مجله علوم پزشکی رازی دوره ۲۸، شماره ۱۲، اسفند ۱۴۰۰ http://rjms.iums.ac.ir

مقاله پژوهشی

بررسی رابطه میزان برخورداری از مهارت‌های زندگی و کنترل روان شناختی والدین با اضطراب تحصیلی فرزندان

سیده زهرا یوسفی: دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، واحد ساری، دانشگاه آزاد اسلامی، ساری، ایران

شعبان حیدری: استادیار، گروه روانشناسی، واحد ساری، دانشگاه آزاد اسلامی، ساری، ایران (* نویسنده مسئول) Shaban.haydari17@yahoo.com

رمضان حسن زاده: استاد، گروه روانشناسی، واحد ساری، دانشگاه آزاد اسلامی، ساری، ایران

چکیده

زمینه و هدف: عوامل درون فردی، خانوادگی و اجتماعی بر اضطراب اثرگذار هستند و افزایش اضطراب تأثیر منفی بر پیامدهای تحصیلی دانش آموزان دارد. بنابراین هدف مطالعه رابطه بین مهارت‌های زندگی و کنترل روان‌شناختی والدین با اضطراب تحصیلی فرزندان می‌باشد.

روش کار: جامعه آماری این پژوهش توصیفی- همبستگی، شامل کلیه دانشجویان متأهل دارای فرزند نوجوان در رشته روانشناسی بود که در سال تحصیلی ۴۰۰-۱۳۹۹ در دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساری مشغول به تحصیل بودند و نمونه آماری مطالعه با استفاده از جدول کرجسی مورگان به تعداد ۱۲۳ نفر به روش تصادفی طبقه‌ای به دست آمد. به منظور جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌های استاندارد اضطراب امتحان ساراسون (۱۹۵۷)، مهارت‌های زندگی سازمان جهانی بهداشت (۱۹۹۴) و کنترل روان‌شناختی والدین سوننز و همکاران (۲۰۱۰) استفاده گردید. از روش آماری همبستگی پیرسون و رگرسیون خطی برای تجزیه و تحلیل داده‌ها استفاده شد.

یافته ها: یافته‌ها نشان دادند بین خرده مقیاس‌های کنترل روانشناختی و مهارت‌های زندگی والدین با اضطراب تحصیلی فرزندان رابطه منفی و معناداری وجود دارد (p= ۰/۰۰۱)،

نتیجه گیری: نتایج نشان دادند که بین مهارت‌های زندگی و کنترل روان شناختی والدین با اضطراب تحصیلی فرزندان در دانشجویان متأهل دارای فرزند نوجوان رابطه وجود دارد، بنابراین لازم است والدین از شیوه‌های آموزش مهارت‌های زندگی و کنترل روان‌شناختی در شیوه فرزندپروری آگاهی یافته و موجب کاهش اضطراب تحصیلی فرزندان‌شان شوند.

تعارض منافع: گزارش نشده است.

منبع حمایت‌کننده: حامی مالی ندارد.

کلیدواژه‌ها

مهارت‌های زندگی،

کنترل روان‌شناختی والدین،

اضطراب تحصیلی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۷/۱۸

تاریخ چاپ: ۱۴۰۰/۱۲/۰۹

شیوه استناد به این مقاله:

Yosefi SZ, Heidari S, Hassanzadeh R. Investigating the Relation between Life Skills and Parents 'Psychological Control with Children's Academic Anxiety. Razi J Med Sci. 2021;28(12):97-105.

*انتشار این مقاله به‌صورت دسترسی آزاد مطابق با CC BY-NC-SA 3.0 صورت گرفته است.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOR: 20.1001.1.22287043.1400.28.12.17.3]

Razi Journal of Medical Sciences. 2022;28(12):97-105. http://rjms.iums.ac.ir

Original Article

Investigating the Relation between Life Skills and Parents 'Psychological Control with Children's Academic Anxiety

Seyedeh Zahra Yosefi: Master Student of Educational Psychology, Sari Branch, Islamic Azad University, Sari, Iran
Shaban Heidari: Assistant Professor, Department of Psychology, Sari Branch, Islamic Azad University, Sari, Iran (*Corresponding author) Shaban.haydari17@yahoo.com
Ramazan Hassanzadeh: Professor of Department of Psychology, Sari Branch, Islamic Azad University, Sari, Iran

Abstract

Background & Aims: Anxiety is a general, vague emotion of anxiety that is accompanied by one or more physical feelings and, if persistent, other psychological problems. Anxiety is a reaction to survival that tells us what to avoid and how to avoid it. Academic anxiety is also a set of emerging physiological and behavioral cognitive responses that are associated with concerns about negative social consequences by failing an exam with a similar assessment status. Fear of getting poor grades and family blame, ridicule from peers, fear of not being able to continue education and especially going to university always involve students, especially high school students, and for this reason progress anxiety has become more colorful. Researchers have suggested ways to reduce academic anxiety, including the role of life skills. Life skills are defined as abilities, knowledge, attitudes, and behaviors that are learned for great happiness and success to enable one to adapt to and master life successes. The results of researchers' studies also showed that another factor that can play a role in children's academic anxiety is the psychological control of parents. Psychological control includes certain states of the parenting dimension and the destructive type of parenting practices that parents use to bring their children into line with their expectations. Since parents usually provide the conditions for the family environment, it is important to know how parental or parenting characteristics play a role in causing anxiety. Anxiety in adolescents can be influenced by various factors, including several factors such as genetics, brain maturation process, hormonal changes, mood, and negative life experiences. But the role of parental behavior and control and metacognitive beliefs are also prominent in adolescent anxiety. Hence, this study seeks to answer the question of whether there is a relationship between life skills and psychological control of parents with children's academic anxiety?

Methods: The present study is applied in terms of purpose and correlational in terms of descriptive method. The statistical population of the study consisted of all married students with adolescent children in the field of psychology who were studying at the Islamic Azad University of Sari in the academic year 1399-400 and the number of 180 people according to the inquiry of the Islamic Azad University of Sari announced. The sample size was 123 people were selected through the stratified random sampling method through Krejcie Morgan table. In this study, three standard questionnaires were used, which are as follows. The Test Anxiety Inventory was developed by Sarason in 1957 and has 37 items. The short form of the Life Skills Questionnaire, developed by the World Health Organization in 1994, includes 20 questions and three subscales (decision making, problem-solving, and creative thinking). The Psychological Control Questionnaire was developed by Sunens et al.

Keywords
Life Skills,
Parental Psychological Control,
Academic Anxiety

Received: 10/10/2021
Published: 28/02/2022

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOR: 20.1001.1.22287043.1400.28.12.17.3]

(2010) and measures the level of psychological control of parents. Pearson correlation coefficient test was used to analyze the data using SPSS software version 22.

Results: The results showed that the psychological control of parents among the students had a mean of 55.58 and a standard deviation of 4.43. Life skills had an average of 69.01 and a standard deviation of 5.18 and children's academic anxiety had an average of 9.52 and a standard deviation of 1.36. Also, there is a negative and significant relationship between psychological control subscales and parents' life skills with children's academic anxiety (p=0.001).

Conclusion: Anxiety in early adolescence can lead to incompatibility in interpersonal relationships. Social functioning is one of the most important aspects of adolescence, and anxiety during this period may hurt social interactions, for example, reducing peer acceptance, lack, and quality of friendly communication. Anxious teens experience more psychological problems than their peers, disrupting their normal routine and daily functioning. Parents' possession of social skills creates a positive attitude towards education and school in students; Because parents who encourage and educate their children raise responsible students who act according to their creativity and desire to carry out educational activities. The limitations of this study should be stated that since the study was performed on all married students with adolescent children, care should be taken in generalizing the results to other samples. Due to the low research background, it is suggested that researchers in future research investigate the relationship between research variables in other samples. Also, descriptive research is of correlation type. It is suggested to use other research methods such as qualitative and experimental methods.

Conflicts of interest: None
Funding: None

Cite this article as:

Yosefi SZ, Heidari S, Hassanzadeh R. Investigating the Relation between Life Skills and Parents 'Psychological Control with Children's Academic Anxiety. Razi J Med Sci. 2021;28(12):97-105.

*This work is published under CC BY-NC-SA 3.0 licence.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOR: 20.1001.1.22287043.1400.28.12.17.3]

مقدمه

در راستای دستیابی به اهداف ارزشمند نظام آموزشی نظیر گسترش علم در جوامع بشری، توسعه توانمندی های دانشجو یان، افزایش بهره‌وری آن ها و هماهنگی بین یادگیری های آموزشگاهی و تجارب زندگی، لزوم برنامه‌ریزی‌های مناسب و کارآمد از اهمیت قا بل توجهی برخوردار است (۱). به همین دل یل بر نا مه‌ریزان آموزشی، عوا مل متعددی را در افزایش بهره‌وری و کارآمدی در دوران تحصیل مؤثر می‌دانند که ا ضطراب تحصیلی از مهم‌ترین عوامل ا سا سی محسوب می‌شوند (۲). اضطراب یک احساس هیجان آمیز عمومی و مبهم از دلواپسی است که با یک یا چند احساس جسمی و در صورت تداوم با مشکلات روانی دیگر همراه می‌گردد (۳). اضطراب نوعی واکنش برای ادامه زندگی و بقا است که به ما می‌گوید از چه چیزی و با چه روشی اجتناب کنیم. به طور کلی، احساس ا ضطراب در دوران مختلف زندگی، امری رایج و بهنجار ا ست (۴). ا ضطراب از جمله هیجانات منفی است که نقش اصلی را در ز ندگی دانش‌آموزان بازی می‌ک ند و از شایع‌ترین اختلالات در بین نوجوانان ا ست (۵). ا ضطراب تحصیلی نیز به عنوان مجموعه‌ای از پا سخ‌های پدیدار شناخ شی فیزیولوژیکی و رف تاری است که با نگرانی در باره پیامدهای منفی اجتماعی با رد شدن در امتحان با وضعیت ارزیابی مشابه همراه است (۶). نتایج پژوهش نیل و کریستنسن (Neil & Christensen) (۲۰۰۹) نشان داد که اضطراب تحصیلی موجب اختلال در عملکرد تحصیلی، وقفه در یادگیری و تضعیف مهارت‌های مطالعه می شود (۷). وح شت از گرفتن نمره ضعیف و سرزنش خانواده، تم سخر هم سالان، ترس از ناتوانی برای ادامه تحصیل و به ویژه ورود به دانشگاه هم‌واره دا نش‌آ موزان به و یژه دا نش‌آ موزان م قطع دبیر ستان را درگیر می سازد و به همین دلایل ا ضطراب پیشرفت پُر رنگ شده است (۸).

محققان در جهت کاهش اضطراب تحصیلی، راه‌های در مانی را پیشنهاد کرده‌ا ند که از جم له این راه ها می‌توان به نقش مهارت‌های زندگی اشاره کرد. مهارت‌های زندگی به‌عنوان توانایی‌ها، دانش‌ها، نگرش‌ها و رفتارهایی تعریف شده است که برای شادمانی و موفقیت زیاد آموخته می‌شوند تا این‌که فرد را قادر سازند با موفقیت‌های زندگی سازگار شود و بر آن‌ها مسلط گردد (۹). این مهارت، به منظور ارتقا و سطح ارتباط، افزایش قدرت تصمیم‌گیری، ارتباط با دیگران، یادگیری درک خود و کار کردن در گروه مورد استفاده قرار می‌گیرند. مهارت زندگی به گروه بزرگی از مهارت‌های روانی/ اجتماعی و میان فردی گفته می شود که می‌تواند به افراد کمک کند تا تصمیماتشان را با آ گاهی اتخاذ کنند، به طور مؤثر ارتباط برقرار کنند، مهارت‌های مقابله‌ای و مدیریت شخصی خود را گسترش دهند و زندگی سالم و بارآور داشته باشند (۱۰). یونیسف (UNICEF) در سال (۲۰۰۳) در آخرین تق سیم‌بندی خود از مهارت‌های زندگی، سه طبقه کلی که شامل ارتباط و روابط میان فردی، مهارت تصمیم‌گیری و تفکر انتقادی، مهارت مقابله و مدیریت شخ صی ا ست ارائه کرده ا ست (۱۱). با توجه به اینکه دانشجویان از جمله افرادی هستند که تحت تأثیر آسیب‌های فردی و اجتماعی ناشی از عدم آگاهی از مهارت های زندگی قرار دارند؛ بنابراین آموزش مهارت زندگی در سطح نظام آموزش عالی را ضروری می سازد (۱۲). کسب دانش در زمینه مهارت‌های زندگی موجب نگرش و ارزش‌های مثبت در فرد می‌شود، این نگرش موجب رفتار مثبت شده و در نتیجه مانع بروز م شکل و ارتقای بهدا شت روانی در جامعه می‌گردد. پژوه شگران، تأثیر مثبت مهارت های زندگی را در کاهش رفتارهای خشونت‌آمیز، تقویت اعتماد به نفس، تقویت خودپنداری و ا ستفاده از توانایی‌ها و ظرفیت‌ها و کنش‌های هوش و غیره مورد تأیید قرار داده‌اند (۱۳).

همچنین نتایج مطالعات محققان نشان داد که یکی دیگر از عواملی که می‌توا ند در اضطراب تحصیلی فرزندان نقش دا شته با شد کنترل روان شناختی والدین می‌باشد. کنترل روانشناختی شامل حالات خاصی از ابعاد والدگری و نوع مخربی از شیوه‌های والدگری ا ست که والدین از آن استفاده می‌کنند تا فرزندان‌شان را با انتظارات خود منطبق کنند (۱۴). در این شیوه والدین، رشد روانی- اجتماعی فرزندشان را با دخالت بیش از حد تحلیل برده و توانایی شان برای ا ستقلال و ر شد سلامت خود و هویت شخصی را کاهش می‌دهند. این سازه دارای دو مؤلفه می‌باشد: کنترل روان‌شناختی وابسته‌مدار و کنترل روان شناختی پی شرفت‌مدار (۱۵).

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOR: 20.1001.1.22287043.1400.28.12.17.3]

کنترل روان شناختی وابسته مدار به صورت استفاده از کنترل روان‌شناختی در حوزه ارتباط نزدیک و مرزدار والد فرزند، تعریف شده است که این کنترل برای نگه داشتن فرزند در محدوده هیجانی و جسمانی نزدیک والدین مورد استفاده قرار می‌گیرد. کنترل روان شناختی پیشرفت‌مدار به صورت استفاده از کنترل روان شناختی در زمینه پیشرفت تعریف شده که این کنترل روانشناختی به منظور وادار کردن فرزند برای پذیرش معیارهای سطح بالای والدین برای عملکرد مطلوب مورد استفاده قرار می گیرد (۱۶). زمانی که دانش‌آموزان کنترل روان‌شناختی بالایی را از جانب والدین خود ادراک می‌کنند، این برداشت را خواهند داشت که والدین‌شان انتظاراتی بیش از حد توان آن‌ها دارند و همین مسئله سبب می‌شود اضطراب پیشرفت تحصیلی بالایی را تجربه کنند (۱۷).

از آنجایی که والدین معمولاً شرایط محیط خانواده را فراهم می‌کنند، لازم است که بدانیم که چگونه ویژگی‌های والدین یا والدگری، در ایجاد اضطراب نقش دارند. اضطراب در نوجوانان می‌تواند تحت تأثیر عوامل مختلفی به وجود بیاید که در این میان عوامل متعددی مانند ژنتیک، فرآیند بلوغ مغزی، تغییرات هورمونی، خلق و تجربیات زندگی منفی اشاره کرد. اما نقش رفتار و کنترل والدین و باورهای فراشناختی نیز در اضطراب نوجوانان برجسته است (۱۸). آزادیان و همکاران (۱۳۹۸) در مطالعه خود گزارش کردند که بین کنترل روان‌شناختی والدین با اضطراب پیشرفت تحصیلی و اضطراب پیشرفت تحصیلی و درگیری تحصیلی رابطه معنی‌دار وجود دارد (۱۹). کاستا (Costa) و همکاران (۲۰۱۹) در پژوهشی نشان دادند که کنترل روانشناختی والدین با مشکلات درونی سازی شده فرزندان از جمله اضطراب و افسردگی ارتباط دارد (۲۰). همچنین بلوسوم (Blossom) و همکاران (۲۰۱۶) در مطالعه خود دریافتند که بین کنترل روانشناختی والدینی ادراک شده با پیامدهای منفی تحصیلی و رفتارهای ناسازگارانه در نوجوانان رابطه معناداری وجود دارد (۲۱). این پژوهش از این لحاظ دارای اهمیت می‌باشد که با پی بردن به اضطراب تحصیلی فرزندان، می‌توان به بینش و اطلاعاتی درباره مهارت‌های زندگی و کنترل روان شناختی والدین در دانشجویان با توجه به تغییرات گسترده و سریع شرایط زندگی دست یافت. از آنجایی که پژوهشی یافت نشد که به طور جامع به بررسی رابطه میزان برخورداری از مهارت های زندگی با اضطراب تحصیلی فرزندان در دانشجویان متأهل دارای فرزند نوجوان پرداخته باشد، از این رو، این مطالعه درصدد است بدین سوال پاسخ دهد که آیا بین مهارت‌های زندگی و کنترل روان‌شناختی والدین با اضطراب تحصیلی فرزندان رابطه وجود دارد؟

روش کار

پژوهش حاضر از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش توصیفی از نوع همبستگی می‌باشد. جامعه‌ی آماری تحقیق، متشکل از کلیه دانشجویان متأهل دارای فرزند نوجوان در رشته روانشناسی بوده که در دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساری در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۴۰۰ مشغول به تحصیل بودند و تعداد آن ۱۸۰ نفر بنا بر استعلام از اداره دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساری اعلام گردید. حجم نمونه از طریق جدول کرجسی مورگان تعداد ۱۲۳ نفر، به روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای انتخاب شدند. در این پژوهش از سه پرسشنامه استاندارد، استفاده شد که به شرح ذیل می‌باشد.

پرسشنامه اضطراب امتحان در سال ۱۹۵۷ توسط ساراسون (Sarason) ساخته شد و دارای ۳۷ گویه است که به صورت «بله و خیر» به آن پاسخ داده شود. برای نمره‌گذاری پرسشنامه اضطراب امتحان ساراسون باید به جواب خیر برای سوالات ۳- ۱۵- ۲۶- ۲۷ -۲۹- ۳۳ نمره ۱ داده می‌شود. همچنین برای هر جواب بلی به سایر سوالات نیز باید یک نمره داده شود. پس از جمع کردن نمرات، نمره اضطراب امتحان فرد بدست می‌آید. نمره بیشتر نشانگر اضطراب امتحان بیشتر است و فرد با توجه به نمره کسب شده در یکی از این سه طبقه قرار می‌گیرد: (اضطراب خفیف: نمره ۱۲ و پایین‌تر، اضطراب متوسط: نمره ۱۳ تا ۲۰، اضطراب شدید: نمره ۲۱ و بالاتر). روایی پرسشنامه در پژوهش یزدانی (۱۳۹۱) توسط متخصصان تأیید شده است. پایایی پرسشنامه در

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOR: 20.1001.1.22287043.1400.28.12.17.3]

پژوهش یزدانی (۱۳۹۱) از طریق روش آلفای کرونباخ بالای ۷۰ به دست آمده است. در پژوهش حاضر نیز پایایی این ابزار به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۳به دست آمد.

فرم کوتاه پرسشنامه مهارت‌های زندگی که توسط سازمان جهانی بهداشت در سال ۱۹۹۴ تدوین شده است شامل ۲۰ سوال و سه خرده مقیاس (تصمیم‌گیری، حل‌مسئله و تفکر خلاق) می‌باشد که از کاملاً موافق تا کاملاً مخالف امتیازبندی شده است. نمره گذاری پرسشنامه براساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای می‌باشد. در صورتی که نمرات پرسشنامه بین ۲۰ تا ۴۰ باشد، نشان دهنده‌ی ضعیف بودن در مهارت‌های زندگی می‌باشد. در صورتی که نمرات پرسشنامه بین ۴۰ تا ۶۰ باشد، نشان دهنده‌ی متوسط بودن در مهارت‌های زندگی می‌باشد. در صورتی که نمرات ۶۰ به بالا باشد، نشان دهنده‌ی قوی بودن در مهارت‌های زندگی می‌باشد. پایایی پرسشنامه در پژوهش بهاری‌فرد و با استفاده از نرم‌افزار spss ۰/۹۳ به دست آمد. ضمناً یوسفی (۱۳۸۳) ضریب آلفای کرونباخ آزمون را ۰/۹۵ گزارش کرد. در پژوهش حاضر نیز پایایی این ابزار به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۱به دست آمد.

پرسشنامه کنترل روان‌شناختی توسط سوننز (Soenens) و همکاران (۲۰۱۰)، ساخته شد و میزان کنترل روان‌شناختی والدین را می‌سنجد. این مقیاس شامل ۱۶ گویه است که ۸ گویه آن کنترل روان‌شناختی وابسته مدار و ۸ گویه دیگر کنترل روان‌شناختی پیشرفت‌مدار را می‌سنجد. سؤالات در یک طیف لیکرت ۵ امتیازی از (۱) به شدت مخالفم تا (۵) به شدت موافقم تنظیم شده‌اند. سازندگان، ضریب اعتبار خرده مقیاس‌ها را برای کنترل روان‌شناختی وابسته‌مدار ۰/۷۳و برای کنترل روان‌شناختی پیشرفت‌مدار ۰/۸۱ گزارش کردند که نشان از همسانی درونی مطلوب خرده مقیاس‌ها می‌باشد و همچنین روایی مطلوبی برای این مقیاس گزارش کرده‌اند. در ایران نیز بادان فیروز، طباطبایی و ناجی (۱۳۹۶)، در پژوهش خود نشان دادند اعتبار مقیاس کنترل روان شناختی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۸۸، به دست آمد و این مقیاس در جامعه دانش آموزان دبیرستانی از خصوصیات روان سنجی قابل قبولی برخوردار بود. در پژوهش حاضر نیز پایایی این ابزار به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۹به دست آمد.

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون ضریب همبستگی پیرسون، به واسطه نسخه ۲۲ نرم‌افزار آماری SPSS استفاده شد.

یافته‌ها

نتایج جدول شماره ۱ نشان می‌دهد کنترل روانشناختی والدین در بین گروه دانشجویان مورد بررسی دارای میانگین ۵۵/۵۸ و انحراف معیار ۴/۴۳ بود. مهارت های زندگی دارای میانگین ۶۹/۰۱ و انحراف معیار ۵/۱۸ و اضطراب تحصیلی فرزندان دارای میانگین ۹/۵۲ و انحراف معیار ۱/۳۶ بود.

یافته های جدول (۲) نشان داد که بین خرده مقیاس‌های کنترل روانشناختی و مهارت‌های زندگی

جدول ۱- مشخصه‌های آماری متغیرهای کنترل روانشناختی و مهارت‌های زندگی والدین

متغیرها	میانگین	واریانس	انحراف معیار	تعداد
کنترل روانشناختی وابسته مدار	۲۷/۳۳	۱۰/۷۳	۳/۲۷	۱۲۳
کنترل روانشناختی پیشرفت مدار	۳۱/۲۱	۱۱/۹۲	۳/۴۵	۱۲۳
کنترل روانشناختی	۵۵/۵۸	۱۹/۶۹	۴/۴۳	۱۲۳
تصمیم گیری	۲۷/۴۲	۱۴/۳۹	۳/۷۹	۱۲۳
حل‌مسئله	۲۰/۸۵	۱۱/۹۶	۳/۴۵	۱۲۳
تفکر خلاق	۲۰/۷۳	۶/۵۲	۲/۵۵	۱۲۳
مهارت های زندگی	۶۹/۰۱	۲۶/۸۵	۵/۱۸	۱۲۳
اضطراب تحصیلی	۹/۵۲	۱/۸۵	۱/۳۶	۱۲۳

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOR: 20.1001.1.22287043.1400.28.12.17.3]

جدول ۲- نتایج همبستگی پیرسون بین مهارت‌های زندگی، کنترل روانشناختی با اضطراب تحصیلی فرزندان

متغیر	خرده مقیاس	شاخص‌ها	اضطراب تحصیلی فرزندان
کنترل روانشناختی	کنترل روانشناختی وابسته‌مدار	مقدارهمبستگی	-۰/۶۰۳**
		سطح معناداری	۰/۰۰۱
	کنترل روانشناختی پیشرفته‌مدار	مقدارهمبستگی	-۰/۵۴۱**
		سطح معناداری	۰/۰۰۱
مهارت‌های زندگی	تصمیم گیری	مقدارهمبستگی	-۰/۶۰۳**
		سطح معناداری	۰/۰۰۱
	حل‌مسئله	مقدارهمبستگی	-۰/۵۸۶**
		سطح معناداری	۰/۰۰۱
	تفکر خلاق	مقدارهمبستگی	-۰/۶۵۴**
		سطح معناداری	۰/۰۰۱

** معنی‌داری در سطح ۰/۹۵ > p

والدین با اضطراب تحصیلی فرزندان رابطه منفی و معناداری وجود دارد؛ چرا که سطح معناداری مشاهده شده (p=۰/۰۰۱) از مقدار خطای پیش‌بینی شده (۰/۰۵) کوچکتر می‌باشد. به طوری که با افزایش کنترل روانشناختی و مهارت‌های زندگی والدین، اضطراب تحصیلی در فرزندان کاهش می‌یابد و بالعکس.

بحث

نتایج تحقیق حاضر نشان داد که بین کنترل روان‌شناختی والدین با اضطراب تحصیلی فرزندان رابطه منفی و معناداری وجود دارد. این نتایج با یافته های پژوهش آزاد یان و همکاران (۱۳۹۸) (۱۹)، مک لوآد (McLeod) و همکاران (۲۰۱۷) (۲۲)، مولر (Möller) و همکاران (۲۰۱۶) (۲۳) همسو می‌باشد. اضطراب در ابتدای نوجوانی می‌تواند منجر به ناسازگاری در روابط بین فردی شود. عملکرد اجتماعی یکی از جنبه های بسیار مهم دوره نوجوانی است و اضطراب در این دوره ممکن است تأثیر منفی بر تعاملات اجتماعی داشته باشد که به طور مثال باعث کاهش پذیرش همسالان، کم بودن و عدم کیفیت ارتباط دوستانه می‌شود. همچنین مطالعات نشان داده است که نوجوانان مضطرب در مدرسه کمتر مشغول به فعالیت هستند و اضطراب به طور مستقیم بر عملکرد و میانگین نمرات آنها تأثیر می‌گذارد (۲۰). همچنین نوجوانان مضطرب مشکلات روان‌شناختی بیشتری نسبت به گروه همسالان خود تجربه می‌کنند، به گونه‌ای که روند زندگی عادی و عملکرد روزانه آن‌ها را مختل می‌نماید (۱۹). در همین راستا، مولر و همکاران (۲۰۱۶) بیان می‌کنند که یکی از دلایل شکل‌گیری اضطراب در نوجوان در نوع برخورد و واکنش های والدین به رفتارهای فرزندان می باشد، بنابراین افرادی که در دوران کودکی بازداری رفتاری و کنترل کنندگی بیشتری از سوی والدین دریافت کرده‌اند، آمادگی بیشتری برای اضطراب در دوران بعدی داشته‌اند (۲۳). با توجه به این که والدینی که به صورت وابسته‌مدار فرزندان خود را کنترل روانی می‌کنند در روابط بین فردی و هیجانات آن‌ها تأثیر منفی می‌گذارند و نیز والدینی که به شیوه پیشرفت‌مدار فرزندان شان را کنترل روانی می‌کنند سبب ایجاد احساس شرم و گناه شده و توقع عملکرد تحصیلی بیش از حد توان از فرزندان خود دارند، لذا سبب ایجاد اضطراب در آن‌ها شده و اضطراب ایجاد شده منجر به درگیری تحصیلی کمتر دانش آموزان خواهد شد (۲۲). با توجه به اینکه تجربه روابطی ایمن و پایدار با والدین و پرورش در فضایی آرام و منظم لازمه جامعه پذیری کودکان و نوجوانان می‌باشد، والدین با کنترل روان‌شناختی به بچه ها برای اجابت کردن دستورالعمل ها از طریق روش‌های زورگویانه و آمرانه فشار می‌آورند و با افزایش اضطراب پیامد های تحصیلی از جمله درگیری دانش‌آموزان در تحصیل را متأثر می‌سازند (۲۰).

همچنین نتایج تحقیق نشان داد که بین مهارت‌های زندگی با اضطراب تحصیلی فرزندان رابطه منفی و

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOR: 20.1001.1.22287043.1400.28.12.17.3]

معناداری وجود دارد که با نتایج مطالعات مک لوآد (McLeod) و همکاران (۲۰۱۷) (۲۲)، مولر (Möller) و همکاران (۲۰۱۶) (۲۳) همسو می‌باشد. در تبیین رابطه بین مهارت‌های زندگی والدین با اضطراب تحصیلی فرزندان می‌توان بیان داشت، به ویژه در بُعد عاملی درگیری تحصیلی می‌توان گفت، والدین دارای مهارت‌های اجتماعی و زندگی بالا، توانایی فرزندان‌شان و رشد سلامت خود و هویت شخصی را در آن‌ها ایمن می‌کنند؛ در نتیجه دانش‌آموزانی که کنترل روانی و عزت نفس بالایی را ادراک می‌کنند، در بُعد عاملی درگیری تحصیلی که به شخصی‌سازی و مشارکت سازنده دانش‌آموز تأکید می‌کند، درگیری کمتری خواهند داشت. در خصوص بُعد عاطفی درگیری تحصیلی نیز همسو با پژوهش‌های پیشین می‌توان گفت، برخورداری والدین از مهارت‌های اجتماعی، نگرش مثبتی نسبت به تحصیل و مدرسه را در دانش‌آموزان ایجاد می‌کند؛ زیرا والدینی که فرزندان خود را تشویق و تحصین می‌کنند، دانش‌آموزانی مسئولیت‌پذیر می‌پرورند که برای انجام فعالیت‌های تحصیلی مطابق با خلاقیت و خواسته خود عمل می‌کنند (۱۶). مهارت‌های زندگی والدین تمام اثر خود را بر درگیر بودن یا نبودن دانش‌آموزان در تحصیل به واسطه اضطراب تحصیلی در آنها می‌گذارد. اضطراب تحصیلی نوعی اشتغال خود می باشد که با خود کم‌انگاری و تردید در مورد توانایی‌های خود همراه بوده و معمولاً به ارزیابی شناختی منفی، نداشتن تمرکز حواس، واکنش‌های فیزیولوژیک نامطلوب و افت تحصیلی منجر می‌شود (۱۰). به طور کلی شواهد نشان می‌دهد که اضطراب، درگیری شناختی در تکالیف پیچیده و مشکل که لازمه آن منابع مهارتی از جمله برخورداری فرد از مهارت های زندگی است که بیش از سایر محیطها این مهارت‌ها را تحت تربیت و نظر والدینی خواهد آموخت که خود از این مهارت‌های زندگی برخوردار باشند. رفتار تربیتی والدین می تواند منجر به افزایش اضطراب در نوجوانان شود (۱۲). بنابراین روش تربیت فرزندان از اهمیت و حساسیت زیادی برخوردار است و می‌تواند از بروز بسیاری از آسیب‌های روانی و اجتماعی پیشگیری کند.

از این رو، معناداری رابطه بین مهارت های زندگی و کنترل روان‌شناختی والدین با اضطراب تحصیلی فرزندان در دانشجویان متأهل دارای فرزند نوجوان در مطالعه حاضر توجیه‌پذیر است.

در محدودیت‌های این پژوهش باید بیان داشت از آنجا که پژوهش در کلیه دانشجویان متأهل دارای فرزند نوجوان انجام شده است، در تعمیم نتایج به نمونه‌های دیگر باید احتیاط لازم صورت گیرد. با توجه به پیشینه پژوهشی کم، پیشنهاد می‌گردد پژوهشگران، در پژوهش‌های آتی به بررسی رابطه متغیرهای پژوهش در سایر نمونه‌ها بپردازند. همچنین پژوهش توصیفی از نوع همبستگی می‌باشد بنابراین پیشنهاد می شود از سایر روش‌های پژوهش مثل روش‌های کیفی و آزمایشی نیز استفاده شود. پیشنهاد می‌شود والدین دارای فرزند نوجوان در کارگاه‌های آموزشی، از شیوه‌های آموزش مهارت‌های زندگی و کنترل روان شناختی در شیوه فرزندپروری آگاهی یافته و موجب کاهش اضطراب تحصیلی فرزندان شان شوند.

نتیجه‌گیری

به طور کلی نتایج تحقیق نشان داد که بین مهارت های زندگی و کنترل روان‌شناختی والدین با اضطراب تحصیلی فرزندان در دانشجویان متأهل دارای فرزند نوجوان رابطه وجود دارد، لذا می‌توان گفت والدینی که رابطه مطلوب و درستی با فرزندان خویش دارند موجب شادمانی، مسئولیت پذیری و تکامل شخصیتی فرزندان خود می شوند و اضطراب تحصیلی فرزندان خود را کاهش می‌دهند.

تقدیر و تشکر

این مقاله برگرفته از پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی است که در کمیسیون کد اخلاق در دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساری با کد IR.IAU.SARI.REC.1400.095 به تصویب رسید. بدین وسیله نویسندگان تشکر خود را از تمامی کسانی که در پیشبرد اهداف رساله یاری نموده‌اند، اعلام می دارند.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOR: 20.1001.1.22287043.1400.28.12.17.3]

References

1. Ballash N, Leyfer O, Buckley AF, Woodruff-Borden J. Parental control in the etiology of anxiety. Clin Child Fam Psychol Rev. 2006 Jun;9(2):113-33.

2. Fiorilli C, Farina E, Buonomo I, Costa S, Romano L, Larcan R. Trait Emotional Intelligence and School Burnout: The Mediating Role of Resilience and Academic Anxiety in High School. Int J Environ Res Public Health. 2020 Apr 28;17(9):3058.

3. Romano L, Tang X, Hietajärvi L, Salmela-Aro K, Fiorilli C. Students' Trait Emotional Intelligence and Perceived Teacher Emotional Support in Preventing Burnout: The Moderating Role of Academic Anxiety. Int J Environ Res Public Health. 2020 Jul 2;17(13):4771.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOR: 20.1001.1.22287043.1400.28.12.17.3]

4. Naber NL, Miller S, Baddock SA. What do we know about sibling attended birth? An integrative literature review. Midwifery. 2018 Aug;63:24-32.
5. Crocq MA. A history of anxiety: from Hippocrates to DSM. Dialogues Clin Neurosci. 2015 Sep;17(3):319-25.
6. le Roux DB, Parry DA. Off-task media use in academic settings: cycles of self-regulation failure. J Am Coll Health. 2021 Feb-Mar;69(2):134-141.
7. Neil AL, Christensen H. Efficacy and effectiveness of school-based prevention and early intervention programs for anxiety. Clin Psychol Rev. 2009 Apr;29(3):208-15.
8. Moreira de Sousa J, Moreira CA, Telles-Correia D. Anxiety, Depression and Academic Performance: A Study Amongst Portuguese Medical Students Versus Non-Medical Students. Acta Med Port. 2018 Sep 28;31(9):454-462.
9. Weiss MR, Kipp LE, Phillips Reichter A, Bolter ND. Evaluating Girls on the Run in Promoting Positive Youth Development: Group Comparisons on Life Skills Transfer and Social Processes. Pediatr Exerc Sci. 2020 Jul 2;32(3):172-182.
10. Levac DE, Huber ME, Sternad D. Learning and transfer of complex motor skills in virtual reality: a perspective review. J Neuroeng Rehabil. 2019 Oct 18;16(1):121.
11. Roze des Ordons A, Ajjawi R, Macdonald J, Sarti A, Lockyer J, Hartwick M. Palliative and end of life care communication as emerging priorities in postgraduate medical education. Can Med Educ J. 2016 Mar 31;7(1):e4-e21.
12. Roze des Ordons A, Kassam A, Simon J. Goals of care conversation teaching in residency - a cross-sectional survey of postgraduate program directors. BMC Med Educ. 2017 Jan 6;17(1):6.
13. Steptoe A, Jackson SE. The Life Skills of Older Americans: Association with Economic, Psychological, Social, and Health Outcomes. Sci Rep. 2018 Jul 5;8(1):9669.
14. Rogers AA, Padilla-Walker LM, McLean RD, Hurst JL. Trajectories of Perceived Parental Psychological Control across Adolescence and Implications for the Development of Depressive and Anxiety Symptoms. J Youth Adolesc. 2020 Jan;49(1):136-149.
15. Nuzum H, Stickel A, Corona M, Zeller M, Melrose RJ, Wilkins SS. Potential Benefits of Physical Activity in MCI and Dementia. Behav Neurol. 2020 Feb 12;2020:7807856.
16. Brown SM, Doom JR, Lechuga-Peña S, Watamura SE, Koppels T. Stress and parenting during the global COVID-19 pandemic. Child Abuse Negl. 2020 Dec;110(Pt 2):104699.
17. Greene CA, Haisley L, Wallace C, Ford JD. Intergenerational effects of childhood maltreatment: A systematic review of the parenting practices of adult survivors of childhood abuse, neglect, and violence. Clin Psychol Rev. 2020 Aug;80:101891.
18. Chen HY, Cheng CL. Parental Psychological Control and Children's Relational Aggression: Examining the Roles of Gender and Normative Beliefs about Relational Aggression. J Psychol. 2020;154(2):159-175.
19. Nelson DA, Mitchell C, Yang C. Intent attributions and aggression: a study of children and their parents. J Abnorm Child Psychol. 2008 Aug;36(6):793-806.
20. Chen Y, Li R, Liu X. The relationships among parental psychological control/autonomy support, self-trouble, and internalizing problems across adolescent genders. Scand J Psychol. 2019 Dec;60(6):539-547.
21. Cui L, Morris AS, Criss MM, Houltberg BJ, Silk JS. Parental Psychological Control and Adolescent Adjustment: The Role of Adolescent Emotion Regulation. Parent Sci Pract. 2014 Jan 1;14(1):47-67.
22. McLeod BD, Wood JJ, Weisz JR. Examining the association between parenting and childhood anxiety: a meta-analysis. Clin Psychol Rev. 2007 Mar;27(2):155-72.
23. Möller EL, Nikolić M, Majdandžić M, Bögels SM. Associations between maternal and paternal parenting behaviors, anxiety and its precursors in early childhood: A meta-analysis. Clin Psychol Rev. 2016 Apr;45:17-33.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOR: 20.1001.1.22287043.1400.28.12.17.3]