



# Journal of Early Childhood Health and Education

Spring 2024, Volume 5, Issue 1 (15), 67-79

## The Mediating Role of Parental Stress in the Relationship Between Mindful Parenting and Behavioural Problems in Preschool Children's Mother

Farhad Shirmohammadi<sup>1</sup>, Nazanin Mousavi<sup>1</sup>, Alireza Kakavand<sup>2\*</sup>, Narin Abbasi<sup>1</sup> & Taraneh Dabiri<sup>1</sup>

1. M.A Student in General Psychology, Faculty of Social Sciences, Imam Khomeini International University, Qazvin, Iran
2. Associate Professor, Department of Psychology, Faculty of Social Sciences, Imam Khomeini International University, Qazvin, Iran

### ARTICLE INFORMATION

### ABSTRACT

#### Article type

Original research

Pages: 67-79

#### Corresponding Author's Info

Email:

Ar.kakavand@soc.ikiu.ac.ir

#### Article history:

Received: 2024/01/25

Revised: 2024/03/10

Accepted: 2024/05/01

Published online: 2024/06/04

#### Keywords:

Behavioural Problems, Mindful Parenting, Parental Stress, Preschool Children

**Background and Aim:** This study explores the mediating role of parental stress in the association between mindful parenting and behavioural problems in preschool children's mother. Mindful parenting, characterized by non-judgmental awareness and presence in the parent-child relationship, is hypothesized to have a direct impact on children's behaviour. **Methods:** The statistical population for this study comprised preschool children's mother in the city of Qazvin during the academic years 2023-2024, with a sample of 220 children selected through convenience sampling method. The measurement instruments employed in this study were McCaffrey et al.'s Mindful Parenting Questionnaire (2015), Abidin's Parental Stress Questionnaire (1995), and Shahim and Yousefi's Behavioural Problems Questionnaire (2018). Path analysis and Amos 24 software were used to analyse the causal model. **Results:** The findings of this study demonstrated an excellent model-data fit. Furthermore, the results indicated a direct and statistically significant association between mindful parenting and children's behavioural problems, as well as highlighting the mediating role of parental stress in the relationship between mindful parenting and children's behavioural problems. **Conclusion:** When developing psychological interventions for the management and treatment of children's behavioural issues, particular consideration should be given to the influence of mindful parenting and parental stress. Therapists should also prioritize the design and implementation of appropriate monitoring and control programs for these behavioural problems while taking into account these variables.



This work is published under CC BY-NC 4.0 licence. © 2022 The Authors.

**How to Cite This Article:** Kakavand A., & et al (2024). The Mediating Role of Parental Stress in the Relationship Between Mindful Parenting and Behavioural Problems in Preschool Children's Mother. *JECHE*, 5(1, 15): 67-79.







## ارتباط بین والدگری ذهن آگاهانه و مشکلات رفتاری کودکان پیش دبستانی: نقش میانجی استرس والدینی در مادران کودکان پیش دبستانی

فرهاد شیرمحمدی<sup>۱</sup>، نازنین موسوی<sup>۱</sup>، علیرضا کاکاوند<sup>۲\*</sup>، نارین عباسی<sup>۱</sup> و ترانه دییری<sup>۱</sup>

۱. کارشناس ارشد روان‌شناسی، گروه روان‌شناسی، دانشگاه بین‌المللی امام خمینی (ره)، قزوین، ایران

۲. دانشیار گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه بین‌المللی امام خمینی (ره)، قزوین، ایران

اطلاعات مقاله	چکیده
<b>نوع مقاله: علمی- پژوهشی</b> <b>صفحات: ۶۷-۷۹</b>	<b>زمینه و هدف:</b> این مطالعه نقش میانجی استرس والدین را در ارتباط بین والدین آگاهانه و مشکلات رفتاری در مادران کودکان پیش دبستانی بررسی می‌کند. فرض بر این است که فرزندپروری ذهن آگاهانه که با آگاهی و حضور بدون قضاوت در رابطه والد-کودک مشخص می‌شود، تأثیر مستقیمی بر رفتار کودکان دارد. <b>روش پژوهش:</b> جامعه آماری پژوهش حاضر شامل مادران کودکان پیش دبستانی شهر قزوین در سال ۱۴۰۳-۱۴۰۲ بود که از بین آن‌ها ۲۲۰ نفر به شیوه نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزار اندازه‌گیری شامل پرسشنامه فرزندپروری ذهن آگاهانه مک کافری و همکاران (۲۰۱۵)، پرسشنامه استرس والدینی آبی‌دین (۱۹۹۵) و پرسشنامه مشکلات رفتاری کودکان شهیم و یوسفی (۱۳۷۸) بود. برای تحلیل مدل علی از الگویابی تحلیل مسیر و نرم افزار ایموس ۲۴ استفاده شد. <b>یافته‌ها:</b> نتایج نشان‌گر برازش کامل مدل با داده‌ها بود. همچنین نتایج تأثیر مستقیم و معناداری را بین والدگری ذهن آگاهانه و استرس والدینی با مشکلات رفتاری کودکان نشان داد. همچنین تحلیل نقش میانجی نشان داد که استرس والدینی در ارتباط بین والدگری ذهن آگاهانه با مشکلات رفتاری کودکان نقش میانجی دارد. <b>نتیجه‌گیری:</b> در تدوین مداخله‌های روان‌شناختی جهت کنترل و درمان مشکلات رفتاری کودکان، باید به نقش والدگری ذهن آگاهانه و استرس والدینی توجه ویژه مبذول شود. همچنین ضروری است درمانگران با در نظر گرفتن این متغیرها برنامه‌های نظارت و کنترل مناسبی برای این مشکلات رفتاری، طراحی و اجرا کنند.
<b>اطلاعات نویسنده مسئول</b> ایمیل: Ar.kakavand@soc.ikiu.ac.ir	
<b>سابقه مقاله</b> تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۲/۱۱/۰۵ تاریخ اصلاح مقاله: ۱۴۰۲/۱۲/۲۰ تاریخ پذیرش نهایی: ۱۴۰۳/۰۲/۱۲ تاریخ انتشار: ۱۴۰۳/۰۳/۱۵	
<b>واژگان کلیدی</b> استرس والدینی، کودکان پیش دبستانی، مشکلات رفتاری، والدگری ذهن آگاهانه	
انتشار این مقاله به صورت دسترسی آزاد مطابق با CC BY-NC 4.0 صورت گرفته است. تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است.	



شیوه استناد به این مقاله

کاکاوند، علیرضا و همکاران (۱۴۰۳). ارتباط بین والدگری ذهن آگاهانه و مشکلات رفتاری کودکان پیش دبستانی: نقش میانجی استرس والدینی در مادران کودکان پیش دبستانی. فصلنامه سلامت و آموزش در اوان کودکی، ۵(۱): ۶۷-۷۹.

### مقدمه

مشکلات رفتاری<sup>۱</sup> یکی از شایع‌ترین اختلالات سلامت روان در دوران کودکی است که ۵ تا ۱۰ درصد از کودکان را تحت تأثیر

قرار می‌دهد و هزینه‌های گزافی برای خانواده‌ها و برای جامعه در پی دارد (افارلی<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۱). مشکلات رفتاری از جمله مشکلات بیرونی<sup>۲</sup> (مانند بیش‌فعالی<sup>۳</sup>، رفتارهای قانون‌شکن و پرخاشگری<sup>۴</sup>) و مشکلات درونی<sup>۵</sup> (مانند اضطراب<sup>۶</sup>، گوشه‌گیری و افسردگی<sup>۷</sup>) از شایع‌ترین مسائل سلامت روان در اوایل دوران کودکی هستند. علاوه بر این، مشکلات رفتاری در اوایل دوران کودکی پیش‌بینی‌کننده مهمی برای پیامدهای منفی سلامت روان در دوران کودکی و مراحل بعدی زندگی است. به عنوان مثال، مشکلات رفتاری پیش‌بینی‌کننده طیف وسیعی از مشکلات در دوران کودکی، مانند اختلال سلوک<sup>۸</sup>، پیشرفت تحصیلی ضعیف و طرد همسالان و همچنین پیامدهای منفی در نوجوانی و بزرگسالی، مانند مشکلات سلامت روان است. مشکلات رفتاری در اوایل کودکی همچنین ممکن است مانع رشد طیفی از شایستگی‌های اجتماعی، عاطفی و شناختی در کودکان شود؛ در نهایت، مشکلات رفتاری درمان نشده در اوایل دوران کودکی زیان‌بار در نظر گرفته می‌شوند (فرارو<sup>۹</sup> و همکاران، ۲۰۱۶). محیط‌های پرورش کودک در اوایل دوران کودکی می‌تواند به طور قابل توجهی بر بروز مشکلات رفتاری کودکان تأثیر بگذارد. خانواده یک آرایش اجتماعی است که تأثیر بسزایی بر رشد فرزندان دارد. علاوه بر این، والدین یک متغیر زیست محیطی هستند که به طور قابل توجهی بر رشد شخصیت کودک تأثیر می‌گذارند از بین والدین مادران نقش مهم تری را بر روی فرزندان ایفا می‌کنند یک دلبستگی عاطفی مطمئن با مادر می‌تواند به رشد عاطفی و اجتماعی مثبت کودک کمک کند. فقدان حمایت عاطفی یا در دسترس بودن عاطفی ناسازگار می‌تواند منجر به چالش‌های رفتاری شود. مادران به عنوان الگو برای فرزندان خود عمل می‌کنند. کودکان اغلب رفتارهایی را که در والدین خود مشاهده می‌کنند تقلید می‌کنند. اگر مادری رفتارهای مثبتی از خود نشان دهد، به احتمال زیاد کودک نیز رفتارهای مشابهی را در پیش خواهد گرفت (رایکون<sup>۱۰</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). برخی از مطالعات قبلی پیشنهاد کرده‌اند که سبک‌های فرزندپروری<sup>۱۱</sup> نقش اساسی در درک رشد رفتارهای برون‌سازی و درونی‌سازی دارند، زیرا سبک فرزندپروری مشکلات رفتاری کودکان را تشدید یا کاهش می‌دهند (هوسوکوا و کاتسورا<sup>۱۲</sup>، ۲۰۱۹). بنابراین روابط والدین و فرزندان در بروز مشکلات رفتاری کودکان بسیار با اهمیت است یکی از عواملی که سبب مشکلات رفتاری در کودکان می‌گردد استرس والدینی<sup>۱۳</sup> است (باروسو<sup>۱۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۸)

استرس والدینی که مستقیماً با تربیت فرزندان مرتبط است، عموماً به احساس فشاری اشاره دارد که اغلب والدین را از داشتن یک زندگی آرام باز می‌دارد. چنین فشاری ناشی از احساس انحطاط و غیبت در فرزندپروری، محدودیت برای ایفای نقش‌های دیگر زندگی و عدم حمایت اجتماعی و همچنین تجارب و حالات عاطفی منفی مانند اضطراب، ترس، نگرانی و خستگی است (کین<sup>۱۵</sup> و همکاران، ۲۰۲۱). استرس والدینی که مشخصه آن برهمکنش‌های ناامیدکننده بین والدین و فرزندان است، چالشی است که بسیاری از والدین با آن مواجه هستند. افراد ممکن است به دلایل متعددی از جمله مشکلات تربیتی کودک، بار مالی مربوط به کودک، مدیریت رفتار کودک و هماهنگی رویدادهای والدینی روزمره، استرس ناشی از والدین بودن را تجربه کنند. با این وجود، استرس والدینی مدت‌هاست که به عنوان پیش‌بینی‌کننده پیامدهای کودکان، از جمله مشکلات رفتاری کودک، مشکلات توجه<sup>۱۶</sup> کودک

1 O'Farrelly, C., Watt, H., Babalis, D., Bakermans-Kranenburg, M. J., Barker, B., Byford, S., ... & Ramchandani, P. G.

2 External problems

3 Hyperactivity

4 Aggression

5 Internal problems

6 Anxiety

7 Depression

8 Conduct disorder

9 Ferraro, K. F., Schafer, M. H., & Wilkinson, L. R.

10 Räikkönen, K., Gissler, M., & Kajantie, E.

11 Parenting style

12 Hosokawa, R., & Katsura, T.

13 Parental Stress

14 Barroso, N. E., Mendez, L., Graziano, P. A., & Bagner, D. M.

15 Qian, G., Mei, J., Tian, L., & Dou, G.

16 Attention problem

و رشد شناختی کودک شناخته شده است. با توجه به اینکه شیوع استرس والدینی نسبتاً زیاد است، درک پیامدهای استرس والدینی و همچنین عواملی که رابطه بین استرس والدینی و پیامدهای فرزندان را توضیح می‌دهند یا واسطه می‌کنند، ضروری است (وارد و لی<sup>۱</sup>، ۲۰۲۰). همچنین محققان استرس والدین را به عنوان یک پاسخ روان‌شناختی منفی به تعهدات والدینی تصور کرده‌اند. رویدادهای روزمره، مانند غذا دادن، حمام کردن و حمل و نقل کودک می‌توانند موقعیت‌هایی را ایجاد کنند که والدین احساس خستگی، ناامیدی و سردرگمی کنند. با این حال، زمانی که کودک رفتارهای چالش‌برانگیز از خود نشان می‌دهد، این وظایف روزانه می‌تواند استرس‌زا باشد و مطالعات تحقیقاتی ارتباط قابل توجهی بین استرس والدین و مشکلات رفتاری کودک را ثبت کرده‌اند (باروسو و همکاران، ۲۰۱۸). یکی از متغیرهایی که با استرس والدینی در ارتباط است سبک‌های فرزندپروری است (چانگ<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۰).

یکی از روش‌های فرزندپروری، فرزندپروری ذهن آگاهانه<sup>۳</sup> است. فرزندپروری ذهن آگاهانه یک رویکرد والدینی است که می‌توان آن را به سادگی به عنوان آوردن آگاهی غیرقضاوت‌آمیز، دلسوزانه و حال‌محور در تعاملات والدین-کودک توصیف کرد. این رویکرد فرزندپروری به والدین اجازه می‌دهد در زمان حال با فرزندان خود تعامل داشته باشند و نسبت به نیازهای فرزندان معقول و پاسخگو باشند و در لحظات سخت رفتارهای والدینی آگاهانه (به جای واکنش خودکار) که مطابق با ارزش‌ها و اهداف والدین است را انتخاب کنند. والد آگاه بودن به این معنی است که والدین می‌توانند و مایلند رفتارها، افکار و احساسات فرزندان خود را بدون قضاوت و واکنش خودکار نسبت به آن‌ها پذیرا باشند، بنابراین والدین می‌توانند فرزندان خود را بدون قضاوت ببینند و درک کنند و به شیوه‌ای حساس رفتار کنند (موریا<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۹). والدگری آگاهانه شامل چندین بعد می‌شود، مانند توانایی گوش دادن به کودک با توجه کامل (یعنی حضور کامل)، خودتنظیمی<sup>۵</sup> بیشتر در فرزندپروری (به عنوان مثال، توانایی تنظیم احساسات و رفتارها در تعاملات والد-کودک)، آگاهی عاطفی بیشتر از کودک (یعنی توانایی تشخیص و شناسایی صحیح احساسات کودک)، نگرش شفقت‌آمیز<sup>۶</sup> نسبت به کودک (یعنی توانایی مهربانی، به صورت معقول به نیازهای کودک پاسخگو بودن) (گارینی<sup>۷</sup> و همکاران، ۲۰۲۲).

فرزندپروری ذهن آگاهانه به عنوان یک رویکرد امیدوارکننده شناخته شده است که تنظیم هیجان را در والدین و کودکان ترویج می‌کند. بنابراین، یکی از راه‌های حمایت از رشد کودکان در قرن بیست و یکم ممکن است حمایت از استفاده والدین از تربیت آگاهانه باشد. فرزندپروری ذهن آگاهانه ریشه در ساختار ذهن آگاهی دارد که به عنوان تمرین آگاهی در لحظه که با افزایش توجه بدون قضاوت و واکنش‌پذیری پرورش می‌یابد، مفهوم‌سازی می‌شود و هنگامی که در زمینه رابطه والد-کودک اعمال می‌شود، والدگری ذهن آگاهانه نه تنها برای بهبود تنظیم احساسات خود بلکه برای تقویت روابط سالم والدین-کودک و ترویج تنظیم هیجانی کودک بهبود یافته است (وانگ<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۱۹).

طی تحقیقات انجام شده توسط ماکلیکا<sup>۹</sup> و همکاران (۲۰۲۰)، شوری و نگ<sup>۱۱</sup> (۲۰۲۱)، کاستاسورت<sup>۱۱</sup> و همکاران (۲۰۱۸)، هنریچ<sup>۱۲</sup> و همکاران (۲۰۲۱) و هان<sup>۱۳</sup> و همکاران (۲۰۲۱) مشخص شده است که فرزندپروری ذهن آگاهانه با کاهش مشکلات رفتاری در کودکان در ارتباط است یعنی افزایش استفاده از شیوه فرزندپروری ذهن آگاهانه در والدین سبب کاهش مشکلات رفتاری در

1 Ward, K. P., & Lee, S. J.

2 Chung, G., Lanier, P., & Wong, P. Y. J.

3 Mindful Parenting

4 Moreira, H., Fonseca, A., Caiado, B., & Canavarro, M. C.

5 Self-regulation

6 Compassionate

7 Guarini, A., Sansavini, A., Suttora, C., Bortolotti, S., Fort, M., Iorio, D., ... & Bigoni, M.

8 Wong, K., Hicks, L. M., Seuntjens, T. G., Trentacosta, C. J., Hendriksen, T. H., Zeelenberg, M., & Van den Heuvel, M. I.

9 Maglica, T., Ercegovic, I. R., & Ljubetic, M.

10 Shorey, S., & Ng, E. D.

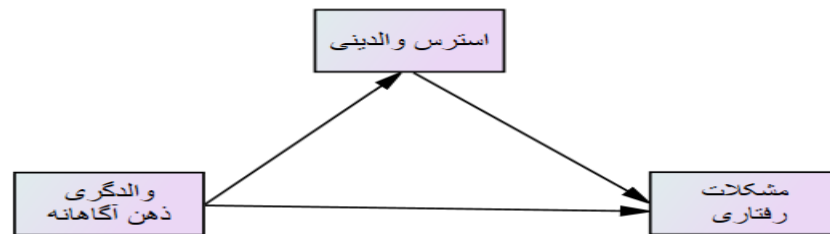
11 Coatsworth, J. D., Timpe, Z., Nix, R. L., Duncan, L. G., & Greenberg, M. T.

12 Henrichs, J., Van Den Heuvel, M. I., Witteveen, A. B., Wilschut, J., & Van den Bergh, B. R.

13 Han, Z. R., Ahemaitjiang, N., Yan, J., Hu, X., Parent, J., Dale, C., ... & Singh, N. N.

کودکان می‌گردد. نکته‌ای که در ارتباط با اختلالات و مشکلات روان‌شناختی وجود دارد این است که عوامل روان‌شناختی همواره به شکل ساده و خطی منجر به ایجاد آسیب‌های روان‌شناختی نمی‌شوند و در این زمینه باید به نقش تعاملی و واسطه‌ای متغیرهای دیگر نیز توجه ویژه داشت و استرس والدینی متغیری است که می‌تواند به عنوان متغیر میانجی ارتباط بین والدگری ذهن-آگاهانه و مشکلات رفتاری کودکان را میانجی‌گری کند. مطالعات موریرا و کاناوارو<sup>۱</sup> (۲۰۱۸) و کومالاساری و فورینالستیوان<sup>۲</sup> (۲۰۲۰) نشان داد که والدگری ذهن آگاهانه به کاهش استرس والدینی کمک می‌کند. همچنین طبق مطالعات انجام شده توسط رورریگرز<sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۱۹) و کوی و باچر<sup>۴</sup> (۲۰۱۹) اسپینلی<sup>۵</sup> و همکاران (۲۰۲۰) و آنتونی<sup>۶</sup> و همکاران (۲۰۰۵) مشخص گردید که استرس والدینی سبب افزایش مشکلات رفتاری در کودکان می‌شود.

با توجه با مطالبی که در رابطه با ارتباط متغیرهای پژوهش بیان شد، شاید شناخت مؤلفه‌های در ارتباط با مشکلات رفتاری کودکان علاوه بر فهم بهتر و دقیق‌تر این مؤلفه‌ها، پژوهش‌گران و متصدیان حوزه سلامت روان را در طراحی و به کارگیری مداخلات روانی اجتماعی دقیق و مؤثر یاری می‌دهد. با توجه به تحقیقات انجام شده در حوزه‌های متغیرهای مورد نظر، پژوهش جامعی که به بررسی متغیرها در قالب مدل ساختاری در جامعه ایران و بر روی کودکان پیش دبستانی پرداخته باشد یافت نشد. بر این اساس سوال اصلی پژوهش حاضر این است که آیا بین والدگری ذهن آگاهانه با مشکلات رفتاری کودکان پیش دبستانی با نقش میانجی استرس والدینی ارتباط وجود دارد؟ با توجه به سوال پژوهش، در شکل زیر مدل مفهومی پژوهش ارائه شده است.



شکل ۱: مدل مفهومی پژوهش

## روش پژوهش

پژوهش حاضر به لحاظ هدف از نوع بنیادی، به لحاظ رویکردی نظری از نوع کمی و به لحاظ روش از نوع پژوهش همبستگی از طریق الگویابی تحلیل مسیر است. جامعه آماری پژوهش حاضر، شامل مادران تمامی کودکان پیش‌دبستانی شهر قزوین در سال ۱۴۰۲-۱۴۰۳ بود. درباره حجم نمونه در پژوهش‌های مربوط به روش تحقیق همبستگی از نوع الگویابی تحلیل مسیر نظرات گوناگون وجود دارد ولی همه بر این موضوع توافق دارند که الگویابی تحلیل مسیر، شبیه تحلیل عامل از فنون آماری است که با نمونه بزرگ قابل اجرا است (تاباکنیک و فیدل<sup>۷</sup>، ۲۰۰۱). تاباکنیک و فیدل (۲۰۰۱) حداقل حجم ۲۰۰ نفر را برای برآزش مدل کافی دانسته است. گروه نمونه پژوهش حاضر (در ابتدا ۲۴۶ نفر بود که پس از حذف داده‌های ۲۶ نفر که به طور ناقص به پرسشنامه‌ها پاسخ داده بودند) شامل ۲۲۰ نفر از مادران بود که در یک بازه زمانی ۲ ماهه و به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. معیارهای ورود به پژوهش رضایت آگاهانه برای شرکت در پژوهش و معیار خروج از پژوهش نیز ناقص بودن اطلاعات ارائه شده بود. لازم به ذکر است که جهت اخذ رضایت آگاهانه گروه نمونه، ضمن ارائه توضیحات لازم در خصوص اهداف پژوهش و همچنین محرمانه ماندن اطلاعات و داده‌های حاصل از پرسشنامه شرکت‌کنندگان، رضایت آگاهانه مادران برای مشارکت در پژوهش اخذ شد.

<sup>1</sup> Moreira, H., & Canavarro, M. C.

<sup>2</sup> Kumalasar, D., & Fourianalisyawati, E.

<sup>3</sup> Rodriguez, G., Hartley, S. L., & Bolt, D.

<sup>4</sup> Choi, J. K., & Becher, E. H.

<sup>5</sup> Spinelli, M., Lionetti, F., Pastore, M., & Fasolo, M.

<sup>6</sup> Anthony, L. G., Anthony, B. J., Glanville, D. N., Naiman, D. Q., Waanders, C., & Shaffer, S.

<sup>7</sup> Tabachnick, B., & Fidell, L.

## ابزارهای پژوهش

۱. **مقیاس فرزند پروری ذهن آگاهانه:** مقیاس فرزند پروری ذهن آگاهانه توسط مک کافری<sup>۱</sup> و همکاران در سال ۲۰۱۵ بر روی والدین کودکان ۲-۱۶ ساله آمریکایی با هدف بررسی والدگری ذهن آگاهانه در والدین کودکان و نوجوانان ساخته شد. این مقیاس دو خرده مقیاس که شامل تربیت ذهن آگاهانه و بودن در زمان حال با کودک را مورد ارزیابی قرار می‌دهد. این مقیاس شامل ۲۸ گویه است که بر روی مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرتی (۱= بسیار مخالف تا ۵= بسیار موافق) نمره گذاری می‌شود. میزان آلفای کرونباخ برای این مقیاس توسط سازندگان ۰/۸۹ گزارش گردید و روایی آن از طریق روش تحلیل عامل تاییدی مورد تایید قرار گرفت (مک کافری و همکاران، ۲۰۱۷). در ایران این پرسشنامه توسط زارع و محمدی (۱۳۹۹) بر روی والدین کودکان ۲-۱۶ سال شهر شیراز با هدف ترجمه و هنجارسازی در جامعه ایران اجرا شد. بر اساس این مطالعه فرزند پروری از دو مولفه تشکیل شده است شامل در لحظه بودن با فرزند<sup>۲</sup> و انضباط ذهن آگاهانه<sup>۳</sup> بود. این مقیاس شامل ۲۸ سوال است که بر روی مقیاس ۵ درجه ای لیکرت از ۱= بسیار مخالف تا ۵= بسیار موافق نمره گذاری می‌شود. نویسندگان روایی این ابزار را مورد قبول و آلفای کرونباخ کل را ۰/۹۵ گزارش شد (زارع و محمدی، ۱۳۹۹). ثبات درونی نمره کل این آزمون بر اساس نمونه پژوهشی حاضر به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۴ محاسبه شد.

۲. **مقیاس استرس والدینی:** تست کوتاه استرس والدینی، که توسط آیدین<sup>۴</sup> (۱۹۹۵)، بر روی والدین کودکان ساکن آمریکا با هدف سنجش استرس والدینی اجرا شد. این مقیاس از ۳۶ سوال تشکیل شده است و به سه زیرمقیاس تقسیم می‌شود. این تست به تجزیه و تحلیل علائم آشفتگی والدینی (۱۲ سوال)، تعامل ناکارآمد والد-کودک (۱۲ سوال) و نیز مشکلات رفتاری کودک (۱۲ سوال) می‌پردازد و بر روی مقیاس ۵ درجه ای لیکرتی از ۱= کاملاً موافقم تا ۵= کاملاً مخالفم نمره گذاری می‌شود. روای و پایایی این پرسش نامه قابل قبول گزارش شد و آلفای کرونباخ آن ۰/۹۱ گزارش شد. شیرزادی و همکاران (۱۳۹۳)، این پرسشنامه را بر روی پدران کودکان زیر ۷ سال با هدف بررسی اعتبار سنجی این مقیاس در جامعه ایرانی اجرا کردند. پایایی این آزمون را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ از ۰/۵۹ تا ۰/۸۶ گزارش کرده‌اند. همچنین، روایی این آزمون نیز از طریق ارتباط زیرمقیاس‌ها با امتیاز کلی در محدوده‌ای از ۰/۳۸ تا ۰/۸۴ اعلام شده است (شیرزادی و همکاران، ۱۳۹۳). ثبات درونی نمره کل این آزمون بر اساس نمونه پژوهشی حاضر به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۱ محاسبه شد.

۳. **پرسشنامه مشکلات رفتاری کودکان پیش دبستانی فرم والدین:** پرسشنامه مشکلات رفتاری کودکان توسط شهیم و یوسفی (۱۳۷۸) بر روی والدین کودکان (ترجیحاً مادران) با هدف بررسی مشکلات رفتاری کودکان ساخته شده است. این پرسشنامه دارای ۲۴ گویه است که بر روی مقیاس ۳ درجه‌ای لیکرت (هرگز=۰، بعضی اوقات=۱، بیشتر اوقات=۲) نمره گذاری می‌گردد. این پرسشنامه دارای محتوی مثبت و منفی است و محتوی مثبت به صورت معکوس نمره گذاری می‌شود. این پرسشنامه ۴ خرده مقیاس که شامل نارسایی توجه، ترس، رفتار اجتماعی و پرخاشگری است را می‌سنجد. اعتبار این پرسشنامه در نسخه اصلی توسط آلفای کرونباخ ۰/۸۰ گزارش شد و با استفاده از روش بازآزمایی ۰/۷۷ گزارش گردید (شهیم و یوسفی، ۱۳۷۸). ثبات درونی نمره کل این آزمون بر اساس نمونه پژوهشی حاضر به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۹ محاسبه شد.

## یافته‌ها

میانگین سنی و انحراف معیار شرکت کنندگان پژوهش نیز  $۳۴/۵۵ \pm ۸/۱۶$  بود.  $۳۹/۸\%$  از گروه نمونه تحصیلات تا مقطع دیپلم،  $۴۱/۵\%$  تحصیلات تا مقطع کارشناسی و  $۱۸/۷\%$  نیز تحصیلات تا مقطع کارشناسی ارشد داشتند.  $۶۴/۲\%$  از گروه نمونه خانه‌دار و  $۳۵/۸\%$  نیز شاغل بودند.

<sup>1</sup> McCaffrey, S., Reitman, D., & Black, R.

<sup>2</sup> Being with the moment with child

<sup>3</sup> Social Adjustment

<sup>4</sup> Abidin, R. R.

جدول ۱: یافته‌های توصیفی مقیاس‌های پژوهش

شاخص آماری	میانگین	انحراف معیار	چولگی	کشیدگی
والدگری ذهن آگاهانه	۹۳/۳۹	۱۲/۵۸	-۰/۲۶	-۰/۸۸
استرس والدینی	۱۵۴/۶۳	۸/۱۲	۰/۳۷	-۰/۴۴
مشکلات رفتاری	۱۰۹/۶۱	۹/۱۰	-۰/۹۸	۰/۲۳

میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش در جدول فوق نشان داده شده است. همچنین طبق جدول فوق، ارزش‌های چولگی و کشیدگی نشان می‌دهد که متغیرهای پژوهش توزیع نرمال دارند.

یکی از مفروضه‌های الگویابی تحلیل مسیر نرمال بودن توزیع چندمتغیری است. برای این منظور در نرم‌افزار ایموس<sup>۱</sup> از ضریب کشیدگی چندمتغیری مardia استفاده می‌شود. بنتلر<sup>۲</sup> (۲۰۰۵) پیشنهاد می‌کند که مقادیر بزرگ‌تر از ۵ برای ضریب مardia نشان‌دهنده توزیع غیر نرمال داده‌ها است (بیرن<sup>۳</sup>، ۲۰۱۰). مقدار ضریب مardia برای داده‌های پژوهش حاضر برابر با ۳/۱۹ است که نشان می‌دهد مفروضه نرمال بودن چندمتغیره برقرار است. برای بررسی نرمال بودن تک متغیری یک معیار کلی توصیه می‌کند که چنانچه کجی و کشیدگی در بازه (۲، -۲) نباشند داده‌ها از توزیع نرمال برخوردار نیستند. بر اساس داده‌های جدول (۱) مشخص می‌شود که شاخص کجی و کشیدگی هیچ‌یک از نشانگرها خارج از بازه (۲، -۲) نیست و بنابراین می‌توان آن‌ها را نرمال یا تقریب نرمال در نظر گرفت. جهت بررسی عدم وجود هم‌خطی بین متغیرهای مستقل از شاخص تحمل و عدم تراکم واریانس استفاده شد که نتایج آن در جدول (۲) نشان داده شده است.

جدول ۲: شاخص تحمل واریانس و عامل تراکم واریانس به منظور ارزیابی عدم وجود اثر هم خطی بین متغیرهای مستقل

متغیرهای پیش‌بین	تحمل	عامل تراکم واریانس
والدگری ذهن آگاهانه	۰/۹۷	۱/۰۹
استرس والدینی	۰/۹۷	۱/۰۹

در جدول فوق چون شاخص تحمل واریانس نزدیک به (۱) است؛ لذا هیچ‌یک از متغیرهای پیش‌بین با سایر متغیرهای پیش‌بین اثر هم خطی ندارد. همچنین مقدار شاخص عامل تراکم واریانس کمتر از (۲) است لذا بین متغیرهای پیش‌بین اثر هم خطی وجود ندارد. نظر به این که اساس الگویابی تحلیل مسیر بر مبنای ماتریس واریانس-کوواریانس یا همبستگی بین متغیرها است، لذا در جدول (۳) ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش گزارش شده است.

جدول ۳: ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیرها	والدگری ذهن آگاهانه	استرس والدینی	مشکلات رفتاری
والدگری ذهن آگاهانه	۱		
استرس والدینی	-۰/۴۵**	۱	
مشکلات رفتاری	-۰/۳۴**	۰/۴۱**	۱

نتایج جدول فوق نشان می‌دهد رابطه بین متغیرهای پژوهش، در سطح اطمینان ۹۵٪ معنادار می‌باشند ( $p < .$ ). به منظور پاسخ به پرسش اصلی پژوهش مبنی بر اینکه آیا مدل تبیین مشکلات رفتاری کودکان پیش دبستانی با توجه به والدگری ذهن آگاهانه و نقش میانجی استرس والدینی با داده‌های تجربی برازش دارد؟ از الگوی تحلیل مسیر و نرم‌افزار ایموس نسخه ۲۴ بهره برده شده است. در جدول (۴) مهم‌ترین شاخص‌های آزمون برازش مدل مفهومی پژوهش گزارش شده است.

<sup>1</sup> AMOS

<sup>2</sup> Bentler

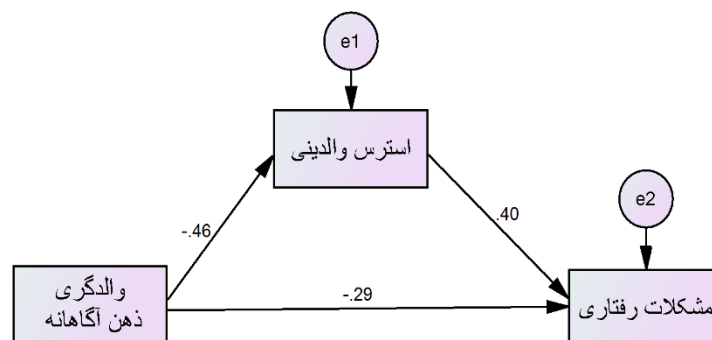
<sup>3</sup> Byrne, B. M.

جدول ۴: شاخص‌های برازش الگوی پیشنهادی و الگوی نهایی

RMSEA <sup>۶</sup>	IFI <sup>۵</sup>	CFI <sup>۴</sup>	PNFI <sup>۳</sup>	PCFI <sup>۲</sup>	GFI <sup>۱</sup>	$\chi^2/df$	شناسه‌های برازش
۰/۰۶۲	۰/۹۳۱	۰/۹۴۵	۰/۷۸۶	۰/۷۸۹	۰/۹۲۸	۱/۹۵۴	الگوی نهایی پژوهش

\*میزان قابل قبول شاخص‌ها PCFI, PNFI (>.5), CFI, GFI, IFI (>.9), RMSEA (>.8), CMIN/DF (>۳) خوب، <۵ قابل قبول

به‌طور کلی در کار با برنامه ایموس هر یک از شاخص‌های به‌دست‌آمده به‌تنهایی دلیل برازندگی یا عدم برازندگی الگو نیستند و این شاخص‌ها را در کنار هم بایستی تفسیر نمود. نتایج جدول فوق نشان می‌دهد که شاخص‌های برازش مدل در مجموع از وضعیت مطلوبی بهره‌مند شده‌اند و بنابراین پاسخ به فرضیات پژوهش بلا مانع است. در ادامه ضرایب مسیر استاندارد شده مدل پژوهش در شکل (۲) شده است.



شکل ۲: الگوی پژوهش در حالت ضرایب استاندارد شده

جهت بررسی نقش میانجی استرس والدینی بین والدگری ذهن آگاهانه و مشکلات رفتاری کودکان پیش‌دبستانی از آزمون سوبل<sup>۷</sup> استفاده شد.

جدول ۵: ضرایب و معناداری اثر غیرمستقیم والدگری ذهن آگاهانه و مشکلات رفتاری

متغیر ملاک	متغیر پیش‌بین	نوع اثر	ضریب استاندارد نشده	$\beta$ استاندارد شده	آماره سوبل	sig
مشکلات رفتاری	والدگری ذهن آگاهانه	به واسطه استرس والدینی	-۰/۴۸	-۰/۱۸	۲/۵۴	۰/۰۰۱

یک روش مورد استفاده برای سنجش معنی‌داری اثر متغیر واسطه آزمون سوبل است که مستقیماً معنی‌داری ab را نسبت به توزیع بهنجار Z با استفاده از خطای استاندارد متغیر میانجی می‌سنجد. بدین ترتیب که پس از تقسیم حاصل ضرب دو ضریب غیر استاندارد که مسیرهای متغیر واسطه را تشکیل می‌دهند بر خطای استاندارد این حاصلضرب، نسبت بدست آمده با جدول توزیع بهنجار مقایسه می‌شود؛ اگر نسبت بدست آمده بزرگ‌تر از ۱/۹۶ باشد نتیجه گرفته می‌شود که اثر متغیر میانجی معنی‌دار است. آنچه از نتایج جدول فوق برمی‌آید این است که والدگری ذهن آگاهانه اثر غیرمستقیم به واسطه استرس والدینی بر مشکلات رفتاری کودکان پیش‌دبستانی دارد، بنابراین فرضیه مطرح شده در ارتباط با وجود رابطه غیرمستقیم بین والدگری ذهن آگاهانه با مشکلات رفتاری کودکان پیش‌دبستانی با ۹۵ درصد اطمینان تایید می‌شود ( $p < 0.05$ ). در جدول (۶) اثر مستقیم والدگری ذهن آگاهانه بر مشکلات رفتاری و استرس والدینی و همچنین اثر مستقیم استرس والدینی بر مشکلات رفتاری کودکان ارائه شده است.

<sup>1</sup> Goodness of fit index

<sup>2</sup> Parsimony Comparative of fit index

<sup>3</sup> Parsimony normed fit index

<sup>4</sup> Comparative of fit index

<sup>5</sup> Incremental fit index

<sup>6</sup> Root mean square error of approximation

<sup>7</sup> Sobel Test

جدول ۶: ضرایب و معناداری اثرات مستقیم متغیرهای پژوهش

متغیر ملاک	متغیر پیش‌بین	نوع اثر	ضریب استاندارد نشده	$\beta$ استاندارد شده	t	sig
مشکلات رفتاری	والدگری ذهن آگاهانه	مستقیم	-۰/۵۴	-۰/۲۹	-۳/۸۴	۰/۰۰۱
استرس والدینی	والدگری ذهن آگاهانه	مستقیم	-۰/۸۲	-۰/۴۶	-۵/۱۹	۰/۰۰۱
مشکلات رفتاری	استرس والدینی	مستقیم	۰/۸۹	۰/۴۰	۵/۰۳	۰/۰۰۱

بر طبق آزمون ضرایب شکل (۲) و نتایج جدول فوق، ضرایب استاندارد شده‌ی مسیر در سطح ۰/۰۵٪ اطمینان معنادار بوده است. ارتباط والدگری ذهن آگاهانه و مشکلات رفتاری به صورت مستقیم برابر با ( $t = -۳/۸۴$  و  $\beta = -۰/۲۹$ )، ارتباط والدگری ذهن آگاهانه و استرس والدینی برابر با ( $t = -۵/۱۹$  و  $\beta = -۰/۴۶$ ) و ارتباط استرس والدینی و مشکلات رفتاری برابر با ( $t = ۵/۰۳$  و  $\beta = ۰/۴۰$ ) است.

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف از انجام این تحقیق بررسی رابطه والدگری ذهن آگاهانه با مشکلات رفتاری با نقش میانجی استرس والدینی در مادران کودکان پیش دبستانی بود و نتایج آماری نشان داد که والدگری ذهن آگاهانه با مشکلات رفتاری کودکان رابطه منفی معنی‌داری دارد یعنی با افزایش سبک تربیتی ذهن آگاهانه والدین مشکلات رفتاری در کودکان کاهش پیدا می‌کند و همچنین استرس والدینی رابطه بین والدگری ذهن آگاهانه و مشکلات رفتاری کودکان را میانجی‌گری می‌کند و این نتایج با پژوهش‌های انجام شده توسط ماکلیکا و همکاران (۲۰۲۰)، شوری و نگ (۲۰۲۱)، کاستاسورث و همکاران (۲۰۱۸)، موریرا و کاناوارو (۲۰۱۸)، کومالاساری و فورینالستیوان (۲۰۲۰)، رورریگروزو همکاران (۲۰۱۹) و کوی و باچر (۲۰۱۹) همسو است.

والدگری ذهن آگاهانه یکی از راه‌های ارتقای کیفیت سبک دلبستگی کودک و مادر است که در اوایل زندگی شروع به رشد می‌کند و اضطراب والدینی به واسطه آن کاهش می‌یابد. فرض شده است که والدگری ذهن آگاهانه می‌تواند به والدین و کودکان در تنظیم پریشانی کمک کند و همین امر سبب کاهش مشکلات رفتاری در کودکان می‌شود. فرزندپروری ذهن آگاهانه به‌عنوان شیوه‌های فرزندپروری که به طور مثبت بر رابطه والدین-کودک تأثیر می‌گذارد، از طریق گوش دادن با توجه کامل، پذیرش بدون قضاوت، آگاهی عاطفی، شفقت نسبت به خود و فرزند و خودتنظیمی در فرزندپروری و این شیوه‌ها می‌توانند به طور مثبت بر رفاه والدین، محبت والدین-کودک و شیوه‌های فرزندپروری تأثیر مثبت بگذارند و به نوبه خود منجر به کاهش مشکلات رفتاری/عاطفی کودک شوند و افزایش سطوح بالاتر رفاه کودک را در پی داشته باشد (هنریچ و همکاران، ۲۰۲۱). والدین آگاه بهتر می‌توانند تجارب شناختی، عاطفی و رفتاری را در مقایسه با هم‌تایان کمتر آگاه خود تشخیص دهند؛ بنابراین احتمال درگیر شدن در تعاملات ناسازگار با کودکان کاهش پیدا می‌ند. ذهن آگاهی والدین از طریق افزایش شیوه‌های فرزندپروری آگاهانه و فرزندپروری مثبت و همچنین کاهش شیوه‌های فرزندپروری منفی، تأثیر منفی بر مشکلات رفتاری درونی و برونی‌سازی کودکان خواهد داشت. در نمونه چینی، ذهن آگاهی والدین نیز با شیوه‌های فرزندپروری مثبت همراه بود، به طوری که والدین با سطوح بالاتری از ذهن آگاهی تمایل، استفاده بیشتر از شیوه‌های فرزندپروری مثبت را گزارش کردند. علاوه بر این، سطوح بالاتر فرزندپروری مثبت نیز با کاهش رفتارهای درونی‌سازی و برونی‌سازی کودک همراه بود (هان و همکاران، ۲۰۲۱). والدین ذهن-آگاه به طور موثر بر رفتارها و نیازهای کودکان توجه دارند و بنابراین نیازهای کودکان را بهتر درک می‌کنند و به صورت مناسب و به موقع پاسخ‌گو می‌شوند و این موضوع سبب می‌گردد که مشکلات رفتاری در کودکان کاهش یابد (ماکلیکا و همکاران، ۲۰۲۰).

همچنین والدگری ذهن آگاهانه یک منبع روان‌شناختی بالقوه در فرآیند مدیریت استرس است. تحقیقات قبلی انجام شده نشان می‌دهد که فرزندپروری آگاهانه در کاهش استرس والدین نقش دارد. فرزندپروری آگاهانه واکنش‌پذیری در فرزندپروری را کاهش دهد، صبر، انعطاف‌پذیری والدین، ثبات را افزایش دهد و سبب می‌گردد فعالیت‌های فرزندپروری با رعایت ارزش‌های از پیش تعیین شده و اهداف والدین انجام گردد. علاوه بر این، باور بر این است که والدین آگاهانه با ایجاد اعتماد و به اشتراک-گذاری احساسات، کاهش استرس والدینی و افزایش رفاه کودکان، روابط والدین-کودک را بهبود می‌بخشد. والدگری ذهن-

آگاهانه استرس والدین را در والدینی که با فرزندپروری مشکل دارند کاهش می‌دهد (کومالاساری و فوریانالستیوان، ۲۰۲۰). استرس والدین اغلب با رفتارهای بی‌ادبانه و مشکلات در توضیح محدودیت‌ها و نظم و انضباط همراه است. بنابراین، کودکان در این خانواده‌ها ممکن است احساس کنند کمتر مورد درک والدین قرار می‌گیرند و ممکن است به شیوه‌های منفی و پرخاشگرانه‌تر واکنش نشان دهند و مشکلات رفتاری در این کودکان افزایش یابد (اسپینلی و همکاران، ۲۰۲۰). در نمونه‌ای از کودکان پیش-دبستانی در حال رشد، استرس والدین مستقیماً با افزایش مشکلات رفتاری کودک مرتبط بود. علاوه بر این، آنتونی و همکاران (۲۰۰۵) یک رابطه مستقیم بین استرس والدین و مشکلات رفتاری کودکان در مدرسه در نمونه‌ای از کودکان را مستند کردند. به طور خاص، استرس والدین با مشکلات توجه، مشکلات خود تنظیمی و رفتارهای مشکل‌ساز در کودکان مرتبط است (باروسو و همکاران، ۲۰۱۸). نشان داده شده است که استرس والدین باعث کاهش پاسخگویی والدین نسبت به فرزندانشان می‌شود که این موضوع به رفتارهای والدینی مانند حساسیت به نیازهای کودک، پاسخ سریع به کودکان و درگیر شدن در تعاملات مثبت با کودکان اشاره دارد. همچنین، والدینی که سطوح بالاتری از استرس والدین دارند، تمایل دارند سبک فرزندپروری مستبدانه داشته باشند، درگیر تربیت خشن، تعامل کمتر با فرزندشان باشند و وابستگی نایمن با فرزندشان داشته باشند. این شواهد تجربی نشان می‌دهد که استرس والدینی متغیر مهمی است که با مشکلات رفتاری کودکان در ارتباط است (وارد و لی، ۲۰۲۰). بنابراین کاهش استرس والدینی به طور غیرمستقیم سبب کاهش مشکلات رفتاری در کودکان می‌شود. والدگری ذهن آگاهانه سبب کاهش استرس والدینی و کاهش استرس والدینی هم سبب می‌گردد مشکلات رفتاری در کودکان کاهش یابد. در خصوص محدودیت‌ها می‌توان بیان داشت که این پژوهش در بین کودکان پیش‌دبستانی شهر قزوین انجام شده است که تعمیم نتایج به کل کودکان باید با احتیاط صورت گیرد، از این رو پیشنهاد می‌شود که مطالعات دیگر سایر کودکان پیش‌دبستانی شهرهای دیگر را مورد بررسی قرار دهند. دیگر محدودیت پژوهش حاضر استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس است که در این راستا پیشنهاد می‌شود در مطالعات آتی نمونه با استفاده از روش‌های تصادفی انتخاب شود. در نهایت این که این پژوهش یک طرح مقطعی بود لذا پیشنهاد می‌شود که پژوهش‌های طولی در زمینه این متغیرها انجام شود که به درک کامل‌تر این متغیرها بیافزاید.

### ملاحظات اخلاقی

این مطالعه تحت موازین اخلاقی انجام شده است و رضایت کامل گروه نمونه جهت شرکت در پژوهش جلب شده است.

### حامی مالی

این مطالعه بدون حمایت مالی هیچ مؤسسه و سازمان دولتی یا خصوصی انجام شده است.

### مشارکت نویسندگان

نویسنده اول: تحلیل داده‌ها، نویسنده دوم نگارش مقاله، نویسنده سوم (نویسنده مسئول) طراحی پژوهش، نویسنده چهارم نگارش مقاله و نویسنده پنجم جمع‌آوری داده‌ها

### تضاد منافع

این پژوهش به طور مستقیم یا غیرمستقیم با منافع شخص یا سازمانی تعارض ندارد.

### تشکر و قدردانی

از همه شرکت‌کنندگان که در نگارش مقاله حاضر یاری رساندند، قدردانی می‌شود.

### References

- Abidin, R. R. (1995). "Parenting Stress Index (PSI) manual . Odessa, FL: Psychological Assessment Resources."

- Anthony, L. G., Anthony, B. J., Glanville, D. N., Naiman, D. Q., Waanders, C., & Shaffer, S. (2005). The relationships between parenting stress, parenting behaviour and preschoolers' social competence and behaviour problems in the classroom. *Infant and Child Development: An International Journal of Research and Practice*, 14(2), 133-154. <http://dx.doi.org/10.1002/icd.385>
- Barkley, R. A. (2012). *Barkley deficits in executive functioning scale--children and adolescents (BDEFS-CA)*. Guilford Press.
- Barroso, N. E., Mendez, L., Graziano, P. A., & Bagner, D. M. (2018). Parenting stress through the lens of different clinical groups: A systematic review & meta-analysis. *Journal of abnormal child psychology*, 46, 449-461. <https://doi.org/10.1007/s10802-017-0313-6>
- Byrne, B. M. (2010). *Structural equation modeling with AMOS: Basic concepts, applications, and programming (2nd ed)*. Routledge/Taylor & Francis.
- Choi, J. K., & Becher, E. H. (2019). Supportive coparenting, parenting stress, harsh parenting, and child behavior problems in nonmarital families. *Family process*, 58(2), 404-417. <https://doi.org/10.1111/famp.12373>
- Chung, G., Lanier, P., & Wong, P. Y. J. (2020). Mediating effects of parental stress on harsh parenting and parent-child relationship during coronavirus (COVID-19) pandemic in Singapore. *Journal of family violence*, 1-12. <https://doi.org/10.1007/s10896-020-00200-1>
- Coatsworth, J. D., Timpe, Z., Nix, R. L., Duncan, L. G., & Greenberg, M. T. (2018). Changes in mindful parenting: Associations with changes in parenting, parent-youth relationship quality, and youth behavior. *Journal of the Society for Social Work and Research*, 9(4), 511-529. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1086/701148>
- Ferraro, K. F., Schafer, M. H., & Wilkinson, L. R. (2016). Childhood disadvantage and health problems in middle and later life: Early imprints on physical health?. *American sociological review*, 81(1), 107-133. <https://doi.org/10.1177/0003122415619617>
- Guarini, A., Sansavini, A., Suttora, C., Bortolotti, S., Fort, M., Iorio, D., ... & Bigoni, M. (2022). Mindful Parenting Intervention MinUTo App for Parents of Preschool Children: Study Protocol of a Randomised Controlled Trial. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(13), 7564. <https://doi.org/10.3390/ijerph19137564>
- Han, Z. R., Ahemaitijiang, N., Yan, J., Hu, X., Parent, J., Dale, C., ... & Singh, N. N. (2021). Parent mindfulness, parenting, and child psychopathology in China. *Mindfulness*, 12, 334-343. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/s12671-019-01111-z>
- Henrichs, J., Van Den Heuvel, M. I., Witteveen, A. B., Wilschut, J., & Van den Bergh, B. R. (2021). Does mindful parenting mediate the association between maternal anxiety during pregnancy and child behavioral/emotional problems?. *Mindfulness*, 12, 370-380. [10.1007/s12671-019-01115-9](https://doi.org/10.1007/s12671-019-01115-9)
- Hosokawa, R., & Katsura, T. (2019). Role of parenting style in children's behavioral problems through the transition from preschool to elementary school according to gender in Japan. *International journal of environmental research and public health*, 16(1), 21. [10.3390/ijerph16010021](https://doi.org/10.3390/ijerph16010021)
- Kumalasari, D., & Fourianalistyawati, E. (2020). The role of mindful parenting to the parenting stress in mothers with children at early age. *Jurnal Psikologi*, 19(2), 135-142. <https://doi.org/10.14710/jp.19.2.135-142>
- Maglica, T., Ercegovac, I. R., & Ljubicic, M. (2020). MINDFUL PARENTING AND BEHAVIOURAL PROBLEMS IN PRESCHOOL CHILDREN. *Hrvatska revija za rehabilitacijska istrazivanja*, 56(1), 44-58. [doi.org/10.31299/hrri.56.1.4](https://doi.org/10.31299/hrri.56.1.4)
- McCaffrey, S., Reitman, D., & Black, R. (2017). Mindfulness in Parenting Questionnaire (MIPQ): Development and validation of a measure of mindful parenting. *Mindfulness*, 8, 232-246. [doi.org/10.1007/s12671-016-0596-7](https://doi.org/10.1007/s12671-016-0596-7)

- Moreira, H., & Canavarro, M. C. (2018). The association between self-critical rumination and parenting stress: The mediating role of mindful parenting. *Journal of Child and Family Studies*, 27, 2265-2275. doi.org/10.1007/s10826-018-1072-x
- Moreira, H., Fonseca, A., Caiado, B., & Canavarro, M. C. (2019). Work-family conflict and mindful parenting: The mediating role of parental psychopathology symptoms and parenting stress in a sample of Portuguese employed parents. *Frontiers in Psychology*, 10, 635. 10.3389/fpsyg.2019.00635
- O'Farrelly, C., Watt, H., Babalis, D., Bakermans-Kranenburg, M. J., Barker, B., Byford, S., ... & Ramchandani, P. G. (2021). A brief home-based parenting intervention to reduce behavior problems in young children: A pragmatic randomized clinical trial. *JAMA pediatrics*, 175(6), 567-576. 10.1001/jamapediatrics.2020.6834.
- Qian, G., Mei, J., Tian, L., & Dou, G. (2021). Assessing mothers' parenting stress: Differences between one-and two-child families in China. *Frontiers in psychology*, 11, 609715. doi.org/10.3389/fpsyg.2020.609715
- Räikkönen, K., Gissler, M., & Kajantie, E. (2020). Associations between maternal antenatal corticosteroid treatment and mental and behavioral disorders in children. *Jama*, 323(19), 1924-1933. doi:10.1001/jama.2020.3937
- Rodriguez, G., Hartley, S. L., & Bolt, D. (2019). Transactional relations between parenting stress and child autism symptoms and behavior problems. *Journal of autism and developmental disorders*, 49, 1887-1898. 10.1007/s10803-018-3845-x
- Shahim, S., Yousefi, F. (1999). Questionnaire of behavioral problems of preschool children (especially for parents). *Journal of social and human sciences of Shiraz University*. 1(29), 19-32. [Persian].
- Shirzadi, P., Faramarzi, S., Ghasemi, M., and Shafiei, M. (2013). Investigating the validity and reliability of the parenting stress index short form. *Roish Scientific Journal of Psychology*, 3(4), 91-110. [Persian].
- Shorey, S., & Ng, E. D. (2021). The efficacy of mindful parenting interventions: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Nursing Studies*, 121, 103996. 10.1016/j.ijnurstu.2021.103996
- Spinelli, M., Lionetti, F., Pastore, M., & Fasolo, M. (2020). Parents' stress and children's psychological problems in families facing the COVID-19 outbreak in Italy. *Frontiers in psychology*, 11, 1713. doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01713
- Tabachnick, B., & Fidell, L. (2007). *Using multivariate statistics (5th edn)* New York. NY: Allyn and Bacon.
- Ward, K. P., & Lee, S. J. (2020). Mothers' and fathers' parenting stress, responsiveness, and child wellbeing among low-income families. *Children and Youth Services Review*, 116, 105218. 10.1016/j.childyouth.2020.105218
- Wong, K., Hicks, L. M., Seuntjens, T. G., Trentacosta, C. J., Hendriksen, T. H., Zeelenberg, M., & Van den Heuvel, M. I. (2019). The role of mindful parenting in individual and social decision-making in children. *Frontiers in psychology*, 10, 550. doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00550
- Zare, F., & Mohammadi, M. (2020). psychometric properties of mindfulness parenting scale. *Psychological Models and Methods*, 11(40), 133-150. [Persian].