پژوهش‌های کاربردی در مشاوره
سال پنجم، شماره ۱۸، پاییز ۱۴۰۱
صفحات ۱۷-۱

Applied Research In Counseling
Vol 5, No 18, Autumnal 2022
ppt 1-17

تبیین مدل علّی فلسفهٔ فراهیجانی والدین مبتنی بر خودآگاهی هیجانی، تمایز یافتگی و اضطراب وجودی

شایان کرمی[۱]
محمدسجاد صیدی[۲]

چکیده

مؤلفهٔ هیجانی رابطهٔ والدین و فرزندان نقش مهمی در شکل گیری رفتارهای مشکل‌ساز در کودکان و نوجوانان و به‌طور کلی سلامت روان آنها دارد. مطالعهٔ حاضر با هدف تبیین مدل علّی فلسفهٔ فراهیجانی والدین مبتنی بر خودآگاهی هیجانی، تمایز یافتگی و اضطراب وجودی انجام گرفت. روش مطالعه توصیفی–همبستگی و از نوع تحلیل مدل معادلات ساختاری بود. جامعهٔ آماری شامل کلیهٔ والدین شهرستان کرمانشاه بود. تعداد ۲۰۱ تن از والدین به‌روش در دسترس انتخاب شدند. ابزارهای گردآوری داده‌ها عبارت بودند از مقیاس فلسفهٔ فراهیجانی والدین (ایولینی کو، ۲۰۰۶)، مقیاس خودآگاهی هیجانی (گرنت و همکاران، ۲۰۰۲) سیاههٔ تمایزیافتگی خود –فرم کوتاه (دریک، ۲۰۱۱) و پرسشنامهٔ اضطراب وجودی (ون بروگن و همکاران، ۲۰۱۷). روایی ابزارها با استفاده از روایی محتوا به‌روش کیفی و پایایی به‌روش همسانی درونی با محاسبهٔ ضریب آلفای کرونباخ اندازه‌گیری شد. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS21 و AMOS21 مورد تحلیل قرار گرفتند. نتایج نشان داد که مسیرهای مستقیم اضطراب وجودی به فلسفهٔ فراهیجانی (β=۰/۲۴ ؛ P>۰/۰۱)؛ تمایزیافتگی به خودآگاهی هیجانی (β=۰/۲۹ ؛ P>۰/۰۰۱)؛ و خودآگاهی هیجانی به فلسفهٔ فراهیجانی (β=۰/۳۳ ؛ P>۰/۰۰۱) و همچنین مسیر غیرمستقیم تمایزیافتگی به فلسفهٔ فراهیجانی والدین با نقش واسطه‌ای خودآگاهی هیجانی (β= ۰/۰۹ ؛ P>۰/۰۰۶) مثبت و معنادار است. به‌عبارت دیگر نتایج نشان داد والدینی که تمایزیافتگی بالاتری دارند، خودآگاهی هیجانی بیشتر و همچنین در فلسفهٔ فراهیجانی بیشتر آموزشگر هیجان هستند. در واقع، از نتایج پژوهش به‌نظر می‌رسد که تمایزیافتگی بیشتر در والدین به آنها کمک می کند که خودآگاهی هیجانی بیشتری داشته باشند و همین خودآگاهی هیجانی نیز به‌نوبهٔ خود به ارتقاء آموزشگری هیجانی آنها کمک می کند.

واژه‌گان کلیدی: فلسفهٔ فراهیجانی والدین، آموزشگری هیجان، تمایزیافتگی، خودآگاهی هیجانی، اضطراب وجودی.

۱- دانشجوی کارشناسی ارشد مشاورهٔ شغلی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران (نویسندهٔ مسئول)
sh.karami@edu.ui.ac.ir
۲- استادیار گروه مشاوره، دانشکدهٔ علوم اجتماعی، دانشگاه رازی، کرمانشاه، ایران

مقدمه

امروزه بسیاری از مشاوران و روان‌شناسان بر اهمیت نقش هیجانات در شکل‌گیری رفتارهای مشکل‌ساز در کودکان و نوجوانان و به‌طور کلی سلامت روان آنها تأکید می‌کنند و مطالعات نیز نتایج همسویی را در این رابطه نشان داده‌اند (علی‌دوستی و همکاران، ۱۴۰۱؛ سیفی و همکاران، ۱۴۰۰). نظریات مطرح‌شده پیرامون رابطهٔ والدین و فرزندان نیز به‌طور روزافزون بر مولفهٔ هیجانی این رابطه و نحوهٔ پاسخ‌دهی والدین به هیجانات کودکان متمرکز می‌شوند. در سال‌های اخیر یکی از متغیرهایی که در این خصوص مورد توجه قرار گرفته فلسفهٔ فراهیجانی والدین[1] است که نخستین‌بار توسط گاتمن و همکاران (۱۹۹۶) مطرح شد. این متغیر به این امر اشاره دارد که والدین در برخورد با هیجانات کودک خود چگونه عمل می‌کنند که به‌طور کلی بررسی‌های گاتمن و همکارانش نشان داده است که برخی والدین فلسفهٔ آموزشگری هیجان[2] دارند و برخی دیگر فلسفهٔ ردکنندهٔ هیجان[3] در پیش می‌گیرند. والدینی که فلسفهٔ آموزشگری هیجان دارند هیجانات منفی کودکان‌شان را فرصتی برای صمیمت و آموزش می‌بینند، تمایل دارند از هیجانات خود و فرزندان‌شان آگاهی بیشتری داشته باشند، به احتمال زیاد هیجانات را تأیید و نام‌گذاری می‌کنند و اغلب با راهبردهایی برای کنار آمدن با موقعیت‌های هیجانی از فرزندان خود حمایت می‌کنند؛ در مقابل، والدینی که فلسفهٔ ردکنندهٔ هیجان در پیش می‌گیرند هیجانات منفی را در کودکان خود زیان‌بار می‌بینند و تمایل دارند این هیجانات را نادیده بگیرند، کوچک بشمارند یا به‌سرعت تلاش کنند که آنها را تغیر دهند (هورل و همکاران، ۲۰۱۷).

علاوه بر پژوهش‌های گاتمن که نشان داده فلسفهٔ آموزشگری هیجان والدین رابطهٔ مثبتی با اعتمادبه‌نفس بالا، سلامت جسمانی بیشتر، عملکرد تحصیلی بهتر، روابط اجتماعی سالم‌تر و هوش هیجانی بالاتر در کودکان دارد (گاتمن و همکاران، ۱۹۹۶)، سایر پژوهش‌ها نیز همسو با نتایج گاتمن نشان داده‌اند که فلسفهٔ آموزشگری هیجان والدین ممکن است باعث شود کودکان

---

[1]. Parental Meta-Emotion Philosophy (PMEP)
[2]. emotion coaching Philosophy
[3]. emotion dismissing philosophy

کمتر تحت تأثیر روابط مشکل‌ساز با همسالان قرار گیرند (بک‌هالت و همکاران، ۲۰۱٦)، نوجوانان در طول دوران نوجوانی مشکلات رفتاری کمتر و سازگاری بیشتری تجربه کنند (کاتز و هانتر، ۲۰۰۷، شیاولی و همکاران، ۲۰۲۰)، اضطراب اجتماعی نوجوانان تعدیل و از بروز نشانگان افسردگی در آن‌ها جلوگیری شود (سیلوا و همکاران، ۲۰۱۷).

اما چه چیزی باعث می‌شود که والدین چنین آموزش مهمی را از کودکان خود دریغ کنند و به‌نحو مطلوب به هیجانات فرزند خود نپردازند؟ در پاسخ به این سؤال با خلاء یافته‌های پژوهشی مواجه‌ایم. در خصوص فلسفهٔ فراهیجانی والدین تاکنون هیچ پژوهشی به‌بررسی عوامل مؤثر و تعیین‌کنندهٔ آنها نپرداخته است. یکی از مدل‌های نظری که سعی دارد تعیین‌کننده‌های رفتار والدین را در برخورد با فرزندان توضیح دهد از سوی بلسکی (۱۹۸٤) ارائه شده است. بلسکی بیان می‌کند که سه منبع تعیین‌کننده و تأثیرگذار بر رفتار والدین در برخورد با فرزندان عبارت‌اند از: الف) ویژگی‌های شخصیتی فرزندان، ب) منابع زمینه‌ای حمایتی و استرس‌زا و ج) ویژگی‌های شخصی والدین.

از عوامل مربوط به ویژگی‌های شخصی والدین که ممکن است با فلسفهٔ فراهیجانی آنها رابطه داشته باشد می‌توان به متغیری همچون خودآگاهی هیجانی اشاره کرد. خودآگاهی هیجانی[1] به‌عنوان یک توانایی معرفی شده که مشخص‌کننده و توصیف‌کنندهٔ هیجان‌های خود و دیگران است (شمسی‌زاده و همکاران، ۲۰۲۲) . افرادی که از هیجانات خود آگاهی بیشتری دارند، مهارت‌های بهتری در مدیریت مشکلات عاطفی دارند؛ این امر آنها را قادر می‌سازد تا واکنش‌های دیگر را کشف کنند و از راهبردهای انطباقی بیشتری استفاده کنند (قراداغی و علا، ۲۰۲۲). مطالعات نشان داده که افراد با خودآگاهی هیجانی بالا، توانایی بیشتری در تنظیم هیجان دارند و در واقع یکی از مؤلفه‌های بسیار مهم آن به‌شمار می‌رود (ریلی و همکاران، ۲۰۱۹، ون بی‌ورن و همکاران، ۲۰۱۹، روث و همکاران، ۲۰۱۹). به‌علاوه، نشان داده شده که توانایی بالای تنظیم هیجان در والدین نیز به‌نوبهٔ خود نقش مهمی در بهبود رابطهٔ والد-کودک دارد (اسچولتیس و همکاران، ۲۰۱۹).

[1]. Emotional Self-awareness

همچنین ویژگی شخصی دیگری که ممکن است با فلسفۀ فراهیجانی رابطه داشته باشد تمایزیافتگی[1] است؛ یکی از مفاهیم بسیار مهم نظریۀ سیستم‌های خانوادۀ بوئن که به‌معنای توانایی تجربۀ صمیمت با دیگران و در عین حال استقلال از دیگران می‌باشد (موسوی و همکاران، ۲۰۲۲). مطالعات نشان داده که تمایزیافتگی والدین با متغیرهای دیگری همچون سبک‌های فرزندپروری (آلنسو و همکاران، ۲۰۲۲)، سلامت عمومی (فرهنگی و همکاران، ۲۰۲۲) و عملکرد خانواده (دوک-کبالوس و همکاران، ۲۰۲۱) رابطه دارد. همچنین یافته‌های پژوهش‌های دیگر حاکی از آن است که تمایزیافتگی بالا در اعضای خانواده، به آنها کمک می‌کند روابط میان‌نسلی سالم‌تری داشته باشند (کالاتراوا و همکاران، ۲۰۲۲). در واقع، افراد با تمایزیافتگی بالا احتمالاً تحت سلطۀ واکنش‌های عاطفی خودکار یا غیرارادی نیستند و به‌عبارتی تکانشی عمل نمی‌کنند و از این رو به‌هنگام رویارویی با موقعیت‌های هیجانی می‌توانند خونسردی خود را حفظ کنند و پاسخ مناسبی نشان دهند. همان‌طور که در نتایج تحقیقات مذکور آمده است، همین امر به‌عنوان یک ویژگی مربوط به والدین احتمالاً می‌تواند در نحوۀ پرداختن آنها به هیجانات کودکشان تأثیرگذار باشد.

علاوه بر چنین ویژگی‌های شخصی، یکی از عوامل دیگری که ممکن است فلسفۀ فراهیجانی والدین را تحت تأثیر قرار دهد اضطراب وجودی[2] است. اضطراب وجودی نوع خاصی از اضطراب نیست، بلکه یک درک وجودی از اضطراب است (می، ۱۹۹٤). دیدگاه وجودی اضطراب را ناشی از تعارضی می‌داند که حاصل رویارویی فرد با مسلمات هستی است، منظور از مسلمات هستی دلواپسی‌های غایی مسلم است، ویژگی‌های درونی قطعی و مسلمی که بخش گریزناپذیری از هستی انسان در جهان آفرینش‌اند (یالوم، ۲۰۲۰). و چهار دلواپسی غایی که از بقیه برجسته‌ترند عبارت‌اند از: مرگ، انزوا، معنای زندگی و آزادی (یالوم، ۲۰۰۲). اضطراب وجودی یکی از مهم‌ترین هیجان‌هایی است که نقش تعیین‌کننده‌ای در رفتار فرد دارد (آباد و هارون رشیدی، ۲۰۲۲). از این رو، شاید بتوان طبق مدل بلسکی (۱۹۸٤)

[1]. differentiation
[2]. Existential Anxiety

اضطراب وجودی را یکی از منابع زمینه‌ای استرس‌زا دانست که رفتار والدین را در برخورد با هیجانات کودکان تعیین می‌کند.

با توجه به عوامل ذکرشده و با وجود مبانی نظری و پژوهشی در مورد هریک از متغیرها، نظر به تقدم و پیشینی بودن متغیرهای اضطراب وجودی و تمایز یافتگی و نیز تأثیرپذیری خودآگاهی هیجانی از این دو متغیر، در مدل پیشنهادی مطالعهٔ حاضر متغیر خودآگاهی هیجانی به‌عنوان متغیر واسطه‌ای در رابطهٔ اضطراب وجودی و تمایز یافتگی با فلسفهٔ فرا هیجانی والدین تعیین شد. بنابراین هدف پژوهش حاضر تبیین مدل علّی فلسفهٔ فراهیجانی والدین مبتنی بر خودآگاهی هیجانی، تمایز یافتگی و اضطراب وجودی است.

روش تحقیق

پژوهش حاضر توصیفی–همبستگی و از نوع تحلیل مدل معادلات ساختاری بود. جامعهٔ آماری این پژوهش شامل کلیهٔ والدین شهرستان کرمانشاه بود. حداقل حجم نمونه برای روش تحلیل مسیر ۲۰۰ نفر می‌باشد (کلاین، ۲۰۱۰) که در مطالعهٔ حاضر ۲۰۱ نفر برای شرکت در پژوهش انتخاب شدند. ملاک ورود به پژوهش شامل سکونت در شهر کرمانشاه، والد بودن، برخورداری از سواد خواندن و نوشتن و همچنین علاقه‌مندی برای شرکت در پژوهش بود. برای نمونه‌گیری نیز از روش در دسترس استفاده شد. با استفاده از نرم‌افزار گوگل فرم پرسشنامه تنظیم گردید و در شبکه‌ها و گروه‌های مجازی متنوع به اشتراک گذاشته شد و پس از سه هفته داده‌ها جمع‌آوری شد. داده‌ها پس از جمع‌آوری با استفاده از نرم‌افزار *SPSS21* و *AMOS*۲۱ مورد تحلیل قرار گرفتند. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش به‌ترتیب توضیح داده می‌شود.

ابزار پژوهش

الف) مقیاس فلسفهٔ فراهیجانی والدین ایولینی کو[1]: این مقیاس در سال ۲۰۰۶ (ایولینی کو، ۲۰۰۶) توسط ایولینی کو طراحی شد و شامل ۲۷ گویه است که دو خرده‌مقیاس عقاید مربوط به هدایت‌گری (۱۸ گویه، ۱ تا ۱۸) و عقاید مربوط به کفایت و شایستگی (۹ گویه، ۱۹ تا ۲۷) را نیز

[1]. Parental Meta-Emotion Philosophy scale of Evelyne kehe

دربرمی‌گیرد. پاسخ‌ها بر اساس مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت در دامنه‌ای از «کاملاً موافقم=۵» تا «کاملاً مخالفم=۱» قرار می‌گیرند. دامنهٔ نمرات این مقیاس بین ۲۷ تا ۱۳۵ در نوسان می‌باشد که نمرات بالاتر نشاندهندهٔ آموزشگری بالای والدین می‌باشد. ایولینی کو (۲۰۰٦) روایی این مقیاس را با استفاده از روش تحلیل عاملی مورد بررسی قرار داد. در پژوهش وی نتایج تحلیل عامل با استفاده از چرخش متعامد منجر به استخراج دو عامل «عقاید مربوط به هدایت‌گری» و «عقاید مربوط به کفایت و شایستگی» شده است. در پژوهش پارسایی(۱۳۸۹) نیز روایی این مقیاس از طریق تحلیل عامل با استفاده از روش مؤلفه‌های اصلی و با چرخش واریماکس بررسی شد. شاخص *KMO* برابر با ۰/۸۰ و ضریب کرویت بارتلت برابر با ٤٤۳۲/۳ به‌دست آمد که در سطح ۰/۰۰۰۱ معنی‌دار بود و نشان‌دهندهٔ کفایت نمونه‌گیری آزمودنی‌ها به‌منظور انجام تحلیل عاملی بود. همچنین پایایی این مقیاس با استفاده از آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس هدایت‌گری ۰/۹۸، برای خرده‌مقیاس کفایت و شایستگی ۰/۸۵ و برای کل مقیاس ۰/۷۹ گزارش شده است. در تحقیق پارسایی(۱۳۸۹) نیز جهت تعیین پایایی از روش آلفای کرونباخ استفاده شد. نتایج ضریب آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس عقاید مربوط به هدایت‌گری ۰/۸۹، برای خرده‌مقیاس عقاید مربوط به کفایت و شایستگی ۰/۸۱ و برای کل مقیاس ۰/۸۸ به‌دست آمده است. ضریب آلفای کرونباخ در مطالعهٔ حاضر ۰/۹۰ محاسبه شد.

ب) مقیاس خودآگاهی هیجانی[1] گرنت و همکاران: مقیاس خودآگاهی هیجانی گرنت و همکاران در سال ۲۰۰۲ توسط گرنت، فرانکلین و لانگ‌فورد ساخته شد. این مقیاس شامل ۳۳ گویه و ۵ خرده‌مقیاس بازشناسی (٦ گویه)، شناسایی (۵گویه)، تبدیل‌سازی (۷ گویه)، محیط‌گرایی (۱۰ گویه) و حل مسئله (۵ گویه) است. این مقیاس با یک مقیاس لیکرت پنج درجه‌ای (از کاملاً مخالفم=۱ تا کاملاً موافقم=۵) خودآگاهی هیجانی افراد را اندازه‌گیری می‌کند. نمرهٔ به‌دست آمده از این ابزار از ۳۳ تا ۱٦۵ در نوسان خواهد بود که نمرهٔ بین ۳۳ تا ۵۵ به‌معنای خودآگاهی هیجانی پایین، نمرهٔ بین ۵۵ تا ۱۰۵ به‌معنای خودآگاهی هیجانی متوسط و نمرهٔ بالاتر از ۱۰۵ به‌معنای خودآگاهی هیجانی بالا می‌باشد. روایی محتوایی این مقیاس توسط پژوهش‌هایی (سرمد و همکاران، ۱۳۹۰؛ مهنا و طالع‌پسند، ۱۳۹۵) توسط متخصصان تأیید شده است و پایایی آن نیز در مطالعهٔ مهنا و

[1]. Emotional Self-awareness scale

طالع‌پسند (۱۳۹۵) با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۷۹ گزارش شده است. ضریب آلفای کرونباخ در مطالعهٔ حاضر ۰/۸٤ محاسبه شد.

ج) سیاههٔ تمایزیافتگی خود – فرم کوتاه (*DSI-SH*)[1]: سیاههٔ تمایزیافتگی خود – فرم کوتاه توسط دریک در سال ۲۰۱۱ ساخته شد. این ابزار شامل ۲۰ گویه است که چهار خرده‌مقایس واکنش‌پذیری هیجانی، جایگاه من، برش هیجانی و هم‌آمیختگی با دیگران را دربرمی‌گیرد. در این سیاهه، پاسخ‌های افراد بر روی یک طیف لیکرت ٦ گزینه‌ای از «اصلاً شبیه خصوصیات من نیست»=۱ تا «کاملاً شبیه خصوصیات من است»=٦ نمره‌گذاری می‌شود که گویه‌های ۲، ٤، ٥، ٦، ۷، ۸، ۹، ۱۱، ۱۳، ١٤، ۱٥، ١٦، ۱۷، ۱۸، و ۱۹ نمره‌گذاری‌شان معکوس است. بالاترین نمره‌ای که فرد می‌تواند در این سیاهه اخذ کند ۱۲۰ (به‌معنای تمایز خود بالا) و پایین‌ترین نمره ۲۰ (به‌معنای تمایز خود پایین) می‌باشد. در پژوهش دریک (۲۰۱۱) و فخاری و همکاران (۱۳۹۳) ساختار چهار عاملی ابزار (روایی سازه) روایی وجود چهار خرده‌مقیاس مورد تأیید قرار گرفته است و پایایی آن نیز با استفاده از آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس واکنش‌پذیر هیجانی ۰/۸۸، جایگاه من ۰/۸۵، برش هیجانی ۰/۷۹، و هم‌آمیختگی با دیگران ۰/۷۰ برآورد شده است (دریک، ۲۰۱۱). همچنین پایایی به‌دست آمده در پژوهش داخلی (فخاری و همکاران، ۱۳۹۰)، برای کل مقیاس ۰/۷۸، جایگاه من ۰/٦۷، واکنش‌پذیری هیجانی ۰/٤۸، هم‌آمیختگی با دیگران ۰/۷٦، و برش هیجانی ۰/۷۳ می‌باشد. ضریب آلفای کرونباخ در مطالعهٔ حاضر ۰/۸۲ به‌دست آمد.

د) پرسشنامهٔ اضطراب وجودی[2]: پرسشنامهٔ اضطراب وجودی توسط ون بروگن و همکاران (۲۰۱۷) با هدف اندازه‌گیری میزان اضطرابی که افراد در مواجهه با مفاهیم وجودی تجربه می‌کنند طراحی شد. این پرسشنامه ۲۵ گویه دارد و ۳ خرده‌مقیاس اضطراب کلی، اضطراب مرگ و اجتناب را دربرمی‌گیرد. در این پرسشنامه، پاسخ‌های افراد بر روی یک طیف لیکرت ٥ گزینه‌ای (هیچ‌وقت=۱، به‌ندرت=۲، گاهی‌اوقات=۳، بیشتر اوقات=٤ و همیشه=٥) نمره‌گذاری می‌شود. پایین‌ترین نمره‌ای که آزمودنی در این پرسشنامه می‌تواند به‌دست آورد ۲٥

[1]. Differentiation of Self Inventory – Short Form
[2]. Existential Concerns Questionnaire (ECQ)

(به‌معنای پایین‌ترین میزان اضطراب وجودی) و بالاترین نمره ۱۲۵ (به‌معنای بالاترین میزان اضطراب وجودی) می‌باشد. در مطالعهٔ بروگن و همکاران (۲۰۱۷) ساختار سه عاملی این ابزار به‌روش تحلیل عاملی تأییدی (بیشینهٔ درست‌نمایی) مورد تأیید قرار گرفت. همچنین روایی ملاکی این ابزار از طریق همبستگی با اضطراب مرگ (خرده‌مقیاس اضطراب)، تحمل عدم قطعیت و پریشانی بین ۰/۳۰ تا ۰/۵۰ و پایایی ابزار به‌روش آلفای کرونباخ ۰/۸۱ محاسبه شد. در مطالعهٔ حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ مقیاس، ۰/۹۲ به‌دست آمد.

یافته‌ها

میانگین سنی شرکت‌کنندگان در پژوهش ۳۷/۲ (انحراف استاندارد ۷/۵) و ۳۶ نفر (۱۸/۳ درصد) مذکر و ۱۶۱ نفر (۸۱/۷ درصد) مؤنث بود. سطح تحصیلات شرکت‌کنندگان عبارت بود از زیر دیپلم ٤٦ نفر (۲۳/٤ درصد)؛ دیپلم ٦٣ نفر (۳۲ درصد)؛ فوق دیپلم و کارشناسی ۵۱ نفر (۲۵/۹ درصد)؛ کارشناسی ارشد و دکتری ۳۷ (۱۸/۸ درصد)؛ همچنین ٤٠ نفر (۲۰/۳ درصد) از شرکت‌کنندگان دارای شغل آزاد و ۵۳ نفر (۲٦/۹) شاغل و ۱۰٤ نفر (۵۲/۸ درصد) به‌غیر از این دو وضعیت شغلی بودند. ۷۰ نفر (۳۵/۵ درصد) دارای یک فرزند و ۹٦ نفر (٤۸/۷ درصد) دو فرزند و ۲۹ نفر (۱۵/۷ درصد) دارای ۳ فرزند و بیشتر بودند. به‌منظور بررسی پیش‌فرض‌های مدل معادلات ساختاری مبنی بر ارتباط بین متغیرهای مدل و توزیع نرمال متغیرها، آزمون ضریب همبستگی پیرسون و بررسی چولگی و کشدگی انجام شد که نتایج آن در جدول ۱ آمده است.

همان‌طور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود ضرایب همبستگی پیرسون متغیرهای این پژوهش (فلسفهٔ فراهیجانی، تمایزیافتگی، اضطراب وجودی و خودآگاهی هیجانی) معنادار می‌باشد. همچنین با توجه به اینکه چولگی و کشیدگی متغیرها در بازهٔ قابل قبول (۲±) قرار دارند بنابراین پیش‌فرض توزیع نرمال متغیرها مورد تأیید قرار گرفته و در ادامه تحلیل مدل‌یابی معادلات ساختاری انجام گرفت. در مدل مفروض پژوهش، ۵ خرده‌مقیاس بازشناسی، شناسایی، تبدیل‌سازی، محیط‌گرایی و حل مسئله به‌عنوان متغیرهای نشانگر متغیر مکنون خودآگاهی هیجانی، ۳ خرده‌مقیاس هم‌آمیختگی با دیگران، برش هیجانی و واکنش‌پذیری (خرده‌مقیاس جایگاه من به‌دلیل بار عاملی کمتر ۰/۳ حذف شد) به‌عنوان متغیر نشانگر متغیر

مکنون تمایزیافتگی، ۳ خرده‌مقیاس دغدغه‌مندی وجودی، اجتناب و ترس از مرگ به‌عنوان متغیر مکنون اضطراب وجودی وارد تحلیل با استفاده از نرم‌افزار *AMOS26* شدند.

جدول ۱ ماتریس همبستگی، چولگی و کشیدگی متغیرها

	متغیر	۱	۲	۳	٤	چولگی	کشیدگی
۱	**فلسفهٔ فراهیجانی**	۱				−۰/٦۹	۰/۷۱
۲	**تمایزیافتگی**	۰/۱۷*	۱			−۰/۰۲	۰/۰۹
۳	**اضطراب وجودی**	۰/۲۹**	−۰/٦۱**	۱		۰/٤۸	۰/۳۵
٤	**خودآگاهی هیجانی**	۰/۱۵*	۰/٤**	−۰/۲۳**	۱	−۰/٤۵	۰/٤۵

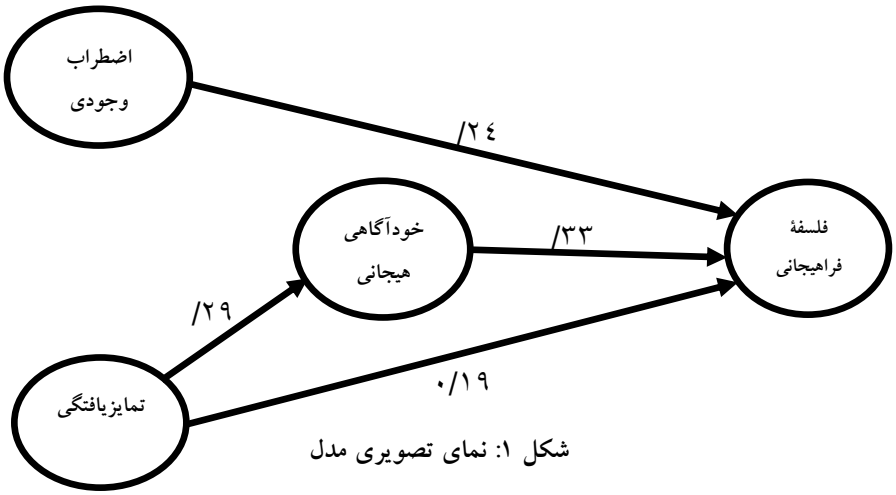
*** P<0/001*

در مدل اصلاح‌شده پس از اعمال شاخص اصلاح کواریانس خطای خرده‌مقیاس اجتناب (متغیر اضطراب وجودی) و خطای خودآگاهی هیجانی مدل مورد تحلیل مجدد قرار گرفت و شاخص‌های برازش (جدول ۲) استخراج گردید.

جدول ۲ شاخص‌های برازش مدل

CMIN/DF	*Df*	*GFI*	*AGFI*	*IFI*	*CFI*	*TLI*	*RMSEA*
۲/۳۲	٤۸	۰/۹۲	۰/۸۷	۰/۹٤	۰/۹٤	۰/۹۲	۰/۰۸

شاخص‌های برازش ارائه‌شده در جدول ۲ نشان می‌دهد که مدل مذکور از برازش مطلوبی برخوردار است.



شکل ۱: نمای تصویری مدل

جدول ۳ ضریب مسیر مستقیم متغیرهای پژوهش

	برآورد غیر استاندارد	برآورد استاندارد	خطای معیار	نسبت بحرانی	سطح معناداری
اضطراب وجودی ← فلسفهٔ فراهیجانی	۰/۳	۰/۲٤	۰/۱۲	۲/٥٤	۰/۰۱
اضطراب وجودی ← خودآگاهی هیجانی	-۰/۰۰۳	-۰/۰۱	۰/۰۳	-۰/۱۳	۰/۹
تمایزیافتگی ← فلسفهٔ فراهیجانی	-۰/٤	-۰/۱۹	۰/۲۱	-۱/۸٦	۰/۰٦
تمایز یافتگی ← خودآگاهی هیجانی	۰/۱۲	۰/۲۹	۰/۰۳	۳/۳۷	۰/۰۰۱
خودآگاهی هیجانی ← فلسفهٔ فراهیجانی	۱/۷۲	۰/۳۳	۰/٤۳	٤/۰۲	۰/۰۰۱

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که مسیرهای مستقیم اضطراب وجودی به فلسفهٔ فراهیجان (β=۰/۲٤ ؛ P>۰/۰۱)؛ تمایزیافتگی به خودآگاهی هیجانی (β=۰/۲۹ ؛ P>۰/۰۰۱)؛ و خودآگاهی هیجانی به فلسفهٔ فراهیجان (β=۰/۳۳ ؛ P>۰/۰۰۱) معنادار هستند. در مدل پژوهش حاضر، معناداری روابط غیر مستقیم متغیرها از طریق روش بوت استراپ (خود راه‌انداز) و با ۸۰۰ نمونه‌گیری مجدد مورد آزمون قرار گرفت. نتایج بوت استراپ مربوط به روابط غیر مستقیم در مدل اصلاح‌شدهٔ پژوهش در جدول ٤ آمده است.

جدول ٤ آزمون معناداری اثر غیر مستقیم با روش بوت استراپ

مسیر غیر مستقیم	برآورد استاندارد	حد بالا	حد پایین	سطح معناداری
تمایز یافتگی ← خودآگاهی هیجانی ← فلسفهٔ فراهیجانی	۰/۰۹	۰/۰٤	۰/۱٦	۰/۰۰٦

همان‌طور که در جدول ٤ گزارش شده است مسیر غیرمستقیم تمایزیافتگی به فلسفهٔ فراهیجانی والدین با واسطهٔ خودآگاهی هیجانی معنادار می‌باشد (β =۰/۰۹ ؛ P>۰/۰۰٦) و این به‌معنای تأیید نقش واسطه‌ای خودآگاهی هیجانی در رابطهٔ بین تمایزیافتگی و فلسفهٔ فراهیجانی والدین است.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف تبیین مدل علّی فلسفهٔ فراهیجانی والدین مبتنی بر خودآگاهی هیجانی، تمایز یافتگی و اضطراب وجودی انجام شد. نتایج به‌دست آمده نشان داد که مسیرهای تمایزیافتگی به خودآگاهی هیجانی، خودآگاهی هیجانی به فلسفهٔ فراهیجانی، اضطراب وجودی به فلسفهٔ فراهیجانی و تمایزیافتگی به فلسفهٔ فراهیجانی با نقش واسطه‌ای خودآگاهی هیجانی معنادار هستند.

یافتهٔ به‌دست آمده از مسیر تمایزیافتگی به خودآگاهی هیجانی با نتایج مطالعهٔ جوادی و همکاران (۲۰۱۵) گولر و کارکا (۲۰۲۱)، و کِبالوس و همکاران (۲۰۲۱) که رابطهٔ مثبتی میان تمایزیافتگی و هوش هیجانی و مهارت تنظیم هیجان گزارش کرده‌اند همخوانی دارد؛ چرا که یکی از مؤلفه‌های بنیادی هوش هیجانی یا مهارت تنظیم هیجان، خودآگاهی هیجانی است (گاتمن، ۲۰۱۱). در تبیین این یافته می‌توان گفت از آنجا که سطح تمایزیافتگی بالا باعث می‌شود افراد تحت سلطهٔ واکنش‌های عاطفی خودکار یا غیرارادی نباشند و به‌عبارتی کمتر رفتار تکانشی داشته باشند و خونسردی خود را بیشتر حفظ کنند، ظرفیت و توانایی بیشتری برای آگاهی پیدا کردن از هیجانات خود و دیگران دارند. همچنین با توجه به اینکه تمایزیافتگی بالا به منطقی رفتار کردن افراد کمک می‌کند، لذا می‌تواند منجر به تأمل و درک هیجانات خود و دیگران نیز بشود. به‌علاوه، تمایزیافتگی بالا به کسب مهارت‌های مقابله‌ای بیشتر می‌انجامد، و از این رو می‌تواند بر خودآگاهی هیجانی به‌مثابهٔ مؤلفهٔ بنیادی هوش هیجانی و مهارت تنظیم هیجان تأثیر بگذارد.

یافتهٔ به‌دست آمده از مسیر خودآگاهی هیجانی به فلسفهٔ فراهیجانی والدین که مثبت و معنادار شده است با مطالعات گاتمن (۲۰۱۱) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت که لازمهٔ کمک کردن به کودکان برای شناسایی و بالا بردن آگاهی‌شان از هیجانات این است که والدین در درجهٔ نخست از هیجانات خود آگاه باشند و آنها را بشناسند (گاتمن، ۲۰۱۱). درصورتی که والدین بتوانند هیجانات خود را بشناسند، از آنها آگاه باشند، به‌خوبی مدیریت‌شان کنند، آنگاه توانایی آن را می‌یابند که در فلسفهٔ فراهیجانی و در برخورد با هیجانات کودکان‌شان آموزشگر باشند و به آنها کمک کنند تا از هیجانات خود آگاه شوند، آنها را بشناسند و به‌خوبی مدیریت‌شان کنند. به‌علاوه، همان‌طور که پیش‌تر به مطالعهٔ اسچولتیس و همکاران (۲۰۱۹) اشاره شد، خودآگاهی هیجانی بالا در والدین باعث افزایش مهارت تنظیم هیجان در آنها می‌شود که همین امر در بهبود رابطهٔ آنها با کودکان‌شان و احتمالاً فلسفهٔ فراهیجانی آنها تأثیرگذار است. بر اساس مبانی نظری و پژوهشی، خودآگاهی هیجانی بالا در والدین می‌تواند منجر به بالا بردن هوش هیجانی آنها شود که همین عامل می‌تواند نقش مؤثری در ارتقاء فلسفهٔ فراهیجانی آنها و برخوردشان با هیجانات کودکان داشته باشد، چراکه هوش

هیجانی یکی از مؤلفه‌های بسیار مهم در مدیریت روابط میان‌فردی، درک و تشخیص هیجانات خود و دیگران، و همچنین مدیریت مطلوب هیجانات در خود و دیگران است.

در مورد مسیر تمایزیافتگی به فلسفهٔ فراهیجانی والدین با نقش واسطه‌ای خودآگاهی هیجانی که مثبت و معنادار شده است، پژوهشی همسو با این یافته پیدا نشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت از آنجا که تمایزیافتگی بالا با افزایش رفتار منطقی و حفظ خونسردی در والدین باعث می‌شود آنها ظرفیت و توانایی بیشتری برای خودآگاهی هیجانی بیابند، خودآگاهی هیجانی نیز به‌نوبهٔ خود با کمک به والدین در درجهٔ نخست برای آگاهی پیدا کردن و شناسایی هیجانات‌شان، فلسفهٔ فراهیجانی آنها را تحت تأثیر قرار می‌دهد. به‌عبارت دیگر، تمایزیافتگی بالا با کمک به والدین برای تأمل بیشتر و عدم تکانشی بودن در برخورد با موقعیت‌های هیجانی، ظرفیت آنها را برای خودآگاهی هیجانی بالا می‌برد و خودآگاهی هیجانی بالا نیز با کمک به والدین در شناسایی و آگاه بودن از هیجانات خود آنها را کمک می‌کند تا در برخورد با هیجانات کودکشان آموزشگر هیجان باشند.

یافتهٔ مثبت و معنادار دیگری که از تحلیل حاضر به‌دست آمد، مسیر اضطراب وجودی به فلسفهٔ فراهیجانی والدین بود. بر اساس مطالعات موجود در مورد اضطراب وجودی (همچون می، ۱۹۹٤؛ یالوم، ۲۰۲۰)، در تبیین این یافته می‌توان اظهار داشت که اضطراب وجودی بالا در والدین به‌تعبیری بیان‌گر زیستن آنها در سطح اندیشدن به هستی است؛ سطحی از بودن که برخلاف سطح مقابلش یعنی فراموشی هستی است؛ در این سطح، افراد از هستی و دلواپسی‌های مربوط به آن آگاه هستند، خودآگاهی‌شان بیشتر است، از همین رو اضطراب وجودی بیشتری تجربه می‌کنند. اما همین بودن در سطح اندیشدن به هستی، از آنجا که بیانگر خودآگاهی بیشتر والدین است، به آنها کمک می‌کند که در برخورد با هیجانات منفی کودکانشان، بیشتر آموزشگر هیجان باشند؛ چراکه هیجانات منفی را در خود و کودکان‌شان به‌عنوان بخشی طبیعی از انسان بودن بیشتر می‌پذیرند، بیشتر تصدیق می‌کنند، و درک و همدلی بیشتری از خود نشان می‌دهند. در مکاتب دیگری از فلسفهٔ وجودی از جمله مکتب انگلیسی و تحلیل دازاین نیز، اضطراب وجودی بالا در افراد اینگونه تعبیر می‌شود که چنین افرادی از هستی و وجود خود آگاه هستند و خود را نسبت به آن مسئول می‌دانند. این امر بدین شکل

می‌تواند در فلسفهٔ آموزشگری هیجانی والدین تأثیرگذار باشد که آنها را نسبت به سطوح هیجانی خود و دیگران از جمله کودکان‌شان آگاه‌تر و مسئولیت‌پذیرتر می‌سازد.

از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به تکمیل اینترنتی ابزار پژوهش، استفاده از ابزار خودسنجی به‌عنوان تنها ابزار پژوهش، انتخاب نمونه به‌روش در دسترس و تعداد نمونه اشاره کرد که لذا در تعمیم نتایج لازم است احتیاط شود. مشاوران و درمانگران می‌توانند در مداخلات خود برای ارتقاء آموزشگری هیجان والدین به نقش عوامل شخصی‌ای همچون تمایزیافتگی، اضطراب وجودی و خودآگاهی هیجانی آنها بپردازند، این عوامل را مورد سنجش و ارزیابی قرار دهند و در صورت لزوم با استفاده از رویکردهایی همچون شخص‌محور، هیجان‌مدار و غیره برای بهبود خودآگاهی هیجانی، رویکردی مانند خانواده‌درمانی بوئن برای افزایش تمایزیافتگی و رویکرد وجودی برای کمک به والدین جهت اندیشدن به هستی مداخلاتی انجام دهند. پیشنهاد می‌شود پژوهشگران در مطالعات آتی خود دیگر متغیرهای فردی و خانوادگی اثرگذار بر آموزشگری هیجان همچون گشودگی نسبت به تجربه، اضطراب و افسردگی، رضایت شغلی والدین، رضایت و سازگاری زناشویی و کیفیت رابطه با همسر را با روش‌شناسی‌های کمی مورد بررسی قرار دهند. همچنین می‌توان برای شناخت بیشتر مفهوم آموزشگری هیجان و عوامل مؤثر بر آن مطالعاتی را به روش‌شناسی کیفی ترتیب داد.

منابع

۱) پارسایی، عین اله و فولادچنگ، محبوبه (۱۳۸۹). «بررسی روایی و پایایی دیدگاه فراهیجانی والدین در ایران». **اولین همایش کشوری دانشجویی عوامل اجتماعی موثر بر سلامت**. تهران. ۲۱ و ۲۲ مهرماه.

۲) سرمد، ز،. بازرگان، ع، و حجازی، الف،. (۱۳۹۰) **روش تحقیق در علوم رفتاری**، تهران: انتشارات آگه.

۳) سیفی، سید علیرضا؛ جشماد، پریسا؛ نجفی‌زاده، اعظم؛ اسدی، فاطمه و محمدی، سارا (۱۴۰۰). «پیش‌بینی گرایش به رفتارهای پرخطر بر اساس ناگویی هیجانی و عدم تحمل بلاتکلیفی در نوجوانان دارای سابقه رفتارهای خودجرحی». **پژوهش‌های کاربردی در مشاوره**، دوره ۴، شماره ۱۴، صص ۱۳۱-۱۴۲.

۴) علی‌دوستی، فاطمه؛ اعلم، الناز و معافیان، وحیده (۱۴۰۱). «مدل علّی سبک‌های هویت و رفتارهای پرخطر: نقش میانجی راهبردهای شناختی تنظیم هیجان». **پژوهش‌های کاربردی در مشاوره**، دوره ۵، شماره ۱۸، صص ۴۴-۲۱.

۵) فخاری، نرگس؛ لطیفیان، مرتضی و اعتماد، جلیل (۱۳۹۳) «بررسی ویژگیهای روانسنجی فرم کوتاه پرسشنامه تمایزیافتگی خود در دانشجویان ایرانی». **فصلنامه اندازه‌گیری تربیتی**، ۴(۱۵)، ۳۵-۵۸.

۶) مهنا، سعید و طالع پسند، سیاوش (۱۳۹۵) «رابطهٔ بین حمایت‌های محیطی و خودآگاهی هیجانی با درگیری تحصیلی با نقش میانجی بهزیستی تحصیلی»، **مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی**، دوره ۴، شماره ۱۶، صص ۴۲-۳۱.

۷) موسوی، سمانه؛ میرزائی توکلی، سید منصور و قره‌باغی، فاطمه (۱۴۰۱). «رابطهٔ تمایزیافتگی و اضطراب مزمن در سیستم هیجانی خانواده با سلامت خانواده». **مطالعات اسلامی در حوزه سلامت**، دوره ۱۹، شماره ۱، صص ۱۵-۲۶.

8) Abad, Y., & Haroon Rashidi, H. (2022). The Effectiveness of Mindfulness-Based Cognitive Therapy on Rumination and Existential Anxiety in the Elderly Men. https://doi.org/10.22126/JAP.2022.7147.1580

9) Belesky, J. (1984). The determinants of parenting: A process model. 55, 83–96.
10) Buckholdt, K. E., Kitzmann, K. M., & Cohen, R. (2016). Parent emotion coaching buffers the psychological effects of poor peer relations in the classroom. Journal of Social and Personal Relationships, 33(1), 23–41. https://doi.org/10.1177/0265407514562560
11) Calatrava, M., Martins, M. v, Schweer-Collins, M., Duch-Ceballos, C., & Rodríguez-González, M. (2022). Differentiation of self: A scoping review of Bowen Family Systems Theory's core construct. Clinical Psychology Review, 91, 102101.
12) Drake, J. R. (2011). Differentiation of Self Inventory –Short Form: Creation & Initial Evidence of Construct Validity.
13) Duch-Ceballos, C., Oliver Pece, J., & Skowron, E. (2021a). Differentiation of self and its relationship with emotional self-regulation and anxiety in a Spanish sample. The American Journal of Family Therapy, 49(5), 517–533.
14) Duch-Ceballos, C., Oliver Pece, J., & Skowron, E. (2021b). Differentiation of self and its relationship with emotional self-regulation and anxiety in a Spanish sample. The American Journal of Family Therapy, 49(5), 517–533.
15) Evelyne Kehoe, C. (2006). Parents' Meta-Emotion Philosophy, Emotional Intelligence and Relationship to Adolescent Emotional Intelligence. Swinburne University of Technology.
16) Farhangi, M., Khosro Pour, F., & Pour, A. B. (2022). Structural Model of the Mediating Role of Differentiation in the Relationship Between Sexual Satisfaction and General Health in Married Female Teachers. 11(3). https://doi.org/10.22034/JHPM.11.3.81
17) Gharadaghi, A., & Ala, S. M. (2022). Research Paper Investigating the Role of Emotional Self-Awareness, Cognitive Emotion Regulation and Social Adequacy in Predicting Marital Satisfaction. Journal Of Human Relations Studies, 2(4). https://doi.org/10.22098/jhrs.2022.9781.1034
18) Gottman, J. (2011). Raising an emotionally intelligent child. Simon and Schuster.
19) Gottman, J. M., Katz, L. F., & Hooven, C. (1996). Parental meta-emotion philosophy and the emotional life of families: Theoretical models and preliminary data. Journal of Family Psychology, 10(3), 243–268. https://doi.org/10.1037/0893-3200.10.3.243
20) Hurrell, K. E., Houwing, F. L., & Hudson, J. L. (2017). Parental Meta-Emotion Philosophy and Emotion Coaching in Families of Children and

Adolescents with an Anxiety Disorder. Journal of Abnormal Child Psychology, 45(3), 569–582. https://doi.org/10.1007/s10802-016-0180-6
21) Javadi, B. S., Abadi, H. R. H., Lashgari, M., & Ahangrkani, M. (2015). A study of the relationship of self-differentiation and emotional intelligence with marital satisfaction of married women in Tehran. Indian Journal of Positive Psychology, 6(2), 149.
22) Katz, L. F., & Hunter, E. C. (2007). Maternal meta-emotion philosophy and adolescent depressive symptomatology. Social Development, 16(2), 343–360. https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2007.00388.x
23) May, R. (1994). Existence. Jason Aronson.
24) Mozas-Alonso, M., Oliver, J., & Berástegui, A. (2022). Differentiation of self and its relationship with marital satisfaction and parenting styles in a Spanish sample of adolescents' parents. PLoS ONE, 17(3 March). https://doi.org/10.1371/journal.pone.0265436
25) Riley, T. N., Sullivan, T. N., Hinton, T. S., & Kliewer, W. (2019). Longitudinal relations between emotional awareness and expression, emotion regulation, and peer victimization among urban adolescents HHS Public Access. https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.02.005
26) Rueth, J.-E., Lohaus, A., & Vierhaus, M. (2019). The German version of the Emotion Awareness Questionnaire for children and adolescents: Associations with emotion regulation and psychosocial adjustment. Journal of Personality Assessment, 101(4), 434–445.
27) Schultheis, A. M., Mayes, L. C., & Rutherford, H. J. v. (2019). Associations between emotion regulation and parental reflective functioning. Journal of Child and Family Studies, 28(4), 1094–1104.
28) Shamsizadeh, E., Saadi, Z. E., Jayrvand, H., Bakhtiarpour, S., & Makvandi, B. (2022). Evaluation of Social Well-being and Emotional Self-awareness Based on the Quality of Relationship with Parents Due to Smartphone Addiction in High-Intelligence Students. 8(3). https://doi.org/10.22034/JPEN.8.3.16
29) Silva, E., Matos, A., Costa, J., Ramos, V., & Lopes, J. (2017). The moderating effect of parenting styles on the relationship between social anxiety and depressive symptomatology in adolescents. Millenium, 02, 13–25.
30) van Beveren, M.-L., Goossens, L., Volkaert, B., Grassmann, C., Wante, L., Vandeweghe, L., Verbeken, S., & Braet, C. (2019). How do I feel right now? Emotional awareness, emotion regulation, and depressive symptoms in youth. European Child & Adolescent Psychiatry, 28(3), 389–398.

31) van Bruggen, V., ten Klooster, P., Westerhof, G., Vos, J., de Kleine, E., Bohlmeijer, E., & Glas, G. (2017). The Existential Concerns Questionnaire (ECQ)–Development and Initial Validation of a New Existential Anxiety Scale in a Nonclinical and Clinical Sample. Journal of Clinical Psychology, 73(12), 1692–1703. https://doi.org/10.1002/jclp.22474
32) Xiaoli, H., Xiaolong, Y., Ming, H., & Lichen, Z. (2020). The association between parental meta philosophy and adolescent's behavior problem: The moderating role of vagus. Acta Psychologica Sinica, 52(8), 971. https://doi.org/10.3724/sp.j.1041.2020.00971
33) Yalom, I. D. (2002). The gift of therapy: Reflections on being a therapist. Piatkus London.
34) Yalom, I. D. (2020). Existential psychotherapy. Hachette UK.
35) Yavuz Güler, Ç., & Karaca, T. (2021). The role of differentiation of self in predicting rumination and emotion regulation difficulties. Contemporary Family Therapy, 43(2), 113–123.