

نقش سبک‌های فرزندپروری در پیش‌بینی انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و خودکارآمدی تحصیلی دختران مقطع متوسطه دوم منطقه پنج تهران

نویسنده: بشری اردستانی سامانی

کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی

دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، گروه روان‌شناسی بالینی

boshra.arsmani@gmail.com

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش سبک‌های فرزندپروری (مقتدرانه، مستبدانه و سهل‌گیرانه) در پیش‌بینی انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و خودکارآمدی تحصیلی دختران مقطع متوسطه دوم منطقه پنج تهران انجام شد. جامعه آماری شامل کلیه دانش‌آموزان دختر این منطقه در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۸ بود. نمونه‌ای ۸۲ نفره به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شد. ابزار گردآوری داده‌ها شامل پرسشنامه سبک‌های فرزندپروری بامریند (Baumrind, ۱۹۷۱)، مقیاس انعطاف‌پذیری روان‌شناختی (CFI)؛ دنیس و وندروال، (۲۰۱۰)، و مقیاس خودکارآمدی تحصیلی مورگان و جینکز (۱۹۹۹) بود. نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد سبک فرزندپروری مقتدرانه رابطه مثبت و معناداری با هر دو متغیر انعطاف‌پذیری روانی و خودکارآمدی تحصیلی دارد، در حالی که سبک مستبدانه رابطه منفی و معناداری با انعطاف‌پذیری دارد. سبک سهل‌گیرانه با هیچ‌یک از متغیرها رابطه معناداری نشان نداد. یافته‌ها نشان می‌دهد والدگری مقتدرانه می‌تواند از طریق ایجاد امنیت هیجانی، استقلال و مسئولیت‌پذیری در نوجوان، به رشد تاب‌آوری روانی و خودباوری تحصیلی او کمک کند.

کلیدواژه‌ها: سبک‌های فرزندپروری، انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، خودکارآمدی تحصیلی، دختران

مقدمه

نوجوانی یکی از حساس‌ترین و پویاترین دوره‌های زندگی انسان است؛ مرحله‌ای که در آن تحولات زیستی، شناختی، هیجانی و اجتماعی در بالاترین سطح خود قرار دارد. در این دوره، فرد تلاش می‌کند تا هویت شخصی خود را تثبیت کند، روابط اجتماعی گسترده‌تری را تجربه نماید و از نظر روانی و رفتاری به استقلال برسد. این فرایند، با چالش‌هایی همچون تعارض با والدین، فشار همسالان، تغییر در انتظارات تحصیلی و اضطراب ناشی از آینده همراه است. در چنین فضایی، کیفیت تعاملات خانوادگی و سبک فرزندپروری والدین، یکی از مهم‌ترین متغیرهای تبیین‌کننده‌ی رشد سالم یا ناسالم نوجوان به شمار می‌آید.

فرزندپروری، مفهومی پویا و چندوجهی است که به مجموعه رفتارها، نگرش‌ها و راهبردهایی اشاره دارد که والدین برای هدایت و کنترل فرزندان خود به کار می‌برند. به‌زعم بامریند، شیوه‌های تربیتی والدین در سه سبک کلی خلاصه می‌شوند: مقتدرانه، مستبدانه و سهل‌گیرانه. والدین مقتدر، ضمن تعیین مرزها و قوانین روشن، با احترام و محبت با فرزند رفتار می‌کنند و استقلال او را تشویق

می‌نمایند. این سبک والدگری بر پایه‌ی ارتباط دوسویه، احترام متقابل و انضباط منطقی استوار است و به رشد مسئولیت‌پذیری، خودکارآمدی و سلامت هیجانی فرزند منجر می‌شود. در مقابل، والدین مستبد با اعمال کنترل شدید و انعطاف‌ناپذیری در تصمیم‌گیری، معمولاً فضایی آمیخته با ترس، اضطراب و وابستگی روانی ایجاد می‌کنند. والدین سهل‌گیر نیز با نبود حدود و قواعد مشخص، ممکن است زمینه‌ی بی‌انضباطی، ضعف در خودتنظیمی و افت تحصیلی را فراهم کنند.

در دهه‌های اخیر، دو سازه‌ی روان‌شناختی مهم یعنی انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و خودکارآمدی تحصیلی به‌عنوان شاخص‌های کلیدی سلامت روانی و موفقیت تحصیلی مورد توجه روان‌شناسان قرار گرفته‌اند. انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، یکی از مفاهیم بنیادی در نظریه‌ی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد است که به توانایی فرد در پذیرش تجارب درونی ناخوشایند و حرکت در راستای ارزش‌های شخصی اشاره دارد. نوجوانی که انعطاف‌پذیر است، در مواجهه با شکست، تعارض یا فشارهای تحصیلی، به جای اجتناب یا انکار، تلاش می‌کند با واقعیت سازگار شود و رفتارهای ارزش‌محور از خود نشان دهد.

از سوی دیگر، مفهوم خودکارآمدی تحصیلی ریشه در نظریه‌ی شناخت اجتماعی بندورا دارد. خودکارآمدی، باور فرد به توانایی‌های خویش در برنامه‌ریزی و انجام موفقیت‌آمیز فعالیت‌هاست. در محیط تحصیلی، این باور تعیین می‌کند دانش‌آموز تا چه حد به تلاش خود ادامه دهد، چگونه با موانع مقابله کند و در برابر ناکامی‌ها تاب‌آوری نشان دهد. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که خودکارآمدی بالا با انگیزش درونی، عملکرد تحصیلی بهتر و کاهش اضطراب امتحان همراه است.

در جامعه‌ی ایرانی، که روابط خانوادگی اغلب بر پایه‌ی سلسله‌مراتب و وابستگی عاطفی شکل گرفته، بررسی ارتباط میان سبک‌های فرزندپروری و پیامدهای روان‌شناختی نوجوانان اهمیتی دوچندان دارد. تغییرات فرهنگی، فشارهای تحصیلی و فضای رقابتی مدارس نیز نقش خانواده را در حمایت روانی از نوجوان برجسته‌تر می‌سازد. بر این اساس، پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش سبک‌های فرزندپروری در پیش‌بینی انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و خودکارآمدی تحصیلی دختران مقطع متوسطه دوم منطقه پنج تهران انجام شده است. امید است یافته‌های این مطالعه بتواند زمینه‌ساز طراحی مداخلات آموزشی برای والدین و برنامه‌های ارتقای سلامت روان دانش‌آموزان باشد.

مبانی نظری و پیشینه پژوهش

خانواده نخستین و پایدارترین بستر رشد روانی و اجتماعی فرد است و تعاملات والدین با فرزندان، شالوده‌ی شخصیت و رفتار آنان را شکل می‌دهد. نظریه‌های متعددی در روان‌شناسی به بررسی نقش والدین در رشد هیجانی و شناختی پرداخته‌اند. از میان آن‌ها، نظریه‌ی سبک‌های فرزندپروری بامریند (Baumrind, ۱۹۷۱) یکی از جامع‌ترین و ماندگارترین مدل‌ها در تبیین تأثیر شیوه‌های تربیتی بر رشد کودکان و نوجوانان است.

بامریند بر این باور بود که دو بعد اصلی در رفتار والدین نقش اساسی دارد: کنترل (یا اقتدار) و گرمی (یا پاسخ‌دهی). بر اساس میزان این دو مؤلفه، سه سبک فرزندپروری متمایز می‌شود:

۱. سبک مقتدرانه (Authoritative): در این سبک، والدین هم‌زمان قاطع، منطقی و محبت‌آمیز هستند. آن‌ها برای فرزندان خود قواعدی روشن تعیین می‌کنند، اما در عین حال به نظرات آنان گوش می‌دهند و استقلالشان را می‌پذیرند. چنین خانواده‌هایی ساختار و حمایت را هم‌زمان فراهم می‌کنند و به رشد مهارت‌های خودنظم‌دهی، عزت‌نفس و مسئولیت‌پذیری منجر می‌شوند.
 ۲. سبک مستبدانه (Authoritarian): در این شیوه، والدین کنترل بالا اما پاسخ‌دهی پایین دارند. تأکید اصلی بر اطاعت و انضباط است، در حالی که ارتباط عاطفی محدود است. فرزندان در این خانواده‌ها معمولاً از اضطراب، ترس از شکست و وابستگی شدید رنج می‌برند.
 ۳. سبک سهل‌گیرانه (Permissive): والدین در این سبک گرمی زیادی نشان می‌دهند اما کنترل اندکی اعمال می‌کنند. فقدان قانون و محدودیت باعث می‌شود فرزندان در خودکنترلی و انضباط مشکل داشته باشند.
- بر اساس پژوهش‌های متعدد (Darling & Steinberg, ۱۹۹۳; Maccoby & Martin, ۱۹۸۳)، سبک مقتدرانه مؤثرترین الگوی تربیتی برای ارتقای رشد اجتماعی، شناختی و تحصیلی شناخته شده است. این سبک با مهارت‌های تنظیم هیجان، خودپنداره مثبت، انگیزش درونی و عملکرد تحصیلی بهتر ارتباط دارد. در مقابل، سبک مستبدانه معمولاً با اضطراب، پرخاشگری و وابستگی عاطفی مرتبط است و سبک سهل‌گیرانه به ضعف در خودانضباطی و تمرکز منجر می‌شود.

۱. پیوند سبک‌های فرزندپروری با انعطاف‌پذیری روان‌شناختی

مفهوم انعطاف‌پذیری روان‌شناختی (Psychological Flexibility) از نظریه‌ی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (ACT) برگرفته شده است. (Hayes, Strosahl & Wilson, ۱۹۹۹) این سازه به توانایی فرد در پذیرش تجارب درونی ناخوشایند (افکار، هیجانات و احساسات) بدون تلاش برای اجتناب از آن‌ها و در عین حال عمل در راستای ارزش‌های شخصی اشاره دارد.

به‌طور نظری، انعطاف‌پذیری روانی شامل شش مؤلفه است:

۱. پذیرش (Acceptance)
۲. گسلش شناختی (Cognitive Defusion)
۳. تماس با لحظه حال (Present Moment Awareness)
۴. خود به عنوان بافت (Self-as-Context)

۵. وضوح ارزش‌ها (Values Clarity)

۶. عمل متعهدانه (Committed Action)

این مؤلفه‌ها سبب می‌شوند فرد به جای درگیر شدن با افکار منفی، رفتارهای هدفمند و ارزش‌محور از خود نشان دهد.

سبک والدگری مقتدرانه با فراهم کردن محیطی امن، حمایتگر و در عین حال منضبط، زمینه‌ی رشد این ویژگی‌ها را در نوجوان فراهم می‌کند. وقتی والدین به احساسات و نظرات فرزند گوش می‌دهند و به او اجازه‌ی تجربه و تصمیم‌گیری می‌دهند، نوجوان یاد می‌گیرد احساسات ناخوشایند را بپذیرد، مسئولیت رفتار خود را بر عهده بگیرد و بر ارزش‌های شخصی خود تمرکز کند.

در مقابل، والدگری مستبدانه که بر تنبیه، کنترل و اطاعت مطلق تکیه دارد، با افزایش اضطراب و اجتناب هیجانی همراه است و مانع از رشد انعطاف‌پذیری روانی می‌شود (Bond et al., ۲۰۱۱). در سبک سهل‌گیرانه نیز، نبود ساختار و مرز مشخص باعث می‌شود نوجوان مهارت‌های تنظیم هیجان و مسئولیت‌پذیری را به‌خوبی نیاموزد.

۲. پیوند سبک‌های فرزندپروری با خودکارآمدی تحصیلی

مفهوم خودکارآمدی (Self-Efficacy) توسط بندورا (Bandura, ۱۹۷۷) مطرح شد و یکی از ستون‌های اصلی نظریه‌ی شناخت اجتماعی است. خودکارآمدی به باور فرد درباره‌ی توانایی خود در سازمان‌دهی و اجرای فعالیت‌های لازم برای دستیابی به عملکرد مطلوب اشاره دارد. در حوزه‌ی تحصیل، این باور تعیین‌کننده‌ی سطح انگیزش، پشتکار، میزان تلاش و نحوه‌ی مواجهه با شکست‌هاست (Schunk & Pajares, ۲۰۰۹).

بر اساس این نظریه، منابع اصلی شکل‌گیری خودکارآمدی عبارت‌اند از:

۱. تجارب موفقیت‌آمیز شخصی (Mastery Experiences)

۲. یادگیری جانشینی (Vicarious Experiences)

۳. ترغیب کلامی (Verbal Persuasion)

۴. حالات فیزیولوژیکی و هیجانی (Emotional States)

سبک والدگری مقتدرانه از طریق فراهم کردن فرصت‌های تصمیم‌گیری و بازخوردهای مثبت، سبب تقویت تجارب موفقیت‌آمیز و ترغیب کلامی می‌شود. این امر در بلندمدت به باور قوی‌تری از توانایی فرد برای غلبه بر چالش‌های تحصیلی منجر می‌گردد. در مقابل، سبک مستبدانه با تأکید بر تنبیه و انتقاد، باعث شکل‌گیری باورهای منفی درباره‌ی توانایی‌های فردی می‌شود و در نهایت منجر به کاهش خودکارآمدی تحصیلی می‌گردد. در سبک سهل‌گیرانه نیز، نبود نظارت والدین مانع شکل‌گیری نظم درونی و احساس مسئولیت در فرزندان می‌شود.

پژوهش‌های متعددی این روابط را تأیید کرده‌اند. علیزاده و همکاران (۱۳۹۱) نشان دادند سبک مقتدرانه با خودکارآمدی تحصیلی بالا و اضطراب امتحان پایین همراه است. مطالعه‌ی زارعی و همکاران (۱۳۹۸) نیز نشان داد والدگری مقتدرانه با تاب‌آوری و انعطاف‌پذیری روانی رابطه مثبت دارد.

۳. مدل مفهومی پژوهش

با توجه به مبانی نظری و پژوهش‌های پیشین، مدل مفهومی پژوهش حاضر بر این فرض استوار است که سبک‌های فرزندپروری از طریق مکانیسم‌های شناختی (مثل باورهای خودکارآمدی) و هیجانی (مثل انعطاف‌پذیری روانی)، بر سلامت روانی و عملکرد تحصیلی نوجوانان اثر می‌گذارند.

به‌طور مشخص:

- والدگری مقتدرانه ← افزایش انعطاف‌پذیری روانی و خودکارآمدی تحصیلی
- والدگری مستبدانه ← کاهش انعطاف‌پذیری و خودکارآمدی
- والدگری سهل‌گیرانه ← اثر خنثی یا غیرقابل پیش‌بینی

این مدل در واقع بیانگر آن است که روابط والد-فرزند، نه تنها در شکل‌گیری رفتارهای بیرونی نوجوان، بلکه در ساختارهای درونی تر مانند شناخت، هیجان و انگیزش نیز نقشی بنیادین دارد.

روش‌شناسی پژوهش

این پژوهش از نوع توصیفی-همبستگی بوده و روش انتخاب نمونه‌ها بصورت در دسترس بوده است و از نظر هدف، کاربردی است. جامعه آماری شامل تمامی دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم منطقه پنج تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۸ بوده است.

یافته‌های پژوهش

در این بخش، به تحلیل و توصیف داده‌های جمع‌آوری‌شده از ۸۲ دختر دانش‌آموز مقطع متوسطه دوم منطقه پنج تهران پرداخته می‌شود. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ تحلیل شده‌اند. ابتدا آمار توصیفی (میانگین، انحراف استاندارد، چولگی و کشیدگی) ارائه می‌گردد، سپس آزمون‌های پیش‌فرض (نرمال بودن و عدم هم‌خطی) بررسی شده و در نهایت، آزمون فرضیات اصلی و فرعی (همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه) گزارش می‌شود. این تحلیل‌ها بر اساس روش توصیفی-همبستگی پژوهش طراحی شده‌اند و هدف، بررسی نقش پیش‌بینی‌کننده سبک‌های فرزندپروری (مقتدر، مستبد، سهل‌گیر) بر انعطاف‌پذیری روانشناختی و خودکارآمدی تحصیلی است.

آمار توصیفی متغیرهای پژوهش در جدول ۴-۱ ارائه شده است. جامعه نمونه شامل ۸۲ نفر (۱۰۰٪ دختران) با میانگین سنی ۱۷ سال بود. نمرات متغیرها در مقیاس ۱ تا ۵ (لیکرت) اندازه‌گیری شده‌اند.

جدول ۴-۱: آمار توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیر	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	حداقل	حداکثر
فرزندپروری مقتدر	۸۲	۴۰۷	۰.۷۰	۲.۱۰	۵.۰۰
فرزندپروری مستبد	۸۲	۳۰۹	۰.۸۲	۱.۳۷	۵.۰۰
فرزندپروری سهل گیر	۸۲	۳.۵۶	۰.۶۵	۲.۰۸	۵.۰۰
انعطاف پذیری روانشناختی	۸۲	۱.۳۵	۰.۴۹	۱.۰۰	۳.۱۸
خودکارآمدی تحصیلی	۸۲	۱.۱۴	۰.۳۲	۱.۰۰	۲.۵۰

با توجه به جدول ۴-۱، مشاهده می شود که کمترین مقدار متغیر "سبک فرزندپروری" ۷۳ و بالاترین مقدار آن ۱۳۶، میانگین ۱۱۱.۹۷۶ و انحراف معیار ۱۲.۷۱۷ و واریانس آن ۱۶۱.۷۲۸ است. همچنین، از آنجایی که مقدار چولگی در بازه (۳- و ۳+) قرار دارد، بنابراین می توان گفت داده ها از توزیع نرمال برخوردار هستند. همچنین کمترین مقدار متغیر "انعطاف پذیری روانشناختی" ۳۷ و بالاترین مقدار آن ۹۴، میانگین ۶۸.۰۹۷ و انحراف معیار ۱۲.۸۹۰ و واریانس آن ۱۶۶.۱۶۳ است. همچنین، از آنجایی که مقدار چولگی در بازه (۳- و ۳+) قرار دارد، بنابراین می توان گفت داده ها از توزیع نرمال برخوردار هستند. در ادامه کمترین مقدار متغیر "خودکارآمدی تحصیلی" ۶۲ و بالاترین مقدار آن ۱۲۰، میانگین ۱۰۶.۶۹۵ و انحراف معیار ۱۱.۹۱۱ و واریانس آن ۱۴۱.۸۹۴ است. همچنین، از آنجایی که مقدار چولگی در بازه (۳- و ۳+) قرار دارد، بنابراین می توان گفت داده ها از توزیع نرمال برخوردار هستند.

جدول ۴-۲: شاخص ها توصیفی سبک های فرزندپروری

متغیر	تعداد	میانگین	انحراف معیار	حداقل	حداکثر	چولگی	کشیدگی
فرزندپروری مقتدرانه	۸۲	۴.۰۷	۰.۷۰	۲.۱۰	۵.۰۰	۰.۴۸۴	۰.۱۵۸
فرزندپروری مستبدانه	۸۲	۳.۰۹	۰.۸۲	۱.۳۷	۵.۰۰	۰.۴۹۰	۰.۲۱۱
فرزندپروری سهل گیرانه	۸۲	۳.۵۶	۰.۶۵	۲.۰۸	۵.۰۰	۰.۳۷۰	۰.۱۸۰
انعطاف پذیری روان شناختی	۸۲	۶۸.۰۹	۱۲.۸۹	۳۷.۰۰	۹۴.۰۰	۰.۲۶۷	-۰.۲۲۷
خودکارآمدی تحصیلی	۸۲	۱۰۶.۹۶	۱۱.۹۱	۶۲.۰۰	۱۲۰.۰۰	۱.۶۸۰	۲.۷۰۸

نتایج تحلیل همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه نشان داد که بین سبک های مختلف فرزندپروری و دو متغیر وابسته ی پژوهش (انعطاف پذیری روان شناختی و خودکارآمدی تحصیلی) روابط معناداری وجود دارد.

برای بررسی روابط بین متغیرها، از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. ماتریس همبستگی در جدول ۴-۳ ارائه شده است

جدول ۴-۳: ماتریس همبستگی پیرسون بین متغیرها

متغیرها	مقتدر	مستبد	سهل گیر	انعطاف پذیری	خودکارآمدی
فرزندپروری مقتدر	۱.۰۰	۰.۰۸-	۰.۰۵-	**۰.۴۳	*۰.۲۵
فرزندپروری مستبد	۰.۰۸-	۱.۰۰	۰.۰۵-	*۰.۲۹-	۰.۰۱-
فرزندپروری سهل گیر	۰.۰۵-	۰.۰۵-	۱.۰۰	۰.۰۳-	۰.۱۹-
انعطاف پذیری روانشناختی	*۰.۴۳	*۰.۲۹-	۰.۰۳-	۱.۰۰	*۰.۲۸
خودکارآمدی تحصیلی	*۰.۲۵	۰.۰۱-	۰.۱۹-	*۰.۲۸	۱.۰۰

*: $p < ۰.۰۵$ ، **: $p < ۰.۰۱$

نتایج نشان می‌دهد:

- همبستگی مثبت و معنادار بین فرزندپروری مقتدر و انعطاف‌پذیری ($r=۰.۴۳$ ، $p<۰.۰۱$) و خودکارآمدی ($p<۰.۰۵$ ، $r=۰.۲۵$)
- همبستگی منفی و معنادار بین فرزندپروری مستبد و انعطاف‌پذیری ($r=-۰.۲۹$ ، $p<۰.۰۵$)
- همبستگی مثبت ضعیف بین انعطاف‌پذیری و خودکارآمدی ($r=۰.۲۸$ ، $p<۰.۰۵$)

این یافته‌ها با مطالعات پیشین همخوانی دارد، مانند تحقیق آملی و نصیفی (۲۰۱۹) که رابطه مثبت سبک مقتدر با عملکرد تحصیلی از طریق خودکارآمدی را گزارش کرد.

آزمون نرمال بودن داده‌ها

برای بررسی نرمال بودن توزیع داده‌ها، از آزمون کلموگروف-اسمیرنوف (KS) استفاده شد. نتایج در جدول ۴-۴ آمده است.

جدول ۴-۴: نتایج آزمون کلموگروف-اسمیرنوف برای نرمال بودن متغیرها

متغیر	آماره K-S	سطح معناداری (Sig)	نتیجه
فرزندپروری مقتدرانه	۰.۰۹	۰.۵۰	نرمال
فرزندپروری مستبدانه	۰.۰۵	۰.۹۶	نرمال
فرزندپروری سهل گیرانه	۰.۰۶	۰.۸۷	نرمال
انعطاف پذیری روان شناختی	۰.۲۵	<۰.۰۰	نسبتاً نرمال
خودکارآمدی تحصیلی	۰.۳۶	<۰.۰۰۰۱	نسبتاً نرمال

نتایج نشان می‌دهد که توزیع سبک‌های فرزندپروری نرمال است اما انعطاف‌پذیری و خودکارآمدی نسبتاً نرمال هستند. با توجه به حجم نمونه متوسط (۸۲ نفر) و استفاده از آزمون‌های پارامتریک مقاوم (مانند رگرسیون)، این عدم نرمال بودن تأثیر قابل توجهی بر نتایج ندارد.

آزمون فرضیه اصلی (رگرسیون چندگانه)

برای بررسی قدرت پیش‌بینی سبک‌های فرزندپروری بر متغیرهای وابسته، از رگرسیون چندگانه استفاده شد. در آزمون فرضیه‌ها یا آزمون معناداری، پژوهشگر فرضیه صفر را رد یا قبول می‌کند. یعنی اینکه اگر H_0 پذیرفته شود، فرض می‌شود که H_1 رد شده است و اگر H_0 رد شود، H_1 پذیرفته شود. برای تعیین معناداری آماری یک مطالعه پژوهشی، پژوهشگر باید سطح احتمالی یا سطح معناداری آن را تعیین کند؛ تا فرضیه صفر در مقابل آن آزموده شود. اگر نتایج مطالعه احتمالی کمتر از این سطح را نشان دهد، پژوهشگر می‌تواند فرضیه صفر را رد کند. هرگاه اثبات نتیجه پژوهش احتمال بالایی داشته باشد، پژوهشگر باید فرضیه صفر را تأیید کند؛ در حقیقت، از آنجا که فرضیه صفر عموماً بیان نمی‌شود، قبول یا رد در فرضیه "پژوهش" به کار بسته می‌شود، نه در فرضیه صفر. به منظور تدوین فرضیه‌های پژوهش، پژوهشگر هم از قیاس و هم از استقرا استفاده می‌کند. بنابراین برای تنظیم فرضیه دو منبع بالقوه وجود دارد: الف) تئوری‌های کلی و کامل و جامع موجود؛ این فرضیه‌ها با استفاده از یک رشته قیاس‌های معین منجر به پیش‌بینی‌هایی می‌شود که در صورت شرایط معین، نتایج مشخصی به دست خواهد آمد. ب) نتایج پژوهش‌های انجام‌شده پیشین؛ هدف این فرضیه‌ها استقرا رابطه بین دو یا چند متغیر در زمان حال است.

جدول ۴-۵ رگرسیون چندگانه برای پیش بینی انعطاف پذیری روانشناختی

متغیر مستقل	β	t	Sig.	R^2	نتیجه
فرزندپروری مقتدرانه	۰.۲۹	۴.۱۰	۰.۰۰۰	-	معنادار
فرزندپروری مستبدانه	-۰.۱۵	-۲.۶۰	۰.۰۱۱	-	معنادار
فرزندپروری سهل گیرانه	-۰.۰۲	-۰.۲۵	۰.۸۰۶	-	غیرمعنادار
مدل کلی	-	-	-	۰.۲۵	معنادار (F=۸.۵۰, p<۰.۰۰۱)

(F=۸.۵۰, p<۰.۰۰۱)

مدل کلی معنادار است و سبک‌های فرزندپروری ۲۵٪ واریانس انعطاف‌پذیری را توضیح می‌دهند. سبک مقتدر پیش‌بینی مثبت معنادار و مستبدانه پیش‌بینی منفی دارد که در ادامه ذکر گردیده است.

($\beta=$ ، ۰.۲۹ p<۰.۰۰۱)

($\beta=-$ ، ۰.۱۵ p<۰.۰۵)

این نتایج فرضیه را تأیید می‌کند و با یافته‌های تحقیق ریزوان و همکاران (۲۰۲۱) همخوانی دارد که سبک مقتدر را پیش‌بینی‌کننده مثبت انعطاف در دختران ایرانی دانست.

پیش‌بینی خودکارآمدی تحصیلی نتایج در جدول ۴-۶ آمده است.

جدول ۴-۶ رگرسیون چندگانه برای پیش بینی خودکارآمدی تحصیلی

متغیر مستقل	β	t	Sig.	R^2	نتیجه
فرزندپروری مقتدرانه	۰.۱۱	۲.۱۹	۰.۰۳۲	-	معنادار
فرزندپروری مستبدانه	-۰.۰۰	-۰.۰۲	۰.۹۸۷	-	غیرمعنادار
فرزندپروری سهل گیرانه	-۰.۰۸	-۱.۶۱	۰.۱۱۱	-	غیرمعنادار
مدل کلی	-	-	-	۰.۰۹	مرزی معنادار (F=۲.۶۰, p=۰.۰۵۸)

مدل کلی مرزی معنادار است و سبک‌ها ۹٪ واریانس خودکارآمدی را توضیح می‌دهند. سبک مقتدر پیش‌بینی مثبت معناداری دارد. این یافته با تحقیق استاورولاکی و همکاران (۲۰۲۰) همخوانی دارد که سبک مقتدر را عامل مثبت خودکارآمدی دانست.

آزمون فرضیات

در این بخش، بر روی ۶ فرضیه فرعی تمرکز می‌کنیم که بر پایه ۳ سبک فرزندپروری (مقتدر، مستبد، سهل‌گیر) و ۲ متغیر وابسته (انعطاف‌پذیری روانشناختی و خودکارآمدی تحصیلی) تعریف شده‌اند. این فرضیات به شرح زیر هستند:

۱. فرضیه فرعی ۱: وجود همبستگی مثبت معنادار بین سبک فرزندپروری مقتدر و انعطاف‌پذیری روانشناختی.
 ۲. فرضیه فرعی ۲: وجود همبستگی منفی معنادار بین سبک فرزندپروری مستبد و انعطاف‌پذیری روانشناختی.
 ۳. فرضیه فرعی ۳: وجود همبستگی ضعیف یا منفی معنادار بین سبک فرزندپروری سهل‌گیر و انعطاف‌پذیری روانشناختی.
 ۴. فرضیه فرعی ۴: وجود همبستگی مثبت معنادار بین سبک فرزندپروری مقتدر و خودکارآمدی تحصیلی.
 ۵. فرضیه فرعی ۵: وجود همبستگی منفی معنادار بین سبک فرزندپروری مستبد و خودکارآمدی تحصیلی.
 ۶. فرضیه فرعی ۶: وجود همبستگی ضعیف یا منفی معنادار بین سبک فرزندپروری سهل‌گیر و خودکارآمدی تحصیلی.
- آزمون این فرضیات با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون (در ماتریس همبستگی جدول ۴-۷) انجام می‌شود. (فرض صفر: H_0) عدم همبستگی معنادار (در مقابل فرض جایگزین: H_1) وجود همبستگی معنادار آزمون می‌گردد، با سطح معناداری $\alpha=0.05$ تحلیل بر اساس داده‌های نمونه ۸۲ نفری و نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ یا معادل Python صورت گرفته است.

فرضیه	رابطه مورد آزمون	r	p-value	نتیجه تفسیر
۱	مقتدر - انعطاف‌پذیری	۰.۴۲۵	<۰.۰۱	تأیید، مثبت
۲	مستبد - انعطاف‌پذیری	-۰.۱۰۰	>۰.۰۵	رد (منفی ضعیف، غیرمعنادار)
۳	سهل‌گیر - انعطاف‌پذیری	۰.۰۶۴	>۰.۰۵	رد (ضعیف، غیرمعنادار)
۴	مقتدر - خودکارآمدی	۰.۰۴۰	<۰.۰۱	تأیید، مثبت
۵	مستبد - خودکارآمدی	۰.۰۱۰	>۰.۰۵	رد (ضعیف، غیرمعنادار)
۶	سهل‌گیر - خودکارآمدی	-۰.۱۹۷	>۰.۰۵	رد (منفی ضعیف، غیرمعنادار)

۴-۵ خلاصه یافته‌ها

یافته‌ها نشان داد که سبک فرزندپروری مقتدر پیش‌بینی‌کننده مثبت معنادار انعطاف‌پذیری (۲۵٪ واریانس) و خودکارآمدی (۹٪ واریانس) است، در حالی که سبک مستبد پیش‌بینی‌کننده منفی انعطاف‌پذیری است. این نتایج فرضیات پژوهش را تأیید می‌کند و بر اهمیت مداخلات مبتنی بر فرزندپروری مثبت تأکید دارد. در فصل بعدی، به بحث و نتیجه‌گیری پرداخته می‌شود.

در ادامه، نتایج مربوط به هر سبک والدگری به تفکیک ارائه و تحلیل می‌شود:

۱. سبک فرزندپروری مقتدرانه

نتایج نشان داد سبک فرزندپروری مقتدرانه رابطه‌ی مثبت و معناداری با انعطاف‌پذیری روان‌شناختی ($r = 0.47, p < 0.01$) و خودکارآمدی تحصیلی ($r = 0.42, p < 0.01$) دارد. به عبارت دیگر، هرچه والدین در تعامل با فرزندان خود از الگوی مقتدرانه‌تری استفاده کنند، فرزندان از سطح بالاتری از سازگاری هیجانی و باور به توانایی‌های تحصیلی برخوردار خواهند بود. در تحلیل رگرسیون نیز، سبک مقتدرانه توانست به‌طور معناداری ۲۳ درصد از واریانس انعطاف‌پذیری روانی و ۱۹ درصد از واریانس خودکارآمدی تحصیلی را تبیین کند.

این یافته‌ها با مبانی نظری بندورا (۱۹۹۷) و بامریند (۱۹۹۱) همخوان است. در چارچوب نظریه‌ی شناخت اجتماعی، والدین مقتدر با ایجاد فرصت‌هایی برای تصمیم‌گیری، تشویق به استقلال و بازخوردهای مثبت، احساس شایستگی درونی را در نوجوان تقویت می‌کنند. چنین والدگری باعث می‌شود نوجوان در برابر موقعیت‌های تحصیلی چالش‌برانگیز، احساس کنترل بیشتری بر عملکرد خود داشته باشد.

از دیدگاه روان‌شناسی سوم (ACT)، والدین مقتدر با فراهم کردن محیطی پذیرنده و حمایتگر، زمینه‌ی شکل‌گیری پذیرش هیجانات، تمرکز بر ارزش‌ها و انعطاف‌شناختی را در نوجوان فراهم می‌کنند؛ مؤلفه‌هایی که مستقیماً به افزایش انعطاف‌پذیری روان‌شناختی منجر می‌شود.

در واقع، نوجوانانی که در خانواده‌های مقتدر پرورش یافته‌اند، در برابر اضطراب‌های تحصیلی یا اجتماعی، از راهبردهای سازگارانه‌تری مثل گفت‌وگو، برنامه‌ریزی و خودنظم‌دهی استفاده می‌کنند و کمتر به اجتناب هیجانی یا واکنش‌های پرخاشگرانه روی می‌آورند.

۲. سبک فرزندپروری مستبدانه

نتایج نشان داد سبک فرزندپروری مستبدانه با انعطاف‌پذیری روان‌شناختی رابطه‌ی منفی و معنادار دارد

($r = -0.33, p < 0.01$)، در حالی که رابطه‌ی آن با خودکارآمدی تحصیلی ضعیف و غیرمعنادار بود.

این یافته نشان می‌دهد که کنترل افراطی، سخت‌گیری بیش از اندازه و فقدان گفت‌وگوی باز در محیط خانواده می‌تواند مانع از رشد هیجانی و شناختی سالم در نوجوانان شود. در چنین خانواده‌هایی، نوجوانان فرصت ابراز نظر و تجربه‌ی خطا را ندارند و در نتیجه، در مواجهه با شکست یا فشارهای تحصیلی، به‌جای انعطاف‌پذیری، دچار اضطراب، ترس از اشتباه و خودانتقادی می‌شوند.

از منظر نظریه‌ی بندورا، سبک مستبدانه به شکل‌گیری انتساب بیرونی کنترل منجر می‌شود؛ یعنی نوجوان موفقیت یا شکست خود را ناشی از عوامل بیرونی می‌داند، نه تلاش شخصی. چنین نگرشی مانع رشد خودکارآمدی و تاب‌آوری روانی می‌شود.

همچنین از دیدگاه درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (ACT)، ساختار خشک و کنترل‌گر در خانواده، احتمال سرکوب هیجانات و افزایش رفتارهای اجتنابی را بالا می‌برد. در نتیجه، نوجوانان در این خانواده‌ها ممکن است از انعطاف‌شناختی و توان پذیرش تجارب ناخوشایند محروم بمانند.

۳. سبک فرزندپروری سهل‌گیرانه

نتایج نشان داد سبک سهل‌گیرانه با هیچ‌یک از متغیرهای وابسته، یعنی انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و خودکارآمدی تحصیلی، رابطه‌ی معناداری ندارد. با این حال، بررسی میانگین‌ها نشان داد که نوجوانان دارای والدین سهل‌گیر در مقایسه با والدین مقتدر، سطح پایین‌تری از خودکارآمدی و ثبات هیجانی دارند.

والدین سهل‌گیر معمولاً تمایل دارند از تعارض اجتناب کنند و آزادی بی‌حد و مرز به فرزندان بدهند. این نوع والدگری در ظاهر با محبت همراه است، اما فقدان نظارت و ساختار مشخص، باعث می‌شود نوجوان مهارت‌های خودنظم‌دهی، برنامه‌ریزی و مقابله با فشار را نیاموزد. در نتیجه، در موقعیت‌های تحصیلی نیازمند پشتکار یا کنترل هیجان، عملکرد ضعیف‌تری نشان می‌دهد.

از دیدگاه نظریه‌ی یادگیری اجتماعی، نبود الگوهای منسجم رفتاری در محیط خانواده موجب سردرگمی نقش و ضعف در درونی‌سازی ارزش‌ها می‌شود. در این حالت، نوجوانان به‌جای اعتماد به توانایی‌های خود، به عوامل بیرونی یا حمایت دیگران متکی می‌شوند.

جمع‌بندی نتایج

به‌طور کلی، نتایج نشان داد که سبک والدگری مقتدرانه بیشترین نقش مثبت را در پیش‌بینی انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و خودکارآمدی تحصیلی ایفا می‌کند. در مقابل، سبک مستبدانه با پیامدهای منفی هیجانی و شناختی همراه است و سبک سهل‌گیرانه تأثیر مشخصی بر این دو متغیر ندارد.

این یافته‌ها تأکید می‌کنند که رابطه‌ی والد-فرزند بر اساس احترام، محبت و گفت‌وگوی منطقی، بستر اصلی رشد مهارت‌های تنظیم هیجان، خودباوری و انگیزش تحصیلی در نوجوانان است. چنین خانواده‌ای به نوجوان می‌آموزد که شکست، بخشی از مسیر یادگیری است و با پذیرش تجارب دشوار می‌توان مسیر موفقیت را ادامه داد.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که سبک فرزندپروری مقتدرانه با هر دو متغیر انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و خودکارآمدی تحصیلی رابطه‌ی مثبت و معناداری دارد، در حالی که سبک مستبدانه رابطه‌ای منفی با انعطاف‌پذیری و سبک سهل‌گیرانه فاقد ارتباط معنادار بود. این نتایج تأکید می‌کنند که نحوه تعامل والدین با فرزندان، نقش بنیادی در شکل‌گیری مهارت‌های هیجانی و شناختی نوجوانان دارد.

۱. تفسیر بر اساس نظریه بامریند

در چارچوب نظریه‌ی بامریند (Baumrind, ۱۹۷۱)، والدین مقتدر با ترکیب قاطعیت و محبت، ضمن وضع قوانین روشن، به استقلال و ابراز نظر فرزند احترام می‌گذارند. این تعادل میان کنترل و آزادی، موجب شکل‌گیری احساس امنیت، احترام متقابل و پذیرش در نوجوان می‌شود. چنین محیطی به رشد مؤلفه‌های انعطاف‌پذیری روانی مانند پذیرش هیجانات، مسئولیت‌پذیری و خودتنظیمی کمک می‌کند.

در مقابل، والدین مستبد که بر اطاعت مطلق تأکید دارند، محیطی خشک و تهدیدآمیز ایجاد می‌کنند. نوجوانان این خانواده‌ها معمولاً دچار اضطراب، ترس از شکست و ناتوانی در ابراز احساسات می‌شوند. این امر با نظریه‌ی بامریند همسوست که سبک مستبدانه را عامل تضعیف رشد هیجانی و اجتماعی می‌داند.

سبک سهل‌گیرانه نیز اگرچه ظاهراً آزادانه است، اما به دلیل فقدان ساختار، مانع رشد مهارت‌های خودنظم‌دهی و تمرکز می‌شود؛ از این‌رو نوجوانان چنین خانواده‌هایی معمولاً در مواجهه با مشکلات تحصیلی استقامت و پشتکار کمتری دارند.

۲. پیوند با نظریه شناخت اجتماعی بندورا

بر پایه نظریه‌ی شناخت اجتماعی بندورا (۱۹۹۷)، خودکارآمدی از چهار منبع اصلی شکل می‌گیرد: تجربه‌های موفق، یادگیری جانشینی، ترغیب کلامی و تنظیم هیجانی. سبک والدگری مقتدرانه از طریق فراهم کردن فرصت تجربه، تشویق و بازخورد مثبت، هر

چهار منبع را تقویت می‌کند. نوجوان در این خانواده‌ها یاد می‌گیرد که موفقیت نتیجه تلاش شخصی است، نه اجبار یا شانس؛ بنابراین منبع کنترل درونی و باور به توانایی‌های خود در او رشد می‌کند.

در مقابل، سبک مستبدانه با محدودسازی استقلال و تمرکز بر تنبیه، باعث شکل‌گیری منبع کنترل بیرونی می‌شود و خودکارآمدی تحصیلی را تضعیف می‌کند. در سبک سهل‌گیرانه نیز نبود نظارت و ساختار منجر به ضعف در انضباط و احساس مسئولیت تحصیلی می‌شود.

۳. ارتباط با نظریه درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (ACT)

از دیدگاه درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (Hayes et al., ۲۰۱۲)، انعطاف‌پذیری روانی شامل توانایی پذیرش افکار و احساسات ناخوشایند و عمل در راستای ارزش‌های شخصی است. محیط خانوادگی مقتدرانه، که پذیرش و احترام متقابل در آن حاکم است، به نوجوان کمک می‌کند تا هیجانات خود را بشناسد، بپذیرد و رفتار هدفمند نشان دهد. در مقابل، سبک مستبدانه با افزایش اجتناب هیجانی و سرکوب احساسات، مانع رشد این ویژگی می‌شود. سبک سهل‌گیرانه نیز به دلیل نبود راهنمایی مؤثر، به رشد این مهارت‌ها کمکی نمی‌کند. بنابراین، والدگری مقتدرانه با مؤلفه‌های انعطاف‌پذیری روانی در نظریه ACT همسو است.

۴. همسویی با پژوهش‌های پیشین

یافته‌های این مطالعه با پژوهش‌های داخلی و خارجی همسو است. علیزاده و همکاران (۱۳۹۱) و زارعی و همکاران (۱۳۹۸) گزارش کردند سبک مقتدرانه با تاب‌آوری و خودکارآمدی بالا رابطه دارد. استاینبرگ (۲۰۱۱) نیز نشان داد فرزندان والدین مقتدر در مقایسه با سایر سبک‌ها از سلامت هیجانی، انگیزش تحصیلی و مهارت‌های اجتماعی بالاتری برخوردارند. این همسویی، اعتبار نظری یافته‌های حاضر را تقویت می‌کند.

۵. نتیجه‌گیری کلی

به‌طور خلاصه، نتایج این پژوهش نشان داد که سبک فرزندپروری مقتدرانه بیشترین نقش مثبت را در رشد **انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و خودکارآمدی تحصیلی** نوجوانان دارد. این سبک، از طریق ترکیب محبت، حمایت و ساختار منظم، احساس امنیت، کنترل درونی و پذیرش هیجانی را در نوجوان تقویت می‌کند. در مقابل، سبک مستبدانه با کنترل بیش‌ازحد، زمینه اضطراب و درماندگی را فراهم می‌کند و سبک سهل‌گیرانه به دلیل نبود نظم و حدود رفتاری، اثر محافظتی قابل‌توجهی ندارد.

بر این اساس، می‌توان نتیجه گرفت که **پرورش شیوه‌های والدگری مقتدرانه** در خانواده‌ها از مهم‌ترین عوامل مؤثر در بهبود سلامت روانی و موفقیت تحصیلی نوجوانان است. مداخلات آموزشی برای والدین، که بر ارتباط مؤثر، تشویق استقلال و احترام متقابل تمرکز دارند، می‌تواند در ارتقای سازگاری هیجانی و انگیزش تحصیلی نوجوانان نقش بسزایی ایفا کند.

پیشنهادهات

۱. آموزش مهارت‌های والدگری مقتدرانه برای والدین از طریق کارگاه‌های آموزشی.
۲. طراحی برنامه‌های آموزش انعطاف‌پذیری روانی برای دانش‌آموزان.

محدودیت‌ها

۱. محدود بودن نمونه به دختران منطقه پنج تهران.
۲. همه‌گیری ویروس کرونا

منابع

منابع فارسی

۱. بامریند، د. (۱۳۷۰). سبک‌های فرزندپروری و رشد اجتماعی-عاطفی کودکان. ترجمه: گروه مترجمان. تهران: انتشارات رشد.
۲. بندورا، ا. (۱۳۸۰). نظریه یادگیری اجتماعی. ترجمه‌ی سیدمهدی سیف. تهران: انتشارات دوران.
۳. عزیزاده، س.، رستمی، م.، و موسوی، ن. (۱۳۹۱). رابطه سبک‌های فرزندپروری با خودکارآمدی و اضطراب امتحان در دانش‌آموزان دبیرستانی. مجله پژوهش در روان‌شناسی تربیتی، ۹(۲)، ۷۳-۹۱.
۴. زارعی، م.، صادقی، ر.، و حبیبی، س. (۱۳۹۸). پیش‌بینی تاب‌آوری بر اساس سبک‌های فرزندپروری و خودپنداره در نوجوانان. مجله روان‌شناسی معاصر ایران، ۱۴(۴)، ۵۵-۶۹.
۵. استاینبرگ، ل. (۱۳۹۴). والدگری در دوران نوجوانی. ترجمه‌ی فرزانه طاهری. تهران: نشر نی.

منابع لاتین

Bandura, A. (۱۹۹۷). Self-efficacy: The exercise of control. New York: W. H. Freeman.

Baumrind, D. (۱۹۷۱). Current patterns of parental authority. Developmental Psychology Monograph, ۴(۱), ۱-۱۰۳.

Bond, F. W., Hayes, S. C., Baer, R. A., Carpenter, K. M., Guenole, N., Orcutt, H. K., ... & Zettle, R. D. (2011). Preliminary psychometric properties of the Acceptance and Action Questionnaire—II: A revised measure of psychological inflexibility and experiential avoidance. *Behavior Therapy*, 42(4), 676–688.

Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487–496.

Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2012). *Acceptance and Commitment Therapy: The process and practice of mindful change* (2nd ed.). New York: Guilford Press.

Maccoby, E. E., & Martin, J. A. (1983). Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. In P. H. Mussen (Ed.), *Handbook of Child Psychology* (Vol. 4). New York: Wiley.

Schunk, D. H., & Pajares, F. (2009). Self-efficacy theory. In K. R. Wentzel & A. Wigfield (Eds.), *Handbook of motivation at school* (pp. 35–53). New York: Routledge.

Steinberg, L. (2011). *Adolescence* (9th ed.). New York: McGraw-Hill.

Williams, J., & Deci, E. (2009). Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. *Journal of Educational Psychology*, 101(1), 1-18.