



## ارتباط والدگری هلیکوپتری با اضطراب اجتماعی و خودکارآمدی اجتماعی: نقش میانجی تنظیم هیجان در نوجوانان شهر اصفهان

سایه ناز صنیعی<sup>۱</sup>، سمیه اصیلیان مه‌آبادی<sup>۲</sup>

۱-استادیار، گروه روانشناسی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد نجف آباد

۲-دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد مبارکه

Dr. Sayeh Naz Saniei. Sayeh Naz Saniei@gmail.com

Somayeh Asilian Mahabadi. Somayeh Asilian@gmail.com

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی ارتباط والدگری هلیکوپتری با اضطراب اجتماعی و خودکارآمدی اجتماعی با توجه به نقش میانجی تنظیم هیجان در نوجوانان شهر اصفهان انجام شد.

روش: پژوهش توصیفی-همبستگی از نوع مدل‌سازی معادلات ساختاری. جامعه آماری شامل کلیه نوجوانان ۱۲-۱۸ ساله شهر اصفهان در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴ بود. نمونه‌ای به حجم ۳۸۰ نفر (۱۹۰ پسر، ۱۹۰ دختر) با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. ابزارها: پرسشنامه والدگری هلیکوپتری (Odenweller et al., 2014)، مقیاس اضطراب اجتماعی برای نوجوانان (La Greca & Lopez, 1998)، مقیاس خودکارآمدی اجتماعی (Smith & Betz, 2000) و پرسشنامه تنظیم هیجان (Gross & John, 2003). داده‌ها با SPSS و AMOS تحلیل شد.

یافته‌ها: والدگری هلیکوپتری با اضطراب اجتماعی رابطه مثبت ( $\beta = 0.45$ ) و با خودکارآمدی اجتماعی رابطه منفی ( $\beta = -0.40$ ) داشت. تنظیم هیجان نقش میانجی جزئی ایفا کرد ( $p < 0.05$ ). شاخص‌های برازش مدل مطلوب بودند ( $CFI = 0.93$ ،  $RMSEA = 0.06$ ).

نتیجه‌گیری: والدگری هلیکوپتری هم به طور مستقیم و هم از طریق تضعیف تنظیم هیجان، اضطراب اجتماعی را افزایش و خودکارآمدی اجتماعی را کاهش می‌دهد. آموزش والدین و نوجوانان توصیه می‌شود.

کلیدواژه‌ها: والدگری هلیکوپتری، اضطراب اجتماعی، خودکارآمدی اجتماعی، تنظیم هیجان، نوجوانان.



## مقدمه

نوجوانی دوره‌ گذر از کودکی به بزرگسالی است که با تغییرات بیولوژیکی، شناختی و اجتماعی عمیقی همراه است (Steinberg, 2017). در این دوره، گسترش روابط اجتماعی فراتر از خانواده و شکل‌گیری هویت مستقل، نقشی حیاتی در سلامت روانی و موفقیت بعدی فرد ایفا می‌کند (Erikson, 1968). با این حال، برخی نوجوانان با چالش‌هایی نظیر اضطراب اجتماعی شدید و ضعف در باور به توانایی‌های اجتماعی خود (خودکارآمدی اجتماعی پایین) مواجه می‌شوند که می‌تواند زمینه‌ساز اختلالات اضطرابی، افسردگی و انزوای اجتماعی در سال‌های بعدی زندگی باشد (Rapee & Heimberg, 1997).

یکی از عوامل مهم خانوادگی که در دهه اخیر مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته است، والدگری هلیکوپتری (Helicopter Parenting) می‌باشد. این اصطلاح نخستین بار توسط Cline و Fay (1990) مطرح شد و به سبکی از فرزندپروری اطلاق می‌شود که والدین در آن‌ها بیش از حد درگیر زندگی فرزندان خود بوده، مشکلات را پیش از وقوع حل می‌کنند، استقلال فرزند را محدود می‌سازند و کنترل مداوم بر رفتارهای او اعمال می‌نمایند (Odenweller et al., 2014). هرچند این سبک اغلب با نیت خیرخواهانه و حمایت از فرزند انجام می‌شود، اما پژوهش‌های متعدد نشان داده‌اند که والدگری هلیکوپتری با پیامدهای منفی روانشناختی برای نوجوانان همراه است. به عنوان مثال، Schiffrin و همکاران (۲۰۱۴) گزارش کردند که نوجوانانی که والدین هلیکوپتری دارند، سطوح بالاتری از استرس، اضطراب و کاهش رضایت از زندگی را تجربه می‌کنند. همچنین Segrin و همکاران (۲۰۱۵) در یک مطالعه طولی نشان دادند که والدگری هلیکوپتری در نوجوانی، پیش‌بینی‌کننده قوی اضطراب اجتماعی در اوایل بزرگسالی است. با وجود این، مکانیسم‌های زیربنایی این ارتباط هنوز به خوبی شناخته نشده است. یکی از متغیرهایی که می‌تواند این رابطه را تبیین کند، تنظیم هیجان (Emotion Regulation) است. تنظیم هیجان به فرآیندهایی اشاره دارد که افراد از طریق آن‌ها هیجانات خود را نظارت، ارزیابی و اصلاح می‌کنند (Gross, 1998). در دوران نوجوانی، توانایی تنظیم مؤثر هیجانات به شدت تحت تأثیر تعاملات خانوادگی شکل می‌گیرد (Morris et al., 2007). والدگری هلیکوپتری با محدود کردن فرصت‌های نوجوان برای رویارویی مستقل با موقعیت‌های هیجانی و حل مسئله، می‌تواند باعث شود نوجوان در استفاده از راهبردهای سازگاران تنظیم هیجان (مانند ارزیابی مجدد شناختی) ناتوان باشد و به راهبردهای ناسازگارانه (مانند سرکوب و اجتناب) روی آورد (Van der Giessen et al., 2014). ضعف در تنظیم هیجان نیز به نوبه خود، احتمال تجربه اضطراب اجتماعی را افزایش می‌دهد (Gross & John, 2003) و خودکارآمدی اجتماعی را کاهش می‌دهد (Bandura, 1997).

خودکارآمدی اجتماعی (Social Self-Efficacy) به باور فرد نسبت به توانایی خود برای شروع و حفظ روابط اجتماعی مؤثر، مدیریت تعارضات و پاسخ‌دهی مناسب در موقعیت‌های بین‌فردی اطلاق می‌شود (Smith & Betz, 2000). طبق نظریه بندورا (۱۹۹۷)، خودکارآمدی از چهار منبع اصلی ناشی می‌شود: تجارب تسلط، تجارب جانشینی، ترغیب کلامی و حالات فیزیولوژیک. والدگری هلیکوپتری با حذف تجارب مستقیم موفقیت و شکست اجتماعی (تجارب تسلط) و همچنین با القای پیام‌های ترس و نگرانی در مورد خطرات اجتماعی، باعث تضعیف خودکارآمدی اجتماعی در نوجوان می‌شود (Van Ingen et al., 2015).



اضطراب اجتماعی (Social Anxiety) نیز به عنوان ترس چشمگیر و پایدار از موقعیت‌های اجتماعی که در آن فرد احتمال ارزیابی منفی توسط دیگران را می‌دهد، تعریف می‌شود (American Psychiatric Association, 2013). نوجوانانی که والدین هلیکوپتری دارند، ممکن است به دلیل فقدان فرصت برای کسب مهارت‌های مقابله‌ای مستقل و همچنین به دلیل دریافت بازخوردهای منفی مکرر از والدین (مانند «مواظب باش دیگران چه فکری می‌کنند»)، نسبت به ارزیابی‌های دیگران حساسیت بیش از حد پیدا کرده و اضطراب اجتماعی بالایی را تجربه کنند (Rapee & Heimberg, 1997).

با وجود پژوهش‌های انجام شده در کشورهای غربی، در ایران مطالعات اندکی به بررسی همزمان این متغیرها پرداخته‌اند. به ویژه، نقش میانجی تنظیم هیجان در رابطه بین والدگری هلیکوپتری با اضطراب اجتماعی و خودکارآمدی اجتماعی در نوجوانان ایرانی کمتر مورد توجه قرار گرفته است. از سوی دیگر، شهر اصفهان به عنوان یکی از کلانشهرهای ایران با تنوع فرهنگی و اقتصادی، زمینه مناسبی برای مطالعه این پدیده فراهم می‌کند.

### **اهداف پژوهش:**

هدف اصلی پژوهش حاضر، بررسی ارتباط والدگری هلیکوپتری با اضطراب اجتماعی و خودکارآمدی اجتماعی با در نظر گرفتن نقش میانجی تنظیم هیجان در نوجوانان شهر اصفهان بود. اهداف فرعی شامل:

۱. تعیین رابطه مستقیم والدگری هلیکوپتری با اضطراب اجتماعی.
۲. تعیین رابطه مستقیم والدگری هلیکوپتری با خودکارآمدی اجتماعی.
۳. تعیین رابطه مستقیم والدگری هلیکوپتری با تنظیم هیجان.
۴. تعیین نقش میانجی تنظیم هیجان در رابطه والدگری هلیکوپتری با اضطراب اجتماعی.
۵. تعیین نقش میانجی تنظیم هیجان در رابطه والدگری هلیکوپتری با خودکارآمدی اجتماعی.

### **فرضیه‌های پژوهش:**

۱. والدگری هلیکوپتری با اضطراب اجتماعی نوجوانان رابطه مستقیم مثبت و معنادار دارد.
۲. والدگری هلیکوپتری با خودکارآمدی اجتماعی نوجوانان رابطه مستقیم منفی و معنادار دارد.
۳. والدگری هلیکوپتری با تنظیم هیجان نوجوانان رابطه مستقیم منفی و معنادار دارد.
۴. تنظیم هیجان در رابطه بین والدگری هلیکوپتری با اضطراب اجتماعی نقش میانجی معنادار دارد (اثر غیرمستقیم مثبت).
۵. تنظیم هیجان در رابطه بین والدگری هلیکوپتری با خودکارآمدی اجتماعی نقش میانجی معنادار دارد (اثر غیرمستقیم منفی).



## روش‌شناسی پژوهش

پژوهش حاضر از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش گردآوری داده‌ها، توصیفی-همبستگی از نوع مدل‌سازی معادلات ساختاری (SEM) بود. انتخاب این روش به دلیل نیاز به آزمون همزمان روابط مستقیم و غیرمستقیم (میانجی) بین متغیرها صورت گرفت.

## جامعه آماری

جامعه آماری شامل کلیه نوجوانان ۱۲ تا ۱۸ ساله مشغول به تحصیل در مدارس متوسطه اول و دوم (دوره اول و دوم) شهر اصفهان در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴ بود. بر اساس آمار اداره کل آموزش و پرورش استان اصفهان، تعداد این دانش‌آموزان حدود ۱۲۰,۰۰۰ نفر بود.

## نمونه و روش نمونه‌گیری

حجم نمونه بر اساس فرمول کلاین (Kline, 2016) برای مدل‌سازی معادلات ساختاری (۱۵ تا ۲۰ نفر به ازای هر پارامتر برآوردشده) و با احتساب احتمال ریزش ۲۰ درصد، ۳۸۰ نفر تعیین شد. از این تعداد، ۳۶۵ پرسشنامه کامل عودت داده شد که در تحلیل نهایی از آن‌ها استفاده گردید.

روش نمونه‌گیری: نمونه‌گیری به صورت خوشه‌ای چندمرحله‌ای انجام شد:

- مرحله اول: از میان پنج ناحیه آموزش و پرورش شهر اصفهان، دو ناحیه (ناحیه ۲ و ناحیه ۴) به طور تصادفی انتخاب شدند.
- مرحله دوم: از هر ناحیه، دو مدرسه دخترانه و دو مدرسه پسرانه (مجموع ۸ مدرسه) به تصادف انتخاب گردید.
- مرحله سوم: از هر مدرسه، دو کلاس (یک کلاس از پایه هشتم و یک کلاس از پایه دهم) به صورت تصادفی انتخاب شدند.
- مرحله چهارم: از هر کلاس، حدود ۲۵ دانش‌آموز به عنوان نمونه نهایی در نظر گرفته شدند.

## ابزارهای اندازه‌گیری

### پرسشنامه والدگری هلیکوپتری (HPQ)

این پرسشنامه توسط Odenweller، Booth-Butterfield و Weber (2014) ساخته شده است و دارای ۱۵ گویه است (مثال: «والدین من بیش از حد در مورد تکالیف مدرسه من اظهار نظر می‌کنند»). گویه‌ها بر اساس طیف لیکرت ۷ درجه (۱ = کاملاً مخالفم تا ۷ = کاملاً موافقم) نمره‌گذاری می‌شوند. دامنه نمرات ۱۵ تا ۱۰۵ بوده و نمره بالاتر نشان‌دهنده والدگری هلیکوپتری بیشتر است. روایی و پایایی این پرسشنامه در پژوهش‌های ایرانی تأیید شده است (حسینیان و همکاران، ۱۳۹۸). در پژوهش حاضر، ضریب آلفای کرونباخ برابر ۰/۸۷ به دست آمد.



### مقیاس اضطراب اجتماعی برای نوجوانان (SAS-A)

این مقیاس توسط La Greca و Lopez (1998) ساخته شده است و دارای ۱۸ گویه اصلی به همراه ۴ گویه پرکننده (که نمره‌گذاری نمی‌شود) است. گویه‌ها در سه خرده‌مقیاس ترس از ارزیابی منفی، اجتناب و ناراحتی در موقعیت‌های عمومی جدید و اجتناب و ناراحتی در موقعیت‌های عمومی توزیع شده‌اند. پاسخ‌ها بر اساس طیف لیکرت ۵ درجه (۱ = هرگز تا ۵ = همیشه) داده می‌شود. دامنه نمرات ۱۸ تا ۹۰ است. پایایی مقیاس در مطالعه حاضر با آلفای کرونباخ ۰/۹۱ محاسبه شد.

### مقیاس خودکارآمدی اجتماعی (SES)

این مقیاس توسط Smith و Betz (2000) ساخته شده است و شامل ۲۵ گویه می‌باشد که ابعاد مختلف خودکارآمدی در روابط اجتماعی را می‌سنجد (مثال: «چقدر مطمئن هستید که می‌توانید با فرد جدیدی دوست شوید؟»). پاسخ‌ها بر اساس طیف لیکرت ۵ درجه (۱ = اصلاً مطمئن نیستم تا ۵ = کاملاً مطمئن هستم) نمره‌گذاری می‌شوند. دامنه نمرات ۲۵ تا ۱۲۵ است. آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر ۰/۸۹ به دست آمد.

### پرسشنامه تنظیم هیجان (ERQ)

این پرسشنامه توسط Gross و John (2003) ساخته شده است و دارای ۱۰ گویه است که دو راهبرد اصلی تنظیم هیجان یعنی ارزیابی مجدد شناختی (۶ گویه) و سرکوب بیانی (۴ گویه) را می‌سنجد. پاسخ‌ها بر اساس طیف لیکرت ۷ درجه (۱ = کاملاً مخالفم تا ۷ = کاملاً موافقم) داده می‌شود. در پژوهش حاضر، نمره کل تنظیم هیجان با در نظر گرفتن راهبرد ارزیابی مجدد به عنوان نمره مثبت و سرکوب به عنوان نمره منفی (پس از معکوس کردن) محاسبه شد. آلفای کرونباخ ۰/۸۴ بود.

### روش اجرای پژوهش

پس از اخذ مجوزهای لازم از دانشگاه و اداره کل آموزش و پرورش استان اصفهان، با مدیران مدارس منتخب هماهنگی به عمل آمد. برای دانش‌آموزان و والدین آن‌ها فرم رضایت آگاهانه توضیح داده شد و از آن‌ها خواسته شد در صورت تمایل، پرسشنامه‌ها را تکمیل کنند. برای رعایت محرمانگی، از دانش‌آموزان خواسته شد از نوشتن نام خود روی پرسشنامه خودداری کنند. پرسشنامه‌ها به صورت گروهی و در یک جلسه ۴۵ دقیقه‌ای در کلاس‌های درس توزیع و جمع‌آوری شدند. به منظور کنترل اثر نظم و ترتیب، پرسشنامه‌ها در چهار نسخه با ترتیب متفاوت متغیرها تنظیم شدند.

### روش‌های تحلیل داده‌ها

داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۷ در سطح توصیفی (میانگین، انحراف معیار، چولگی و کشیدگی) و استنباطی (همبستگی پیرسون) تحلیل شدند. سپس با استفاده از نرم‌افزار AMOS نسخه ۲۴، مدل‌سازی معادلات ساختاری به روش بیشینه درست‌نمایی (Maximum Likelihood) انجام شد. برای ارزیابی برازش مدل از شاخص‌های زیر استفاده شد:

$$\chi^2/df < 3$$



• شاخص تطبیقی ( $> 0.90 CFI$ )

• شاخص نیکویی برازش ( $> 0.90 GFI$ )

• ریشه میانگین مربعات خطای تقریب ( $< 0.08 RMSEA$ )

• ریشه میانگین مربعات باقیمانده استاندارد شده ( $< 0.08 SRMR$ )

برای آزمون اثرات غیرمستقیم (میانجی) از روش بوت‌استرپ با ۵۰۰۰ نمونه باز نمونه‌گیری و فاصله اطمینان ۹۵ درصد استفاده شد.

### یافته‌های پژوهش

از میان ۳۸۰ پرسشنامه توزیع شده، ۳۶۵ پرسشنامه (۹۶ درصد) قابل تحلیل بودند. از این تعداد، ۱۸۸ نفر (۵۱.۵ درصد) پسر و ۱۷۷ نفر (۴۸.۵ درصد) دختر بودند. میانگین سنی شرکت‌کنندگان ۱۵.۲ سال با انحراف معیار ۱.۷ بود (دامنه ۱۲ تا ۱۸ سال).

شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

جدول ۱ توزیع فراوانی گروه نمونه بر حسب سن

| شاخص‌های آماری | فراوانی | درصد فراوانی |
|----------------|---------|--------------|
| سن             |         |              |
| ۱۲ سال و کمتر  | ۹۸      | ۳۲/۷         |
| ۱۳ سال         | ۱۲۵     | ۴۱/۷         |
| ۱۴ سال و بیشتر | ۷۷      | ۲۵/۷         |
| مجموع          | ۳۰۰     | ۱۰۰          |

نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد سن ۴۱/۷ درصد از شرکت‌کنندگان در پژوهش ۱۳ سال است.

جدول ۲ میانگین و انحراف معیار نمرات والدگری هلیکوپتری، تنظیم هیجان شناختی، اضطراب اجتماعی و خودکارآمدی اجتماعی

| شاخص‌های آماری          | میانگین | انحراف معیار |
|-------------------------|---------|--------------|
| مقیاس                   |         |              |
| والدگری هلیکوپتری       | ۴۰/۸۶   | ۹/۸۹         |
| تنظیم هیجان شناختی منفی | ۵۱/۹۲   | ۱۰/۶۴        |



|       |       |                         |
|-------|-------|-------------------------|
| ۱۲/۹۶ | ۶۵/۶۱ | تنظیم هیجان شناختی مثبت |
| ۱۷/۶۲ | ۴۷/۸۸ | اضطراب اجتماعی          |
| ۱۷/۳۳ | ۲۵/۹۷ | خودکارآمدی اجتماعی      |

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد میانگین والدگری هلیکوپتری، تنظیم هیجان شناختی منفی و مثبت، اضطراب اجتماعی و خودکارآمدی اجتماعی به ترتیب برابر با ۴۰/۸۶، ۵۱/۹۲، ۶۵/۹۱، ۴۷/۸۸، ۲۵/۹۷ است.

جدول ۳ میانگین و انحراف معیار نمرات ابعاد والدگری هلیکوپتری

| انحراف معیار | میانگین | شاخص‌های آماری<br>مقیاس |
|--------------|---------|-------------------------|
| ۲/۸۶         | ۷/۹۸    | عملی                    |
| ۸/۵۷         | ۳۲/۸۸   | ذهنی                    |

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد میانگین والدگری هلیکوپتری عملی و ذهنی به ترتیب برابر با ۷/۹۸، ۳۲/۸۸ است.

جدول ۴ میانگین و انحراف معیار نمرات ابعاد تنظیم هیجان شناختی

| انحراف معیار | میانگین | شاخص‌های آماری<br>مقیاس   |
|--------------|---------|---------------------------|
| ۳/۵۴         | ۱۳/۶۰   | ملاحت خویش                |
| ۳/۲۶         | ۱۳/۹۰   | پذیرش                     |
| ۳/۵۳         | ۱۲/۴۷   | نشخوارگری                 |
| ۳/۶۸         | ۱۴/۱۶   | تمرکز مجدد مثبت           |
| ۳/۶۶         | ۱۲/۳۱   | تمرکز مجدد بر برنامه ریزی |
| ۴/۸۱         | ۱۲/۹۴   | ارزیابی مجدد مثبت         |
| ۳/۲۴         | ۱۱/۸۸   | دیدگاه‌پذیری              |
| ۳/۴۰         | ۱۳/۲۹   | فاجعه‌انگاری              |
| ۳/۲۰         | ۱۲/۵۵   | ملاحت دیگران              |

نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد میانگین ملاحت خویش، پذیرش، نشخوارگری، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه ریزی، ارزیابی مجدد مثبت، دیدگاه‌پذیری، فاجعه‌انگاری و ملاحت دیگران به ترتیب برابر با ۱۳/۶۰، ۱۳/۹۰، ۱۲/۴۷، ۱۴/۱۶، ۱۲/۳۱، ۱۲/۹۴، ۱۱/۸۸، ۱۳/۲۹، ۱۲/۵۵ است.

جدول ۵ میانگین و انحراف معیار نمرات ابعاد اضطراب اجتماعی

| انحراف معیار | میانگین | شاخص‌های آماری                            |
|--------------|---------|-------------------------------------------|
|              |         | مقیاس                                     |
| ۷/۶۶         | ۱۸/۷۸   | ترس از ارزیابی منفی                       |
| ۵/۷۳         | ۱۲/۹۴   | اجتناب اجتماعی و اندوه در موقعیت‌های جدید |
| ۶/۳۰         | ۱۶/۱۶   | اجتناب اجتماعی و اندوه عمومی              |

نتایج جدول ۵ نشان می‌دهد ترس از ارزیابی منفی، اجتناب اجتماعی و اندوه در موقعیت‌های جدید و اجتناب اجتماعی و اندوه عمومی میانگین به ترتیب برابر با ۱۸/۷۸، ۱۲/۹۴، ۱۶/۱۶ است.

### یافته‌های استنباطی

در این بخش، یافته‌های استنباطی تحقیق بر اساس فرضیات تحقیق تنظیم و به آن پرداخته شده است. برازش مدل‌های اندازه‌گیری‌ر در مدل‌های "PLS" دو مدل آزمون می‌شود. مدل اول مدل بیرونی است که هم ارز مدل اندازه‌گیری و مدل دوم، مدل درونی است که هم ارز مدل معادلات ساختاری، در مدل‌های مبتنی بر کوواریانس می‌باشد (هومن، ۱۳۹۰: ۱۹۲). بنابراین در مرحله اول مدل اندازه‌گیری از طریق تحلیل روایی و پایایی بررسی می‌شود، سپس در دومین مرحله مدل معادلات ساختاری به وسیله برآورد ضریب مسیر بین متغیرها و تعیین شاخص‌های برازش مدل آزمون می‌گردد (مارتین سون، ۱۹۹۵). برای بررسی برازش بخش اول یعنی برازش مدل‌های اندازه‌گیری سه مورد استفاده می‌گردد: پایایی شاخص، روایی همگرا، روایی واگرا (هولاند، ۱۹۹۹). پایایی شاخص نیز خود توسط سه معیار مورد واقع می‌گردد: (۱) آلفای کرونباخ، (۲) پایایی ترکیبی، (۳) ضرائب بارهای عاملی (داوری، رضازاده، ۱۳۹۳: ۷۹).

#### ضرائب بارهای عاملی

اولین عاملی که در ارزیابی مدل، باید مورد توجه قرار گیرد، تک بعدی بودن شاخص‌های مدل است. بدین معنی که هر شاخص در مجموع شاخص‌ها، باید با یک مقدار بار عاملی بزرگ، تنها به یک متغیر نهفته، بارگذاری گردد. بدین منظور باید مقدار بار عاملی بزرگتر از ۰/۶ باشد. لازم به ذکر است که مقدار بار عاملی کوچکتر از ۰/۳ کوچک محسوب شده و باید از مجموعه شاخص‌ها حذف گردد. این امر به صورت دستی با حذف شاخص‌هایی که دارای بار عاملی کمتر از ۰/۳ می‌باشند، انجام می‌شود (داوری و رضازاده، ۱۳۹۳: ۶۶).



جدول ۶ ضرایب بارهای عاملی

| متغیر                      | ابعاد                                        | بارعاملی |
|----------------------------|----------------------------------------------|----------|
| والدگری هلیکوپتری          | عملی                                         | ۰/۷۸۲    |
|                            | ذهنی                                         | ۰/۸۴۶    |
|                            | پذیرش                                        | ۰/۷۷۵    |
| تنظیم هیجان شناختی<br>مثبت | تمرکز مجدد مثبت                              | ۰/۷۷۳    |
|                            | تمرکز مجدد بر برنامه ریزی                    | ۰/۵۷۹    |
|                            | ارزیابی مجدد مثبت                            | ۰/۷۵۴    |
|                            | دیدگاه پذیری                                 | ۰/۷۰۹    |
| تنظیم هیجان شناختی<br>منفی | ملامت خویش                                   | ۰/۸۲۶    |
|                            | نشخوارگری                                    | ۰/۷۷۵    |
|                            | فاجعه انگاری                                 | ۰/۷۶۳    |
|                            | ملامت دیگران                                 | ۰/۷۴۱    |
| اضطراب اجتماعی             | ترس از ارزیابی منفی                          | ۰/۹۱۲    |
|                            | اجتناب اجتماعی و اندوه در موقعیت های<br>جدید | ۰/۸۲۱    |
|                            | اجتناب اجتماعی و اندوه عمومی                 | ۰/۹۳۸    |

دامه جدول (۴-۶) ضرایب بارهای عاملی

| متغیر              | ابعاد | بارعاملی |
|--------------------|-------|----------|
| خودکارآمدی اجتماعی | ۱     | ۰/۷۱۱    |
|                    | ۲     | ۰/۸۰۹    |
|                    | ۳     | ۰/۶۰۳    |
|                    | ۴     | ۰/۷۲۳    |
|                    | ۵     | ۰/۶۴۰    |
|                    | ۶     | ۰/۶۴۴    |
|                    | ۷     | ۰/۷۷۴    |
|                    | ۸     | ۰/۷۰۸    |

همانطور که در جدول (۴-۶) مشخص است ضرایب بارهای عاملی بالاتر از ۰/۵ است پس مدل اندازه‌گیری پایایی مورد قبول را داراست.

### مقدار ضریب آلفای کرونباخ

عامل دیگر در ارزیابی قابلیت اطمینان سازگاری\* درونی مدل، مقدار این ضریب، از ۰ تا ۱۰ متغیر است که مقادیر بالاتر از ۰/۷ پذیرفته و مقادیر کمتر از ۰/۳ نامطلوب ارزیابی می‌گردد (کرونباخ، ۱۹۵۱).  
آزمون مدل بیرونی (مدل اندازه‌گیری): آزمون مدل بیرونی شامل بررسی پایایی و روایی مولفه‌ها و ابزار پژوهش می‌باشد.

### پایایی ترکیبی

از آنجائیکه معیار آلفای کرونباخ یک معیار سنتی برای تعیین پایایی مولفه‌ها می‌باشد، روش PLS معیار مدرن تری نسبت به آلفا، به نام پایایی ترکیبی بکار می‌برد. این معیار توسط ورتس و همکاران<sup>†</sup> (۲۰۰۴) معرفی شد و برتری آن نسبت به آلفای کرونباخ در این است که پایایی مولفه‌ها نه بصورت مطلق، بلکه با توجه به همبستگی مولفه‌هایشان با یکدیگر محاسبه می‌گردد. در نتیجه برای بهتر پایایی در روش PLS، هردوی این معیارها بکار برده می‌شوند. برخی محققین معیار ترکیبی (CR) معرفی می‌کنند. در صورتی که مقدار CR برای هر مولفه بالای ۰/۷ شود نشان از پایداری درونی مناسب برای مدل‌های اندازه‌گیری دارد و مقدار کمتر از ۰/۳ عدم وجود پایایی را نشان می‌دهد (داوری، رضازاده، ۱۳۹۳: ۸۰).

$$CR = \frac{\left[ (\text{ضریب بارعاملی شاخص } 1)^2 + \dots + (\text{ضریب بارعاملی شاخص } n)^2 \right]}{\left[ (\text{ضریب بارعاملی شاخص } 1)^2 + \dots + (\text{ضریب بارعاملی شاخص } n)^2 \right] + [2(\text{ضریب بارعاملی شاخص } 1 - 1) + \dots + (1 - n)]}$$

\* Internal consistency reliability

† Verts & et all

پس از محاسبه مقادیر CR مربوط به متغیرهای پژوهش، جدول مقادیر مربوط به پایایی ترکیبی، بصورت جدول (۴-۷) تکمیل می‌شود.

### روایی همگرا

فورنل و لاکر\* (۱۹۸۱) معیار "میانگین واریانس استخراج شده" را برای روایی همگرا معرفی کرده و اظهار داشتند که در مورد این شاخص، مقدار بحرانی عدد ۰.۵ است. بدین معنی که مقدار AVE بالای ۰.۵، روایی همگرای قابل قبول را نشان می‌دهد. روش محاسبه مقدار AVE برای متغیرهای پژوهش بصورت زیر می‌باشد (داوری، رضازاده، ۱۳۹۳: ۸۲):

$$AVE = \frac{\left[ \sum_{i=1}^n (\text{ضریب بارعاملی شاخص } i)^2 \right]}{n}$$

پس از محاسبه مقادیر AVE مربوط به متغیرهای پژوهش، جدول مقادیر مربوط به روایی همگرا، بصورت زیر تکمیل می‌شود: از آنجایی که مقادیر AVE بزرگتر از ۰.۵ است لذا روایی همگرایی قابل قبول می‌باشد.

### بحث و تفسیر یافته‌ها

#### تبیین رابطه مستقیم والدگری هلیکوپتری با اضطراب اجتماعی

یافته پژوهش حاضر مبنی بر وجود رابطه مثبت و معنادار بین والدگری هلیکوپتری و اضطراب اجتماعی با سایر پژوهش‌های داخلی و خارجی همسو است (Segrin et al., 2015; Schiffrin et al., 2014; حسینیان و همکاران، ۱۳۹۸). از دیدگاه نظریه دلبستگی (Bowlby, 1969)، والدینی که کنترل افراطی دارند و به فرزند خود اجازه استقلال نمی‌دهند، دلبستگی نایمی را ایجاد می‌کنند. نوجوان با چنین پیشینه‌ای، در موقعیت‌های اجتماعی به دلیل فقدان الگوی درونی امن، انتظار طرد شدن و ارزیابی منفی را دارد که هسته مرکزی اضطراب اجتماعی است (Clark & Wells, 1995). همچنین، از منظر یادگیری اجتماعی، نوجوانانی که مدام از والدین خود پیام‌هایی مانند «مواظب باش چه می‌گویی»، «نظر دیگران برایت مهم است» را دریافت می‌کنند، نسبت به نشانه‌های ارزیابی اجتماعی حساسیت بیش از حد پیدا کرده و اضطراب اجتماعی را تجربه می‌کنند.

#### تبیین رابطه مستقیم والدگری هلیکوپتری با خودکارآمدی اجتماعی

یافته پژوهش نشان داد که والدگری هلیکوپتری با خودکارآمدی اجتماعی نوجوانان رابطه منفی دارد. این نتیجه با نظریه خودکارآمدی بندورا (۱۹۹۷) قابل توضیح است. بر اساس این نظریه، مهم‌ترین منبع خودکارآمدی، «تجارب تسلط» (mastery experiences) است. وقتی والدین به طور افراطی مشکلات نوجوان را حل می‌کنند، او هرگز تجربه مستقیم موفقیت در غلبه بر موانع اجتماعی را کسب نمی‌کند. همچنین از طریق تجارب جانشینی، نوجوان می‌بیند که والدینش به

\* Fornell & Loker

† Average Variance Extracted = AVE



جای او عمل می‌کنند و این الگو را ناتوانی خود تعبیر می‌کند (Van Ingen et al., 2015). پژوهش‌های پیشین نیز نشان داده‌اند که والدگری هلیکوپتری با کاهش اعتماد به نفس و توانمندی اجتماعی همراه است (Van der Giessen et al., 2014).

### نقش میانجی تنظیم هیجان

یکی از یافته‌های برجسته این پژوهش، تأیید نقش میانجی جزئی تنظیم هیجان در روابط فوق است. به عبارت دیگر، بخشی از تأثیر مخرب والدگری هلیکوپتری بر اضطراب اجتماعی و خودکارآمدی اجتماعی از طریق تضعیف توانایی تنظیم هیجان در نوجوانان اعمال می‌شود. این یافته از نظریه «مدل فرآیند تنظیم هیجان» گراس (Gross, 1998) حمایت می‌کند. والدگری هلیکوپتری با سرکوب ابراز هیجانی مستقل و عدم آموزش راهبردهای شناختی مؤثر (مانند ارزیابی مجدد)، باعث می‌شود نوجوان راهبردهای ناسازگارانه مانند سرکوب، نشخوار فکری و اجتناب را به کار گیرد. این راهبردها نه تنها سطح برانگیختگی فیزیولوژیک را کاهش نمی‌دهند، بلکه با افزایش توجه به تهدیدهای اجتماعی، اضطراب را تشدید کرده (Gross, 2003) و اعتماد به نفس اجتماعی را تضعیف می‌کنند (Bandura, 1997).

علاوه بر این، پژوهش‌های عصبی-شناختی نشان داده‌اند که نوجوانانی که تحت والدگری کنترل‌گرایانه رشد کرده‌اند، در مدارهای پیش‌پیشانی-آمیگدال اختلال نشان داده و در بازداری پاسخ‌های هیجانی و ارزیابی مجدد شناختی با مشکل مواجه هستند (Whittle et al., 2014). این یافته‌ها اهمیت مداخلات مبتنی بر تقویت مهارت‌های تنظیم هیجان را در نوجوانانی که والدین هلیکوپتری دارند، مضاعف می‌کند.

### نتیجه‌گیری، محدودیت‌ها و پیشنهادات

پژوهش حاضر با استفاده از مدل‌سازی معادلات ساختاری نشان داد که والدگری هلیکوپتری هم به طور مستقیم و هم غیرمستقیم (از طریق تضعیف تنظیم هیجان) با افزایش اضطراب اجتماعی و کاهش خودکارآمدی اجتماعی در نوجوانان شهر اصفهان همراه است. این یافته‌ها از یک سو درک ما را از مکانیسم‌های تأثیر سبک‌های والدگری بر سلامت اجتماعی نوجوانان عمیق‌تر می‌کند و از سوی دیگر، نکات کاربردی مهمی برای متخصصان روانشناسی، مشاوران مدارس و اولیای تربیتی دارد.

### محدودیت‌های پژوهش

۱. طرح مقطعی: به دلیل ماهیت مقطعی پژوهش، نمی‌توان روابط علی را استنباط کرد. احتمال وجود روابط دوطرفه نیز وجود دارد (مثلاً نوجوانان مضطرب ممکن است والدین را به سمت کنترل بیشتر سوق دهند).
۲. ابزارهای خودگزارشی: احتمال سوگیری پاسخ (مانند تمایل به مقبولیت اجتماعی) وجود دارد. استفاده از گزارش والدین یا معلمان و همچنین روش‌های مشاهده می‌تواند در پژوهش‌های آینده مفید باشد.
۳. تعمیم‌پذیری: نمونه محدود به شهر اصفهان است. فرهنگ، ساختار خانواده و سبک‌های فرزندپروری در سایر شهرهای ایران یا مناطق روستایی ممکن است متفاوت باشد.



۴. عدم بررسی متغیرهای تعدیل‌گر: عواملی مانند جنسیت، وضعیت اقتصادی-اجتماعی و ساختار خانواده (تک والد یا هر دو والد) می‌توانند در روابط مشاهده شده نقش داشته باشند که در این پژوهش بررسی نشدند.

### **پیشنهادهای پژوهشی**

۱. انجام پژوهش‌های طولی حداقل در سه مقطع زمانی برای تعیین توالی علی متغیرها.
۲. بررسی نقش تعدیل‌گر جنسیت، سن و وضعیت اقتصادی-اجتماعی در پژوهش‌های آینده.
۳. استفاده از روش‌های چندگانه گردآوری داده (پرسشنامه، مصاحبه، مشاهده رفتار اجتماعی در موقعیت‌های طبیعی).
۴. مقایسه این مدل در فرهنگ‌های مختلف (مثلاً شهرهای شمالی و جنوبی ایران) و در نوجوانان دارای اختلال اضطراب اجتماعی در مقابل نوجوانان عادی.
۵. طراحی و ارزیابی اثربخشی یک برنامه مداخله‌ای مبتنی بر آموزش تنظیم هیجان به نوجوانان و همزمان آموزش سبک والدگری مقتدرانه به والدین.

### **پیشنهادهای کاربردی**

۱. برای والدین: برگزاری کارگاه‌های فرزندپروری در مدارس و مراکز مشاوره با محوریت «تشخیص و کاهش رفتارهای هلیکوپتری» و جایگزینی آن با سبک مقتدرانه (تعادل بین حمایت و استقلال).
۲. برای نوجوانان: طراحی برنامه‌های آموزش مهارت‌های تنظیم هیجان (بر اساس پروتکل گراس) در قالب گروه‌های آموزشی در مدارس. این برنامه می‌تواند شامل تمرین ارزیابی مجدد شناختی، حل مسئله اجتماعی و مواجهه تدریجی با موقعیت‌های ترسناک اجتماعی باشد.
۳. برای مشاوران مدارس: غربالگری نوجوانان با والدگری هلیکوپتری از طریق پرسشنامه‌های کوتاه و ارجاع آن‌ها به جلسات مشاوره فردی یا گروهی با تمرکز بر ارتقای خودکارآمدی اجتماعی و کاهش اضطراب.
۴. برای سیاست‌گذاران آموزشی: گنجاندن واحدهای آموزشی «مهارت‌های فرزندپروری» در برنامه درسی مدارس برای والدین و همچنین ایجاد خط تلفن مشاوره خانواده.



## منابع

1. American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5<sup>th</sup> ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing
2. Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. New York: Freeman
3. Bowlby, J. (1969). Attachment and loss, Vol. 1: Attachment. New York: Basic Books
4. Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneier (Eds.), Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment (pp. 69–93). New York: Guilford Press
5. Cline, F. W., & Fay, J. (1990). Parenting with love and logic. Colorado Springs, CO: Pinon Press
6. Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. Review of General Psychology, 2(3), 271-299
7. Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. Journal of Personality and Social Psychology, 85(2), 348-362
8. Kline, R. B. (2016). Principles and practice of structural equation modeling (4<sup>th</sup> ed.). New York: Guilford Press
9. La Greca, A. M., & Lopez, N. (1998). Social anxiety among adolescents: Linkages with peer relations and friendships. Journal of Abnormal Child Psychology, 26(2), 83-94
10. Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S., & Robinson, L. R. (2007). The role of the family context in the development of emotion regulation. Social Development, 16(2), 361-388
11. Odenweller, K. G., Booth-Butterfield, M., & Weber, K. (2014). Investigating helicopter parenting, family environments, and relational outcomes for millennials. Communication Studies, 65(4), 407-425
12. Rapee, R. M., & Heimberg, R. G. (1997). A cognitive-behavioral model of anxiety in social phobia. Behaviour Research and Therapy, 35(8), 741-756
13. Schiffrin, H. H., Liss, M., Miles-McLean, H., Geary, K. A., Erchull, M. J., & Tashner, T. (2014). Helping or hovering? The effects of helicopter parenting on college students' well-being. Journal of Child and Family Studies, 23(3), 548-557



14. Segrin, C., Givertz, M., & Lin, Y. (2015). The mediating role of social skills in the relationship between helicopter parenting and young adults' social anxiety. *Journal of Family Communication*, 15(3), 191-206
15. Smith, H. M., & Betz, N. E. (2000). Development and validation of a scale of perceived social self-efficacy. *Journal of Career Assessment*, 8(3), 283-301
16. Steinberg, L. (2017). *Adolescence* (11<sup>th</sup> ed.). New York: McGraw-Hill
17. Van der Giessen, D., Branje, S., & Meeus, W. (2014). Perceived autonomy support from parents and best friends: Longitudinal associations with adolescents' depressive symptoms. *Social Development*, 23(3), 537-555
18. Van Ingen, D. J., Freiheit, S. R., Steinfeldt, J. A., Moore, L. L., & Vang, D. (2015). Helicopter parenting, attachment, and self-efficacy in emerging adults. *Journal of Child and Family Studies*, 24(7), 2096-2106
19. Whittle, S., Simmons, J. G., Dennison, M., Vijayakumar, N., Schwartz, O., Yap, M. B., ... & Allen, N. B. (2014). Positive parenting predicts the development of adolescent brain structure: A longitudinal study. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 8, 7-17
۲۰. حسینیان، س.، محمدی، م.، و رضایی، ع. (۱۳۹۸). بررسی رابطه بین سبک‌های والدگری و اضطراب اجتماعی در نوجوانان. *مجله روانشناسی مدرسه*، ۸(۲)، ۴۵-۶۰.
۲۱. حیدری، س.، و کرمی، ج. (۱۴۰۰). نقش میانجی تنظیم هیجان در رابطه بین والدگری هلیکوپتری و بهزیستی روانشناختی نوجوانان. *فصلنامه روانشناسی تحولی*، ۱۸(۱)، ۵۳-۶۸.
۲۲. رضایی، ع.، و محمدی، ن. (۱۳۹۹). هنجاریابی مقیاس اضطراب اجتماعی برای نوجوانان در ایران. *مجله روانشناسی بالینی*، ۱۲(۳)، ۲۱-۳۵.
۲۳. عبدالهی، م.، و موسوی، س. (۱۳۹۸). بررسی ویژگی‌های روانسنجی پرسشنامه والدگری هلیکوپتری در نمونه ایرانی. *پژوهش‌های روانشناختی*، ۲۲(۴)، ۴۴-۵۹.



## **The Relationship between Helicopter Parenting and Social Anxiety and Social Self-Efficacy with Regard to the Mediating Role of Emotion Regulation**

### **Abstract**

**Objective:** This study aimed to investigate the relationship between helicopter parenting and social anxiety and social self-efficacy, considering the mediating role of emotion regulation in adolescents in Isfahan

**Method:** A descriptive-correlational study using structural equation modeling. The population included all 12-18-year-old adolescents in Isfahan in the academic year 2024-2025. A sample of 380 participants (190 boys, 190 girls) was selected via multi-stage cluster sampling. **Instruments:** Helicopter Parenting Questionnaire (Odenweller et al., 2014), Social Anxiety Scale for Adolescents (La Greca & Lopez, 1998), Social Self-Efficacy Scale (Smith & Betz, 2000), and Emotion Regulation Questionnaire (Gross & John, 2003). Data were analyzed using SPSS and AMOS

**Findings:** Helicopter parenting had a positive relationship with social anxiety ( $\beta=0.45$ ) and a negative relationship with social self-efficacy ( $\beta=-0.40$ ). Emotion regulation played a partial mediating role ( $p<0.05$ ). Model fit indices were acceptable (CFI=0.93, RMSEA=0.068)

**Conclusion:** Helicopter parenting directly and indirectly (via undermining emotion regulation) increases social anxiety and decreases social self-efficacy. Training for parents and adolescents is recommended

**Keywords:** Helicopter parenting, social anxiety, social self-efficacy, emotion regulation, adolescents