالی مصون بمانند. سوم، نمونه‌گیری از مراکز پیش‌دبستانی شهری دامنه‌ی تعمیم‌پذیری یافته‌ها را محدود می‌سازد. تفاوت‌های فرهنگی و اجتماعی میان مناطق شهری و روستایی یا میان شهرهای مختلف می‌تواند بر شیوه‌های مراقبت از کودک، الگوهای دلبستگی و نقش‌های جنسیتی تأثیرگذار باشد.

از این رو، انجام پژوهش‌هایی با نمونه‌های چندشهری یا چنداستانی ضروری است تا ناهمگنی فرهنگی کنترل و قابلیت تعمیم نتایج افزایش یابد. افزون بر این، هرچند حجم نمونه‌ی فعلی برای آزمون‌های پارامتریک کفایت دارد، برای تحلیل مدل‌های تعاملی پیچیده‌تر مانند بررسی نقش تعدیلگر امنیت دلبستگی یا تحریک‌پذیری کودک نمونه‌های بزرگتر توصیه می‌شود. پژوهش‌های اخیر نیز نشان داده‌اند که تعامل میان امنیت دلبستگی کودک و همراهی هیجانی خانواده می‌تواند در شکل‌گیری اضطراب جدایی نقش مهمی ایفا کند؛ بنابراین اجرای تحلیل‌های تعدیلگری و میانجی‌گری برای درک ظرافت‌های این روابط ضروری است.

چهارم، در این مطالعه متغیرهای مهمی همچون تحریک‌پذیری خلقی کودک، شبکه‌های فرزندپروری اختصاصی (کنترل یا حمایت افراطی)، باورهای والدین درباره‌ی اضطراب و شدت رفتارهای سازگارانه‌ی والد (accommodation) به‌طور مستقیم سنجیده نشدند. گنجاندن این متغیرها در مدل تحلیلی می‌تواند میزان خطای برآورد را کاهش داده و سهم یکتای اضطراب والد را با دقت بیشتری مشخص کند. پژوهش‌های جدید نشان داده‌اند که تحریک‌پذیری کودک و باورهای والد درباره‌ی اضطراب، نقش تعدیل‌کننده یا میانجی‌گر در رابطه‌ی اضطراب والد-کودک ایفا می‌کنند؛ از این رو، گام بعدی در توسعه‌ی این خط پژوهشی باید به‌سوی مدل‌های چندمتغیره‌ی علی و ساختاری (SEM) با در نظر گرفتن این سازوکارهای میانجی حرکت کند تا درک جامع‌تری از تعامل عوامل زیستی، شناختی و خانوادگی حاصل شود.

پنجم، با وجود آن‌که مطالعه‌ی حاضر نخستین پژوهش بومی در ایران با تمرکز ویژه بر رابطه‌ی اضطراب والد و نشانه‌های اضطراب جدایی در کودکان ۴ تا ۷ ساله است، نبود داده‌های مرجع بومی (normative data) برای مقیاس‌های مورد استفاده، یکی از محدودیت‌های مهم به شمار می‌رود. نبود هنجارهای محلی ممکن است تفسیر نمرات به‌ویژه در مرزهای بالینی را دشوار کند. بنابراین پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده به هنجاریابی بومی ابزارهای کلیدی نظیر (SCAS-P) یا (DASS-21) یا (BAI) در جامعه‌ی ایرانی بپردازند تا مقایسه‌های درون‌فرهنگی و تحلیل‌های بالینی دقیق‌تر انجام شود.

در مجموع، با وجود این محدودیت‌ها، پژوهش حاضر گامی ابتدایی ولی ارزشمند در جهت شناخت نقش اضطراب والدین در بروز اضطراب جدایی در کودکان ایرانی است. تداوم این خط پژوهشی از طریق طرح‌های طولی، استفاده از منابع چندگانه‌ی داده و تحلیل‌های میان‌فرهنگی، می‌تواند به توسعه‌ی نظریه‌ها و طراحی مداخلات مؤثر در حوزه‌ی پیشگیری و درمان اضطراب کودکان در بافت فرهنگی ایران یاری رساند.

#### 4.6. پیامدهای عملی

یافته‌های پژوهش حاضر پیامدهای کاربردی متعددی برای طراحی مداخلات روان‌شناختی و آموزشی در سطح خانواده و مراکز پیش‌دبستانی دارد. نخست آن‌که، بر اساس سهم ۳۵ درصدی اضطراب والدین در تبیین نشانه‌های اضطراب جدایی کودکان و با توجه به شواهد فراطراحی‌لی جدید مبنی بر اثربخشی مداخلات والد-محور، هرچند با قطعیت متوسط، پیشنهاد می‌شود مداخله‌های والد-محور به‌عنوان اهرم اصلی پیشگیری و درمان در برنامه‌های مراکز پیش‌دبستانی در اولویت قرار گیرند. مداخلاتی که مستقیماً بر تنظیم هیجان والدین، اصلاح باورهای تهدیدمحور نسبت به اضطراب کودک و کاهش رفتارهای سازگارانه‌ی افراطی (accommodation) تمرکز دارند، می‌توانند به‌طور چشمگیری علائم اضطراب کودک را کاهش دهند. اجرای بسته‌های آموزشی کوتاه‌مدت با محتوای رفتاری-آموزشی برای والدین، شامل آموزش مواجهه‌ی تدریجی کودک با موقعیت‌های جدایی، شیوه‌ی خداحافظی مؤثر، مدیریت درخواست‌های اطمینان‌جویی مکرر و تقویت رفتارهای استقلال‌طلبانه، از جمله اقدامات پیشنهادی بر اساس شواهد علمی موجود است.

دوم، توجه ویژه به لحظه‌ی جدایی و روتین‌های انتقال بین خانه و مهدکودک از اهمیت بالایی برخوردار است. یافته‌های پژوهش و مرور ادبیات نشان می‌دهد که علائم اضطراب جدایی بیش از سایر انواع اضطراب، نسبت به رفتار والدین در این لحظات حساسیت دارند. بنابراین طراحی و اجرای «پروتکل‌های ورود و خروج» ساختارمند در مهدکودک‌ها، شامل خداحافظی کوتاه، قابل پیش‌بینی و بدون بازگشت مکرر، استفاده از نشانه‌های ایمن ثابت مانند شیء انتقالی (transitional object) و حضور مربیان آموزش‌دیده برای همراهی کودک در دقایق ابتدایی جدایی، می‌تواند در شکستن چرخه‌ی اجتناب و اطمینان‌جویی مؤثر باشد. در خانواده‌هایی که الگوی دلبستگی ناایمن میان والد و کودک مشاهده می‌شود، همکاری سه‌جانبه‌ی مربی، والد و کودک در قالب طرحی هدفمند برای کاهش رفتارهای اضطرابی و کنترل accommodation والد، اهمیت دوچندان دارد.

سوم، استقرار نظام غربالگری اولیه و مراقبت پله‌ای (stepped-care) در مراکز آموزشی می‌تواند نقش مهمی در شناسایی زودهنگام موارد پرخطر ایفا کند. پیشنهاد می‌شود در فرآیند ثبت‌نام کودکان، غربالگری کوتاه اضطراب والدین از طریق زیربعد اضطراب پرسش‌نامه DASS-21 و فهرست نشانه‌های اضطراب جدایی در کودک انجام شود. بر اساس شدت علائم، خانواده‌ها می‌توانند در مسیرهای مداخله‌ای متفاوت قرار گیرند؛ از برنامه‌های خودیاری برای موارد خفیف تا

گروه های آموزشی والدین برای موارد متوسط و ارجاع به خدمات تخصصی برای موارد شدید. مطالعات نشان می دهد که حتی مداخلات والد محور کوتاه مدت و کم فشار نیز می توانند اثرات درمانی قابل توجهی داشته و از نیاز به مداخلات کودک محور پرهزینه بکاهند. چهارم، لازم است در تمامی برنامه های آموزشی بر رصد و اصلاح باورهای والدین درباره ی اضطراب کودک تأکید شود. باورهایی مانند «اضطراب نشانه ی ناتوانی یا خطر» معمولاً موجب افزایش رفتارهای محافظتی افراطی و تداوم علائم اضطراب در کودک می شوند. در این راستا، طراحی ماژول های بازسازی شناختی والدین با محورهایی چون اصلاح برآورد خطر، افزایش تحمل پذیری نسبت به ناراحتی کودک و جایگزینی اطمینان جویی با تقویت شجاعت و خودکارآمدی کودک ضروری است. افزودن مؤلفه ی کوتاه «ذهن آگاهی والد (Parent Mindfulness)» نیز می تواند به افزایش خویشتن داری هیجانی، کاهش واکنش پذیری اضطرابی و بهبود کیفیت تعامل والد-کودک کمک کند.

پنجم، در زمینه ی بومی سازی فرهنگی مداخلات برای جامعه ی ایران، باید توجه داشت که نزدیکی عاطفی خانواده ها، ارزش های پیوندی و نقش پررنگ خویشاوندان در تربیت کودک ممکن است آستانه ی بروز accommodation را افزایش دهد. از این رو، محتوای آموزشی باید با مثالها و موقعیت های فرهنگی بومی مانند شیوه های متداول خداحافظی، نقش حمایتی مادر بزرگ و پدر بزرگ و انتظارات خویشاوندان از رفتار والد طراحی شود. علاوه بر آن، تولید مواد آموزشی چندزبانه و تصویری متناسب با سطوح تحصیلی مختلف والدین، می تواند دسترسی و درک مفاهیم آموزشی را بهبود بخشد. نظارت مستمر و سوپرویزن مربیان در اجرای دقیق این مداخلات برای تضمین اثربخشی آنها ضروری است.

در نهایت، پیشنهاد می شود مراکز پیش دبستانی با رویکرد پژوهش عمل یکپارچه (Research-Practice Integration) عمل کنند. ثبت شاخص های فرایندی مانند میزان تماس والد با مهد، دفعات بازگشت به کلاس، تماس های تلفنی و مدت زمان حضور والد در محیط مهد می تواند داده های واقعی و ارزشمندی برای ارزیابی اجرای پروتکل ها فراهم آورد. این داده ها امکان بهبود مستمر مداخلات بر اساس شواهد واقعی را فراهم می سازد. همچنین استفاده ی دوره ای از ابزارهای استاندارد نظیر CSAS-P یا SCAS-P برای سنجش دوره ای علائم اضطراب جدایی، به مراکز اجازه می دهد تا روند تغییرات را به صورت داده محور رصد کنند و اثربخشی برنامه ها را به طور مستمر بهبود بخشند.

در مجموع، پیامدهای عملی این پژوهش بر ضرورت تمرکز بر والدین به عنوان محور اصلی مداخلات، سازمان دهی لحظه های کلیدی جدایی، استقرار نظام های غربالگری و مراقبت چندسطحی، و بومی سازی محتوای آموزشی تأکید دارد. اجرای چنین برنامه هایی می تواند به ارتقای سلامت هیجانی کودکان، بهبود تعامل والد-کودک و پیشگیری مؤثر از شکل گیری الگوهای اضطرابی در سال های آغازین زندگی منجر شود.

## 7. نتیجه گیری

این پژوهش با هدف بررسی رابطه بین اضطراب والدین و نشانه های اضطراب جدایی در کودکان ۴ تا ۷ ساله انجام شد تا روشن سازد که چگونه هیجان و نگرانی والدین می تواند بر تجربه اضطراب در کودکان تأثیر بگذارد و چه میزان از واریانس این پدیده را تبیین می کند. پرسش های اصلی پژوهش چنین بودند: اولاً، رابطه ی میان اضطراب والدین و نشانه های اضطراب جدایی در کودکان ۴ تا ۷ ساله در بافت فرهنگی ایران چگونه است؟ ثانیاً، تا چه اندازه متغیرهایی مانند سبک دلبستگی و باورهای والد درباره ی اضطراب می توانند نقش میانجی یا تعدیلگر در این رابطه ایفا کنند؟ در نهایت، چگونه می توان بر مبنای یافته های این پژوهش، مداخلات والد محور بومی و مؤثر برای پیشگیری از اضطراب جدایی کودکان طراحی کرد؟ در پاسخ به این پرسش ها، یافته ها نشان دادند که بین اضطراب والدین و اضطراب جدایی کودکان رابطه ای مثبت و معنادار وجود دارد و اضطراب والدین، به ویژه مادران، سهم قابل توجهی در پیش بینی اضطراب جدایی کودکان دارد.

نتایج تحلیل آماری نشان داد اضطراب والدین ۳۵٪ از واریانس اضطراب جدایی کودکان را تبیین می کند. همچنین، ضریب همبستگی بین اضطراب مادر و اضطراب جدایی کودک قوی تر از رابطه مشابه با پدر بود. این یافته ها تأیید می کنند که اضطراب والدین، به ویژه در سال های آغازین زندگی کودک، یکی از مؤثرترین عوامل در شکل گیری اضطراب جدایی است. یافته ها اهمیت قابل توجهی برای درک علمی و عملی دارند. از منظر نظری، نتایج با نظریه دلبستگی بالبی و نظریه یادگیری اجتماعی بندورا همسو است و نشان می دهد که کودک از طریق مشاهده، الگوبرداری و ارتباط عاطفی، الگوهای اضطرابی والد را درونی می کند. از دیدگاه کاربردی، نتایج پژوهش تأکید می کند که آموزش والدین در زمینه ی تنظیم هیجان و کاهش رفتارهای همراه ساز (accommodation) می تواند به کاهش چشمگیر اضطراب جدایی در کودکان منجر شود.



در زمینه‌ای گسترده‌تر، یافته‌ها نشان می‌دهد که اضطراب والدین نه تنها عامل فردی بلکه پدیده‌ای فرهنگی اجتماعی است که در خانواده‌های ایرانی به دلیل نزدیکی عاطفی و وابستگی شدید، تأثیری مضاعف بر کودک دارد. پژوهش‌های آینده باید با رویکرد طولی و چندمنبعی، مسیرهای علی، نقش باورهای والد و متغیرهای زیستی هیجانی کودک را بررسی کنند تا مدل جامعی از انتقال اضطراب والد کودک ارائه شود.

با وجود دستاوردهای مهم، مطالعه حاضر دارای محدودیت‌هایی است: اولاً، طراحی مقطعی مانع از استنتاج علی دقیق می‌شود و مطالعات طولی برای تأیید روابط دوسویه ضروری است. ثانیاً، اتکا به خودگزارش والدین ممکن است با سوگیری ادراکی همراه باشد؛ استفاده از ارزیابی چندمنبعی پیشنهاد می‌شود. در نهایت، نمونه‌گیری از مراکز شهری، تعمیم نتایج به مناطق روستایی یا فرهنگ‌های محلی را محدود می‌کند. در مجموع، نتایج این پژوهش نشان می‌دهد که اضطراب والدین، به‌ویژه اضطراب مادر، عامل تعیین‌کننده‌ای در بروز اضطراب جدایی در کودکان ۴ تا ۷ ساله است. بنابراین، تمرکز مداخلات پیشگیرانه بر والدین و آموزش مهارت‌های تنظیم هیجان می‌تواند راهبردی مؤثر برای ارتقای سلامت هیجانی کودکان ایرانی باشد.

## منابع

- [1] Alcan, E., Gessner, J., Stangier, G., Benke, C., Busin, J., Christiansen, H., & Melzig, C. A. (2025). The Association Between Parent-to-Child Fear Learning Pathways and Anxiety Sensitivity: A Systematic Review and Meta-analysis. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 1-27.
- [2] Anning, K. L., Langley, K., Hobson, C., De Sonnevile, L., & Van Goozen, S. H. (2024). Inattention symptom severity and cognitive processes in children at risk of ADHD: the moderating role of separation anxiety. *Child Neuropsychology*, 30(2), 264-288.
- [3] Bertelsen, T. B., Himle, J. A., & Håland, Å. T. (2023). Bidirectional relationship between family accommodation and youth anxiety during cognitive-behavioral treatment. *Child Psychiatry & Human Development*, 54(3), 905-912.
- [4] Bitsika, V., Sharpley, C., & Heyne, D. (2022). Risk for school refusal among autistic boys bullied at school: Investigating associations with social phobia and separation anxiety. *International Journal of Disability, Development and Education*, 69(1), 190-203.
- [5] Draisey, J., Halldorsson, B., Cooper, P., & Creswell, C. (2020). Associations between family factors, childhood adversity, negative life events and child anxiety disorders: an exploratory study of diagnostic specificity. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 48(3), 253-267.
- [6] Garmroudezhad Rostami, E., Touchette, É., Huynh, N., Montplaisir, J., Tremblay, R. E., Battaglia, M., & Boivin, M. (2020). High separation anxiety trajectory in early childhood is a risk factor for sleep bruxism at age 7. *Sleep*, 43, (7)zsz317.
- [7] Gilbert, M., Boecker, M., Reiss, F., Kaman, A., Erhart, M., Schlack, R., & Ravens-Sieberger, U. (2025). Gender and age differences in ADHD symptoms and co-occurring depression and anxiety symptoms among children and adolescents in the BELLA study. *Child Psychiatry & Human Development*, 56(4), 1162-1172.
- [8] Hannesdottir, D. K., Sigurjonsdottir, S. B., Njardvik, U., & Ollendick, T. H. (2018). Do youth with separation anxiety disorder differ in anxiety sensitivity from youth with other anxiety disorders? *Child Psychiatry & Human Development*, 49(6), 888-896.
- [9] Herren, C., In-Albon, T., & Schneider, S. (2013). Beliefs regarding child anxiety and parenting competence in parents of children with separation anxiety disorder. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 44(1), 53-60.
- [10] Johnco, C., Storch, E. A., Oar, E., McBride, N. M., Schneider, S., Silverman, W. K., & Lebowitz, E. R. (2022). The role of parental beliefs about anxiety and attachment on parental accommodation of child anxiety. *Research on Child and Adolescent Psychopathology*, 50(1), 51-62.
- [11] Méndez, X., Espada, J. P., Ortigosa, J. M., & García-Fernández, J. M. (2022). Validation of the Children's Separation Anxiety Scale-Parent Version (CSAS-P). *Frontiers in Psychology*, 13, 783.943
- [12] Mohammadi, M. R., Badrfam, R., Khaleghi, A., Hooshyari, Z., Ahmadi, N., & Zandifar, A. (2020). Prevalence, comorbidity and predictor of separation anxiety disorder in children and adolescents. *Psychiatric Quarterly*, 91(4), 1415-1429.
- [13] Rienks, K., Salemink, E., Sigurðardóttir, L. B. L., Melendez-Torres, G., Staaks, J. P., & Leijten, P. (2025). Supporting parents to reduce children's anxiety: A meta-analysis of interventions and their theoretical components. *Behaviour Research and Therapy*, 185, 104692.
- [14] Schlarb, A. A., Jaeger, S., Schneider, S., In-Albon, T., & Hautzinger, M. (2016). Sleep problems and separation anxiety in preschool-aged children: A path analysis. *Journal of child and family studies*, 25(3), 902-910.
- [15] Sheykhi, M., Pourvali, A., Ghandi, Y., Alaghmand, A., Zamanian, M., Eslambeik, T., & Tajerian, A. (2024). Exploring the relationship between asthma, its severity and anxiety symptoms in pediatric patients: a case-control study. *Journal of Asthma*, 61(5), 491-500.
- [16] Silove, D., Alonso, J., Bromet, E., Gruber, M., Sampson, N., Scott, K., . . . De Girolamo, G. (2015). Pediatric-onset and adult-onset separation anxiety disorder across countries in the World Mental Health Survey. *American Journal of Psychiatry*, 172(7), 647-656.
- [17] Simard, V., Morin, A. S., Godin, S., Boothman, L., & Lavoie, A.-J. (2023). Children's separation anxiety and nightmare frequency, distress, and separation-related content. *Current Psychology*, 42(12), 9652-9664.
- [18] Torabi Goodarzi, N., Nazeri, A., & Ghamarani, A. (2024). Designing and evaluating the efficacy of interactive drawing methods based on parent-child relationship on the symptoms of separation anxiety disorder in 6-8 year old children. *Journal of Psychological Science*, 23(139), 77-91.
- [19] Tu, E.-N., Manley, H., Saunders, K. E., & Creswell, C. (2024). Systematic review and meta-analysis: Risks of anxiety disorders in offspring of parents with mood disorders. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 63(4), 407-421.
- [20] Weeks, G. A., Sakmar, E., Clark, T. A., Rose, A. M., Silverman, W. K., & Lebowitz, E. R. (2024). Family accommodation and separation anxiety: the moderating role of child attachment. *Child Psychiatry & Human Development*, 1-10.
- [21] Yaffe, Y. (2021). A narrative review of the relationship between parenting and anxiety disorders in children and adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, 26(1), 449-459.