

کنش تأملی والدینی: معرفی روی آورد مبتنی بر ذهنی‌سازی در والدگری (قسمت اول)

Parental Reflective Functioning: An Introduction of Mentalization Based Approach in Parenting (Part One)

Parisa Sadat SeyedMousavi, PhD Shahid Beheshti University	Farima Naghash MA in Family Clinical Psychology Shahid Beheshti University	فریما نقاش کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی خانواده دانشگاه شهید بهشتی	پریسasadat سیدموسوی استادیار پژوهشکده خانواده دانشگاه شهید بهشتی
--	--	---	---

کنش تأملی^۱ به مثابه بروز آشکار ظرفیت ذهنی‌سازی^۲ فرد و کنش تأملی والدینی به طور خاص به منزله در نظر گرفتن کودک به‌عنوان یک فرد دارای ذهن توسط والدین است. ذهنی‌سازی به ظرفیت فرد برای درک رفتارهای خودش و دیگران برحسب تمایلات و حالات زیربنایی روانی اشاره دارد؛ ظرفیتی که به شیوه‌های مختلف و در سطوح متفاوتی از تحول کودک و تعامل‌های والد-کودک نمایان می‌شود. سازه ذهنی‌سازی، بیش از ۲۰ سال پیش توسط گروهی از پژوهشگران قلمرو روان‌پوشی دلبستگی معرفی شد (فوناگی و دیگران، ۱۹۹۱، فوناگی و دیگران، ۱۹۹۵ نقل از کامویرانو، ۲۰۱۷). در مقاله‌ای که بخش نخست آن در این شماره در اختیار خوانندگان قرار می‌گیرد، با مروری کوتاه بر ادبیات ذهنی‌سازی کوشش می‌شود کنش تأملی والدینی و مداخلات بالینی مبتنی بر آن توضیح داده شود. این شماره به معرفی سازه کنش تأملی، روند تحول و شیوه‌های سنجش آن در والدین اختصاص یافته است.

کنش تأملی و تحول آن

کنش تأملی، توانایی «نگه داشتن ذهن دیگران در ذهن خود» (الن، فوناگی و بیتمن، ۲۰۰۸؛ فوناگی، گرگلی، ژوربست و تارگت، ۲۰۰۲؛ لویتن، نیجسنز، فوناگی و میز، ۲۰۱۷) و مبین بروز آشکار ظرفیت ذهنی‌سازی فرد است. ذهنی‌سازی به معنای ظرفیت فرد برای درک رفتارهای خود و دیگران برحسب تمایلات و حالات زیربنایی روانی، ظرفیتی حیاتی و غریزی برای نظم‌جویی هیجانی و داشتن روابط اجتماعی مؤثر در انسان است (اسلید، ۲۰۰۵). کنش تأملی یا ذهنی‌سازی با یکپارچه‌سازی دانش ما در زمینه‌های مختلف شناختی و هیجانی، ظرفیتی برای تفکر، احساس‌ها و افکار ایجاد می‌کند تا از این طریق فرد به خودش از بیرون و به دیگران از درون بنگرد (ترگت، ۲۰۰۳ نقل از اسلید، ۲۰۰۵؛ لویتن، فوناگی، لوویک و ورموت، ۲۰۱۲). کنش تأملی، از توانایی‌های اساسی انسان برای جهت‌یابی در این دنیای اجتماعی پیچیده است که امکان پیش‌بینی‌پذیری و درک شدن افراد را میسر می‌سازد (لویتن و دیگران، ۲۰۱۲). از نظر فوناگی و دیگران (۲۰۰۲)، تلاش افراد برای درک خود و دیگران از طبیعی‌ترین و مهم‌ترین جنبه‌های عملکرد انسان‌هاست (فوناگی و دیگران، ۲۰۰۲). فرایند معنابخشیدن به حالات درونی^۳، در عملکردهای درون‌فردی نقش مهمی ایفا می‌کند، درک و فهم را تسهیل می‌کند، به جنبه‌های حیاتی تجارب ذهنی فرصت ابراز می‌دهد و امکان وجود دانشی عمیق‌تر و گسترده‌تر از خود را ایجاد می‌کند. از طریق این فرایند تجارب درونی، احساس‌ها و تمایلات فرد ذهنی‌سازی می‌شوند و به شکل‌گیری ساختارهای حیاتی برای «خود»، بهبود «درک از خود» و خودنظم‌جویی هیجانی^۴ می‌انجامد؛ امری که به‌نوبه‌خود موجب سهولت در انتقال حالات درونی به دیگران و تفسیر آسان‌تر آن‌ها برای دیگران می‌شود (اسلید، ۲۰۰۵؛ فوناگی و دیگران، ۲۰۰۲).

کنش تأملی، زمینه‌ای برای تحول روابط اجتماعی و دیگر روابط ضروری برای زنده‌بودن افراد ایجاد می‌کند (اسلید، ۲۰۰۵). اگر انسان‌ها نمی‌توانستند ورای رفتارها را ببینند و تجارب ذهنی ایجادکننده آن‌ها را درک کنند، مانند دیگر گونه‌های حیوانات فقط می‌توانستند به رفتارهای دیگران (و نه ذهنیات آن‌ها) پاسخ دهند. درواقع، با در دست داشتن یک «سیستم بازنمایی» که امکان شکل‌گیری تفسیر اعمال بین فردی را ایجاد می‌کند، می‌توان گفت که

1. reflective functioning
2. mentalization capacity

3. self-states

4. emotional self-regulation

«تکامل نقش مهمی در تحول روابط اجتماعی ایفا می‌کند». به موهبت وجود ظرفیت خاص انسان‌ها برای پردازش تجارب بین فردی و درک یکدیگر، افراد می‌توانند این نکته درک کنند که رفتارهای خودشان یا دیگران با تغییرات زیربنایی و احساس‌ها و امیال پویای آن‌ها مرتبط می‌شود. هرچه بیشتر انسان‌ها بتوانند حالات ذهنی خودشان و دیگران را در نظر بگیرند، به احتمال بیشتری در روابط سازنده، صمیمی و پایدار وارد می‌شوند، از نظر ذهن رابطه بیشتری با افراد برقرار می‌کنند و در عین حال، ذهنی مستقل و خودمختار در آن‌ها شکل می‌گیرد (فوناگی و دیگران، ۲۰۰۲).

از آنجا که همه انسان‌ها با ظرفیت بالقوه برای تحول ظرفیت ذهنی‌سازی متولد می‌شوند، روابط اولیه با قرار دادن فرصت یادگیری حالات ذهنی برای کودک، عمق پردازش محیط اجتماعی را تعیین می‌کنند (فوناگی و دیگران، ۲۰۰۲). ظرفیت مادر برای نگه داشتن بازنمایی‌های کودک در ذهن خود به قالب احساس‌ها، امیال و مقاصد، به کودک این امکان را می‌دهد که تجارب درونی خودش را با استفاده از بازنمایی‌های مادرش از آنها کشف کند. این بازنمایی‌ها به طرق مختلفی و در سطوح متفاوتی از تحول کودک و تعامل‌های مادر-کودک رخ می‌دهند. در حقیقت، مشاهده مادر از تغییرات لحظه به لحظه در حالات ذهنی کودک و بازنمایی‌های مادر از اولین رفتارها و حالات کودک و بعدها اولین کلمات و بازی‌های اوست که در بطن مراقبت با حساسیت بالا^۱ قرار دارد و برای تحول ظرفیت‌های ذهنی‌سازی کودک حیاتی است (اسلید، ۲۰۰۵).

کودک در ابتدای تولد توانایی شناخت حالات هیجانی اولیه و ذاتی را به‌عنوان حالات درونی معنادار ندارد اما حساس‌سازی کودک به حالات درونی و درنهایت درک آن‌ها، از طریق آینه‌واری^۲ هیجان‌ها توسط والدین ایجاد می‌شود (گرگلی و واتسون، ۱۹۹۶). در این فرایند که گرگلی (۱۹۹۶) آن را «شاخص نمودن یا نام‌گذاری»^۳ می‌نامد، مادر تظاهرات هیجانی نوزاد خود را به شکل شاخصی منعکس می‌کند و نسخه‌ای مبالغه‌آمیز از تظاهرات هیجانی واقعی او ایجاد می‌کند که در آن‌ها حالات نوزاد به شکل «بازنمایی‌ها» یا «نمادهای اولیه» به نوزاد برگردانده می‌شود و در این وهله کودک برای نخستین بار شروع به شکل دادن تجربیات درونی‌اش می‌کند. نوزاد ۳ ماهه در ابتدا از طریق مشاهده حالات ذهنی و دنیای ذهنی در مراقبتش به صورت بازنمایی‌هایی از حالات درونی خودش، در مورد آنها اطلاعات کسب می‌کند و سپس می‌تواند شروع به تشخیص آن‌ها در خودش کند (اسلید، ۲۰۰۵).

تحول ظرفیت‌های ذهن برای دسته‌بندی و بازنمایی حالات هیجانی اولیه و تجربه رابطه بین هیجان، رفتار، بدن و تجربه خود در اولین سال زندگی، ضروری‌ترین مرحله برای تحول ظرفیت‌های ذهنی‌سازی است، اما پیش از آنکه کودک بتواند یک حالت واقعی از ذهنی‌سازی داشته باشد، باید تحول دیگری نیز در او روی دهد؛ باید درک کند که چیزهایی که در ذهنش وجود دارد تقریباً بازنمایی‌هایی از افکار و احساس‌ها هستند و واقعیت خودش و دیگران می‌تواند به طرق مختلف تفسیر شود (فوناگی و ترگت، ۱۹۹۶). کودک باید در جهت ورود به تجارب فردی دیگر یا برای درک تجارب خودش، این نکته را درک کند که افکار و احساس‌های وی، افکار و احساس‌های دیگران را توصیف نمی‌کند و چیزی که در ذهن او واقعی به نظر می‌رسد، لزوماً در ذهن دیگران واقعی نیست. افزون بر آن، کودک باید بتواند تصور کند که در ذهن دیگری چه می‌گذرد تا بتواند وانمود کند که به تجارب آن‌ها دست یافته است (اسلید، ۲۰۰۵).

تحول حالات تأملی^۴ در کودکی، به ظرفیت والد برای ورود به دنیای خیالی خویش و در عین حال ترجیح وی مبنی بر ماندن در واقعیت وابسته است که از طریق بازی و صحبت کردن تحقق می‌یابد. به عبارت دیگر، والد توانایی ورود به چیزی که وینیکات (۱۹۶۵، ۱۹۷۱) آن را «فضای گذار»^۵ بین بازی و واقعیت می‌نامد، و برقراری ارتباط بین این دو جهان با استفاده از زبان و نمادها را دارد. همان‌طور که یک والد حساس از طریق «نام‌گذاری» یا نمادسازی^۶ حالات درونی فرزندش، وارد تجارب او می‌شود، والد یک کودک بزرگتر نیز در برابر حالات ارادی وی، از طریق بازی و فعالیت‌های بازی‌گونه حالت «انگار که»^۷ اتخاذ می‌کند (اسلید، ۲۰۰۵). حالت ذهنی کودک باید به شکل دقیق و واضح برای خود کودک بازنمایی شود تا بتواند آن را بشناسد. از طریق بازی و شوخی، کودک می‌تواند از بازنمایی‌هایی که والد از حقیقت درونی خودش دارد برای ایجاد تفکر نمادین استفاده کند. به عبارت دیگر، از بازنمایی‌های ذهنی خودش، بازنمایی می‌سازد (فوناگی و دیگران، ۲۰۰۲).

در همین راستا وینیکات (۱۹۶۵) باور دارد خود واقعی^۸ فقط در صورتی به یک «واقعیت زنده»^۹ تبدیل می‌شود که مادر بتواند مکرراً اشارات هر لحظه کودک را به‌خوبی ببیند و نشان دهد که اشاره کودک چه بوده و آن را به واقعیت بدل کند و درنهایت، توانایی کودک برای استفاده از نمادها ایجاد می‌شود.

1. sensitive caregiving

2. mirroring

3. marking

4. reflective states

5. transitional playspace

6. symbolizing

7. as if

8. true self

9. a living reality

با شکل‌گیری نمادهای اولیه در تعامل بین مادر و کودک و معنابخشیدن و واقعی کردن^۱ عمق و گستره تجارب کودک از سوی مادر، بازنمایی‌های کودک از خودش آغاز می‌شود (اسلید، ۲۰۰۰). اهمیت روابط اولیه در روند تحول کنش تأملی، قلمرو جدیدی را با عنوان کنش تأملی والدینی مطرح کرده است.

کنش تأملی والدینی و پیوستار آن

کنش تأملی والدینی یک مدل مختص رابطه از مدل کلی‌تر کنش تأملی است. با اینکه انتظار می‌رود که کنش تأملی و کنش تأملی والدینی با یکدیگر همبسته باشند، ولی این دو ظرفیت کاملاً یکسان نیستند (لویتن و دیگران، ۲۰۱۷). کنش تأملی والدینی مربوط به ظرفیت والد یا مراقب برای در نظر گرفتن وضعیت‌های درونی ذهنی فرزندش، مانند احساس‌ها، آرزوها و امیال اوست. این مفهوم با توانایی مراقب برای در نظر گرفتن تجارب درونی ذهنی خودش، چگونگی شکل‌گیری این تجارب توسط تعامل‌های با کودک، چگونگی تغییر این تعامل‌ها در خلال زمان و چگونگی تأثیر بر افکار، احساس‌ها و رفتارهای مراقب با فرزندش مرتبط است (اسلید، ۲۰۰۵؛ انسیرینک و میز، ۲۰۰۸؛ شارپ و فونگی، ۲۰۱۰؛ نقل از لویتن و دیگران، ۲۰۱۷). به نظر می‌رسد که کنش تأملی والدینی نقش مهمی در ایجاد ظرفیت کودک برای کنش تأملی دارد و تصور می‌شود به‌نوبه‌خود با رشد نظم‌جویی هیجانی و مهار دشوار^۲، منجر به ایجاد حس استقلال عمل^۳ و قدرت^۴ و ظرفیت ایجاد روابط با دل‌بستگی ایمن می‌شود (اسلید، ۲۰۰۵؛ انسیرینک و میز، ۲۰۱۰؛ کوپر و ردفرن، ۲۰۱۶؛ نقل از لویتن و دیگران، ۲۰۱۷).

کنش تأملی والدینی را می‌توان در پیوستاری از فقدان‌سازی و حالات پیش‌ذهنی‌سازی تا ذهنی‌سازی خوب و رشدیافته در نظر گرفت. در ادامه حالات مختلف روی این پیوستار توضیح داده شده است. در کنش تأملی والدینی، حالت‌های پیش‌ذهنی‌سازی^۵ مراقبان معمولاً به شکل گرایش به قطعیت بیش از اندازه در مورد حالت‌های ذهنی کودکان بروز می‌کند و با اسنادهای مغرضانه و ناتوانی در ورود به دنیای ذهنی کودکان همراه است؛ بنابراین، با اینکه به نظر می‌رسد تشخیص ابهام و عدم شفافیت حالات ذهنی و نشان دادن علاقه و کنجکاوی به دنیای درونی کودک، نشانه‌هایی از کنش تأملی والدینی هستند که والدین نایمن در این دو ظرفیت نارسایی دارند (لویتن و دیگران، ۲۰۱۷). از سوی دیگر کنش تأملی رشدیافته به نوعی وابسته به درک پیچیدگی کنش‌وری ذهن و حالات ذهنی مربوط می‌شود (فونگی و دیگران، ۱۹۹۵). برای مثال، کنش تأملی بالاتر نشان‌دهنده دانش فرد در مورد این نکته است که شدت هیجان‌ها می‌تواند متفاوت باشد و این تفاوت می‌تواند در طول زمان کم یا زیاد شود، احساس‌ها می‌توانند پنهان شوند یا به شکلی دیگر نمایان شوند یا برخی از احساس‌ها می‌تواند دسته دیگری از احساس‌های مرتبط را در خود فرد یا فردی دیگر ایجاد کنند. هیجان‌ها به‌عنوان ویژگی‌هایی قابل تبادل و پویا شناخته می‌شوند که می‌توانند به اشتراک گذاشته شوند، محو شوند، انکار یا تحریف شوند یا با دیگر حالات روانی تداخل یابند. حالات روانی کلید فهم رفتارها در خود فرد یا دیگران هستند. فردی با کنش تأملی بالا، مدل‌های کاری درونی^۶ از هیجان‌ها و امیال دارد. به نظر می‌رسد که مدل کاری درونی والد از فرزندش و تجارب ذهنی او (فرزندش) با کمک والد در ذهنی‌سازی، دنیای درونی فرزندش را تنظیم می‌کند (اسلید، ۲۰۰۵).

کنش تأملی والدینی پایین شکل‌های مختلفی دارد. برخی از والدین با کنش تأملی پایین، درک ناچیزی از تجارب درونی کودک دارند و نسبت به فرزند خود، بی‌اعتنا هستند. برای مثال، برخی از آن‌ها در پاسخ به چگونگی واکنش فرزندشان به جدایی، پاسخ می‌دهند «هیچی» یا «خوبه». گروهی دیگر روی رفتار و شخصیت فرزندشان تمرکز می‌کنند: «بامزه است»، «کله‌شقه»، «منو اذیت می‌کنه» و گروه دیگر به‌رغم توصیف اضطراب و تنیدگی فرزندشان، در مورد آن تأمل نمی‌کنند: «به من می‌چسبه، ولی حالش خوبه و مشکلی نداره»، «شبه‌ها با فریاد از خواب بیدار می‌شه ولی فکر می‌کنم واقعاً هیچ‌چیزی اذیتش نمی‌کنه». برخی از والدین ممکن است تجارب درونی خودشان از والدگری را انکار کنند؛ برای مثال وقتی از آن‌ها در مورد تجربه احساس‌های معمولی یک والد مانند احساس گناه، خشم یا لذت، سؤال می‌شود، پاسخ «نه» می‌دهند. گروهی دیگر از این والدین که در این پیوستار نمره مربوط به کنش تأملی نامأنوس یا منفی^۷ را دریافت کرده‌اند، پاسخ می‌دهند: «مثل شیطان، عین باباش، من همیشه باید مراقبش باشم»، «اون بد بد بد، و هیچ‌کاری هم نمیشه واسش کرد!». این پاسخ‌ها معمولاً پاسخ‌های مادرانی است که نمی‌توانند یا نمی‌خواهند برای درک فرزندشان وارد تجارب او شوند و در عین حال از تجارب درونی خودشان هم به‌عنوان راهنما برای پاسخدهی حساس^۸ استفاده نمی‌کنند؛ به سخن دیگر، آن‌ها دفاع‌های بسیار شدیدی دارند و به دفاع‌های اولیه نادیده گرفتن یا تحریف دنیای درونی فرزندشان، متوسل می‌شوند (اسلید، ۲۰۰۵).

- | | | |
|----------------------|----------------------------|---|
| 1. make real | 4. agency | 7. bizarre or negative reflective functioning |
| 2. effortful control | 5. pre-mentalizing | 8. sensitive responsiveness |
| 3. autonomy | 6. internal working models | |

در سطح بعدی این پیوستار، بخش‌های سازنده کنش تأملی قرار دارند که نشان‌دهنده ظرفیت والد برای تشخیص اینکه کودکش از حالات روانی برخوردار است و احساس‌ها، افکار و امیالی برای خودش دارد: «غمگینه»، «میدونه میخوام بهش غذا بدم»، «دوست داره بره بیرون». این ظرفیت والد که آگاهی از حالات درونی خودش یا فرزندش را به رفتارها یا حالات درونی دیگر مرتبط می‌سازد، نشانه‌ای از کنش تأملی واقعی است و همین ظرفیت باعث می‌شود که فرد در پیوستار نمرات متوسط رو به بالا کسب کند: «پسرم توی مغازه قشقرق به پا کرد (رفتار) چون خسته و گشنه بود (حالت جسمی)، و من داشتم کل روز با خودم همه‌جا می‌کشوندمش و اونم دیگه خسته شده بود (حالت روانی)»، «من خیلی ناراحت و نگران بودم (حالت ذهنی) چون با همسرم دعوا کرده بودیم. من خودم نبودم (رفتار) و این برای بچه‌ام خیلی گیج‌کننده و بد بود (اشاره به تأثیر رفتار خودش روی حالات روانی فرزندش)» (اسلید، ۲۰۰۵).

در مقابل، والد دارای کنش تأملی بالا، با اشتراکات ذهن خودش و فرزندش به‌طور فعالانه درگیر می‌شود؛ «گاهی دخترم می‌ترسه و عصبانی می‌شه (حالات ذهنی فرزند) طوری که من مطمئن نیستم که درست درکش می‌کنم یا نه (ابهام در حالت ذهنی فرزند). اون به یک چیز اشاره می‌کنه و من اونو بهش می‌دم ولی بعد معلوم می‌شه که این اون چیزی نبوده که واقعاً می‌خواست (ابهام). اینکه در مورد احساس اون مطمئن نیستم (ابهام در مورد حالت ذهنی فرزند)، مخصوصاً وقتی که ناراحت، خیلی منو گیج می‌کنه (حالت ذهنی مادر)» (اسلید، ۲۰۰۵).

سنجش کنش تأملی در والدین

فوناگی و دیگران (۱۹۹۱) مقیاسی را برای سنجش ظرفیت والد در درک حالات ذهنی طراحی کردند. در وهله نخست «مقیاس ظرفیت خودتأملی^۱»، ظرفیت خود در تشخیص و در نظر گرفتن تجارب ذهنی خود، مانند احساس‌ها، افکار، امیال و باورها را ارزیابی می‌کرد (کامویرانو، ۲۰۱۷). بازبینی «مقیاس ظرفیت خودتأملی» توسط فوناگی و دیگران (۱۹۹۸)، منجر به ساخت فرم دیگری از «مقیاس کنش تأملی^۲» شد (اسلید، ۲۰۰۵). افزون بر آن، فوناگی و همکارانش با کمک «مصاحبه دلبستگی بزرگسال^۳»، کنش تأملی بزرگسالان را بر اساس ظرفیت بزرگسال برای در نظر گرفتن روابط با والدین خود در کودکی مورد ارزیابی قرار دادند (اسلید، ۲۰۰۵).

با وجود یافته‌های پیشین، تا سال ۲۰۰۵ در پژوهش‌های والدگری از «مقیاس کنش تأملی» استفاده نشده است (کنزلسون، ۲۰۱۴). نسخه جدید مقیاس کنش تأملی یعنی مصاحبه تحولی والدین- کنش تأملی^۴ (اسلید و دیگران، ۲۰۰۴) نقل از کامویرانو، ۲۰۱۷) نیز بر اساس «مقیاس کنش تأملی» در «مصاحبه تحولی والدینی^۵» توسعه یافت. از این مصاحبه برای ارزیابی ظرفیت والد برای در نظر گرفتن تجارب هیجانی کودک خود یا در نظر گرفتن تجارب خویش به عنوان یک والد استفاده می‌شود (اسلید، ۲۰۰۵).

در حالی که روایت‌های مصاحبه دلبستگی بزرگسال متمرکز بر روابطی است که در خلال سال‌های زیادی شکل گرفته‌اند و به خاطرات و وقایع گذشته دور مربوط می‌شوند، در این مصاحبه از والدین خواسته می‌شود که رابطه کنونی خود با فرزندشان را با ارائه مثال توصیف کنند. در نتیجه، مصاحبه تحولی والدین، به‌ویژه وقتی که برای والدینی استفاده می‌شود که فرزند نوزاد یا نوپا دارند، از رابطه‌ای که در حال حاضر در حال شکل گرفتن و تعبیر است، چشم‌اندازی از رابطه ارائه می‌دهد. افزون بر آن، این رابطه باعث ایجاد احساس‌ها و واکنش‌های قوی در زمان کنونی می‌شود. در مقابل مصاحبه دلبستگی بزرگسال، بازنمایی‌های قدیمی و یکپارچه‌ای را ایجاد می‌کند که در حافظه ضبط شده‌اند (اسلید، ۲۰۰۵).

افزون بر آن، «کنش تأملی والدینی» از طریق «مصاحبه بارداری^۶» نیز ارزیابی شده است که برای بررسی بازنمایی‌های ذهنی مادر در مورد خودش به‌عنوان شخصی باردار و در مورد جنین و انتظارش از آینده خودش به‌عنوان یک والد تحول یافته است. مصاحبه بارداری- کنش تأملی برای ارزیابی توانایی آتی مادر برای ذهنی‌سازی تجارب هیجانی خود و تمایل به نگه داشتن فرزندش در ذهن خود طراحی شده است (کامویرانو، ۲۰۱۷). برخی از پژوهشگران (برای مثال، شختر و دیگران، ۲۰۰۸) مقیاس کنش تأملی را بر اساس «مصاحبه مدل‌های کاری کودک^۷» به کار گرفته‌اند (اسلید، گرینبرگر، برنباخ، لوی و لاکر، ۲۰۰۵).

1. Reflective Self Function Scale
2. Reflective Function Scale
3. Adult Attachment Interview

4. Parent Development Interview-
Reflective Functioning (PDI-RF)
5. Parent Development Interview (PDI)

6. Pregnancy Interview (PI)
7. Working Model of the Child
Interview (WMCI)

اخیراً ابزار جدیدی برای سنجش کنش تأملی والدینی معرفی شده است که «پرسشنامه کنش تأملی والدینی»^۱ (لویتن و دیگران، ۲۰۱۷) نام دارد. این پرسشنامه دارای ۱۸ ماده و در مقایسه با فرم‌های مصاحبه‌ای، نیازمند زمان بسیار کمتری است. ماده‌ها به سه بخش تقسیم می‌شوند: ماده‌های مربوط به حالت‌های پیش‌ذهنی‌سازی (برای مثال: «وقتی فرزندم ایرادگیری می‌کند، این کار را فقط برای آزار من انجام می‌دهد»)، ماده‌های مربوط به حالت قطعیت^۲ که نشان‌دهنده آگاهی از عدم شفافیت یا ابهام^۳ در حالات روانی هستند (مانند «من همیشه می‌دانم فرزندم به چه دلیل رفتاری را انجام می‌دهد») و ماده‌های مربوط به علاقه و کنجکاوی^۴ والد برای فهم حالات ذهنی فرزند خود (مانند «من معمولاً کنجکاو هستم که بفهمم فرزندم چه احساسی دارد»). در ایران نیز روایی و اعتبار این پرسشنامه و زیرمقیاس‌های آن توسط گودرزی، قنبری، پاکدامن و مظاهری (۱۳۹۶) بررسی شده است.

منابع

گودرزی، ز.، قنبری، س.، پاکدامن، ش. و مظاهری، م. ع. (۱۳۹۶). نقش واسطه‌ای تنظیم هیجانی در رابطه کنش تأملی مادران و مشکلات درونی‌سازی و برونی‌سازی کودکان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید بهشتی.

- Camoirano, A. (2017). Mentalizing makes parenting work: A Review about parental reflective functioning and clinical interventions to improve it. *Frontiers in Psychology*, 8, 1-12.
- Fonagy, P., & Target, M. (1996). Playing with reality: I. Theory of mind and the normal development of psychic reality. *International Journal of Psychoanalysis*, 77, 217-223.
- Fonagy, P., & Target, M. (1998). Mentalization and the changing aims of child psychoanalysis. *Psychoanalytic Dialogues*, 8(1), 87-114.
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E., & Target, M. (2002). *Affect regulation, mentalization, and the development of the self*. New York: Other Press.
- Fonagy, P., Steele, M., Steele, H., Leigh, T., Kennedy, R., Mattoon, G., et al. (1995). Attachment, the reflective self, and borderline states: The predictive specificity of the adult attachment interview and pathological emotional development. In S. Goldberg, R. Muir, & J. Kerr (Eds.), *Attachment theory: Social, developmental and clinical perspectives* (pp. 223-279). Hillsdale, NJ: Analytic Press.
- Gergely, G., & Watson, J. (1996). The social biofeedback model of parental affect-mirroring. *International Journal of Psychoanalysis*, 77, 1181-1212.
- Katznelson, H. (2014). Reflective functioning: A review. *Clinical Psychological Review*, 34, 107-117.
- Luyten, P., Fonagy, P., Lowyck, B., & Vermote, R. (2012). *Assessment of mentalization*. In A. W. Bateman & P. Fonagy (Eds.), *Handbook of mentalizing in mental health practice* (pp. 43-65). American Psychiatric Publishing, Inc.
- Luyten, P., Nijssens, L., Fonagy, P., & Mayes, L. C. (2017). Parental reflective functioning: Theory, research, and clinical applications. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 70(1), 174-199.
- Rutherford, H.J.V., Goldberg, B., Luyten, P., Bridgett, D.J., & Mayes, L.C. (2013). Parental reflective functioning is associated with tolerance of infant distress but not general distress: Evidence for a specific relationship using a simulated baby paradigm. *Infant Behavior Development*, 36, 635-641.
- Slade, A. (2000). The development and organization of attachment: Implications for psychoanalysis. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 48(4), 1147-1174.
- Slade, A. (2005). Parental reflective functioning: An introduction. *Attachment & Human Development*, 7(3), 269-281.
- Slade, A., Grienenberger, J., Bernbach, E., Levy, D., & Locker, A. (2005). Maternal reflective functioning, attachment and the transmission gap: a preliminary study. *Attachment and Human Development*, 7, 283-298.
- Winnicott, D. W. (1965). *Maturational processes and the facilitating environment*. New York: International Universities Press.