

بررسی رابطه بین سبک‌های فرزندپروری، تعارض والدین و مشکلات تنظیم هیجان کودکان با نقش میانجی امنیت دلبستگی

مشخصات نویسندگان:

چکیده

هدف: هدف پژوهش حاضر تبیین تجربه والدین از چگونگی ارتباط سبک‌های فرزندپروری و تعارض والدین با مشکلات تنظیم هیجان کودکان و روشن‌سازی نقش فرایندی امنیت دلبستگی در این ارتباط بود.

مواد و روش‌ها: این پژوهش با رویکرد کیفی و روش تحلیل مضمون انجام شد. مشارکت‌کنندگان شامل ۲۴ والد ساکن شهر تهران بودند که دارای کودک ۷ تا ۱۲ ساله با نشانه‌هایی از دشواری در تنظیم هیجان بودند. نمونه‌گیری به‌صورت هدفمند و با رعایت تنوع در جنسیت والد، سطح تحصیلات، وضعیت اقتصادی-اجتماعی و الگوی تعارض خانوادگی انجام گرفت. داده‌ها از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته گردآوری شد و فرایند مصاحبه‌ها تا دستیابی به اشباع نظری ادامه یافت. تحلیل داده‌ها با استفاده از کدگذاری اولیه، محوری و گزینشی و با کمک نرم‌افزار NVivo انجام شد. برای افزایش اعتبار یافته‌ها از بازبینی مشارکت‌کنندگان، بازبینی همتایان، ثبت یادداشت‌های تحلیلی و مقایسه مستمر داده‌ها استفاده شد.

یافته‌ها: تحلیل مصاحبه‌ها به استخراج پنج مقوله اصلی منجر شد: «فرزندپروری کنترل‌گر و سرکوب بیان هیجان»، «فرزندپروری پاسخگو و شکل‌گیری پایگاه امن»، «تعارض والدین و نالایمی فضای خانه»، «امنیت دلبستگی به‌مثابه سازوکار محافظتی» و «الگوهای آشکار و پنهان مشکلات تنظیم هیجان کودکان». یافته‌ها نشان دادند که فرزندپروری آمرانه، تنبیهی و ناپایدار، به‌ویژه زمانی که با تعارض حل‌نشده والدین همراه می‌شود، احساس نالایمی هیجانی کودک را تشدید می‌کند. در مقابل، گرمی عاطفی، پاسخ‌دهی پایدار، گفت‌وگوی هیجانی و مرزبندی روشن والدین، تجربه امنیت دلبستگی را تقویت کرده و توانایی کودک برای نام‌گذاری، تحمل و تنظیم هیجان‌های منفی را افزایش می‌دهد.

نتیجه‌گیری: نتایج نشان داد امنیت دلبستگی می‌تواند حلقه تبیینی مهمی میان سبک‌های فرزندپروری، تعارض والدین و تنظیم هیجان کودکان باشد. مداخلات والد-محور، آموزش تنظیم هیجان به والدین، کاهش تعارضات آشکار در حضور کودک و تقویت پاسخ‌دهی عاطفی والدین می‌تواند به بهبود تنظیم هیجان کودکان کمک کند.

واژگان کلیدی: سبک‌های فرزندپروری؛ تعارض والدین؛ تنظیم هیجان؛ امنیت دلبستگی؛ کودکان؛ پژوهش کیفی

۱. مهسا یاری: گروه روان‌شناسی عمومی، دانشگاه گیلان، رشت، ایران
۲. میلاد امیدي: گروه روان‌شناسی عمومی، دانشگاه گیلان، رشت، ایران
۳. دریا نادری: گروه روان‌شناسی عمومی، دانشگاه گیلان، رشت، ایران

*پست الکترونیکی نویسنده مسئول:
milad.omidi.psy@gmail.com

شیوه استناددهی: یاری، مهسا، امیدي، میلاد، و نادری، دریا. (۱۴۰۴). بررسی رابطه بین سبک‌های فرزندپروری، تعارض والدین و مشکلات تنظیم هیجان کودکان با نقش میانجی امنیت دلبستگی. پژوهش‌های خانواده و زوج‌درمانی، ۱(۶)، ۱-۱۴.



تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است.
انتشار این مقاله به‌صورت دسترسی آزاد مطابق با گواهی CC BY-NC 4.0 صورت گرفته است.

The Relationship Between Parenting Styles, Interparental Conflict, and Children's Emotion Regulation Difficulties: The Mediating Role of Attachment Security

Authors' Information:

1. Mahsa Yari: Department of General Psychology, University of Guilan, Rasht, Iran
2. Milad Omid*: Department of General Psychology, University of Guilan, Rasht, Iran
3. Darya Naderi: Department of General Psychology, University of Guilan, Rasht, Iran

Corresponding author's email: milad.omidi.psy@gmail.com

How to cite: Yari, M., Omid, M., & Naderi, D. (2025). The Relationship Between Parenting Styles, Interparental Conflict, and Children's Emotion Regulation Difficulties: The Mediating Role of Attachment Security. *Family Research and Couple Therapy*, 1(6), 1-14.



© 2025 the authors. This is an open access article under the terms of the [CC BY-NC 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) License.

Abstract

Objective: This study aimed to explore parents' lived experiences of how parenting styles and interparental conflict are related to children's emotion regulation difficulties, with particular attention to the processual mediating role of attachment security.

Methods and Materials: This qualitative study was conducted using thematic analysis. Participants were 24 parents residing in Tehran who had children aged 7–12 years showing emotion regulation difficulties. Purposeful sampling with maximum variation was used to include diversity in parental gender, educational background, socioeconomic status, and family conflict patterns. Data were collected through semi-structured interviews and continued until theoretical saturation was achieved. Interviews were transcribed verbatim and analyzed through initial, focused, and thematic coding with the support of NVivo software. To enhance trustworthiness, member checking, peer debriefing, analytic memoing, and constant comparison were employed.

Findings: Data analysis led to the identification of five main categories: “controlling parenting and suppression of emotional expression,” “responsive parenting and formation of a secure base,” “interparental conflict and insecurity in the home environment,” “attachment security as a protective mechanism,” and “manifest and hidden patterns of children's emotion regulation difficulties.” The findings indicated that authoritarian, punitive, and inconsistent parenting, particularly when accompanied by unresolved interparental conflict, intensified children's emotional insecurity. Conversely, parental warmth, stable responsiveness, emotion-focused dialogue, and clear boundaries fostered attachment security and strengthened children's capacity to identify, tolerate, and regulate negative emotions.

Conclusion: The results suggest that attachment security may function as a key explanatory process linking parenting styles and interparental conflict to children's emotion regulation difficulties. Parent-focused interventions, parental emotion regulation training, reduction of overt conflict in the child's presence, and enhancement of emotional responsiveness may improve children's emotion regulation capacities.

Keywords: Parenting styles; interparental conflict; emotion regulation; attachment security; children; qualitative research

تنظیم هیجان یکی از هسته‌ای‌ترین مؤلفه‌های رشد روان‌شناختی کودک است و در شکل‌گیری سازگاری اجتماعی، سلامت روان، کیفیت روابط همسالان، عملکرد تحصیلی و توانایی مقابله با فشارهای روزمره نقش بنیادین دارد. کودکانی که می‌توانند هیجان‌های خود را تشخیص دهند، درباره آن‌ها گفت‌وگو کنند، شدت هیجان را تعدیل نمایند و در موقعیت‌های تنش‌زا واکنش‌های متناسب نشان دهند، معمولاً در روابط بین‌فردی، حل مسئله و سازگاری رفتاری عملکرد مطلوب‌تری دارند. در مقابل، دشواری در تنظیم هیجان می‌تواند به شکل پرخاشگری، تکانشگری، کناره‌گیری، اضطراب، گریه‌های مکرر، قشقرق، وابستگی افراطی، بی‌قراری، شکایت‌های جسمانی و ناتوانی در تحمل ناکامی ظاهر شود. Thompson (1994) تنظیم هیجان را فرایندی پویا می‌داند که از طریق آن فرد شدت، مدت، جهت و شیوه ابراز هیجان را در تعامل با اهداف فردی و زمینه اجتماعی تعدیل می‌کند. از این منظر، تنظیم هیجان صرفاً یک توانایی درون‌فردی نیست، بلکه در بستر روابط اولیه و تعاملات خانوادگی آموخته می‌شود.

خانواده نخستین زمینه اجتماعی است که کودک در آن تجربه هیجان، معنا دادن به هیجان و شیوه پاسخ به هیجان را می‌آموزد. والدین نه تنها از طریق آموزش مستقیم، بلکه از طریق الگوهای واکنشی، شیوه گفت‌وگو، کیفیت رابطه عاطفی، نحوه مدیریت خشم، و چگونگی مواجهه با تعارض، به کودک نشان می‌دهند که هیجان‌ها چگونه باید فهمیده، بیان یا پنهان شوند. مدل‌های اجتماعی‌سازی هیجان بر این نکته تأکید دارند که واکنش والدین به هیجان‌های کودک، گفت‌وگوهای هیجانی در خانواده و الگوهای ابراز هیجان والدین، سه مسیر مهم اثرگذاری خانواده بر رشد تنظیم هیجان کودک هستند (Eisenberg et al., 1998; Morris et al., 2007). بنابراین، کودکی که در فضای خانوادگی پذیرنده، قابل پیش‌بینی و پاسخگو رشد می‌کند، فرصت بیشتری برای یادگیری نام‌گذاری هیجان، تحمل ناکامی و استفاده از راهبردهای سازگارانه تنظیم هیجان خواهد داشت.

یکی از عوامل مهم خانوادگی در تبیین تنظیم هیجان کودکان، سبک فرزندپروری والدین است. ادبیات کلاسیک فرزندپروری، به‌ویژه آثار Baumrind (1966, 1991)، سه الگوی عمده فرزندپروری یعنی مقتدرانه، آمرانه و سهل‌گیرانه را معرفی کرده است. بعدها Maccoby و Martin (1983) با تفکیک دو بُعد پاسخ‌دهی و مطالبه‌گری، الگوی غفلت‌آمیز را نیز به این طبقه‌بندی افزودند. در سبک مقتدرانه، والدین ضمن حفظ ساختار، قانون و انتظارات روشن، نسبت به نیازهای عاطفی کودک پاسخگو هستند و گفت‌وگوی دوسویه را تشویق می‌کنند. در سبک آمرانه، کنترل بالا با گرمی پایین همراه است و اطاعت، تنبیه و محدودسازی بیان هیجان برجسته‌تر می‌شود. در سبک سهل‌گیرانه، گرمی ممکن است بالا باشد، اما مرزها، ثبات رفتاری و انتظارات روشن ضعیف‌اند. در سبک غفلت‌آمیز نیز هم پاسخ‌دهی و هم نظارت والدین پایین است Darling و Steinberg (1993) تأکید می‌کنند که سبک فرزندپروری، زمینه هیجانی و ارتباطی‌ای را می‌سازد که در آن رفتارهای خاص والدین معنا پیدا می‌کنند. از این رو، تأثیر یک رفتار تربیتی خاص، مانند تذکر دادن یا محدود کردن، به کیفیت کلی رابطه والد-کودک وابسته است.

در ارتباط با تنظیم هیجان، سبک فرزندپروری مقتدرانه معمولاً زمینه‌ای امن برای تجربه هیجان فراهم می‌کند. والدینی که هم مرزهای روشن دارند و هم عاطفه کودک را معتبر می‌شمارند، به کودک کمک می‌کنند تا میان «داشتن هیجان» و «عمل کردن تکانشی بر اساس هیجان» تمایز قائل شود. در چنین خانواده‌ای، خشم، ترس یا غم کودک نه سرکوب می‌شود و نه بی‌حد و مرز رها می‌گردد، بلکه به گفت‌وگو، معنا و راهبرد تبدیل می‌شود. در مقابل، سبک آمرانه ممکن است کودک را به سرکوب هیجان، ترس از تنبیه یا ابراز انفجاری هیجان سوق دهد؛ زیرا کودک یاد می‌گیرد هیجان‌های منفی او پذیرفتنی نیستند یا باید پنهان شوند. سبک سهل‌گیرانه نیز ممکن است با ضعف در تحمل ناکامی و دشواری در کنترل تکانه همراه شود، زیرا کودک کمتر با مرزهای پایدار و پیامدهای قابل پیش‌بینی مواجه می‌شود. پژوهش‌های مروری نشان داده‌اند که گرمی، حمایت و پاسخ‌دهی والدین با تنظیم هیجان بهتر و کنترل روان‌شناختی، سخت‌گیری افراطی و فرزندپروری منفی با دشواری‌های تنظیم هیجان ارتباط دارند. (Goagoses et al., 2023; Morris et al., 2007)

عامل مهم دیگر در رشد تنظیم هیجان کودکان، تعارض والدین است. تعارض والدین زمانی برای کودک آسیب‌زا می‌شود که مکرر، شدید، حل‌نشده، همراه با تحقیر، تهدید، سکوت تنبیهی، درگیری کلامی یا درگیر کردن کودک در اختلافات بزرگسالان باشد (Grych و Fincham, 1990). در چارچوب شناختی-بافتی خود نشان دادند که اثر تعارض والدین بر کودک به ادراک کودک از شدت، علت، تهدید و مسئولیت‌پذیری نسبت به تعارض بستگی دارد. کودکی که تعارض والدین را تهدیدکننده، تکرارشونده و غیرقابل کنترل ادراک می‌کند، ممکن است از نظر هیجانی در وضعیت آماده‌باش دائمی قرار گیرد. در چنین وضعیتی، بخشی از ظرفیت روانی کودک صرف پایش حالات والدین، پیش‌بینی دعوا، جلوگیری از تشدید تنش یا آرام کردن یکی از والدین می‌شود. این وضعیت می‌تواند توان کودک برای تمرکز، بازی، یادگیری و تنظیم هیجان‌های شخصی را کاهش دهد.

فرضیه امنیت هیجانی Davies و Cummings (1994) توضیح می‌دهد که تعارض والدین چگونه از طریق تضعیف احساس امنیت کودک در نظام خانواده، به مشکلات هیجانی و رفتاری منجر می‌شود. بر اساس این دیدگاه، امنیت هیجانی کودک فقط به نبود تعارض وابسته نیست، بلکه به این بستگی دارد که کودک رابطه والدین و رابطه خود با والدین را تا چه اندازه قابل اعتماد، پایدار و حمایتگر ادراک می‌کند. تعارض‌های مکرر و حل‌نشده می‌توانند احساس امنیت را مختل کنند و کودک را در برابر اضطراب، خشم، کناره‌گیری یا واکنش‌های هیجانی شدید آسیب‌پذیر سازند (Cummings و Davies, 2010). Davies نیز نشان می‌دهند که کودکان در برابر تعارض والدین واکنش‌های متفاوتی نشان می‌دهند؛ برخی مداخله‌گر می‌شوند، برخی کناره‌گیری می‌کنند، برخی خود را مقصر می‌دانند و برخی با بی‌نظمی رفتاری یا هیجانی پاسخ می‌دهند. این تفاوت‌ها تا حد زیادی به کیفیت روابط دلبستگی و الگوهای یادگرفته‌شده تنظیم هیجان در خانواده وابسته است.

در این میان، امنیت دلبستگی می‌تواند حلقه تبیینی مهمی میان سبک‌های فرزندپروری، تعارض والدین و مشکلات تنظیم هیجان کودکان باشد. نظریه دلبستگی (Bowlby, 1969/1982) بر این فرض استوار است که کودک بر اساس تجربه‌های مکرر با مراقبان اصلی، الگوهای کاری درونی درباره خود، دیگران و جهان رابطه‌ای شکل می‌دهد. اگر مراقب در دسترس، پاسخگو و قابل اعتماد باشد، کودک خود را ارزشمند و دیگران را قابل اتکا تجربه می‌کند. اما اگر مراقب طردکننده، متناقض، ترس‌آور یا غیرقابل پیش‌بینی باشد، کودک ممکن است راهبردهای ناایمن

دلبستگی را برای حفظ رابطه و کاهش تهدید به کار گیرد Ainsworth. و همکاران (۱۹۷۸) با مطالعه وضعیت ناآشنا، الگوهای دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا/مقاوم را توصیف کردند که بعدها در ادبیات رشد و آسیب‌شناسی گسترش یافتند. در دلبستگی ایمن، کودک هنگام تنش می‌تواند به مراقب نزدیک شود، آرامش بگیرد و سپس دوباره به اکتشاف بازگردد. این چرخه، پایه‌ای مهم برای تنظیم هیجان است.

امنیت دلبستگی از چند مسیر می‌تواند نقش محافظتی در برابر اثرات منفی تعارض والدین و فرزندپروری ناکارآمد ایفا کند. نخست، کودک ایمن می‌داند که در زمان ترس، خشم یا غم، دسترسی به یک بزرگسال قابل اعتماد ممکن است. دوم، رابطه ایمن به کودک فرصت می‌دهد هیجان را در حضور دیگری تنظیم کند؛ یعنی ابتدا تنظیم هیجان به صورت بین فردی رخ می‌دهد و سپس به توانایی درون فردی تبدیل می‌شود. سوم، دلبستگی ایمن باعث می‌شود کودک تعارض والدین را کمتر به معنای طرد خود یا فروپاشی خانواده تفسیر کند. چهارم، الگوهای کاری درونی ایمن با احساس ارزشمندی، اعتماد، امید به ترمیم رابطه و توانایی درخواست کمک همراهاند (Cassidy 1994). نیز بر پیوند میان دلبستگی و تنظیم هیجان تأکید کرده و نشان داده است که روابط دلبستگی نخستین، راهبردهای کودک برای ابراز، پنهان‌سازی یا تعدیل هیجان را سازمان‌دهی می‌کنند.

با وجود غنای ادبیات کمی درباره سبک‌های فرزندپروری، تعارض والدین، دلبستگی و تنظیم هیجان، هنوز نیاز به پژوهش‌های کیفی وجود دارد که تجربه زیسته والدین را درباره پیوند این مؤلفه‌ها روشن سازند. بسیاری از مطالعات کمی می‌توانند شدت و جهت روابط متغیرها را نشان دهند، اما کمتر توضیح می‌دهند که والدین در زندگی روزمره چگونه متوجه می‌شوند سبک تربیتی آنان، نحوه تعارض با همسر و کیفیت دلبستگی کودک بر واکنش‌های هیجانی فرزند اثر می‌گذارد. همچنین، در بافت فرهنگی ایران، ساختار خانواده، انتظارات تربیتی، نقش خانواده گسترده، حساسیت نسبت به اطاعت کودک، نگرانی از قضاوت اجتماعی و الگوهای ارتباطی والدین می‌تواند تجربه تنظیم هیجان کودکان را به شیوه‌ای خاص شکل دهد. از این رو، بررسی کیفی این پدیده در میان خانواده‌های تهرانی می‌تواند به درک عمیق‌تر فرایندهای خانوادگی مؤثر بر تنظیم هیجان کودکان کمک کند.

بر این اساس، پژوهش حاضر با هدف بررسی کیفی رابطه میان سبک‌های فرزندپروری، تعارض والدین و مشکلات تنظیم هیجان کودکان با نقش فرایندی امنیت دلبستگی انجام شد. تمرکز اصلی پژوهش بر این بود که والدین چگونه تجربه می‌کنند که گرمی، کنترل، ثبات، تنبیه، گفت‌وگوی هیجانی، تعارض زناشویی و دسترس‌پذیری عاطفی آنان در شکل‌گیری یا کاهش مشکلات تنظیم هیجان کودک نقش دارد. در این مطالعه، امنیت دلبستگی نه به عنوان متغیر میانجی آماری، بلکه به عنوان سازوکار تبیینی و تجربه‌شده‌ای در نظر گرفته شد که می‌تواند اثر سبک‌های فرزندپروری و تعارض والدین را بر تنظیم هیجان کودک تشدید یا تعدیل کند.

مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر با رویکرد کیفی و روش تحلیل مضمون انجام شد. انتخاب رویکرد کیفی از آن جهت مناسب بود که هدف پژوهش، آزمون آماری رابطه بین متغیرها نبود، بلکه فهم عمیق تجربه والدین از چگونگی پیوند میان سبک‌های فرزندپروری، تعارض والدین، امنیت دلبستگی و مشکلات تنظیم هیجان کودکان بود. در این مطالعه، امنیت دلبستگی به عنوان یک سازوکار فرایندی و تجربه‌شده در روابط والد-کودک بررسی

شد. تحلیل مضمون با پیروی از منطق Braun و Clarke (2006) انجام شد؛ بدین معنا که پژوهشگر پس از آشنایی عمیق با داده‌ها، کدهای اولیه را استخراج کرد، کدهای مشابه را در خوشه‌های مفهومی قرار داد، مضامین اولیه را شکل داد، مضامین را بازبینی کرد و در نهایت ساختار نهایی مقوله‌ها را تدوین نمود.

جامعه پژوهش شامل والدین ساکن شهر تهران بود که دارای کودک ۷ تا ۱۲ ساله بودند و بنا بر گزارش والدین، کودک آنان نشانه‌هایی از دشواری در تنظیم هیجان مانند خشم شدید، گریه مکرر، اضطراب، کناره‌گیری، تحریک‌پذیری، وابستگی افراطی یا ناتوانی در تحمل ناکامی نشان می‌داد. مشارکت‌کنندگان به روش نمونه‌گیری هدفمند و با راهبرد حداکثر تنوع انتخاب شدند. معیارهای ورود شامل سکونت در تهران، داشتن حداقل یک کودک ۷ تا ۱۲ ساله، تجربه حداقل شش ماهه مشکلات تنظیم هیجان در کودک، تمایل به مشارکت در مصاحبه و توانایی بیان تجربه‌های خانوادگی بود. معیارهای خروج شامل ناتوانی در ادامه مصاحبه، عدم رضایت برای ضبط صدا و گزارش بحران حاد خانوادگی یا روان‌پزشکی بود که انجام مصاحبه را از نظر اخلاقی نامناسب می‌کرد.

در مجموع، ۲۴ والد در پژوهش شرکت کردند. از این تعداد، ۱۴ نفر مادر و ۱۰ نفر پدر بودند. دامنه سنی والدین بین ۳۰ تا ۴۷ سال قرار داشت. از نظر تحصیلات، ۵ نفر دارای دیپلم یا فوق‌دیپلم، ۱۰ نفر دارای مدرک کارشناسی، ۷ نفر دارای مدرک کارشناسی ارشد و ۲ نفر دارای مدرک دکتری بودند. از نظر وضعیت اشتغال، ۱۵ نفر شاغل و ۹ نفر خانه‌دار یا فاقد اشتغال رسمی بودند. فرزندان مورد اشاره والدین شامل ۱۳ پسر و ۱۱ دختر بودند. سن کودکان بین ۷ تا ۱۲ سال بود. مشارکت‌کنندگان از مناطق مختلف تهران، از جمله مناطق ۲، ۴، ۵، ۶، ۱۰، ۱۲ و ۱۵ انتخاب شدند تا تنوع نسبی اقتصادی-اجتماعی و فرهنگی رعایت شود. اشباع نظری پس از مصاحبه بیست‌ویکم حاصل شد و سه مصاحبه تکمیلی برای اطمینان از پایداری مقوله‌ها انجام گرفت.

داده‌ها فقط از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته گردآوری شد. راهنمای مصاحبه بر اساس هدف پژوهش و مرور ادبیات مرتبط با سبک‌های فرزندپروری، تعارض والدین، امنیت دلبستگی و تنظیم هیجان کودکان تدوین شد. پرسش‌های مصاحبه باز و انعطاف‌پذیر بودند و به مشارکت‌کنندگان اجازه می‌دادند تجربه‌های خود را با جزئیات بیان کنند. نمونه پرسش‌ها عبارت بودند از: «وقتی کودک شما عصبانی، مضطرب یا ناراحت می‌شود، معمولاً شما چگونه واکنش نشان می‌دهید؟»، «در خانواده شما اختلاف‌نظر بین والدین معمولاً چگونه مدیریت می‌شود؟»، «فکر می‌کنید کودک شما هنگام ناراحتی تا چه اندازه به شما مراجعه می‌کند؟»، «آیا تا به حال احساس کرده‌اید دعوای والدین بر رفتار یا هیجان کودک اثر گذاشته است؟»، «چه رفتارهایی از طرف والدین باعث آرام‌تر شدن یا آشفته‌تر شدن کودک می‌شود؟» و «کودک شما وقتی احساس ناامنی یا ترس می‌کند چه واکنشی نشان می‌دهد؟»

مصاحبه‌ها به صورت حضوری یا آنلاین، بر اساس ترجیح مشارکت‌کننده، انجام شد. مدت هر مصاحبه بین ۴۵ تا ۷۵ دقیقه بود. همه مصاحبه‌ها با رضایت آگاهانه مشارکت‌کنندگان ضبط و سپس کلمه‌به‌کلمه پیاده‌سازی شد. در طول مصاحبه‌ها، پژوهشگر علاوه بر ثبت گفتار مشارکت‌کنندگان، یادداشت‌های میدانی درباره مکث‌ها، تأکیدهای عاطفی، تناقض‌های روایی و برداشت‌های اولیه تحلیلی تهیه کرد.

تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار NVivo انجام شد. در مرحله نخست، متن مصاحبه‌ها چندین بار خوانده شد تا پژوهشگر با فضای کلی داده‌ها آشنا شود. سپس کدگذاری اولیه به صورت خطبه‌خط انجام شد. در این مرحله، کدهایی مانند «ترس کودک از دعوای والدین»، «سرکوب گریه»، «تنبیه هنگام خشم»، «پناه بردن کودک به مادر»، «بی‌ثباتی قوانین»، «سکوت تنبیهی والدین»، «نام‌گذاری هیجان»، «نیاز کودک به اطمینان بخشی» و «خودمقصرپنداری کودک» استخراج شد. در مرحله بعد، کدهای مشابه در طبقات اولیه قرار گرفتند و از طریق مقایسه مستمر، ارتباط میان طبقات بررسی شد. در نهایت، پنج مقوله اصلی و چندین زیرمقوله شناسایی شد.

برای افزایش اعتبار و اعتمادپذیری یافته‌ها از راهبردهای پیشنهادی Lincoln و Guba (1985) استفاده شد. اعتبار از طریق درگیری طولانی با داده‌ها، بازبینی مشارکت‌کنندگان و بررسی همتایان تقویت شد. انتقال‌پذیری از طریق توصیف دقیق ویژگی‌های مشارکت‌کنندگان و زمینه پژوهش فراهم گردید. وابستگی از طریق ثبت مسیر تحلیل، نگهداری نسخه‌های کدگذاری و یادداشت‌های تحلیلی پیگیری شد. تأییدپذیری نیز با استفاده از یادداشت‌های بازتابی پژوهشگر و مستندسازی تصمیم‌های تحلیلی تقویت شد. همچنین در گزارش مطالعه، اصول کلی گزارش‌دهی پژوهش‌های کیفی و مصاحبه‌ای مورد توجه قرار گرفت.

پیش از آغاز مصاحبه، هدف پژوهش، نحوه استفاده از داده‌ها، اختیاری بودن مشارکت، امکان انصراف در هر زمان، محرمانه ماندن اطلاعات و شیوه حفظ ناشناسی برای مشارکت‌کنندگان توضیح داده شد. از همه مشارکت‌کنندگان رضایت آگاهانه دریافت شد. برای حفظ محرمانگی، نام واقعی مشارکت‌کنندگان حذف و از کدهایی مانند «مادر ۳» یا «پدر ۷» استفاده شد. فایل‌های صوتی و متون پیاده‌سازی‌شده در فضای امن نگهداری شدند و فقط پژوهشگر به آن‌ها دسترسی داشت. در مواردی که مصاحبه به تجربه‌های هیجانی دشوار اشاره می‌کرد، مصاحبه‌گر تلاش کرد فضای گفت‌وگو حمایتگر، غیرقضاوتی و اخلاقی باقی بماند.

یافته‌ها

در این پژوهش، ۲۴ والد دارای کودک ۷ تا ۱۲ ساله شرکت کردند. از میان مشارکت‌کنندگان، ۱۴ نفر مادر و ۱۰ نفر پدر بودند. از نظر گروه سنی، ۶ نفر در بازه ۳۰ تا ۳۵ سال، ۹ نفر در بازه ۳۶ تا ۴۰ سال، ۷ نفر در بازه ۴۱ تا ۴۵ سال و ۲ نفر بالاتر از ۴۵ سال قرار داشتند. از نظر تحصیلات، ۵ نفر دیپلم یا فوق‌دیپلم، ۱۰ نفر کارشناسی، ۷ نفر کارشناسی ارشد و ۲ نفر دکتری داشتند. از نظر وضعیت اشتغال، ۱۵ نفر شاغل و ۹ نفر خانه‌دار یا فاقد اشتغال رسمی بودند. کودکان مورد اشاره والدین شامل ۱۳ پسر و ۱۱ دختر بودند. همچنین ۹ نفر از والدین تعارض زناشویی خود را کم، ۸ نفر متوسط و ۷ نفر زیاد توصیف کردند. بیشتر مشارکت‌کنندگان اظهار داشتند که مشکلات تنظیم هیجان کودک در موقعیت‌هایی مانند انجام تکالیف، محدودیت استفاده از تلفن همراه، اختلاف والدین، ناکامی در بازی، جدایی از والد یا دریافت تذکر تشدید می‌شود.

مقوله اول: فرزندپروری کنترل‌گر و سرکوب بیان هیجان

نخستین مقوله استخراج شده نشان داد که بسیاری از والدین، به‌ویژه در موقعیت‌های تنش‌زا، از الگوهای کنترل‌گر، آمرانه یا تنبیهی استفاده می‌کنند. در این الگو، تمرکز والد بیشتر بر توقف سریع رفتار کودک است تا فهمیدن هیجان زیرین. مشارکت‌کنندگان گزارش کردند که وقتی کودک گریه می‌کند، عصبانی می‌شود یا از انجام کاری امتناع می‌کند، واکنش‌های رایج شامل سرزنش، تهدید، مقایسه، محروم‌سازی، فریاد زدن یا گفتن عباراتی مانند «اینقدر لوس نباش» و «گریه ندارد» است. این الگو معمولاً باعث خاموش شدن ظاهری رفتار می‌شود، اما هیجان کودک را تنظیم نمی‌کند. یکی از مادران گفت: «من وقتی پسر من داد می‌زند، ناخودآگاه صدایم را بالاتر می‌برم. همان لحظه ساکت می‌شود، ولی بعد می‌بینم تا شب با کسی حرف نمی‌زند» (مادر ۵). پدری نیز بیان کرد: «فکر می‌کردم اگر جدی و سخت‌گیر نباشم، بچه از دستم درمی‌رود. اما الان می‌بینم دخترم از ترس دعوا، ناراحتی‌اش را قایم می‌کند» (پدر ۲). این مقوله نشان می‌دهد که کنترل بیرونی، اگر با پاسخ‌دهی عاطفی همراه نباشد، ممکن است به سرکوب هیجان، ترس از بیان احساس و انفجارهای بعدی منجر شود.

مقوله دوم: فرزندپروری پاسخگو و شکل‌گیری پایگاه امن

دومین مقوله به تجربه والدینی اشاره داشت که تلاش می‌کردند میان قانون‌گذاری و پاسخ‌دهی عاطفی تعادل برقرار کنند. این والدین بیان کردند که وقتی کودک دچار خشم، ترس یا اندوه می‌شود، ابتدا تلاش می‌کنند هیجان او را ببینند و نام‌گذاری کنند و سپس درباره رفتار مناسب گفت‌وگو نمایند. در این خانواده‌ها، کودک اجازه دارد ناراحت یا عصبانی باشد، اما یاد می‌گیرد رفتار آسیب‌زننده یا بی‌قاعده قابل پذیرش نیست. یکی از مادران اظهار کرد: «وقتی دخترم گریه می‌کند، اول می‌گویم می‌فهمم ناراحتی. بعد که آرام‌تر شد، درباره کاری که کرده حرف می‌زنیم» (مادر ۹). پدر دیگری گفت: «قبلاً فقط می‌گفتم نکن. الان سعی می‌کنم بپرسم چه شد که اینقدر عصبانی شدی. همین سؤال گاهی نصف عصبانیتش را کم می‌کند» (پدر ۶). در این مقوله، والدین پاسخگو به‌عنوان «پایگاه امن» تجربه می‌شوند؛ یعنی کودک در زمان آشفتگی به والد نزدیک می‌شود، حمایت دریافت می‌کند و سپس به تدریج توانایی آرام‌سازی خود را می‌آموزد. یافته‌ها نشان دادند که پاسخ‌دهی پایدار والدین، گفت‌وگوی هیجانی، تماس بدنی آرام‌بخش، گوش دادن بدون تحقیر و ثبات در قوانین، نقش مهمی در افزایش امنیت دل‌بستگی و بهبود تنظیم هیجان کودک دارند.

مقوله سوم: تعارض والدین و ناایمنی فضای خانه

سومین مقوله نشان داد که تعارض والدین یکی از زمینه‌های مهم تشدید مشکلات تنظیم هیجان کودکان است. مشارکت‌کنندگان توضیح دادند که دعوای مکرر، سکوت‌های طولانی، قهر، تهدید به جدایی، بی‌احترامی کلامی و اختلاف بر سر شیوه تربیت کودک، فضای خانه را برای کودک غیرقابل پیش‌بینی می‌کند. برخی والدین بیان کردند که کودک پس از مشاهده دعوا، دچار بی‌قراری، گریه، پرخاشگری، چسبندگی به یکی از والدین یا اختلال خواب می‌شود. یکی از مادران گفت: «هر وقت من و همسرم بحثمان بالا می‌گیرد، پسر من می‌آید وسط و می‌گوید تقصیر من بود؟ بعد تا چند ساعت عصبی است» (مادر ۱۲). پدر دیگری بیان کرد: «دخترم وقتی می‌بیند ما با هم قهریم، خودش را می‌زند به بی‌خیالی، ولی شب موقع خواب می‌پرسد شما طلاق می‌گیرید؟» (پدر ۴). این مقوله نشان داد که کودکان نه تنها شاهد تعارض والدین هستند، بلکه آن

را تفسیر می‌کنند، از آن معنا می‌سازند و گاهی خود را مسئول آرام کردن یا جلوگیری از اختلاف می‌دانند. چنین وضعیتی موجب افزایش گوش‌به‌زنگی هیجانی و کاهش ظرفیت تنظیم هیجان می‌شود.

مقوله چهارم: امنیت دلبستگی به‌مثابه سازوکار محافظتی

چهارمین مقوله به نقش امنیت دلبستگی به‌عنوان سازوکاری محافظتی و تبیینی اشاره داشت. والدین گزارش کردند کودکانی که رابطه‌ای گرم‌تر، قابل اعتمادتر و امن‌تر با حداقل یکی از والدین دارند، حتی در شرایط تعارض خانوادگی نیز بهتر می‌توانند هیجان‌های خود را بیان و تعدیل کنند. در مقابل، وقتی کودک احساس می‌کند والد در دسترس نیست، او را قضاوت می‌کند یا در لحظه ناراحتی به او توجه نمی‌کند، هیجان‌های منفی شدیدتر و پایدارتر می‌شوند. یکی از مادران گفت: «وقتی با همسر دعوا می‌کنیم، اگر بعدش با دخترم حرف بزنم و به او بگویم که تقصیر تو نیست، آرام‌تر می‌شود. اما اگر خودم هم قهر باشم، او هم بهم می‌ریزد» (مادر ۱۷). پدری نیز بیان کرد: «پسرم وقتی ناراحت است فقط می‌آید کنار من می‌نشیند. چیزی نمی‌گوید، ولی انگار همین که بداند هستم، آرامش می‌کند» (پدر ۸). این مقوله نشان داد امنیت دلبستگی از طریق دسترس‌پذیری عاطفی والد، اطمینان‌بخشی، پذیرش هیجان کودک و ثبات رابطه، می‌تواند اثر منفی تعارض والدین و فرزندپروری سخت‌گیرانه را کاهش دهد. به بیان دیگر، امنیت دلبستگی میان تجربه خانوادگی تنش‌زا و واکنش هیجانی کودک نقش واسطه‌ای و تنظیم‌کننده پیدا می‌کند.

مقوله پنجم: الگوهای آشکار و پنهان مشکلات تنظیم هیجان کودکان

پنجمین مقوله به شکل‌های مختلف بروز مشکلات تنظیم هیجان در کودکان اشاره داشت. والدین معمولاً ابتدا نشانه‌های آشکار مانند پرخاشگری، جیغ زدن، گریه شدید، پرت کردن وسایل، لجبازی، قهر یا امتناع از انجام تکلیف را گزارش می‌کردند؛ اما در ادامه مصاحبه‌ها، نشانه‌های پنهان‌تری مانند اضطراب، دل‌درد، سکوت طولانی، ناخن جویدن، وابستگی شدید، ترس از تنها خوابیدن، اجتناب از گفت‌وگو و حساسیت زیاد به لحن والدین نیز مطرح شد. یکی از مادران گفت: «همیشه فکر می‌کردم مشکل پسرم عصبانیت است، ولی بعد دیدم پشت عصبانیتش ترس است؛ مخصوصاً وقتی من و پدرش با هم سرد هستیم» (مادر ۳). پدر دیگری بیان کرد: «دخترم داد نمی‌زند، ولی وقتی ناراحت است کاملاً قطع ارتباط می‌کند. در اتاقش می‌رود و تا ساعت‌ها حرف نمی‌زند» (پدر ۱۰). یافته‌ها نشان دادند که مشکلات تنظیم هیجان همیشه به شکل رفتارهای برون‌ریز ظاهر نمی‌شوند؛ گاهی کودک هیجان را به درون می‌برد و آن را در قالب اضطراب، کناره‌گیری یا نشانه‌های جسمانی نشان می‌دهد. این مقوله اهمیت توجه والدین و متخصصان به هر دو شکل آشکار و پنهان دشواری‌های تنظیم هیجان را برجسته می‌کند.

بحث

هدف پژوهش حاضر بررسی کیفی رابطه میان سبک‌های فرزندپروری، تعارض والدین و مشکلات تنظیم هیجان کودکان با نقش فرایندی امنیت دلبستگی بود. یافته‌ها نشان دادند که تجربه والدین از دشواری‌های تنظیم هیجان کودکان عمدتاً در بستر الگوهای رابطه‌ای خانواده معنا پیدا می‌کند. به بیان دیگر، خشم، اضطراب، گریه، کناره‌گیری یا بی‌قراری کودک فقط واکنش‌های فردی و جدا از زمینه نیستند، بلکه غالباً به کیفیت

پاسخ‌دهی والدین، میزان پیش‌بینی‌پذیری محیط خانه، شیوه مواجهه والدین با تعارض و تجربه امنیت یا ناایمنی کودک در رابطه با مراقبان وابسته‌اند. این یافته با دیدگاه (1994) Thompson همسو است که تنظیم هیجان را فرایندی پویا و زمینه‌مند می‌داند. همچنین با مدل Morris و همکاران (2007) انطباق دارد که خانواده را یکی از مهم‌ترین زمینه‌های رشد تنظیم هیجان معرفی می‌کند و سه مسیر مشاهده و الگوبرداری، شیوه‌های فرزندپروری و جو هیجانی خانواده را در این زمینه مهم می‌داند.

نخستین یافته پژوهش نشان داد فرزندپروری کنترل‌گر، آمرانه و تنبیهی با سرکوب بیان هیجان و تشدید مشکلات تنظیم هیجان کودکان همراه است. والدینی که در برابر گریه، خشم یا ترس کودک واکنش‌هایی مانند سرزنش، تهدید، فریاد، مقایسه یا بی‌اعتبارسازی هیجان نشان می‌دهند، ممکن است در کوتاه‌مدت رفتار کودک را خاموش کنند، اما در سطح عمیق‌تر فرصت یادگیری تنظیم هیجان را از کودک می‌گیرند. این یافته با الگوی کلاسیک (1966, 1991) Baumrind همخوان است که سبک آمرانه را ترکیبی از کنترل بالا و پاسخ‌دهی پایین می‌داند. همچنین با دیدگاه Darling و (1993) Steinberg قابل تبیین است؛ زیرا رفتارهای تربیتی در زمینه عاطفی سبک فرزندپروری معنا می‌یابند. وقتی محدودیت‌گذاری در بافت رابطه‌ای سرد، تحقیرآمیز یا ترس‌آور رخ می‌دهد، کودک آن را نه به‌عنوان راهنمایی، بلکه به‌عنوان تهدید رابطه‌ای تجربه می‌کند. بر اساس مدل اجتماعی‌سازی هیجان Eisenberg و همکاران (1998)، واکنش‌های تنبیهی یا بی‌اعتبارساز والدین نسبت به هیجان کودک می‌تواند به کاهش ابراز سالم هیجان و افزایش راهبردهای ناسازگارانه مانند اجتناب، انفجار هیجانی یا پنهان‌کاری منجر شود.

دومین یافته نشان داد فرزندپروری پاسخگو و مقتدرانه زمینه شکل‌گیری پایگاه امن و تنظیم هیجان سازگارانه را فراهم می‌کند. والدینی که هم‌مرزهای روشن دارند و هم هیجان کودک را معتبر می‌شمارند، به کودک کمک می‌کنند میان تجربه هیجان و رفتار هیجان‌محور تمایز قائل شود. این یافته با پژوهش‌های مرتبط با سبک مقتدرانه همسو است که نشان می‌دهند ترکیب گرمی، پاسخ‌دهی و کنترل منطقی، با پیامدهای رشدی مطلوب‌تر همراه است. (1983, 1991) Baumrind; Maccoby & Martin در این پژوهش، والدین پاسخگو از راهبردهایی مانند نام‌گذاری هیجان، گوش دادن، آرام‌سازی، توضیح قانون و گفت‌وگو پس از کاهش تنش استفاده می‌کردند. چنین راهبردهایی با مدل Morris و همکاران (2007) نیز همسو است؛ زیرا کودک از طریق مشاهده، گفت‌وگوی هیجانی و تجربه حمایت والدین می‌آموزد چگونه هیجان خود را بشناسد و تعدیل کند. از منظر دلبستگی نیز این فرایند به معنای استفاده کودک از والد به‌عنوان پایگاه امن است؛ تجربه‌ای که Bowlby (1969/1982) آن را برای اکتشاف و سازگاری هیجانی کودک بنیادین می‌داند.

سومین یافته پژوهش نشان داد تعارض والدین، به‌ویژه زمانی که شدید، مکرر، حل‌نشده یا همراه با قهر و بی‌احترامی باشد، فضای خانه را برای کودک ناامن و غیرقابل پیش‌بینی می‌کند. کودکان در چنین فضایی ممکن است دچار گوش‌به‌زنگی هیجانی، ترس از جدایی والدین، خودمقصرپنداری یا تلاش برای میانجی‌گری شوند. این یافته با چارچوب شناختی-بافتی Grych و (1990) Fincham همسو است؛ زیرا اثر تعارض والدین بر کودک به نحوه ارزیابی کودک از تهدید، علت و پیامدهای تعارض بستگی دارد. همچنین با فرضیه امنیت هیجانی Davies و (1994) Cummings انطباق دارد که بیان می‌کند تعارض والدین از طریق تضعیف احساس امنیت کودک در نظام خانواده، زمینه مشکلات

هیجانی و رفتاری را فراهم می‌کند. در پژوهش حاضر، برخی والدین گزارش کردند که کودک پس از مشاهده دعوا دچار بی‌قراری، اختلال خواب، پرخاشگری یا وابستگی بیشتر می‌شود. این الگو نشان می‌دهد که تعارض والدین فقط یک رخداد بین بزرگسالان نیست، بلکه به تجربه روانی کودک وارد می‌شود و ظرفیت او برای تنظیم هیجان را تحت فشار قرار می‌دهد.

چهارمین یافته نشان داد امنیت دلبستگی نقش محافظتی و میانجی‌گرانه مهمی در ارتباط میان سبک‌های فرزندپروری، تعارض والدین و مشکلات تنظیم هیجان کودکان دارد. کودکانی که دست‌کم با یکی از والدین رابطه‌ای گرم، قابل اعتماد و پاسخگو تجربه می‌کنند، در شرایط تنش خانوادگی نیز امکان بیشتری برای آرام‌سازی، بیان ترس و دریافت اطمینان دارند. این یافته با نظریه دلبستگی Bowlby (1969/1982) و پژوهش Ainsworth و همکاران (۱۹۷۸) همسو است که نشان می‌دهند دسترس‌پذیری و پاسخ‌دهی مراقب، پایه شکل‌گیری دلبستگی ایمن است. همچنین Cassidy (1994) تأکید می‌کند که روابط دلبستگی، راهبردهای کودک برای تنظیم، ابراز یا پنهان‌سازی هیجان را سازمان‌دهی می‌کنند. در پژوهش حاضر، امنیت دلبستگی از طریق اطمینان‌بخشی والد، حضور عاطفی، توضیح دادن تعارض به زبان کودک، و جدا کردن کودک از مسئولیت اختلاف والدین عمل می‌کرد. بنابراین، امنیت دلبستگی می‌تواند اثرات منفی تعارض والدین را کاهش دهد و از تبدیل تنش خانوادگی به آشفتگی پایدار هیجانی جلوگیری کند.

پنجمین یافته نشان داد مشکلات تنظیم هیجان کودکان هم به شکل‌های آشکار و هم به شکل‌های پنهان بروز می‌کند. برخی کودکان واکنش‌های برون‌ریز مانند پرخاشگری، فریاد، قشقرق یا لجبازی نشان می‌دهند، درحالی‌که برخی دیگر هیجان را در قالب سکوت، کناره‌گیری، اضطراب، شکایت جسمانی یا وابستگی شدید بروز می‌دهند. این یافته با تعریف گسترده Thompson (1994) از تنظیم هیجان همخوان است؛ زیرا تنظیم هیجان فقط کنترل رفتار بیرونی نیست، بلکه شامل تعدیل تجربه درونی، بیان هیجان و راهبردهای مقابله‌ای نیز می‌شود. همچنین با دیدگاه‌های دلبستگی قابل تبیین است؛ زیرا کودکانی که در روابط خود طرد، بی‌ثباتی یا ترس را تجربه می‌کنند، ممکن است هیجان را یا به‌صورت شدید و انفجاری ابراز کنند یا آن را به‌طور اجتنابی پنهان سازند. از این نظر، تمرکز صرف بر رفتارهای آشکار ممکن است موجب نادیده گرفتن کودکانی شود که آشفتگی هیجانی را خاموش، درونی و کمتر قابل مشاهده تجربه می‌کنند.

در مجموع، یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که مشکلات تنظیم هیجان کودکان را باید در سطح رابطه‌ای و خانوادگی فهم کرد. سبک فرزندپروری آمرانه یا ناپایدار، تعارض حل‌نشده والدین و ضعف در دسترس‌پذیری عاطفی والدین، زمینه ناایمنی دلبستگی و بی‌نظمی هیجانی را فراهم می‌کنند. در مقابل، فرزندپروری مقتدرانه، گفت‌وگوی هیجانی، مرزبندی پایدار، کاهش تعارضات مخرب و اطمینان‌بخشی به کودک، زمینه امنیت دلبستگی و تنظیم هیجان سازگارانه را تقویت می‌کند. بنابراین، امنیت دلبستگی را می‌توان حلقه‌ای کلیدی دانست که از طریق آن تجربه‌های تربیتی و زناشویی والدین به ظرفیت کودک برای مدیریت هیجان ترجمه می‌شوند.

محدودیت‌ها

این پژوهش با وجود ارائه تصویری عمیق از تجربه والدین، با چند محدودیت همراه بود. نخست، داده‌ها فقط از طریق مصاحبه با والدین گردآوری شد و دیدگاه مستقیم کودکان، معلمان یا درمانگران در تحلیل وارد نشد. دوم، مشارکت‌کنندگان همگی از شهر تهران بودند؛ بنابراین انتقال

یافته‌ها به خانواده‌های ساکن شهرهای کوچک‌تر، مناطق روستایی یا بافت‌های فرهنگی متفاوت باید با احتیاط انجام شود. سوم، به دلیل ماهیت کیفی پژوهش، امکان تعمیم آماری یافته‌ها وجود ندارد. چهارم، موضوعاتی مانند تعارض والدین و سبک فرزندپروری ممکن است تحت تأثیر سوگیری مطلوبیت اجتماعی قرار گیرند و برخی والدین تجربه‌های خود را تعدیل شده یا کمتر تنش‌آمیز بیان کرده باشند. پنجم، مطالعه حاضر مقطعی و مبتنی بر روایت‌های گذشته‌نگر والدین بود و نمی‌توان درباره جهت علی روابط نتیجه‌گیری قطعی ارائه کرد.

پیشنهادهای پژوهش‌های آینده

پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده با استفاده از طرح‌های چندمنبعی، تجربه کودکان، والدین، معلمان و متخصصان کودک را به صورت هم‌زمان بررسی کنند. همچنین انجام پژوهش‌های ترکیبی می‌تواند به پیوند دادن عمق یافته‌های کیفی با آزمون آماری مدل‌های میانجی‌گری کمک کند. مطالعات طولی نیز می‌توانند نشان دهند که چگونه سبک‌های فرزندپروری و تعارض والدین در طول زمان بر امنیت دلبستگی و تنظیم هیجان کودکان اثر می‌گذارند. افزون بر این، بررسی تفاوت‌های جنسیتی کودکان، نقش پدر و مادر به صورت جداگانه، اثر وضعیت اقتصادی-اجتماعی، و نقش خانواده گسترده در بافت فرهنگی ایران می‌تواند به غنای ادبیات پژوهشی کمک کند. پیشنهاد می‌شود در مطالعات بعدی، خانواده‌هایی که کودک دارای مشکلات برون‌ریز و درون‌ریز دارند به صورت مقایسه‌ای بررسی شوند تا الگوهای متفاوت تنظیم هیجان آشکارتر گردد.

پیشنهادهای برای عمل

بر اساس یافته‌های پژوهش، مداخلات والد-محور باید بر آموزش پاسخ‌دهی عاطفی، اعتباربخشی به هیجان کودک، کاهش واکنش‌های تنبیهی، تقویت گفت‌وگوی هیجانی و ایجاد مرزهای پایدار تمرکز کنند. والدین باید بیاموزند که هدف از تربیت، خاموش کردن سریع هیجان کودک نیست، بلکه کمک به کودک برای شناخت، تحمل و مدیریت هیجان است. همچنین زوج‌درمانی و آموزش مدیریت تعارض برای والدین می‌تواند به کاهش فضای ناایمن خانه کمک کند. لازم است والدین از درگیر کردن کودک در تعارضات زناشویی، قهرهای طولانی، تهدید به جدایی و بیان اختلافات شدید در حضور کودک پرهیز کنند. در محیط‌های آموزشی و درمانی نیز متخصصان باید هنگام مواجهه با مشکلات تنظیم هیجان کودک، کیفیت رابطه والد-کودک، امنیت دلبستگی و سطح تعارض والدین را ارزیابی کنند، نه اینکه مشکل را صرفاً به ویژگی‌های فردی کودک نسبت دهند.

نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی کیفی رابطه میان سبک‌های فرزندپروری، تعارض والدین و مشکلات تنظیم هیجان کودکان با نقش فرایندی امنیت دلبستگی انجام شد. یافته‌ها نشان دادند که مشکلات تنظیم هیجان کودکان در بستر روابط خانوادگی شکل می‌گیرد و تداوم می‌یابد. فرزندپروری کنترل‌گر، آمرانه و ناپایدار، با محدود کردن بیان هیجان و افزایش ترس کودک از واکنش والد، زمینه بی‌نظمی هیجانی را فراهم

می‌کند. از سوی دیگر، فرزندپروری پاسخگو، گرم و دارای مرزهای روشن، به کودک کمک می‌کند هیجان‌های خود را بشناسد، درباره آن‌ها گفت‌وگو کند و راهبردهای سازگارانه‌تری برای آرام‌سازی خود بیاموزد.

همچنین نتایج نشان داد تعارض والدین، به‌ویژه زمانی که شدید، مکرر و حل‌نشده باشد، احساس امنیت کودک را تضعیف می‌کند و او را در وضعیت گوش‌به‌زنگی، اضطراب یا واکنش‌های هیجانی شدید قرار می‌دهد. در این میان، امنیت دلبستگی نقش مهمی در کاهش اثرات منفی تعارض و فرزندپروری ناکارآمد دارد. کودکی که والد را در دسترس، پاسخگو و قابل اعتماد تجربه می‌کند، حتی در موقعیت‌های تنش‌زا نیز امکان بیشتری برای دریافت حمایت، بیان هیجان و بازگشت به آرامش دارد. بنابراین، امنیت دلبستگی را می‌توان سازوکاری کلیدی دانست که از طریق آن کیفیت تعاملات والدین با کودک و کیفیت رابطه زناشویی والدین به تنظیم هیجان کودک پیوند می‌خورد.

بر اساس این یافته‌ها، مداخلات مؤثر برای بهبود تنظیم هیجان کودکان باید صرفاً بر آموزش مهارت‌های فردی به کودک متمرکز نباشند، بلکه باید والدین و نظام خانواده را نیز دربرگیرند. آموزش فرزندپروری مقتدرانه، کاهش تعارضات مخرب والدین، تقویت گفت‌وگوی هیجانی، افزایش پاسخ‌دهی والدین و ایجاد تجربه پایگاه امن برای کودک می‌تواند به بهبود تنظیم هیجان و سلامت روان کودکان کمک کند.

موازين اخلاقي

در تمامی مراحل پژوهش حاضر اصول اخلاقی مرتبط با نشر و انجام پژوهش رعایت گردیده است.

مشاركت نويسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافع وجود ندارد.

تشكر و قدرداني

از همه افرادی که در این پژوهش به ما یاری رساندند سپاسگزاری به عمل می‌آید.

References

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. N. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Baumrind, D. (1966). Effects of authoritative parental control on child behavior. *Child Development*, 37(4), 887–907. <https://doi.org/10.2307/1126611>
- Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *The Journal of Early Adolescence*, 11(1), 56–95. <https://doi.org/10.1177/0272431691111004>
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment* (2nd ed.). Basic Books. Original work published 1969.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Buri, J. R. (1991). Parental authority questionnaire. *Journal of Personality Assessment*, 57(1), 110–119. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5701_13

- Cassidy, J. (1994). Emotion regulation: Influences of attachment relationships. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 228-249. <https://doi.org/10.2307/1166148>
- Cummings, E. M., & Davies, P. T. (2010). *Marital conflict and children: An emotional security perspective*. Guilford Press.
- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487-496. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.113.3.487>
- Davies, P. T., & Cummings, E. M. (1994). Marital conflict and child adjustment: An emotional security hypothesis. *Psychological Bulletin*, 116(3), 387-411. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.116.3.387>
- Eisenberg, N., Cumberland, A., & Spinrad, T. L. (1998). Parental socialization of emotion. *Psychological Inquiry*, 9(4), 241-273. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0904_1
- Goagoses, N., Schipper, N., & Koglin, U. (2023). Parenting dimensions/styles and emotion dysregulation in childhood and adolescence: A systematic review and meta-analysis. *Current Psychology*, 42, 18798-18816. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03037-7>
- Grych, J. H., & Fincham, F. D. (1990). Marital conflict and children's adjustment: A cognitive-contextual framework. *Psychological Bulletin*, 108(2), 267-290. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.108.2.267>
- Grych, J. H., Seid, M., & Fincham, F. D. (1992). Assessing marital conflict from the child's perspective: The Children's Perception of Interparental Conflict Scale. *Child Development*, 63(3), 558-572. <https://doi.org/10.2307/1131346>
- Kerns, K. A., Klepac, L., & Cole, A. K. (1996). Peer relationships and preadolescents' perceptions of security in the child-mother relationship. *Developmental Psychology*, 32(3), 457-466. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.32.3.457>
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. Sage.
- Maccoby, E. E., & Martin, J. A. (1983). Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. In P. H. Mussen & E. M. Hetherington (Eds.), *Handbook of child psychology: Vol. 4. Socialization, personality, and social development* (4th ed., pp. 1-101). Wiley.
- Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S., & Robinson, L. R. (2007). The role of the family context in the development of emotion regulation. *Social Development*, 16(2), 361-388. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2007.00389.x>
- Shields, A., & Cicchetti, D. (1997). Emotion regulation among school-age children: The development and validation of a new criterion Q-sort scale. *Developmental Psychology*, 33(6), 906-916. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.33.6.906>
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 25-52. <https://doi.org/10.2307/1166137>
- Tong, A., Sainsbury, P., & Craig, J. (2007). Consolidated criteria for reporting qualitative research: A 32-item checklist for interviews and focus groups. *International Journal for Quality in Health Care*, 19(6), 349-357. <https://doi.org/10.1093/intqhc/mzm042>
- Waters, E., & Cummings, E. M. (2000). A secure base from which to explore close relationships. *Child Development*, 71(1), 164-172. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00130>