Applied Psychology, Volume 20, Issue 3, 2026, 205-227
ISSN: 2008-4331, eISSN: 2645- 3541
Received: 14 May 2025 *Revised: 3 January 2025* *Accepted: 7 January 2025*

Research Article

Developing a Parenting Package Based on the Lived Experiences of Mothers of Children with Separation Anxiety Disorder

Elham Eskandari[1], Nahid Akrami[2*], Kourosh Namdari[3] & Ahmad Abedi[4]

1. Ph.D. Student in Psychology, Department of Psychology, Faculty of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran.
2. Associate Professor, Department of Psychology, Faculty of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran. Email: n.akrami@edu.ui.ac.ir
3. Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran.
4. Professor, Department of Psychology and Education of Children with Special Needs, Faculty of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran.

Abstract

Aim: Separation anxiety disorder is a common childhood anxiety condition that may substantially affect children's emotional functioning and family relationships. Although parental involvement is considered important in addressing childhood separation anxiety, interventions may not adequately reflect mothers' experiences and specific needs. This study aimed to explore the lived experiences of mothers of children with separation anxiety disorder and develop a parenting intervention package informed by these experiences.

Method: This qualitative study was conducted in two phases. In the first phase, mothers of children aged 4–6 years diagnosed with separation anxiety disorder in District 3 of Isfahan were recruited through purposive sampling in 2023. Semi-structured interviews were conducted with 13 mothers until data saturation was achieved. The interviews were analyzed using Giorgi's phenomenological method. In the second phase, a parenting package was developed based on the identified themes, and its content validity was evaluated by eight experts.

Results: The qualitative analysis identified 29 subthemes organized into six main themes, including psychological burnout, ineffective parenting strategies, impaired daily functioning, persistent anxiety and worry, and the need for professional and social support. Based on these findings, a ten-session parenting package focusing on the mother–child relationship was developed. Content validity evaluation demonstrated satisfactory results, with CVR values ranging from 0.75 to 1.00 and CVI values exceeding 0.90.

Conclusion: The developed parenting package reflects mothers' experiences and demonstrates satisfactory content validity. Further intervention studies are needed to establish its effectiveness in reducing separation anxiety symptoms.

Key Words: *Lived Experiences, Parenting, Separation Anxiety Disorder*

Citation: Eskandari, E., Akrami, N., Namdari, K., & Abedi, A. (2026). Developing a Parenting Package Based on the Lived Experiences of Mothers of Children with Separation Anxiety Disorder *Appl. Psychol 20 (3):205-227.*

OPEN ACCESS 10.48308/apsy.2026.239951.1822

Copyright: © 2026 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

فصلنامهٔ روان‌شناسی کاربردی، دورهٔ ۲۰، شمارهٔ ۳، پائیز ۱۴۰۵، ۲۲۸-۲۰۵
ISSN: 2008-4331, eISSN: 2645- 3541
دریافت مقاله: ۱۴۰۴/۰۲/۲۴ دریافت اصلاحات: ۱۴۰۴/۱۰/۱۳ پذیرش: ۱۴۰۴/۱۰/۱۷

مقاله پژوهشی

تدوین بستهٔ فرزندپروری مبتنی بر تجارب زیستهٔ مادران دارای کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی

الهام اسکندری[۱]، ناهید اکرمی[۲*]، کوروش نامداری[۳] و احمد عابدی[۴]

۱. دانشجوی دکتری روان‌شناسی، گروه روان‌شناسی، دانشکدهٔ علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.
۲. دانشیار گروه روان‌شناسی، دانشکدهٔ علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران. ایمیل: n.akrami@edu.ui.ac.ir
۳. استادیار گروه روان‌شناسی، دانشکدهٔ علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.
۴. استاد گروه روان‌شناسی و آموزش کودکان با نیازهای خاص، دانشکدهٔ علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.

چکیده

هدف: اختلال اضطراب جدایی، شایع‌ترین اختلال اضطرابی در کودکان است که نقش والدین در آن تأیید شده اما ماهیتش روشن نیست. پژوهش حاضر سعی نمود ضمن واکاوی تجارب زیستهٔ مادران این کودکان، یک بستهٔ فرزندپروری مبتنی بر این تجارب تدوین نماید تا نیازهای آن‌ها را پوشش دهد.

روش: پژوهش حاضر از نوع کیفی بود و در دو بخش انجام شد. در بخش نخست از میان جامعهٔ آماری شامل کلیهٔ مادران دارای فرزند ۴ تا ۶ سالهٔ مبتلا به اختلال اضطراب جداییِ ساکن ناحیه ۳ شهر اصفهان در سال ۱۴۰۲، به صورت هدفمند نمونه‌گیری شد و مصاحبه با مادران آغاز گردید؛ مصاحبه‌ها تا اشباع داده‌ها با ۱۳ مادر ادامه یافت. سپس، مصاحبه‌ها با روش جیورجی، تحلیل شد و در بخش دوم، مبتنی بر تجارب زیستهٔ مادران، بستهٔ فرزندپروری تدوین گردید و بر اساس نظرات ۸ متخصص، روایی محتوایی آن ارزیابی و تأیید شد.

یافته‌ها: در بخش نخست، ۶ مضمون شامل فرسودگی روان‌شناختی، روش‌های نادرست فرزندپروری، اختلال در عملکرد روزمره، تجربهٔ اضطراب و نگرانی مستمر و نیاز به حمایت تخصصی و اجتماعی همراه ۲۹ زیرمضمون شناسایی شد. در بخش دوم، بر اساس مضامین، بستهٔ فرزندپروری در ۱۰ جلسه با محورهای متمرکز بر مادر-کودک طراحی شد که ضریب نسبی روایی محتوایی بسته، حداقل ۰/۷۵ و حداکثر ۱ و شاخص روایی محتوا، بالای ۰/۹ به‌دست آمد.

نتیجه‌گیری: بستهٔ فرزندپروری حاضر، یک بستهٔ اختصاصی متناسب با نیازهای مادران دارای کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی است و می‌تواند با هدف ترمیم و پیشگیری از علائم استفاده شود.

کلید واژه‌ها: *اختلال اضطراب جدایی، تجارب زیسته، فرزندپروری*

استناد به این مقاله: اسکندری، الهام.، اکرمی، ناهید.، نامداری، کوروش و عابدی، احمد. (۱۴۰۵). تدوین بستهٔ فرزندپروری مبتنی بر تجارب زیستهٔ مادران دارای کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی. *فصلنامهٔ روان‌شناسی کاربردی*، ۲۰ (۳): ۲۲۷-۲۰۵.

OPEN ACCESS 10.48308/apsy.2026.239951.1822

Copyright: © 2026 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

مقدمه

پدیدۀ اضطراب جدایی در سنین ۶ تا ۱۸ ماهگی، به عنوان بخشی از تحول بهنجار کودک در نظر گرفته می‌شود و دلالت بر رشد روابط مبتنی بر دلبستگی ایمن[1] دارد اما این پدیده، در صورتی‌که بعد از این دورۀ رشدی تداوم یابد، می‌تواند ماهیت اختلال به خود بگیرد. اختلال اضطراب جدایی[2] به عنوان شایع‌ترین اختلال اضطرابی در کودکان زیر ۱۲ سال شناخته می‌شود و بدین صورت است که فرد مبتلا در هنگام جدایی از چهره‌های دلبستگی‌اش، دچار اضطراب شدید می‌شود و غالباً از موقعیت‌هایی که مستلزم جدایی از خانه و خانواده است، اجتناب می‌کند. این اختلال، مشکلات وسیعی را در عملکرد تحصیلی و اجتماعی کودکان مبتلا رقم می‌زند؛ چراکه موجب می شود کودکان از حضور در مدرسه و جدا شدن از منبع دلبستگی، اجتناب ورزند. این کودکان، همچنین نگرانی‌های افراطی در مورد ابتلای چهره‌های دلبستگی خود به بیماری، تصادف یا مرگ آن‌ها دارند و این موضوع، جدایی را برای آن‌ها به یک تجربۀ تلخ و ترسناک بدل می‌سازد. اگر این اختلال درمان نشود و تا بزرگسالی تداوم یابد، نگرانی‌های افراطی مذکور در مورد همسر و فرزندان هم به وقوع می‌پیوندد و اختلال عملکرد چشمگیری در عملکرد شغلی و اجتماعی فرد به همراه خواهد داشت (انجمن روانپزشکی آمریکا، ۲۰۲۲).

زرافشان و همکاران (۲۰۱۵)، در یک مرور نظام‌مند بدین نتیجه رسیدند که شیوع اختلال اضطراب جدایی در میان کودکان و نوجوانان ایرانی بین ۷ تا ۱۵/۷ درصد است. آن‌ها معتقدند از آنجایی‌که اختلالات اضطرابی، تأثیرات منفی بر بهزیستی روان‌شناختی[3] و عملکرد افراد بر جا می‌گذارد و موجب مسائل دیگر می‌شود، باید مورد توجه ویژه واقع گردد. وجود علائم اضطرابی درکودکان، از جمله شایع‌ترین مسائل مرتبط با وضعیت سلامت روان در کودکان محسوب می‌شود (کوآلچاک و همکاران، ۲۰۲۲) و می‌تواند تأثیرات منفی فوری مثل نقص‌های اجتماعی- تحصیلی بر جا بگذارد و همچنین تأثیرات منفی بلند مدت برای بزرگسالی فرد به همراه داشته باشد (به‌منش و همکاران، ۲۰۲۳؛ کپلند و همکاران، ۲۰۱۴)؛ مطالعات طولی نشان داده‌اند که اختلال اضطراب جدایی در کودکی می‌تواند عامل خطری برای ابتلا به سایر اختلالات اضطرابی در آینده باشد (گریشابر و همکاران، ۲۰۲۴)؛ بنابراین باید به‌جِد هدف برنامه‌های مداخله‌ای واقع گردد.

پژوهش‌های علت‌شناسیِ اختلال اضطراب جدایی کودکان بر نقش کلیدی عوامل والدینی در شکل‌گیری و تداوم علائم این اختلال دلالت دارند (به‌منش و همکاران، ۲۰۲۳؛ گانتیا، ۲۰۲۳؛

---

1. secure attachment
2. Separation Anxiety Disorder (SAD)
3. psychological wellbeing

هرن و همکاران، ۲۰۱۳). بدین خاطر که نوع رفتار والدین، می‌تواند به صورت ناخواسته بر شکل‌گیری و تداوم اضطراب کودکان موثر باشد (پینکوارت، ۲۰۱۷؛ مولر و همکاران، ۲۰۱۶)، در برنامه‌های مداخله‌ای، نقش والدین باید مورد توجه قرار گیرد. اگرچه، حمایت مؤثر از کودکان مبتلا به اضطراب برای والدین دشوار است اما مداخلات متمرکز بر والدین روش نویدبخشی را برای پیشگیری و درمان مسائل اضطرابی کودکان ارائه می‌دهد (جول و همکاران، ۲۰۲۲؛ کاستانتینی و همکاران، ۲۰۲۳).

بررسی‌ها نشان می‌دهد، برخی رفتارهای به ظاهر مثبت والدین می‌تواند موجب اجتناب کودک از مواجهه با موقعیت‌های نسبتاً ترسناک شود (مولر و همکاران، ۲۰۱۶). همچنین والدین کودکان مضطرب، با نشان دادن الگوهای رفتار اضطرابی بر کودکانشان تأثیر می‌گذارند (یاپ و جرم، ۲۰۱۵). به علاوه، عدم گرمی در رابطهٔ والد- فرزندی و انتقادگری بیش از حد، می‌تواند باعث شود کودکان، دنیا را به عنوان یک مکان ناامن و تهدیدکننده شناسایی کنند (پینکوارت، ۲۰۱۷). این یافته‌ها نشان می‌دهد که توانمندسازی والدین برای تنظیم رفتارها و شناخت‌های خود به گونه‌ای که از فرزندانشان به درستی حمایت کنند، می‌تواند راهی مؤثر برای کاهش اضطراب کودکان باشد (راینکز و همکاران، ۲۰۲۵).

مداخلات متمرکز بر والدین ابزارهایی را در اختیار والدین قرار می دهد تا در مورد نحوهٔ تعامل خود با فرزندشان تأمل کنند و در صورت لزوم رفتارهای خود را به گونه‌ای تنظیم کنند تا احتمال افزایش ناخواستهٔ علائم اضطرابی را در کودکانشان کاهش دهند. اینگونه مداخلات همچنین می‌تواند از والدین به‌عنوان دستیار درمانگر برای کمک به کودکان در شکل‌دهی مهارت‌های جدید و مشارکت در موقعیت‌های مواجهه‌ای بهره ببرد (راینکز و همکاران، ۲۰۲۵). مداخلات متمرکز بر والدین می‌تواند به عنوان یک مداخلهٔ مکمل همراه با مداخلات متمرکز بر کودک، به‌ویژه برای کودکان کوچک‌تر مورد استفاده قرار گیرد (کامر و همکاران، ۲۰۱۹) و قادر است در مقایسه با مداخلات متمرکز بر کودک مزیت‌هایی داشته باشد که به آن‌ها اشاره می‌شود: نخست، مداخلات متمرکز بر والدین به‌راحتی در دسترس است؛ به‌ویژه زمانی‌که کودکان، تمایل به مشارکت فعال در درمان ندارند. دوم، از آنجایی‌که والدین به عنوان یکی از بخش‌های ثابت در زندگی کودک، حضور دارند، مداخلات متمرکز بر آن‌ها می‌تواند باعث حفظ اثرات درمان و جلوگیری از عود گردد؛ چراکه اینگونه مداخلات، عواملی که در محیط خانواده باعث بروز علائم اضطرابی درکودکان می‌شود را مورد هدف قرار می‌دهد (جول و همکاران، ۲۰۲۲). سوم، مداخلات متمرکز بر والدین در مقایسه با مداخلات متمرکز بر کودک یا مداخلات ترکیبی، به لحاظ زمانی کوتاه‌تر و به لحاظ مالی مقرون‌به‌صرفه‌تر هستند (کرسول و همکاران، ۲۰۲۳).

مداخلات متمرکز بر والدین از رویکردهای نظری متعدد برای کاهش اضطراب کودکان استفاده می‌کند. برای مثال، رویکردهای شناختی[1] معتقدند که روش‌های خاص تفکر می‌تواند بر اضطراب تأثیر بگذارد؛ بنابراین از راهبردهای شناختی مثل بازسازی شناختی در این راستا بهره می‌برند. در رویکردهای رفتاری[2]، مواجهه با محرک‌های اضطراب‌زا، هدف مداخله است و از برخی راهبردها مثل قرار دادن فرد در معرض محرک‌های اضطراب‌برانگیز یا مدل‌سازی استفاده می‌کنند (جول و همکاران، ۲۰۲۲). رویکردهای رابطه‌ای[3] هم سعی می‌کنند تعاملات والد-کودک را بهبود بخشند تا از طریق ایجاد یک محیط امن، اضطراب کودک کاهش یابد (کاستانتینی و همکاران، ۲۰۲۳؛ یاپ و جرم، ۲۰۱۵).

در این راستا، پژوهش‌هایی انجام شده که اثربخشی مداخلات متمرکز بر والدین در قالب مدل‌های درمانی مختلف اعم از آموزش مدیریت والدین بر اساس راهبردهای رفتاری، خانواده‌درمانی، مداخلات مبتنی بر تعامل والد- کودک مبتنی بر مربی‌گری هیجان، انواع مداخلات مبتنی بر بازی‌درمانی، مداخلات دلبستگی محور، فرزندپروری مثبت و فرزندپروری مبتنی بر عملکرد تأملی والدین را بر علائم اضطراب جدایی کودکان تایید می‌کند (به‌منش و همکاران، ۱۴۰۱؛ تختی و همکاران، ۱۳۹۹؛ چوات و همکاران، ۲۰۰۵؛ صادقی و همکاران، ۱۴۰۱؛ عاقبتی و همکاران، ۲۰۲۱؛ قاسم زاده و همکاران، ۱۳۹۶؛ کاظمینی و همکاران، ۲۰۱۹؛ محمدی‌پور و مزارعی ستوده، ۱۳۹۷) ولی دقیقاً مشخص نیست مکانیسم اثربخشی اینگونه مداخلات به چه صورت است و لزوم انجام پژوهش‌های اکتشافی در این زمینه را دوچندان می‌نماید. به عبارت دیگر، با وجود گزارش اثربخشی این مداخلات، اغلب پژوهش‌ها تمرکز خود را بر پیامدهای درمانی معطوف کرده‌اند و توضیح روشنی دربارهٔ این‌که کدام مولفه‌ها از چه طریقی و در تعامل با کدام ویژگی‌های والدین به کاهش علائم اضطراب جدایی کودک منجر می‌شوند، ارائه نداده‌اند. به بیان دیگر، مکانیسم‌های زیربنایی تغییر، به‌ویژه نقش وضعیت روان‌شناختی مادر، تجارب زیسته، باورها و هیجان‌های او در فرآیند اثربخشی این پروتکل‌ها، کمتر به‌صورت مستقیم مورد واکاوی قرار گرفته است. این خلأ پژوهشی، ضرورت انجام مطالعات اکتشافی و کیفی را برای شناسایی فرآیندهای تغییر و طراحی مداخلات فرزندپروری متناسب با نیازهای خاص مادران دارای کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی، بیشتر می‌نماید.

راینکز و همکاران (۲۰۲۵)، در یک فراتحلیل، بدین نتیجه رسیدند که مداخلات متمرکز بر والدین تأثیر متوسط معناداری بر اضطراب کودکان دارد. طبق نتایج این بررسی، تمامی مداخلات

---

[1]. cognitive approaches
[2]. behavioral approaches
[3]. relational approaches

تأثیرگذار از مؤلفه‌های رفتاری بهره برده بودند اما اضافه کردن مؤلفه‌های شناختی و هیجانی به اینگونه مداخلات می‌تواند اثربخشی درمان را ارتقا دهد. طبق نظر این پژوهشگران، با وجودی‌که مطالعات پیشین به نقش مداخلات متمرکز بر والدین اشاره دارد اما نیاز به پژوهش‌های بیشتر برای کشف مؤلفه‌های موثرتر در این زمینه وجود دارد.

نیاز به برنامه‌های فرزندپروری که در کنار توجه به نیازهای اختصاصی کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی، مسائل خاص مادران این گروه مثل اضطراب خود مادر (خانال و همکاران، ۲۰۲۵؛ مکال فریرا دباروس و همکاران، ۲۰۲۵)، خودکارآمدی[1] ضعیف مادر (هرن و همکاران، ۲۰۱۳)، دلبستگی ناایمن مادر (عباسی و زارع، ۱۴۰۳)، مهارت تنظیم هیجان[2] و تاب‌آوری[3] ضعیف مادر (یگانه دارابی و حافظیان، ۱۳۹۶) و دیگر مسائل مرتبط را در نظر بگیرند، بیش از پیش مورد توجه است. بیشتر برنامه‌های فرزندپروری موجود، براساس اصول کلی فرزندپروری طراحی شده‌اند اما این برنامه‌ها ممکن است برای خانواده‌هایی که با چالش‌های خاص اضطراب جدایی مواجه هستند، مؤثر نباشند. بنابراین یک مداخلهٔ موثر در این زمینه باید ضمن شناسایی چالش‌های ویژهٔ این کودکان و مادرانشان، نیازهای خاص آن‌ها را نیز پوشش دهد. چنین رویکردی به مادران این امکان را می‌دهد که در فرآیند فرزندپروری خود احساس توانمندی کنند و آمادگی بیشتری برای مواجهه با چالش‌های فرزندپروری کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی پیدا کنند.

درک تجارب زیستهٔ مادران دارای کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی نه تنها دیدگاه ارزشمندی را در زمینهٔ فرآیندهای روان‌شناختی این کودکان، توجه به نیازهای این مادران و حمایت از آن‌ها ارائه می‌کند، بلکه ضمن شناسایی شکاف‌ها در این زمینه، به توسعهٔ برنامه‌های فرزندپروری خاص برای این گروه کمک می‌نماید (بلارو و موتوس، ۲۰۲۴).

تبیین نقش مادر و فرزندپروری در شکل‌گیری و تداوم اختلال اضطراب جدایی کودکان، مستلزم بهره‌گیری از چهارچوب‌های نظری است که بتوانند تعامل پیچیدهٔ میان ویژگی‌های روان‌شناختی مادر، الگوهای تعاملی مادر–کودک و پاسخ‌های اضطرابی کودک را توضیح دهند. در این راستا، پژوهش حاضر به‌طور ضمنی بر چند نظریهٔ کلیدی تکیه دارد که هر یک بخشی از این فرآیند را تبیین می‌کنند و در ادامه توضیح داده می‌شوند:

نخست، در قالب نظریهٔ دلبستگی، می‌توان گفت اختلال اضطراب جدایی زمانی رخ می‌دهد که کودک نتواند حضور مراقب اصلی را به‌عنوان منبعی امن و قابل پیش‌بینی درونی‌سازی کند.

---

[1]. self-efficacy
[2]. emotion regulation skill
[3]. resilience

در واقع، دلبستگی ناایمن خود مادر از طریق تجلی رفتارهایی مثل حساسیت پایین نسبت به نیازهای کودک و پاسخ‌دهی پیش‌بینی‌ناپذیر به کودک، می‌تواند به شکل‌گیری الگوهای دلبستگی ناایمن در کودک و در نتیجه افزایش علائم اضطراب جدایی منجر شود (استوتی و همکاران، ۲۰۲۰). این نظریه، گواه درستی برای توجه به مادر جهت شکستن چرخهٔ علائم کودک است.

دوم، در قالب الگوی انتقال بین‌نسلی اضطراب این طور بیان می‌شود که مادران مضطرب معمولاً تمایل بیشتری به رفتارهای حمایت افراطی، اجتناب‌محور و کنترل‌گرانه دارند که فرصت مواجههٔ کودک با موقعیت‌های مستقل را محدود کرده و وابستگی و اضطراب جدایی کودک را تقویت می‌کند (روسو و همکاران، ۲۰۲۵؛ کراس و همکاران، ۲۰۲۵). این چهارچوب، به‌خوبی توضیح می‌دهد که چرا پرداختن صرف به کودک، بدون توجه به مادر، ممکن است به تغییر پایدار منجر نشود.

سوم، نظریه‌های تنظیم هیجان نیز نقش مهمی در تبیین یافته‌های مرتبط با علائم اضطراب جدایی کودک دارند. مادرانی که توانایی بیشتری در تنظیم هیجان دارند و از راهبردهای مثبت و مربی‌گرایانهٔ تنظیم هیجان (مانند حمایت، همدلی و آموزش هیجانی) استفاده می‌کنند، فرزندانی با تنظیم هیجان بهتر و سطح اضطراب پایین‌تر دارند اما مادرانی که با ضعف در تنظیم هیجان دست و پنجه نرم می‌کنند با استفاده از راهبردهای منفی و سرکوب‌گرایانه (مانند بی‌اعتنایی یا واکنش‌های خشن) بیشتر احتمال دارد کودکانی با مشکلات اضطرابی پرورش دهند. به علاوه تنظیم هیجان کودک تحت تأثیر سبک هیجانی مادر قرار می‌گیرد و این چرخه می‌تواند در طول زمان اضطراب کودک را تشدید کند یا کاهش دهد (پرایس و کایل، ۲۰۲۲).

بنا به مطالب فوق‌الذکر، نقش کلیدی مادر در ایجاد یا تداوم علائم اختلال اضطراب جدایی کودک، مورد تایید است؛ با این وجود، هنوز کمبود تحقیقاتی که به‌طور خاص تجارب زیستهٔ این مادران را بررسی کنند، احساس می‌شود. بیشتر مطالعات موجود یا بر درمان بالینی اختلال اضطراب جدایی در کودکان تمرکز دارند یا بر مداخلات فرزندپروری که نیازهای خاص این مادران را در نظر نمی‌گیرند. بنابراین، ضروری است که تجارب این مادران عمیقاً واکاوی شود تا چالش‌ها، نیازها و حمایت‌های مورد نیازشان کشف گردد و متناسب با آن، در عین توجه به مادر، راهکارهای عملیاتی برای مدیریت اضطراب کودک ارائه گردد. چنین رویکرد جامعی، پتانسیل این را دارد که حلقهٔ اضطراب بین مادر و کودک را بشکند و در نهایت به نتایج بهتری برای هر دو طرف منجر شود. به علاوه، باید گفت کودکان مبتلا به اختلال اضطراب جدایی به سبب دارا بودن شرایط خاص نسبت به همتایان عادی خود نیازمند دریافت یک برنامهٔ فرزندپروری ویژه و متناسب سازی شده بر اساس نیازهایشان هستند. بنابراین با توجه به اهمیت نوع فرزندپروری در تداوم یا کاهش

علائم اختلال اضطراب جدایی کودکان، پرداختن به عوامل تأثیرگذار در این زمینه و توانمندسازی مادران در راستای برخورداری از یک برنامهٔ فرزندپروری مطلوب برای فرزندانشان، ضرورت می‌یابد. از طرف دیگر تدوین یک برنامهٔ فرزندپروری ویژه برای مادران دارای کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی می‌تواند به عنوان یک برنامهٔ فرزندپروری پیشگیرانه برای کودکان مستعد آسیب در این زمینه به کار آید که بر اهمیت تدوین چنین برنامه‌ای می‌افزاید. همچنین از آنجایی‌که برخلاف تصور اولیه، فرزندپروری به شدت متأثر از فرهنگ جامعه است، لزوم تدوین یک بستهٔ فرزندپروری بومی‌سازی شده، مضاعف می‌شود. بر این اساس، تدوین یک بستهٔ فرزندپروری ویژهٔ مادران دارای کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی بر اساس تجارب زیستهٔ آن‌ها و درک شرایط همه‌جانبهٔ آن‌ها، می‌تواند بسیاری از خلأهای پژوهشی و آموزشی این حوزه را مرتفع سازد.

در اینجا لازم است تمایز روشنی میان آموزش مهارت‌های فرزندپروری و پرداختن به مسائل روان‌شناختی خاص مادران دارای کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی برقرار شود. دغدغهٔ اصلی پژوهش حاضر صرفاً آموزش مجموعه‌ای از تکنیک‌های فرزندپروری به مادران نیست؛ بلکه این پژوهش با عنایت به نتایج تحقیقات ذکر شده بر این فرض اساسی استوار است که کیفیت فرزندپروری، به‌طور معناداری تحت تأثیر وضعیت روان‌شناختی مادر قرار دارد که می‌تواند توانایی مادر را در به‌کارگیری موثر راهبردهای فرزندپروری مختل سازد و به‌صورت ناخواسته به تداوم اضطراب کودک بینجامد.

بر این اساس، رویکرد پژوهش حاضر بر آن است که ابتدا با درک عمیق تجارب زیستهٔ مادران دارای کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی، چالش‌ها، نیازها و موانع روان‌شناختی آن‌ها را شناسایی کند و بر پایهٔ این شناخت، یک بستهٔ فرزندپروری طراحی نماید که ضمن بهبود وضعیت روان‌شناختی مادران، به مهارت‌های فرزندپروری ویژه برای کودکان مبتلا به اختلال اضطراب جدایی نیز توجه داشته باشد. در این چهارچوب، بهبود وضعیت روان‌شناختی مادر، نه هدفی مستقل، بلکه پیش‌شرطی ضروری برای ارتقای کیفیت فرزندپروری و کاهش علائم کودک در نظر گرفته می‌شود.

بنابراین هدف پژوهش حاضر تدوین بستهٔ فرزندپروری مبتنی بر تجارب زیستهٔ مادران دارای کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی بود.

روش

پژوهش حاضر، از نوع کیفی با رویکرد پدیدارشناختی بود که با هدف فهم عمیق تجارب زیستهٔ مادران دارای کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی انجام گرفت. انتخاب روش پدیدارشناختی

بدین دلیل صورت گرفت که هدف پژوهش، کشف و توصیف معنای تجربۀ زیستۀ مادران از مواجهه با اختلال اضطراب جدایی کودک و پیامدهای آن در ابعاد مختلف بود؛ امری که مستلزم دسترسی به ادراکات، احساسات و معانی ذهنی مشارکت‌کنندگان از دیدگاه خود آنان است و با روش‌های کمی قابل دستیابی نیست. این پژوهش، در دو بخش انجام گرفت؛ بخش اول شامل انجام مصاحبه با مادران دارای کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی و استخراج تجارب زیستۀ آن‌ها بود و بخش دوم تدوین بستۀ فرزندپروری مبتنی بر تجارب زیستۀ مستخرج را شامل می‌شد.

در بخش نخست، پس از تعیین جامعۀ آماری پژوهش شامل کلیۀ مادران دارای فرزند ۴ تا ۶ سالۀ مبتلا به اختلال اضطراب جداییِ ساکن ناحیه ۳ شهر اصفهان در سال ۱۴۰۲ و اخذ معرفی-نامه از دانشگاه اصفهان، به منظور نمونه‌گیری هدفمند، با مراجعه به ۲۲ مرکز آموزشی اعم از مهد کودک، پیش‌دبستانی و مدرسه ناحیه ۳ شهر اصفهان طی صحبت با مدیران مراکز یا مربیان و معلمان، سعی شد تعداد مکفی از مادران دارای کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی بر اساس توصیف اولیۀ نشانه‌های بالینی اختلال توسط پژوهشگر و توضیح آن برای مراجع مربوطه، شناسایی گردد. پس از معرفی اولیۀ مادران به تعداد ۳۷ نفر توسط مدیران مراکز، مربیان یا معلمان، از مادران دعوت شد تا در جلسۀ مصاحبۀ بالینی با پژوهشگر شرکت کنند. در این جلسه، ضمن مصاحبۀ بالینی تشخیصی بر اساس DSM-5-TR (انجمن روانپزشکی آمریکا، ۲۰۲۲) و اجرای نسخۀ والدین مقیاس ارزیابی اضطراب جدایی[1] هان و همکاران (۲۰۰۳؛ به نقل از طلایی نژاد و همکاران، ۱۳۹۵) به عنوان ابزار غربالگری، معیارهای ورود به پژوهش شامل ۱- داشتن رضایت آگاهانه از شرکت در پژوهش و ۲-داشتن تحصیلات دیپلم به بالا برای مادر بررسی شد و پس از مورد تایید واقع شدن غربالگری و شرایط ورود، بر اساس معیار اشباع اطلاعاتی (جلالی، ۱۳۹۱)، به صورت مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته با مادران دربارۀ تجارب زیستۀ آن‌ها از داشتن کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی، مصاحبه صورت گرفت. این مصاحبه‌ها با ۱۳ مادر (۲۷ ساله تا ۴۲ ساله) در یکی از مراکز مشاورۀ شهر اصفهان انجام شد. اطلاعات جمعیت‌شناختی مادران شرکت‌کننده در مصاحبه در جدول ۱ آمده است.

[1]. Separation Anxiety Assessment Scale- Parent Version (SAAS-P)

جدول ۱. اطلاعات جمعیت‌شناختی شرکت‌کنندگان

شرکت‌کننده	سن	شغل	تحصیلات	تعداد فرزند
۱	۳۵	خانه‌دار	کارشناسی	۱
۲	۳۴	خانه‌دار	کارشناسی	۲
۳	۳۳	خانه‌دار	کارشناسی	۲
۴	۲۷	خانه‌دار	دیپلم	۲
۵	۳۴	خانه‌دار- دانشجو	کارشناسی	۲
۶	۴۱	مدرس دانشگاه	دکتری	۱
۷	۳۸	فرهنگی	دکتری	۲
۸	۳۴	خانه‌دار	دیپلم	۲
۹	۳۶	رانندهٔ سرویس مدارس	دیپلم	۲
۱۰	۳۶	پژوهشگر	کارشناسی ارشد	۱
۱۱	۴۱	فرهنگی	کارشناسی ارشد	۱
۱۲	۴۲	کارمند بهزیستی	کارشناسی	۲
۱۳	۳۷	کارمند بهداشت	کارشناسی ارشد	۱

برای انجام مصاحبه‌ها، پس از برقراری ارتباط اولیه، با ارائهٔ توضیح مختصر دربارهٔ هدف پژوهش و اطمینان خاطر دادن به آزمودنی‌ها در باب محرمانه ماندن اطلاعاتشان، در جهت استفاده از ضبط صوت در حین انجام فرآیند مصاحبه، کسب اجازه شد. مصاحبه‌ها با یک سوال بازپاسخ کلی شروع می‌شد (لطفاً کمی دربارهٔ تجربیات مادرانگی خودتان از داشتن کودکی با علائم اضطراب جدایی بگویید) و ادامهٔ آن بر حسب پاسخ شرکت‌کننده پیش می‌رفت. مدت زمان گفتگو بر حسب شرایط هر مصاحبه بین ۹۰ تا ۱۲۰ دقیقه، متغیر بود. در پایان، فایل صوتی، پیاده‌سازی و کلمه به کلمه نوشته می‌شد.

از آنجایی‌که این پژوهش از نوع پدیدارشناسی است، هدف، شفاف‌سازی مفهوم پدیده‌هاست. روش پدیدارشناسی به‌دلیل تمرکز بر کشف معنای تجارب زیسته و درک عمیق دیدگاه مشارکت‌کنندگان، مناسب‌ترین روش برای محقق ساختن اهداف پژوهش حاضر بود. در این راستا جهت تحلیل داده‌ها از روش جیورجی[1] استفاده شد که شامل پنج مرحله بود: ۱- داشتن نگاه پدیدارشناسانه ۲- بررسی کلی متن مصاحبه برای نائل شدن به حس کلی از آن ۳- تفکیک کردن واحدهای معنایی اولیه ۴- تبدیل کردن واحدهای معنایی به عبارت‌های روان‌شناختی و ۵- ساختن پیکرهٔ روان‌شناختی تجربه بر پایهٔ مولفه‌های اساسی (حسنوند و همکاران، ۱۳۹۴).

[1]. Giorgi's method

پس از تحلیل داده‌ها بر اساس روش جیورجی، مضامین و زیرمضمون‌های حاصل از مصاحبه‌ها کشف شد. در این راستا، در گام نخست، پژوهشگر با اتخاذ نگرش پدیدارشناسانه و تعلیق پیش‌فرض‌های نظری و تجربی خود، تلاش کرد به توصیف تجربهٔ زیستهٔ مشارکت‌کنندگان بپردازد. در این مرحله، تمامی مصاحبه‌ها چندین بار به‌صورت کامل خوانده شد تا درک کلی و یکپارچه‌ای از تجربهٔ مادران به‌دست آید. در گام دوم، متن هر مصاحبه به‌صورت خط‌به‌خط مورد بررسی قرار گرفت و واحدهای معنایی اولیه بر اساس تغییر در معنا یا تمرکز تجربهٔ بیان‌شده توسط مشارکت‌کننده شناسایی شد. واحدهای معنایی می‌توانستند شامل یک جمله، چند جملهٔ مرتبط یا یک پاراگراف کوتاه باشند، مشروط بر آنکه حامل یک معنای مستقل از تجربهٔ زیستهٔ مادر باشند. در گام سوم، واحدهای معنایی استخراج‌شده، از زبان روزمرهٔ مشارکت‌کنندگان به عبارات روان‌شناختی، بازنویسی شدند؛ به‌گونه‌ای که ضمن حفظ معنای اصلی تجربه، تفسیر روان‌شناختی پدیدهٔ مورد مطالعه امکان‌پذیر گردد. در این مرحله، پژوهشگر تلاش کرد فاصلهٔ تحلیلی مناسبی میان دادهٔ خام و صورت‌بندی مفهومی برقرار کند. در گام چهارم، واحدهای معنایی روان‌شناختی مشابه، با یکدیگر مقایسه و در قالب زیرمضمون‌ها سازمان‌دهی شدند. سپس، زیرمضمون‌های هم‌معنا در سطوح بالاتر انتزاع، در قالب مضامین اصلی ادغام گردیدند. این فرآیند به‌صورت رفت‌وبرگشتی میان داده‌ها و ساختار مفهومی در حال شکل‌گیری انجام شد تا انسجام درونی مضامین حفظ گردد. در گام پنجم، ساختار نهایی تجربهٔ زیستهٔ مادران دارای کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی، بر اساس مضامین اساسیِ استخراج‌شده، تدوین شد. اشباع داده‌ها زمانی احراز گردید که مصاحبه‌های جدید، مضمون یا زیرمضمون تازه‌ای به ساختار مفهومی موجود اضافه نمی‌کردند؛ این وضعیت پس از مصاحبهٔ سیزدهم حاصل شد. به‌منظور افزایش اعتمادپذیری داده‌های مستخرج از مصاحبه‌ها از روش بازبینی مشارکت‌کنندگان به وسیلهٔ ارتباط طولانی با محیط پژوهش به همراه دریافت بازخورد از مشارکت‌کننده‌ها و کدگذاری دو نفره بهره گرفته شد. در نهایت، محتوای بستهٔ فرزندپروری مبتنی بر تجارب زیستهٔ مادران دارای کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی تدوین شد. بدین منظور، در گام نخست، مضامین اصلی و زیرمضامین استخراج‌شده از تحلیل پدیدارشناختی مصاحبه‌ها با مادران، به‌عنوان مبنای طراحی بسته، مورد استفاده قرار گرفت و با توجه به اهمیت آن‌ها در زندگی روزمرهٔ مادران دارای کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی و تأثیر بر کودک، به اهداف آموزشی و مهارتی جلسات تبدیل شد. در گام دوم، محتوای آموزشی جلسات شامل دستورالعمل کلی، مثال‌های عملی و تمرینات کاربردی طراحی گردید؛ به‌گونه‌ای که متناسب با نیازها و تجارب این مادران باشد. ترتیب جلسات بر اساس اولویت و اهمیت مضامین، با هدف ایجاد روند تدریجی یادگیری و انتقال مهارت‌ها،

تنظیم شد. در گام سوم، با هدف ارزیابی اعتبار بستهٔ طراحی‌شده، از نظرات ۸ متخصص حوزهٔ فرزندپروری دارای سوابق دانشگاهی و حرفه‌ای استفاده شد. بدین منظور، متخصصان، بر اساس معیارهایی همچون تناسب محتوا با اهداف مداخله، وضوح مفهومی، انسجام ساختار جلسات و قابلیت اجرا در محیط‌های واقعی متناسب با ویژگی‌های فرهنگی جامعه، به بررسی دقیق جلسات پرداختند و بازخوردهای کیفی آنان در قالب پیشنهادهایی دربارهٔ ادبیات مورد استفاده، ترتیب جلسات، تمرین‌ها و مثال‌ها دریافت و در نسخهٔ نهایی اعمال شد و در گام چهارم، ۸ متخصص برای ارزیابی هر یک از مؤلفه‌های بسته اعم از کفایت محتوا، کفایت فرآیند، کفایت تمرینات، کفایت زمانی و کفایت کلی، نظر خود را در قالب طیف لیکرت ۵ تایی از بسیار ضعیف تا بسیار قوی ثبت نمودند. در نهایت برای ارزیابی کمی نظرات، از نسبت روایی محتوا[1] با استفاده از فرمول لاوشه (۱۹۷۵) بهره گرفته شد. طبق جدول لاوشه، حداقل مقدار ضریب نسبی روایی محتوا برای ۸ نفر برابر با ۰/۷۵ است. در نتایج به‌دست‌آمده، تمامی مؤلفه‌ها دارای ضریب نسبی روایی محتوای مساوی یا بیشتر از ۰/۷۵ بودند (در بازه ۰/۷۵ تا ۱) و مقدار شاخص روایی محتوا[2] برای کل بسته بالای ۰/۹ برآورد شد که به‌مراتب بالاتر از مقدار بحرانی است و نشان‌دهندهٔ پذیرفته‌شدن علمی هر یک از اجزای بسته از دید متخصصان بود.

در مجموع با توجه به بازخوردهای کیفی و نتایج کمی حاصل از شاخص روایی محتوا، می‌توان نتیجه گرفت که بستهٔ مداخله‌ای طراحی‌شده از روایی محتوایی مطلوب برخوردار است، محتوای آن با اهداف مداخله‌ای و نیازهای مادران دارای کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی منطبق است و کلیهٔ مؤلفه‌های آن از نظر متخصصان، دارای ضرورت علمی و کاربردی هستند که پشتوانه‌ای علمی برای استفادهٔ بالینی و پژوهشی از بسته است.

یافته‌ها

یافته‌های پژوهش در دو بخش قابل ارائه است؛ در بخش اول پس از تجزیه و تحلیل مصاحبه‌ها، ۶ مضمون شامل فرسودگی روان‌شناختی، روش‌های نادرست فرزندپروری، اختلال در عملکرد روزمره، تجربهٔ اضطراب و نگرانی مستمر و نیاز به حمایت تخصصی و اجتماعی به همراه ۲۹ زیرمضمون، شناسایی شد که در جدول زیر قابل مشاهده است:

[1]. Content Validity Ratio (CVR)
[2]. Content Validity Index (CVI)

جدول ۲. مضامین و زیرمضمون‌های حاصل از واکاوی تجارب زیستهٔ مادرای دارای کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی

شماره	مضمون	زیرمضمون
۱	فرسودگی روان‌شناختی	احساس ناتوانی در مدیریت اضطراب کودک خستگی مفرط ناشی از مراقبت مداوم احساس غم و گناه در جدایی از کودک احساس فشار شغلی و عدم تمرکز در محل کار محدودیت در فرآیند رشد شخصی برآورده نشدن نیاز برای خلوت کردن با خود احساس عدم کفایت والدگری داشتن سابقهٔ دلبستگی ناایمن
۲	روش‌های نادرست فرزندپروری	بیش‌مراقبتی و بیش‌حمایتی از کودک بی‌ثباتی و نوسانی عمل کردن در میزان مراقبت از کودک عدم ابراز محبت فیزیکی و عاطفی به کودک عدم بازی با کودک به عنوان ابزار ارتباطی موثر تهدید کودک به طرد و ترک به عنوان ابزار کنترل عدم مدیریت دسترسی کودک به محتواهای نامناسب رسانه‌ای
۳	اختلال در عملکرد روزمره	وابستگی بیش از حد کودک به مادر در همهٔ امور محدود شدن فعالیت‌های اجتماعی و شغلی مادر ایجاد محدودیت برای انجام امور شخصی مادر مثل حمام رفتن عدم امکان خودمراقبتی روزانه برای مادر تأثیر منفی بر رابطهٔ مادر با سایر اعضای خانواده (مثل همسر یا دیگر فرزندان)
۴	تجربهٔ اضطراب و نگرانی مستمر	نگرانی در مورد جداسازی کودک در محیط‌های آموزشگاهی ترس از آسیب دیدن کودک در غیاب مادر نگرانی از آیندهٔ تحصیلی و اجتماعی کودک نگرانی در مورد فرآیند رشد استقلال کودک
۵	قضاوت یا بی‌تفاوتی دیگران	ناتوانی در توضیح وضعیت کودک به اطرافیان احساس تنهایی و عدم درک توسط دیگران یا مدرسه تجربهٔ قضاوت و برچسب‌زنی از سوی اقوام یا مربیان
۶	نیاز به حمایت تخصصی و اجتماعی	نیاز به آموزش تخصصی دربارهٔ اضطراب جدایی نیاز به حمایت عاطفی از سوی همسر یا خانوادهٔ گسترده ناکافی بودن حمایت‌های اجتماعی از مدرسه یا دیگران

در بخش دوم، بستهٔ فرزندپروی مبتنی بر تجارب زیستهٔ مادران دارای کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی در قالب ده جلسهٔ ۹۰ دقیقه‌ای برای مادران تدوین شد که خلاصه‌ی آن به شرح زیر است:

جدول ۳. خلاصه جلسات بستهٔ فرزندپروری مبتنی بر تجارب زیستهٔ مادرای دارای کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی

جلسه	اهداف و عنوان	محتوا
اول	معارفه و مقدمات	آشنایی اعضا با یکدیگر آشنایی با پدیدهٔ رشدی اضطراب جدایی آشنایی با علائم و ویژگی‌های اختلال اضطراب جدایی و تمایز آن با پدیدهٔ رشدی اضطراب جدایی آشنایی با تأثیرات اختلال اضطراب جدایی بر ابعاد زندگی مادر و کودک آشنایی با نقش فرزندپروری در شکل‌گیری و تداوم اختلال اضطراب جدایی آشنایی با سبک‌های فرزندپروری مقتدرانه، مستبدانه، سهل‌گیرانه و غافل آشنایی با اشتباهات رایج فرزندپروری مادران دارای کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی
دوم	خودمراقبتی مادرانه	آشنایی با اهمیت داشتن سبک زندگی سالم و روش‌های اصلاح آن آشنایی با راهبردهای تنظیم هیجان مادرانه مثل تمرین خودنظارتی، حواس‌پرتی، تنفس دیافراگمی، تن‌آرامی، خودگویی مثبت و ... آشنایی با مفهوم سبک دلبستگی، ارزیابی کیفی آن در مادر و ایمن‌سازی سبک دلبستگی مادر با تکیه بر برخی تمرینات خودشفقت‌ورزی مثل تصویرسازی مشفقانه، رفتار مشفقانه و نوشتن نامهٔ مشفقانه به خود
سوم	تنظیم هیجان کودک	آشنایی با چگونگی کمک به تنظیم هیجان کودک شامل آموزش • خودآگاهی سه درجه‌ای (سه‌رنگی) و برقراری پیوند • همدلی با کودک • ایجاد محدودیت برای کودک • ساخت جعبه ابزار درونی آرامش‌بخش
چهارم	دریافت حمایت از دیگران	۱-دریافت حمایت از همسر: آشنایی با روش‌های تقویت رابطهٔ باکیفیت با همسر در جهت دریافت حمایت بیشتر از وی شامل، تقویت مهارت‌های ارتباطی با همسر اعم از مهارت گوش دادن، مذاکره، ابراز نیاز و قدردانی، وقت‌گذرانی بیشتر و باکیفیت با همسر و شناخت رفتارهای تخریب‌گر رابطه، حذف آن‌ها و جایگزین کردن رفتارهای سازنده

جلسه	اهداف و عنوان	محتوا
		۲-دریافت حمایت از سایرین اعم از اقوام، دوستان، آموزشگاه‌ها و ... با تکیه بر پرورش مهارت جرأتمندی، مذاکره و تشکیل شبکه‌های همیار مادرانه
پنجم	پرورش رابطهٔ ایمن و شاد با کودک	آشنایی با ۵ نیاز اساسی کودک شامل امنیت، خودگردانی، آزادی در بیان نیازها و هیجانات، خودانگیختگی و تفریح (انتظارات واقع‌بینانه) و محدودیت‌های واقع-بینانه و روش‌های ارضای متعادل نیازها
ششم	تقویت بهزیستی روان‌شناختی مادرانه	آشنایی با روش‌های تقویت بهزیستی روان‌شناختی مادر با تکیه بر • تقویت خودکارآمدی مادرانه • تقویت تاب‌آوری مادرانه
هفتم	تقویت مهارت-های اجتماعی-ارتباطی کودک	آشنایی با تقویت روابط اجتماعی، مهارت‌های ارتباطی (شامل مهارت شروع ارتباط، تداوم ارتباط، پایان ارتباط، جرأتمندی، حل مسئله) و خودکارآمدی عمومی کودک
هشتم	جداسازی امن در محیط‌های آموزشگاهی	آشنایی با انواع مقدمات، اصول و روش‌های جدا کردن کودک از مادر در کلاس-های آموزشی مختلف، مهد و پیش‌دبستانی
نهم	مدیریت رفتارهای نامطلوب کودکان	آشنایی با انواع رفتارهای نامطلوب کودکان آشنایی با تأثیرات رفتارهای نامطلوب کودکان بر مادران و اطرافیان و چگونگی مدیریت این تأثیرات آشنایی با برخی روش‌های مدیریت رفتارهای نامطلوب شامل • استفاده از توجه راهبردی • استفاده از نادیده گرفتن انتخابی • استفاده از هشدار محروم‌سازی • استفاده از صندلی محرومیت
دهم	جمع‌بندی	مروری بر جلسات گذشته و پاسخ به ابهامات مادران

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف تدوین بستهٔ فرزندپروری مبتنی بر تجارب زیستهٔ مادران دارای کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی انجام شد. در بخش اول پژوهش، پس از تجزیه و تحلیل مصاحبه‌ها، تجارب زیستهٔ مادران در قالب ۶ مضمون و ۲۹ زیرمضمون، طبقه‌بندی شد و بر این اساس در تدوین محتوای جلسات فرزندپروری، مورد استفاده قرار گرفت.

یکی از مضامین مستخرج از مصاحبه‌ها، فرسودگی روان‌شناختی مادر بود؛ از آنجایی‌که مادران دارای کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی درگیر نوعی مراقبت مداوم از کودک خود هستند

و در مدیریت اضطراب کودک خود موفقیت چندانی ندارند، اغلب دچار احساس ناتوانی، بی‌کفایتی، غم، گناه، اضطراب و فشار می‌شوند که بر سلامت روان آن‌ها تأثیر به‌سزایی دارد. همچنین آن‌ها به دلیل شرایط خاص فرزند خود از داشتن زمان آزاد برای پرداختن به خود محروم می‌شوند و از بسیاری از موقعیت‌های رشد شخصی در زمینه‌های مختلف باز می‌مانند که تأثیر منفی بر روی آن‌ها گذاشته و مانع توسعهٔ فردی آن‌ها می‌گردد. به علاوه اغلب این مادران خود، پیشینهٔ نوعی ناامنی در رابطه با والدینشان را دارا هستند و این آسیب پذیری اولیه می‌تواند شرایط فرسودگی روان‌شناختی آن‌ها را تشدید نماید. این یافته با پژوهش‌های خانال و همکاران (۲۰۲۵)، مکال فریرا دباروس و همکاران (۲۰۲۵)، هرن و همکاران (۲۰۱۳)، عباسی و زارع (۱۴۰۳) و یگانه دارابی و حافظیان (۱۳۹۶) همخوانی دارد.

مضمون بعدی مستخرج از مصاحبه‌ها، روش‌های نادرست فرزندپروری مادر بود. مادران دارای کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی، غالباً الگوهای فرزندپروری مشترک آسیب‌زننده‌ای را در مورد کودکان خود استفاده می‌کنند که ناشی از آگاهی پایین آن‌ها در تربیت فرزند یا تجربهٔ الگوهای غلط در رابطهٔ والدینشان با آن‌ها است. این الگوها شامل موارد متعدد مثل بیش‌مراقبتی از کودک به دلیل اضطراب شدید خود مادر، نوسانی عمل کردن در ارتباط با کودک و پیش‌بینی‌پذیر نبودن در ارائهٔ مراقبت از کودک، ایجاد ناامنی در کودک با روش‌های غلط در مدیریت رفتارهای نامطلوب کودک مثل تهدید به ترک، عدم ابراز محبت کلامی یا فیزیکی مورد نیاز به کودک، وقت نگذاشتن برای داشتن تعاملات موثر و سرگرم‌کننده با کودک مثل بازی و تفریح و ناتوانی در مدیریت دسترسی کودک به محتواهای نامناسب رسانه می‌باشد. این یافته با پژوهش‌های گانتیا (۲۰۲۳)، پینکوارت (۲۰۱۷)، مولر و همکاران (۲۰۱۶) و هرن و همکاران (۲۰۱۳) مطابقت دارد.

دیگر مضمون مستخرج از مصاحبه‌ها، اختلال در عملکرد روزمرهٔ مادر بود؛ در واقع وابستگی بیش از حد کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی، مسائل جدی در زندگی خانواده و به ویژه مادر به وجود می‌آورد و عملکرد روزانهٔ وی را مختل می‌کند؛ به گونه‌ای که مادر معمولاً از داشتن فعالیت‌های شغلی و اجتماعی متعدد منصرف شده و وقت زیادی را برای همراهی با کودک در موقعیت‌های مختلف سپری می‌کند. این موضوع نه تنها مادر را برای انجام امور شخصی ضروری تحت فشار قرار می‌دهد بلکه فرصت داشتن برنامه‌های خودمراقبتی مثل باشگاه رفتن، شرکت در کلاس‌های آموزشی و ... را از وی سلب می‌کند و حتی می‌تواند بر روی رابطهٔ وی با سایر اعضای خانواده تأثیر بگذارد به نحوی‌که منجر به تنش‌هایی در رابطهٔ زوجی گردد و یا فرصت کمتری برای همراهی با دیگر بچه‌ها داشته باشد که خود منجر به مسائل ثانویه‌ای خواهد شد و فشار

مضاعفی به مادر تحمیل می‌کند. این یافته با نتایج پژوهش بلارو و موتوس (۲۰۲۴)، به‌منش و همکاران (۲۰۲۳) و گانتیا (۲۰۲۳)، هم‌خوانی دارد.

مضمون بعدی به دست آمده از مصاحبه‌ها، تجربهٔ اضطراب و نگرانی مستمر مادر بود. مادران دارای کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی به سبب شرایط خاصی که کودکشان تجربه می‌کند، غالباً نگرانی زیادی را در ابعاد مختلف تجربه می‌کنند؛ برای مثال بسیاری از این مادران خودشان در موقع جدایی از کودک، مضطرب شده و نگران عملکرد و واکنش کودک خود هستند که این موضوع می‌تواند خودش موجب رفتارهای ناشیانهٔ مادر و تداوم‌دهندهٔ چرخهٔ علائم کودک باشد. به علاوه از آنجایی‌که پرورش یک کودک مستقل برای هر مادری حائزاهمیت است، این مادران معمولاً نگران فرآیند رشد استقلال کودک و آیندهٔ اجتماعی- تحصیلی وی هستند چراکه کودک به سبب اجتناب از مشارکت فعالانه در محیط‌های اجتماعی-آموزشی از این نظر در مقایسه با همگنان دچار نقص‌هایی می‌شود که طبیعتاً برای مادر نگران‌کننده است و او را عمیقاً تحت تأثیر قرار می‌دهد. این یافته‌ها با پژوهش‌های خانال و همکاران (۲۰۲۵)، مکال فریرا دباروس و همکاران(۲۰۲۵)، مولر و همکاران (۲۰۱۶) و عباسی و زارع (۱۴۰۳)، هم‌راستا است.

دیگر مضمون مستخرج از مصاحبه‌ها، قضاوت یا بی تفاوتی دیگران بود. غالباً کودکان مبتلا به اختلال اضطراب جدایی مورد برچسب‌زنی و قضاوت از سمت جامعه واقع می‌شوند و این موضوع فشار روانی زیادی به کودک و مادرش تحمیل می‌نماید. در چنین شرایطی مادر، به‌راحتی نمی‌تواند راجع به وضعیت کودک خود به اطرافیان توضیح دهد و احساس تنهایی و درک نشدن به او دست می‌دهد. قضاوت و مسخره شدن از جانب دیگران می‌تواند تداوم‌بخش چرخهٔ اختلال باشد و با تحمیل فشار روانی به مادر به جای حمایت از او به مادر نیز صدمه بزند؛ در صورتی‌که این مادران نیاز به درک شدن و توجه ویژه دارند تا بهتر بتوانند با شرایط خاص کودکشان کنار بیایند. این یافته با نتایج پژوهش بلارو و موتوس (۲۰۲۴)، همخوانی دارد.

آخرین مضمون حاصل از مصاحبه‌ها، نیاز به حمایت تخصصی و اجتماعی بود. مادران دارای کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی، نیازمند دانش بیشتر در زمینهٔ ماهیت اختلال فرزند و چگونگی مواجهه با آن هستند تا بدون آسیب به فرزند خود بتوانند با شرایط کنار بیایند و به کودکشان در جهت غلبه بر اختلال کمک کنند. این مادران همچنین نیازمند حمایت از سمت همسر و اعضای خانواده هستند تا بتوانند با استقامت و دلگرمی در این مسیر قدم بردارند. به علاوه همراهی و حمایت دیگران در جامعه مخصوصاً پرسنل مهد، پیش‌دبستانی یا مدرسه می‌تواند کمک زیادی به آن‌ها در غلبه بر شرایط داشته باشد تا بدون صدمه به کودک، فرآیند جداسازی

وی تسهیل گردد و مادر، فشار کمتری تجربه نماید. این یافته هم‌راستا با نتایج حاصل از پژوهش گانتیا (۲۰۲۳)، است.

بر اساس یافته‌های حاصل از واکاوی تجارب زیستهٔ مادران دارای کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی، یک بستهٔ فرزندپروری ده‌جلسه‌ای طراحی شد که در کنار توجه به شرایط خاص کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی، شرایط ویژهٔ مادران نیز مد نظر قرار گرفت و با توجه به شناسایی نیازهای خاص این مادران، محتوای مداخله تدوین شد. در این بستهٔ فرزندپروری، بر حسب نیاز مبرم مادران به آگاهی از ماهیت اختلال اضطراب جدایی، در ابتدای امر، آشنایی مختصری با ویژگی‌های اختلال، علت شناسی و عوارض آن صورت می‌گیرد و سپس با توجه به نقش کلیدی الگوهای رفتاری- هیجانی مادر در شکل‌دهی و تداوم علائم اختلال، مداخلاتی جهت خودمراقبتی مادرانه شامل اصلاح سبک زندگی، تنظیم هیجان و ایمن‌سازی سبک دلبستگی مادر ارائه می‌شود. به صورت موازی، راهبردهای تنظیم هیجان کودک به مادر آموزش داده می‌شود و جهت تحکیم این آموزش‌ها، تمرینات روزانه‌ای برای استفادهٔ کاربردی ارائه می‌گردد. در ادامهٔ جلسات، به صورت موازی و همزمان بر روی نیازهای مداخله‌ای مادر و کودک، تمرکز می‌شود و متناسب با نیازسنجی اولیهٔ مادران در بخش واکاوی تجارب زیسته، مداخلاتی جهت دریافت حمایت از دیگران در این شرایط خاص، تقویت بهزیستی روان‌شناختی مادرانه، راهبردهای پرورش رابطهٔ شاد و ایمن با کودک، تقویت مهارت‌های اجتماعی- ارتباطی کودک، راهبردهای جداسازی امن کودک در محیط‌های آموزشگاهی و در نهایت روش‌های صحیح مدیریت رفتار نامطلوب کودک جهت پوشش‌دهی به نیازهای مادران در راستای مدیریت رفتارهای چالش‌برانگیز گاه‌به‌گاه کودکان در موقعیت‌های جدایی مطرح می‌گردد.

یکی از ویژگی‌های متمایز این بسته در مقایسه با دیگر بسته‌های فرزندپروی، تمرکز بر نیازهای اختصاصی مادران در کنار توجه به نیازهای کودک می‌باشد که به عنوان یک ابزار کلیدی در تسهیل ایجاد تغییر در جریان فرزندپروری در نظر گرفته می‌شود؛ چراکه در اکثر برنامه‌های فرزندپروری، کودک، محور اصلی برنامه است و معمولاً توجه به نیازهای روان‌شناختی مادر مورد غفلت واقع می‌شود؛ در صورتی‌که سلامت روان کودک در گرو سلامت روان مادر است و تا زمانی‌که مادر از لحاظ روان‌شناختی، شرایط بهینه‌ای را تجربه نکند، نمی‌توان سلامت روان کودک را تضمین نمود. یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که بدون توجه به سلامت روان و نیازهای مادران، اجرای موثر راهبردهای فرزندپروری و ایجاد تغییر پایدار در علائم کودک با چالش جدی مواجه خواهد شد؛ بنابراین داشتن نگاه دوجانبهٔ همزمان به نیازهای مادر و کودک، باعث تقویت اثربخشی مداخله می‌گردد. از دیگر نقاط قوت بستهٔ حاضر، می‌توان به در نظر گرفتن بافت

فرهنگی- اجتماعی مادران ایرانی (مثل نقش همسر، خانوادهٔ گسترده، برچسب‌زنی و قضاوت اطرافیان و ...) اشاره نمود؛ چراکه با در نظر گرفتن مسائل فرهنگی، اثربخشی مداخلات، فزونی می‌یابد.

این پژوهش همانند دیگر پژوهش‌ها، با محدودیت‌هایی مواجه بود؛ از جمله محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به محدود بودن مصاحبه‌ها به مادران و عدم بهره‌گیری از دیگر افراد تأثیرگذار در شکل‌دهی و تداوم علائم اختلال اضطراب جدایی همچون پدران و مربیان اشاره نمود. بنابراین در طراحی بستهٔ فرزندپروری مذکور، تنها نقش مادران به عنوان مراقب اصلی در نظر گرفته شده و محتوای تدوین شده منحصر به مادران است. به علاوه، به دلیل تعداد محدود مشارکت‌کنندگان، در تعمیم نتایج باید جانب احتیاط را رعایت نمود.

پیشنهاد می‌شود، محققان در آینده ضمن واکاوی تجارب زیستهٔ پدران، مربیان و حتی متخصصین این حوزه، نسبت به طراحی بستهٔ فرزندپروری جامع‌تر برای والدینِ فرزندان مبتلا به اختلال اضطراب جدایی اقدام کنند و اثربخشی آن را مورد ارزیابی قرار دهند. همچنین، پیشنهاد می‌شود اثربخشی این بسته با سایر مداخلات، مورد مقایسه قرار گیرد.

در پایان باید گفت، در پژوهش حاضر سعی شد با واکاوی تجارب زیستهٔ مادران، یک بستهٔ فرزندپروری مبتنی بر واقعیت‌های زندگی مادران ایرانی دارای کودک مبتلا به اختلال اضطراب جدایی تدوین گردد و به جای ارائهٔ راه‌حل‌های آمادهٔ وارداتی، از دل تجارب واقعی مادران، راهبردهای عملیاتی طراحی گردد. بنابراین می‌توان از یافته های این پژوهش در مراکز مشاوره بهره برد و حتی با نگاه پیشگیرانه از آن استفاده نمود تا علاوه بر ترمیم شرایط کودکان مبتلا به اختلال اضطراب جدایی از تشدید علائم آن‌ها پیشگیری شود.

موازین اخلاقی

برای رعایت اخلاق در پژوهش در ابتدا، به منظور کسب رضایت آگاهانه از مادران شرکت‌کننده در پژوهش، توضیحاتی ساده در مورد هدف، مدت و چگونگی اجرای پژوهش ارائه گردید. همچنین توضیحاتی پیرامون داوطلبانه بودن مشارکت در پژوهش و داشتن اختیار برای ترک پژوهش داده شد. به علاوه از مشارکت‌کنندگان جهت ضبط صدا در فرآیند مصاحبه اجازه گرفته شد و در نهایت، اصل رازداری و حفظ اطلاعات شخصی شرکت‌کنندگان، مورد تاکید قرار گرفت. این پژوهش دارای کد اخلاق IR.UI.REC.1402.070 از کمیتهٔ اخلاق دانشگاه اصفهان است.

مشارکت نویسندگان

این پژوهش برگرفته از رسالهٔ دکتری نویسندهٔ اول است. نویسندهٔ دوم، استاد راهنمای اول، نویسندهٔ سوم، استاد راهنمای دوم و نویسندهٔ چهارم، استاد مشاور بوده‌اند. نویسندهٔ اول، انجام کل فرآیند اجرایی پژوهش اعم از نمونه‌گیری، انجام و تجزیه‌وتحلیل مصاحبه‌ها، تدوین بسته و نگارش مقاله؛ نویسندهٔ دوم و سوم، نظارت بر فرآیند اجرا، مشارکت در فرآیند تجزیه و تحلیل مصاحبه‌ها، تدوین بسته و ویرایش مقاله و نویسندهٔ چهارم، نظارت بر فرآیند اجرا، تدوین بسته و ویرایش مقاله را بر عهده داشتند.

تعارض منافع

طبق گفتهٔ نویسندگان، این مقاله، بدون کمک مالی انجام شده است و تعارض منافع ندارد.

سپاسگزاری

بدین‌وسیله از زحمات مدیران، مربیان، معلمان و مادران مشارکت‌کننده در پژوهش، صمیمانه تشکر و قدردانی می‌شود.

References

Abbasi, S., & Zare, A. (2024). The role of mothers' anxiety and thematic relationships in predicting the separation anxiety of elementary school children. *Medical Journal of Mashhad university of Medical Sciences*, *67*(4), 1279-1299. [link]

Aghebati, A., Joekar, S., Hakim Shoshtari, M., Gharraee, B., & Maghami Sharif, Z. (2021). Parenting programme for mothers of children with separation anxiety disorder: Benefits for Iranian mothers and children. *Early Child Development and Care*, *191*(15), 1-10. [link]

American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5-TR*. Washington: American Psychiatric Association Publishing. [link]

Astuti, U., Hartono, H., & Sunawan, S. (2020). The influence of parental attachment toward early childhood children's separation anxiety. *Journal of Primary Education*, *9*(5), 501-510.

Behmanesh, B., Abolmaali Alhosseini, K., & Azadi, M. (2023). Explaining separation anxiety: A qualitative study. *Journal of Research in Psychopathology*, *4*(11), 17-22. [link]

Behmanesh, B., Abolmaali Alhosseini, K., & Azadi, M. (2023). The effectiveness of attachment-based psycho-educational interventions on reducing the symptoms of separation anxiety disorder in preschool children in Tehran. *Shefaye Khatam*, *11* (1), 57-68. [link]

Belauro, H. L. P., & Motus, R. H. (2024). Mommy don't go: The stories of separation anxiety of kindergarten pupils thru the lens of mothers. In *5th International Conference on Multidisciplinary Industry and Academic Research* (pp. 137-143). Institute of Industry and Academic Research Incorporated. [link]

Choate, M. L., Pincus, D. B., Eyberg, S. M., & Barlow, D. H. (2005). Parent-child interaction therapy for treatment of separation anxiety disorder in young children: A pilot study. *Cognitive and Behavioral Practice*, *12*(1), 126-135. [link]

Comer, J. S., Hong, N., Poznanski, B., Silva, K., & Wilson, M. (2019). Evidence base update on the treatment of early childhood anxiety and related problems. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology, 48*(1), 1–15. [link]

Copeland, W. E., Angold, A., Shanahan, L., & Costello, E. J. (2014). Longitudinal patterns of anxiety from childhood to adulthood: The great smoky mountains study. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, *53*(1), 21-33. [link]

Costantini, I., López-López, J. A., Caldwell, D., Campbell, A., Hadjipanayi, V., Cantrell, S. J., ... & Pearson, R. M. (2023). Early parenting interventions to prevent internalising problems in children and adolescents: A global systematic review and network meta-analysis. *BMJ Mental Health*, *26*(1), 1-10. [link]

Creswell, C., Chessell, C., & Halliday, G. (2023). Parent-led cognitive behaviour therapy for child anxiety problems: Overcoming challenges to increase access to effective treatment. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy, 51*(6), 512–532. [link]

Ghasemzadeh, S., Matbou Riahi, M., Alavi, Z., Hasanzadeh, M. (2018). Effectiveness of family-based intervention and play therapy on the parenting style of mothers and clinical symptoms in children with separation anxiety disorder. *Research in Psychological Health, 11*(4), 74-88. [link]

Grieshaber, A., Silver, J., Bufferd, S. J., Dougherty, L., Carlson, G., & Klein, D. N. (2024). Early childhood anxiety disorders: Continuity and predictors in adolescence. *European Child & Adolescent Psychiatry*, *33*(6), 1817-1825. [link]

Guantia, G. B. (2023). The lived experiences of teachers and parents on kindergarten learners' separation anxiety. In *4th International Conference*

on Multidisciplinary Industry and Academic Research (pp. 493-503). Institute of Industry and Academic Research Incorporated. [link]

Hasanvand, Sh., Ashk-Torab, T., Seyed Fatemi, N., & Salmani, N. (2015). Analysis of phenomenological experiences based on the Giorgi method. *Faculty of Nursing and Midwifery*, 25 (89), 69-80. [link]

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. [link]

Jalali, R. (2013). Qualitative research sampling. *Qualitative Research in Health Sciences*, *1*(4), 310-320. [link]

Jewell, C., Wittkowski, A., & Pratt, D. (2022). The impact of parent-only interventions on child anxiety: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, *309*, 324-349. [link]

Kazemeini, T., Sepehri Shamloo, Z., Mashhadi, A., & Moddares Gharravi, M. (2019). The effectiveness of psycho-educational program based parental reflective functioning on the improvement of children with separation anxiety disorder: A single subject study. *Journal of Health Studies*, *5*(9), 30-37. [link]

Khanal, P., Ståhlberg, T., Upadhyaya, S., Heinonen, E., Ortin-Peralta, A., & Sourander, A. (2025). Parental psychopathology and offspring anxiety disorders in childhood and adolescence: A Finnish nationwide register study. *Journal of Affective Disorders*, *368*, 374-382. [link]

Kowalchuk, A., Gonzalez, S. J., & Zoorob, R. J. (2022). Anxiety disorders in children and adolescents. *American family physician*, *106*(6), 657-664. [link]

Kraus, S., Hernández, C., & Kovács, E. (2025). Parental anxiety and child separation anxiety: The mediating role of overprotective parenting. *Applied Family Therapy Journal, 6*(5), 1–10. [link]

Lawshe, C. H. (1975). A quantitative approach to content validity. *Personnel Psychology*, *28*(4), 563-575. [link]

Macul Ferreira de Barros, P., Farhat, L. C., Polga, N., Leckman, J. F., Miguel, E. C., & Lebowitz, E. R. (2025). Mapping the relationships between dimensions of child anxiety, parental anxiety, and family accommodation: A network analysis. *Child Psychiatry & Human Development*, 1-8. [link]

Mohammadi Pour, M., & mazareh setodeh, A. (2018). Effectiveness of attachment-centered intervention to improve parent-child relationship and reduce symptoms of separation anxiety in 7-10 year-old children. *Applied Psychology*, *12*(2), 223-242. [link]

Möller, E. L., Nikolić, M., Majdandžić, M., & Bögels, S. M. (2016). Associations between maternal and paternal parenting behaviors, anxiety

and its precursors in early childhood: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, *45*, 17-33. [link]

Pinquart, M. (2017). Associations of parenting dimensions and styles with internalizing symptoms in children and adolescents: A meta-analysis. *Marriage & Family Review*, *53*(7), 613-640. [link]

Price, N. N., & Kiel, E. J. (2022). Longitudinal links among mother and child emotion regulation, maternal emotion socialization, and child anxiety. *Research on Child and Adolescent Psychopathology*, *50*(2), 241-254. [link]

Rienks, K., Salemink, E., Sigurðardóttir, L. B. L., Melendez-Torres, G. J., 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*, 1-11. [link]

Rousseau, S., Katz, D., Schussheim, A., & Frenkel, T. I. (2025). Intergenerational transmission of maternal prenatal anxiety to infant fearfulness: The mediating role of mother-infant bonding. *Archives of Women's Mental Health*, *28*(1), 157-171. [link]

Sadeghy, M., Akbari Chermahini, S., Bahrami, A., & Seyed mousavi, P. S. (2022). Effectiveness of attachment-based theraplay on parental self-efficacy, emotion regulatoin and social adjustment in children with separation anxiety: a case report. *Applied Psychology*, *16*(2), 132-107. [link]

Takhti, M., Shafi' Abadi, A., Kalantar Hormozi, A., & Farrokhi, N. A. (2020). The effectiveness of the parent-child interaction intervention program based on emotion coaching on the symptoms of children's separation anxiety disorder. *Journal of Psychological Science*. *19*(95), 1423-1437. [link]

Talaienejad, N., Ghanbari, S., Mazaheri, M. A., & Asgari, A. (2016). Preliminary properties of separation anxiety assessment scale (parent version). *Developmental Psychology: Iranian psychologists*, *12*(47), 225-235. [link]

Yap, M. B. H., & Jorm, A. F. (2015). Parental factors associated with childhood anxiety, depression, and internalizing problems: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, *175*, 424-440. [link]

Yeganeh Darabi, R., Hafezian, M. (2018). The relationship between mothers' emotional intelligence, resilience, and positive thinking and preschoolers' separation anxiety. *Family & Research*, *15* (2), 45-66. [link]

Zarafshan, H., Mohammadi, M. R., & Salmanian, M. (2015). Prevalence of anxiety disorders among children and adolescents in Iran: a systematic review. *Iranian journal of psychiatry*, *10*(1), 1-7. [link]