

The Relationship Between Marital Intimacy, Mindfulness, and Parent–Child Relationship with Strengthening the Family Foundation Among Women in Mashhad: The Mediating Role of Communication Skills

Mitra Porkhaje 

M.A. in Family Counseling, Department of Counselling, Hekmat Razavi Institute of Higher Education, Mashhad, Iran.
Email: mitra.porkhaje1404@gmail.com

Hadi Gholammohammadi 

Assistant Professor, Department of Psychology and Counselling, Imam Reza International University, Mashhad, Iran.
(Corresponding Author), Email: hadi.gholammohammadi@imamreza.ac.ir

Mahmood Azadi 

Assistant Professor, Department of Counselling, Hekmat Razavi Institute of Higher Education, Mashhad, Iran. Email: drazadi@hri.ac.ir

Received: 2025-06-07	Revised: 2025-10-07	Accepted: 2026-02-07	Published: 2026-07-14
Citation: Porkhaje, M., Gholammohammadi, H. & Azadi, M. (2026). The Relationship Between Marital Intimacy, Mindfulness, and Parent–Child Relationship with Strengthening the Family Foundation Among Women in Mashhad: The Mediating Role of Communication Skills. <i>Research in Clinical Psychology and Counseling</i> , 16(1), 138-159. doi: 10.22067/tpccp.2026.93848.1797			

Extended Abstract

Introduction

Recent changes in the composition of the family unit have been shown to have far-reaching ramifications, with the potential to precipitate its dissolution (Mohammadi et al., 2022). Therefore, given the importance of the family in human societies, steps must be taken to prevent disintegration and strengthen its foundation. The concept of strengthening the foundation of the family means paying attention to the importance and strength of the family and creating a healthy and safe family condition. This process consists of four dimensions: The four components of family research, as delineated by Abbasi et al. (2024), are as follows: 1) family formation (marriage), 2) family continuity (relationships between spouses, themselves, and their families), 3) family development (relationships between parents, children, and relatives), and 4) around the family (family-related issues). Research indicates that marital intimacy plays an important role in the continuity and success of married life (Baghere et al., 2022). One of the variables associated with marital intimacy is mindfulness. According to Mahmoudpour et al. (2020), the results of a study indicated a positive relationship between mindfulness and marital intimacy. In this regard, mindfulness has been identified as a contributing factor to the stability of marital relationships (Tashkeh et al., 2024). Another variable associated with marital stability is the parent-child relationship. Research history indicates a negative relationship between the parent-child relationship and marital conflict (Lucas-Thompson & Granger, 2014). Another salient issue that

appears to play a fundamental role in fortifying the foundation of the family is the issue of communication skills. A body of research has been conducted on the impact of communication skills training on various aspects of marital relationships. These studies have indicated that such training can enhance marital satisfaction (Azarnik et al., 2022), marital intimacy (Jaberi et al., 2016), mitigate marital burnout (Bigdelimojarad et al., 2020), and alleviate marital conflicts (Amani & Letafati Beriss, 2013). In light of the aforementioned points, the present study aims to address the following research question: Is there a relationship between intimacy, mindfulness, and the parent-child relationship with communication skills serving as a mediating factor in strengthening the family foundation?

Method

This was a descriptive-correlational study that employed structural equation modeling. The statistical population comprised all married women who had referred to three counseling clinics in Mashhad (N = 300) in 2023. Among the referring individuals, 160 women were selected. The sampling method employed in this study was available, and after meeting the research conditions (entry criteria; minimum education of diploma, age range 25 to 55 years, willingness to participate in the research, having children, at least five years of cohabitation, and exclusion criteria; including psychological disorders, decision to separate, and severe marital conflicts), participants were invited to cooperate and complete the questionnaires. The data collection instruments included Marital intimacy questionnaire (Brook et al., 1995), Mindful attention awareness scale (Brown and Ryan, 2003), Parent child relationship scale (Pianta, 1994), strengthening the family foundation questionnaire (Pourmovah et al., 2018), and communication skills scale (Jarabak, 2004). The analysis was conducted using SPSS version 25 and SmartPLS software.

Findings

The findings demonstrated a positive and significant relationship between marital intimacy ($B=0.115$, $t=4.069$, $P\leq 0.000$), mindfulness ($B=0.239$, $T=3.664$, $P\leq 0.000$), parent-child relationship ($B=0.296$, $T=5.585$, $P\leq 0.000$), and communication skills ($B=0.359$, $T=5.092$, $P\leq 0.000$) with strengthening the family foundation. Moreover, the findings demonstrated that communication skills serve a mediating role in the relationship between marital intimacy, mindfulness, and parent-child relationships with strengthening the family foundation ($P<0.05$).

Discussion & Conclusion

The present study sought to examine the mediating role of communication skills in the relationship between marital intimacy, mindfulness, and parent-child relationships with strengthening the family foundation in women. The initial segment of the results indicated the mediating role of communication skills in the relationship between marital intimacy and the strengthening of the family foundation in women. This result aligns with the findings reported in the studies conducted by Nematzadeh Gatabi et al. (2020), Johnson et al. (2022), and Khalfi and Honarmand (2023). A close examination of these results reveals that intimacy plays a pivotal role in the adjustment of couples. The utilization of communication skills in expressing intimacy can serve as a preventative measure against damage to the family foundation (Mohaddesi & Yusofi, 2010). Therefore, it is recommended that marital intimacy be promoted among women through

the cultivation of communication skills. In the second part, the results indicated the mediating role of communication skills in the relationship between mindfulness and strengthening the family foundation. This result aligns with the findings of studies conducted by Rajabi et al. (2022) and Ramezanpour Geliyard et al. (2024). A thorough examination of this result reveals that by cultivating these abilities, an individual transcends his thoughts and feelings, attaining the capacity to scrutinize and select from a range of options within the constructed environment, with the liberty to respond in a manner that aligns with their preferences. Consequently, he engages in constructive communication patterns within the family, thereby fostering enhanced family cohesion and stability (Gambrel & Keeling, 2010). Therefore, it is recommended to assist in enhancing women's mindfulness through the implementation of communication skills training. The third section demonstrated the mediating role of communication skills in the relationship between the parent-child relationship and the strengthening of the family foundation. This finding is consistent with the results of the studies of I'tesami-Pur et al. (2020) and Mollazadehnooran et al. (2021). In elucidating this finding, it is acknowledged that familial dynamics, encompassing the nature of the parent-child relationship, exert a substantial influence on the health and development of children. Researchers posit that the manner in which parents communicate with their children is a pivotal factor in determining the biological, psychological, and social well-being of children (Jonynas & Kern, 2012). Consequently, the enhancement of communication skills among parents is posited as a means of fostering enhanced parent-child relationships and strengthening the family foundation.

Keywords: Marital intimacy, mindfulness, parent-child relationship, communication skills, strengthening the family foundation.

پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و مشاوره

دسترسی آزاد

<https://tpccp.um.ac.ir>

مقاله پژوهشی



رابطه بین صمیمیت زناشویی، ذهن آگاهی و رابطه والد-کودک با تحکیم بنیان خانواده در زنان شهر مشهد: نقش میانجی مهارت‌های ارتباطی

میترا پورخواجه ^{ID}کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، موسسه آموزش عالی حکمت رضوی، مشهد، ایران. mitra.porkhaje1404@gmail.comهادی غلام محمدی ^{ID}استادیار، گروه روانشناسی و مشاوره، دانشگاه بین‌المللی امام رضا، مشهد، ایران. (نویسنده مسئول). hadi.gholammohamadi@imamreza.ac.irمحمود آزادی ^{ID}استادیار، گروه مشاوره، موسسه آموزش عالی حکمت رضوی، مشهد، ایران. drazadi@hri.ac.ir

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۳/۱۷	تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۰۷/۱۵	تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۱۱/۱۸	تاریخ انتشار: ۱۴۰۵/۰۴/۲۳
استناد: پورخواجه، میترا؛ غلام محمدی، هادی؛ آزادی، محمود. (۱۴۰۵). رابطه بین صمیمیت زناشویی، ذهن آگاهی و رابطه والد-کودک با تحکیم بنیان خانواده در زنان شهر مشهد: نقش میانجی مهارت‌های ارتباطی. <i>پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و مشاوره</i> ، ۱۶(۱)، ۱۵۹-۱۳۸. doi: 10.22067/tpccp.2026.93848.1797			

چکیده

هدف: هدف پژوهش حاضر بررسی نقش میانجی مهارت‌های ارتباطی در رابطه بین صمیمیت، ذهن آگاهی و رابطه والد-کودک با تحکیم بنیان خانواده در زنان متأهل بود.

روش: پژوهش حاضر توصیفی-همبستگی به روش مدل‌یابی معادلات ساختاری بود. جامعه پژوهش شامل کلیه زنان مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره کوک زندگی و اندیشه و احساس شهر مشهد در سال ۱۴۰۲ بود. با توجه به جدول مورگان از بین افراد مراجعه‌کننده تعداد ۱۶۰ نفر با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس مبتنی بر هدف و بر اساس داوطلب بودن آزمودنی‌ها که معیارهای ورود و خروج را داشتند، به‌عنوان نمونه انتخاب و به پرسشنامه‌های صمیمیت زناشویی بروک و برتن، ذهن آگاهی براون و رایان، رابطه والد-

کودک پiantا، تحکیم خانواده پور موحد و همکاران و مهارت‌های ارتباطی کوئین دام پاسخ دادند. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزارهای آماری SPSS نسخه ۲۵ و Smart PLS تجزیه و تحلیل شدند.

یافته‌ها: نتایج بیانگر این بود که رابطه مثبت و معناداری بین صمیمیت زناشویی، ذهن‌آگاهی، رابطه والد-کودک و مهارت‌های ارتباطی با تحکیم بنیان خانواده وجود دارد ($P < 0/05$). همچنین نتایج بیانگر این بود که صمیمیت زناشویی، ذهن‌آگاهی، رابطه والد-کودک و مهارت‌های ارتباطی ۹۹٪ تغییرات در تحکیم بنیان خانواده را توضیح داده‌اند و مهارت‌های ارتباطی در رابطه بین صمیمیت زناشویی، ذهن‌آگاهی و رابطه والد-کودک با تحکیم بنیان خانواده، نقش میانجی دارد. ($P < 0/05$).

نتیجه‌گیری: با توجه به اینکه صمیمیت، ذهن‌آگاهی و رابطه والد کودک به‌صورت مستقیم و غیرمستقیم با میانجیگری مهارت‌های ارتباطی می‌توانند بر تحکیم بنیان خانواده تأثیر بگذارند؛ آموزش مهارت‌های ارتباطی در حوزه خانواده توسط مسئولان و دست‌اندرکاران ضروری به‌نظر می‌رسد.

واژه‌های کلیدی: صمیمیت زناشویی، ذهن‌آگاهی، رابطه والد-کودک، مهارت‌های ارتباطی، تحکیم بنیان خانواده

مقدمه

خانواده در جایگاه نخستین نهاد اجتماعی زندگی انسان، یکی از اساسی‌ترین نهادهای اجتماع به‌شمار می‌رود و زیربنای دیگر نهادهای اجتماعی است (Olson, 2023). نهادی که در سال‌های اخیر تحت تأثیر دگرگونی‌های گسترده فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی ناشی از پدیده جهانی‌شدن و نوسازی قرار گرفته است و در نقش‌ها و کارکردهایش تغییرات زیادی ایجاد شده است (Manalel & Antonucci, 2020). تغییرات ایجاد شده، چالش‌های گسترده‌ای را پیش روی نهاد خانواده قرار داده است که می‌تواند منجر به گسستگی و فروپاشی آن گردد (Mohammadi et al., 2022). در چنین شرایطی کارکردهای زیستی، اجتماعی، شناختی و عاطفی خانواده دچار آسیب و مشکل می‌گردد که این مشکلات ابتدا موجب گسستگی روانشناختی، سپس گسستگی اجتماعی و در انتها گسستگی حقوقی یعنی "طلاق" می‌گردد (Ciprić et al., 2022). لذا با توجه به اهمیت نظام خانواده در جوامع انسانی در جهت جلوگیری از گسستگی و تحکیم بنیان آن باید گامی برداشت؛ مفهوم تحکیم بنیان خانواده^۱ به‌معنای توجه به اهمیت و استحکام خانواده و ایجاد خانواده‌ای سالم و امن است که از چهار بعد ۱- تشکیل خانواده (ازدواج)، ۲- تداوم خانواده (روابط همسران با یکدیگر و با خانواده‌هایشان)، ۳- توسعه خانواده (روابط

1. Divorce

2. strengthening the family foundation

والدین، فرزندان و خویشاوندان)، ۴- پیرامون خانواده (مسائل مرتبط با خانواده)، تشکیل شده است (Abbasi et al., 2024).

پژوهش‌ها نشان می‌دهند که صمیمیت زناشویی^۱ یکی از عوامل کلیدی در تداوم و موفقیت زندگی زناشویی است؛ به عبارتی زوجینی که از صمیمیت و تعاملات مثبت در زندگی مشترک برخوردارند، به مراتب بیشتر از زندگی زناشویی خود لذت می‌برند و به زندگی‌شان پایبندتر هستند (Baghere et al., 2022). در حقیقت، صمیمیت یکی از اساسی‌ترین احساسات و هیجانات درون‌فردی است که تجربه آن باعث ایجاد آرامش در افراد گردیده و به عنوان یک مفهوم چندبعدی نقش محافظتی در ازدواج دارد (Lee & Yoon, 2023). صمیمیت زناشویی عامل پیوند زوجین و افزایش رضایت‌مندی آنها از رابطه است و عدم یا کم‌رنگ شدن آن عاملی اساسی در تمایل زوجین به طلاق است (Nho et al., 2022). صمیمیت زناشویی توانایی پیش‌بینی تعهد زناشویی را دارد؛ به عبارتی صمیمت، تعهد زن و شوهر به ماندگاری رابطه را محکم نموده و سازگاری و رضایت زناشویی را افزایش می‌دهد (Mohammadi & Abbasi, 2016). لذا صمیمیت، از طریق افزایش تعهد، رضایت و کیفیت زناشویی به تحکیم بنیان خانواده کمک می‌کند.

یکی از متغیرهای مرتبط با صمیمیت زناشویی، ذهن‌آگاهی^۲ است؛ به گونه‌ای که محمدپور و همکاران، (mahmoudpour et al., 2020)، در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که بین ذهن‌آگاهی و صمیمت زناشویی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. در همین راستا، ذهن‌آگاهی به عنوان یکی دیگر از عوامل تأثیرگذار بر روابط زناشویی شناخته شده است (Tashkeh et al., 2024). ذهن‌آگاهی به معنای توجه آگاهانه و متمرکز به امور در زمان حاضر است که به افراد کمک می‌کند با توجه به لحظه حال، به جای واکنش‌های خودکار و بدون فکر، درنگ کرده و با درک بهتر از پاسخ‌های خود، از پریشانی ناشی از طرد و انتقاد کاسته و به ارتباطات خود بهبود بخشند (Chayadi et al., 2022). هدف اصلی ذهن‌آگاهی رسیدن به یک حالت ایده‌آل نیست، بلکه پذیرش شرایط فعلی و توجه به آن است. به عبارتی، به جای تلاش برای دستیابی به یک ظاهر ایده‌آل، ذهن‌آگاهی بر پذیرش و ارتباط مؤثر با واقعیت موجود تأکید دارد؛ علاوه بر این، ذهن‌آگاهی توانایی ماندن در لحظه و تجربه کردن آن را تقویت می‌کند و از اجتناب از مساله جلوگیری می‌کند (Goldberg et al., 2023). پژوهش‌ها بیانگر

1. Marital intimacy

2. mindfulness

رابطه ذهن‌آگاهی با متغیرهای مهم در حوزه تحکیم بنیان خانواده هستند؛ به گونه‌ای که فضائلی و همکاران، (Fazaeli et al., 2024) در پژوهش به این نتیجه رسیدند که بین ذهن‌آگاهی و رضایت زناشویی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین یانگ (Yang et al., 2023)، در پژوهشی رابطه بین کیفیت زناشویی و ذهن‌آگاهی را مثبت و معنادار گزارش نمودند. محمدپور و همکاران، (mahmoudpour et al., 2020)، نیز در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که بین ذهن‌آگاهی با صمیمیت زناشویی رابطه معناداری وجود دارد. از طرفی ذهن‌آگاهی نقش اساسی در رابطه والد - کودک^۱ ایفا می‌کند. به گونه‌ای که آموزش‌های مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر کیفیت رابطه والد - کودک (Hosseini Sohi, 2023)، حل تعارضات والد - کودک (Baharvand et al., 2021)، انعطاف - پذیری مادران در تعاملات والد - کودک (Hosseinian et al., 2022) و ... تاثیر می‌گذارد.

رابطه والد - کودک یک پدیده پیچیده و چندبعدی است که از تأثیر عوامل مختلفی مانند نگرش و پذیرش والدین، نحوه مدیریت و کنترل رفتار کودکان، حس شایستگی اجتماعی و خویشتن‌داری، میزان دانش و مهارت والدگری، اعتماد به نفس و خوش‌بینی والدین در تربیت کودک و ایجاد محیطی بدون تعارض تشکیل می‌شود (Gallegos et al., 2023). پیشینه پژوهشی بیانگر رابطه منفی و معناداری بین کیفیت رابطه والد - کودک با تعارض زناشویی است (Lucas-Thompson & Granger, 2014). به عبارتی تعارض زناشویی با کم شدن رابطه جنسی زوجین، افزایش جلب حمایت فرزندان، جدا نمودن مسائل مالی، افزایش واکنش‌ها و رفتارهای تکانه‌ای و هیجانی، کاهش ارتباط با اقوام همسر و ... همراه هست که همه این‌ها می‌توانند بر رابطه والد - فرزند تأثیر مستقیم و یا غیرمستقیم بگذارند (Du Rocher Schudlich & Cummings, 2007). تعارض بین زوجین در رابطه والد - کودک نقش مهمی ایفا می‌کند؛ به گونه‌ای که تعارض والدین منجر به کناره‌گیری، کم‌توجهی، ابراز خشم، رفتار خصمانه، عیب‌جویی از کودک و اعمال تنبیه نسبت به کودک می‌شود (Oh et al., 2011). از آنجایی که تعارض زناشویی نقش مهمی در تهدید تحکیم بنیان خانواده دارد؛ بررسی متغیرهای مرتبط با آن از جمله رابطه والد - فرزند ضروری به نظر می‌رسد.

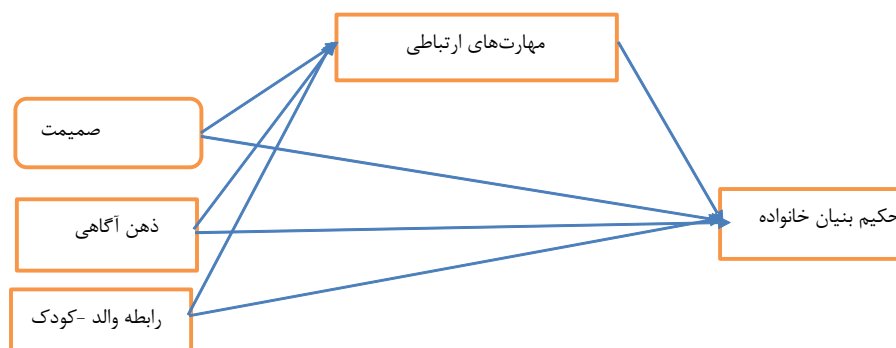
یکی از موارد مهم که به نظر نقش اساسی در تحکیم بنیان خانواده دارد، موضوع مهارت‌های ارتباطی^۲ است. پژوهش‌های صورت گرفته در این حوزه بیانگر تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی بر افزایش رضایت زناشویی

1. Parent-child relationship

2. communication skills

(Azarnik et al., 2022)، صمیمیت زناشویی (Jaberi et al., 2016)، کیفیت زناشویی و کاهش دلزدگی زناشویی (Bigdelimojarad et al., 2020) و تعارضات زناشویی (Amani & Letafati Beriss, 2013) است. مهارت‌های ارتباطی را می‌توان نوعی توانایی نمادین و کارآمد در نظر گرفت؛ بدین گونه که این توانایی نمادین، زمینه را برای انتقال معانی و پیام‌های ذهنی بین زوجین فراهم می‌کند. زوجین از این طریق می‌توانند افکار، احساسات و هیجانات خود را با دیگری به اشتراک بگذارند و در نتیجه احساس نزدیکی بیشتر به هم نموده و ارتباط زناشویی-شان کیفیت بهتری پیدا می‌کند (Baran & Sanders, 2019). از طرفی این مهارت‌ها به زوجین کمک می‌کند تا با پیشگیری از سوء تفاهات احتمالی از بودن در کنار هم لذت بیشتری برده و احساس صمیمیت بیشتری داشته باشند (Whisman et al., 2018). در نتیجه می‌توان گفت مهارت‌های ارتباطی از پیش‌بینی‌کننده‌های اصلی رضایت زناشویی، استحکام و طول عمر زندگی زناشویی و خانوادگی است (Azarnik et al., 2022).

با توجه به آنچه گذشت؛ اهمیت تحکیم یا پایداری بنیان خانواده با توجه به افزایش تنش‌ها و مسائل درون خانواده از یک سو و عدم پیشینه پژوهشی کافی در این حوزه از سوی دیگر، نویسندگان را بر آن داشت تا در جهت بررسی مولفه‌های مرتبط با تحکیم بنیان خانواده دست به پژوهش بزنند و به دنبال پاسخگویی به این سوال باشند که آیا بین صمیمیت، بهشیاری و رابطه والد کودک با نقش میانجی مهارت‌های ارتباطی با تحکیم بنیان خانواده رابطه وجود دارد؟



شکل ۱. مدل مفهومی پژوهش

روش

این پژوهش توصیفی-همبستگی به روش مدل‌سازی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری شامل کلیه زنان متأهل مراجعه‌کننده به کلینیک‌های مشاوره کوک زندگی، اندیشه و احساس و والای مشهد بود (تعداد = ۳۰۰) که در ۶ ماهه اول سال ۱۴۰۲ به مراکز مشاوره مذکور مراجعه نموده بودند. از بین افراد مراجعه‌کننده تعداد ۱۶۰ نفر با استفاده از جدول مورگان انتخاب شدند. روش نمونه‌گیری این پژوهش در دسترس و بر مبنای داوطلب بودن آزمودنی‌ها بود، که پس از احراز شرایط پژوهش (معیارهای ورود؛ داشتن حداقل دیپلم، دامنه سنی ۲۵ تا ۵۵ سال، تمایل به شرکت در پژوهش، داشتن فرزند، از زندگی مشترک‌شان حداقل پنج سال گذشته باشد و معیارهای خروج؛ شامل اختلالات روانشناختی، تصمیم برای جدایی و تعارضات شدید زناشویی)، دعوت به همکاری و تکمیل پرسشنامه‌ها شدند. ابزار گردآوری داده‌ها شامل مقیاس‌های صمیمت زناشویی، مهارت‌های ارتباطی، تحکیم بنیان خانواده، ذهن‌آگاهی و رابطه والد-کودک بودند. جهت رعایت مسائل اخلاقی تمامی شرکت‌کنندگان فرم رضایت آگاهانه را تکمیل نموده و به آنان اطمینان داده شد که ضمن رعایت موضوع گمنامی از نتایج داده‌های آن‌ها فقط در امور پژوهشی استفاده خواهد شد؛ همچنین این پژوهش دارای شناسه اخلاق 1403.003 IR.UM.REC. از کمیته اخلاق دانشگاه فردوسی مشهد است. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم‌افزارهای SPSS نسخه ۲۵ و SmartPLS استفاده شد.

مقیاس صمیمیت زناشویی

پرسشنامه صمیمت زناشویی (MIQ)^۱ توسط وندن بروک و همکاران (Van den Broucke et al., 1995)، با ۵۶ سوال تهیه شده است که ۵ خرده‌مقیاس (صمیمیت، توافق، صادق بودن، علاقه و پابندی به تعهدات) را در بر می‌گیرد. سوالات در طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (خیلی زیاد، زیاد، متوسط، کم و خیلی کم) نمره‌گذاری می‌شوند؛ بدینگونه که خیلی کم صفر و خیلی زیاد ۴ می‌گیرد. دامنه نمرات بین صفر و ۲۲۴ می‌باشد که هر چه نمره فرد بیشتر باشد، نشان‌دهنده صمیمت زناشویی بیشتر است (Van den Broucke et al., 1995). وندن بروک و همکاران (Van den Broucke et al., 1995)، روایی محتوایی این ابزار را مطلوب و ۰/۸۹ و پایایی آن را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۶ گزارش نمودند. در ایران روایی محتوایی ابزار مذکور مطلوب و ۰/۸۷ و میزان پایایی خرده‌مقیاس صمیمت ۰/۷۷، توافق ۰/۸۷، صادق بودن ۰/۷۴، علاقه ۰/۸۰ و پابندی به تعهدات را ۰/۷۱ گزارش شده است.

1. Marital intimacy questionnaire.

(Hasanzadeh Pashang et al., 2014). در پژوهش حاضر پایایی کل صمیمیت زناشویی از طریق آلفای کرونباخ ۰/۷۸ گزارش شد.

مقیاس ذهن آگاهی

پرسشنامه ذهن آگاهی (MAAS)^۱ توسط براون و رایان^۲ (Brown & Ryan, 2003)، ساخته و دارای ۱۵ سوال است. نمره‌گذاری این ابزار در یک طیف ۶ درجه‌ای لیکرتی (۱= همیشه و ۶= هیچ‌وقت)، انجام می‌گیرد. دامنه نمرات بین ۱۵ تا ۹۰ می‌باشد. در رابطه با پایایی این مقیاس بر روی ۷ گروه اجرا گردیده و آلفای کرونباخ آن بین ۰/۸۲ تا ۰/۸۷ گزارش شده است. روایی این مقیاس نیز مطلوب گزارش شده است به گونه‌ای که همبستگی بسیار بالایی را با متغیرهای خودشناسی انسجامی و سلامت روان و همبستگی بسیار پایینی را با اضطراب، افسردگی و استرس ادراک شده نشان داده است (Brown & Ryan, 2003). این مقیاس در جامعه ایران اجرا شده و آلفای کرونباخ آن به طور میانگین ۰/۸۲ گزارش شده است (Ghorbani et al., 2009). در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ محاسبه و ۰/۸۰ گزارش شد.

مقیاس رابطه والد-کودک

مقیاس رابطه والد-کودک (PCRS)^۳ توسط پیانتا^۴ (Pianta, 1994)، ساخته شد و شامل ۳۳ ماده است که ادراک والدین از رابطه خود با کودکشان را مورد سنجش قرار می‌دهد. این مقیاس شامل حوزه‌های تعارض، صمیمیت، وابستگی و رابطه مثبت کلی (مجموع تمام حوزه‌ها) می‌باشد. نمره‌گذاری مقیاس رابطه والد-کودک براساس مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت صورت می‌پذیرد (نمره ۵ برای قطعا صدق می‌کند و نمره ۱ برای اصلا صدق نمی‌کند). رابطه مثبت کلی بیانگر رابطه گرم و صمیمی بین والد و کودک است که از حاصل جمع نمره‌های حوزه‌های نزدیکی و معکوس نمره‌های حوزه تعارض و وابستگی به دست می‌آید (Pianta, 1994). در اسکول^۵ و پیانتا (Driscoll & Pianta, 2011)، در پژوهشی آلفای کرونباخ این مقیاس را در هر یک از حوزه‌های تعارض، نزدیکی، وابستگی و رابطه مثبت کلی (نمره کل مقیاس) به ترتیب ۰/۷۵، ۰/۷۴، ۰/۶۹ و ۰/۸۰ گزارش کرده‌اند. این مقیاس در جامعه ایران اجرا شده و آلفای کرونباخ آن به طور میانگین برای هر یک از خرده‌مقیاس‌های تعارض، صمیمیت،

1. Mindful Attention Awareness Scale.

2. Brown & Ryan.

3. Parent child relationship scale

4. Pianta

5. Driscoll

وابستگی و رابطه والد-کودک (رابطه مثبت کلی)، به ترتیب ۰/۸۴، ۰/۷۰، ۰/۶۱ و ۰/۸۶ گزارش شده است (Abareshi et al., 2009). در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ محاسبه و ۰/۷۶ گزارش شد.

مقیاس مهارت‌های ارتباطی جرابک

پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی جرابک (ICSQ)^۱ که حاوی ۳۴ ماده است، برای ارزیابی مهارت‌های ارتباطی تهیه شده است و نمره‌گذاری آن بر اساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای است (۱ هرگز تا ۵ همیشه) که غیر از نمره کلی این آزمون ۵ خرده مقیاس دارد که شامل: گوش دادن، توانایی دریافت و ارسال پیام، بیش‌نسبت به فرآیند ارتباط، کنترل عاطفی و ارتباط توأم با قاطعیت می‌باشد. دامنه نمره کل مقیاس بین ۳۴ تا ۱۷۰ است که نمره بالاتر بیانگر مهارت‌های ارتباطی قوی‌تر است و همچنین ماده‌های ۳۳، ۳۲، ۲۸، ۲۵، ۲۴، ۱۹، ۱۷، ۱۳، ۱۲، ۱۰، ۹، ۶، ۴، ۲، به شکل معکوس نمره‌گذاری می‌شوند (Hasirchaman et al., 2018). پراسانا^۲ و همکاران ساختار عاملی این پرسشنامه را مورد بررسی قرار دادند و مدل پنج عاملی مورد تایید قرار گرفت. در این پژوهش همسانی درونی برای تمام خرده مقیاس‌ها بالای ۰/۸ بود و پایایی آزمون بازآزمون ۰/۹۵ به دست آمد (Prasanna et al., 2023). حسین‌چاری و فداکار، در پژوهشی اعتبار این مقیاس را از روش آلفای کرونباخ و دو نیمه کردن ۰/۷۱ و ۰/۶۹ گزارش کردند (Hasirchaman et al., 2018). در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ ۰/۷۴ به دست آمد.

پرسشنامه تحکیم بنیان خانواده:

برای سنجش تحکیم بنیان خانواده از پرسشنامه تحکیم خانواده پور موحد و همکاران (Pourmovahed et al., 2018)، استفاده شد. این مقیاس دارای ۵۶ سوال است که در طیف لیکرت ۴ درجه‌ای (کاملاً موافقم ۴، موافقم ۳، مخالفم ۲ و کاملاً مخالفم ۱)، نمره‌گذاری می‌گردد و دامنه نمرات بین ۵۶ تا ۲۲۴ می‌باشد. هر چه نمره فرد بیشتر باشد بیانگر استحکام و ثبات بیشتر خانواده است. برای ارزیابی روایی صوری و محتوایی پرسشنامه نظر ۹ متخصص (سه روانپزشک، چهار دکترای روانشناسی و دو کارشناس ارشد روانشناسی) مورد توجه قرار گرفته و روایی محتوایی ابزار ۰/۷۹ گزارش شده است. برای تعیین اعتبار همگرا همبستگی بین نمرات پرسشنامه با پرسشنامه مک مستر مطلوب گزارش شده است (Pourmovahed et al., 2018). پایایی ابزار نیز از طریق روش بازآزمایی و همسانی درونی ارزیابی و همسانی درونی ابزار برای کل مقیاس ۰/۸۲ به دست آمد (Pourmovahed et al., 2018). در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ محاسبه و ۰/۶۹ گزارش شد.

1. Jerabek Interpersonal Communication Skills Questionnaire

2. Prasanna

یافته‌ها

در این بخش ابتدا داده‌های جمعیت‌شناختی و سپس داده‌های توصیفی و استنباطی بیان می‌گردند. یافته‌های جمعیت‌شناختی بیانگر این بود که ۶۰ نفر از شرکت‌کنندگان معادل ۳۷/۵ درصد بین ۲۵ تا ۳۵ سال، ۶۰ نفر معادل ۳۷/۵ درصد بین ۳۶ تا ۴۵ سال و ۴۰ نفر معادل ۲۵ درصد در بازه سنی ۴۶ تا ۵۵ سال قرار داشتند. همچنین از تعداد کل شرکت‌کنندگان ۷۰ نفر معادل ۴۳/۵ درصد دارای مدرک دیپلم، ۶۰ نفر معادل ۳۷/۵ درصد دارای مدرک لیسانس و ۳۰ نفر معادل ۱۹ درصد فوق لیسانس بودند. در پایان نیز ذکر این نکته مهم است که از بین کل شرکت‌کنندگان ۴۰ نفر معادل ۲۵ درصد شاغل و تعداد ۱۲۰ نفر معادل ۷۵ درصد غیر شاغل بودند.

شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش نیز بررسی و گزارش گردید. بدین ترتیب که میانگین و انحراف معیار برای صمیمیت (۱۰۶/۴۴، ۱۰/۳۹)، ذهن‌آگاهی (۵۵/۲۸، ۱۴/۳۷)، رابطه والد-کودک (۴۹/۶۳، ۸/۹۵)، تحکیم بنیان خانواده (۱۶۶/۷۸، ۵/۲) و مهارت‌های ارتباطی (۱۸۴/۷۳، ۱۶/۷۹)، به دست آمد.

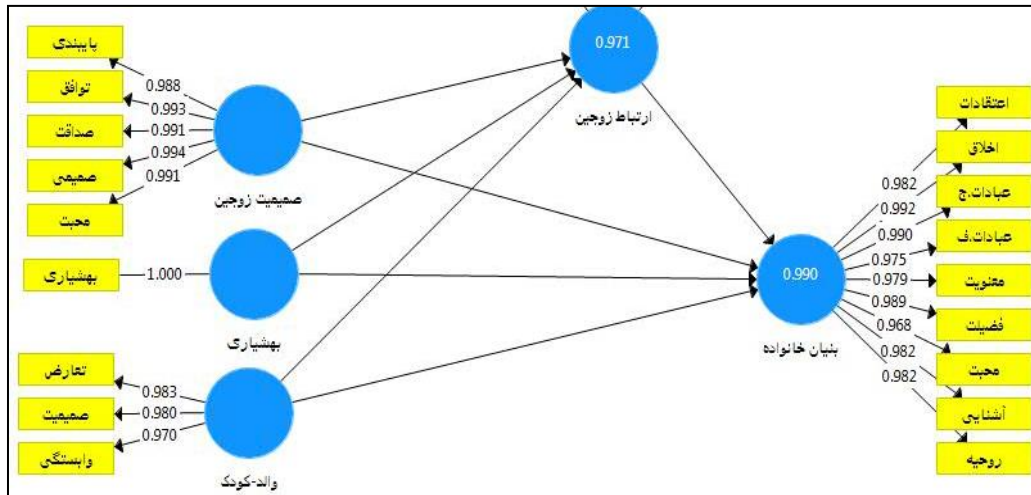
جهت تحلیل داده‌ها ابتدا موضوع نرمال بودن شاخص‌های پژوهش باید مورد بررسی قرار گیرد. برای این کار از آزمون کولموگروف - اسمیرنوف یک نمونه‌ای استفاده شد و سطح معناداری آزمون برای تمامی شاخص‌های پژوهش کوچک‌تر از مقدار ۰/۰۵ بود، در نتیجه تمامی شاخص‌های پژوهش دارای توزیع غیر نرمال می‌باشند. بنابراین، برای بررسی از آزمون‌های ناپارامتریک (pls) استفاده شد. یافته‌های مربوط به اندازه‌گیری مدل شامل روایی همگرا، روایی واگرا و آلفای کرونباخ در جدول ۱ گزارش شده است.

جدول ۱. پایایی، روایی همگرا و روایی واگرای متغیرهای پژوهش

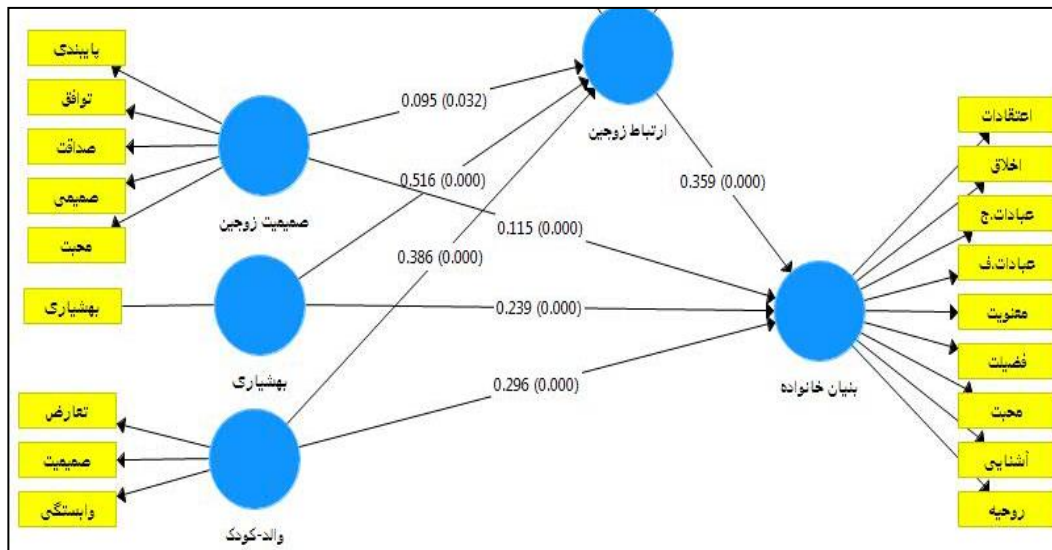
متغیر	روایی همگرا	آلفای کرونباخ	روایی واگرا
صمیمیت	۰/۹۹	۰/۹۹	۰/۳۷
ذهن‌آگاهی	۰/۹۹	۰/۹۹	۰/۴۴
رابطه والد-کودک	۰/۹۶	۰/۹۷	۰/۳۶
تحکیم خانواده	۰/۹۸	۰/۹۹	۰/۳۸
مهارت‌های ارتباطی	۰/۹۷	۰/۹۷	۰/۲۷

در مرحله اندازه‌گیری مدل، برای روایی همگرا از شاخص AVE، روایی واگرا از HTMT و برای پایایی از آلفای کرونباخ استفاده شد. مقادیر مربوط به AVE و آلفای کرونباخ به ترتیب بزرگتر از ۰/۵۰ و ۰/۷۰ بودند که بیانگر روایی همگرا و پایایی مناسبی برای متغیرهای پژوهش بودند. همچنین مقادیر بده‌دست آمده از HTMT بین ۰ و ۱ بودند که نشان می‌داد

روایی و اگر نیز قابل قبول است. همچنین در این مرحله مدل مفهومی آزمون شده یا الگوریتم PLS نیز در راستای بررسی پایایی و روایی مدل مورد استفاده قرار گرفت که نتایج پایایی و روایی مدل را تایید نمود.



شکل ۲. مدل مفهومی آزمون شده یا الگوریتم PLS



شکل ۳. مدل ساختاری پژوهش همراه با ضرایب مسیر و سطح معناداری

یافته‌های مربوط به ضریب بتا، مقدار t ، R^2 و Q^2 در جدول ۲ ارائه شده‌اند.

جدول ۲. ضرایب بتا، سطح معناداری، معیار قدرت پیش‌بینی و واریانس پیش‌بینی

متغیر پیش‌بین	متغیر ملاک	ضریب بتا	آماره t	sig	Q^2	R^2
صمیمیت		۰/۱۱۵	۴/۰۶۹	۰/۰۰۰		
ذهن آگاهی	تحکیم بنیان خانواده	۰/۲۳۹	۳/۶۶۴	۰/۰۰۰	۰/۹۴۸	۰/۹۹۰
رابطه والد-کودک		۰/۲۹۶	۵/۵۸۵	۰/۰۰۰		
مهارت‌های ارتباطی		۰/۳۵۹	۵/۰۹۲	۰/۰۰۰		

در مرحله مدل‌سازی ساختاری، فرضیه‌های مطالعه، ضریب مسیر، ضریب تعیین $R(2)$ و مقدار استون - گیس $Q(2)$ ارزیابی شدند. با توجه به یافته‌های شکل ۲ و جدول ۲، نتایج بیانگر این بود که رابطه مثبت و معناداری بین صمیمیت زناشویی ($b = 0/115$, $t = 4/069$, $p \leq 0/000$)، ذهن آگاهی ($b = 0/239$, $t = 3/664$, $p \leq 0/000$)، رابطه والد کودک ($b = 0/296$, $t = 5/585$, $p \leq 0/000$) و مهارت‌های ارتباطی ($b = 0/359$, $t = 5/092$, $p \leq 0/000$)، با تحکیم بنیان خانواده وجود دارد. همچنین مقدار R^2 ۰/۹۹۰ به دست آمد که بیانگر این بود که صمیمیت زناشویی، ذهن آگاهی، رابطه والد-فرزند و مهارت‌های ارتباطی ۹۹٪ تغییرات در تحکیم بنیان خانواده را توضیح داده‌اند. همچنین مقدار Q^2 برای متغیرهای درون‌زای برای متغیر تحکیم بنیان خانواده برابر با ۰/۹۴۸ بود که متغیرهای پیشین مطالعه پیش‌بینی کننده قوی‌ای برای تحکیم بنیان خانواده می‌باشند.

یافته‌های مربوط به نتایج آزمون فرضیه پژوهش در جدول ۳ ارائه شده‌اند.

جدول ۳. نتایج آزمون فرضیه پژوهش

مسیر	ضریب مسیر	آماره t	سطح معناداری
صمیمیت زناشویی $\leftarrow$ مهارت‌های ارتباطی	۰/۰۹۵	۲/۱۴۸	۰/۰۳۲
ذهن آگاهی $\leftarrow$ مهارت‌های ارتباطی	۰/۵۱۶	۵/۹۵۸	۰/۰۰۰
رابطه والد کودک $\leftarrow$ مهارت‌های ارتباطی	۰/۳۸۶	۵/۱۴۴	۰/۰۰۰
مهارت‌های ارتباطی $\leftarrow$ تحکیم بنیان خانواده	۰/۳۵۹	۵/۰۹۲	۰/۰۰۰

نتایج حاصل از جدول ۳ نشان می‌دهد که مهارت‌های ارتباطی در رابطه بین صمیمیت زناشویی، ذهن آگاهی و رابطه والد فرزند با تحکیم بنیان خانواده نقش میانجی دارد.

نتایج مربوط به برازش مدل با دو شاخص SRMR و NIF در جدول ۴ ارائه شده‌اند.

جدول ۴. شاخص‌های برازش مدل	
مقدار	شاخص
۰/۰۱۴	SRMR
۰/۹۴۵	NIF

SRMR یا همان شاخص ریشه میانگین مربعات باقیمانده استاندارد، به عنوان تفاوت میان میزان همبستگی مشاهده شده و ماتریس همبستگی مدل ساختاری می‌باشد. اگر میزان این شاخص از ۰/۸ کوچک تر بود نشان از برازش مناسب و صحیح مدل می‌باشد. شاخص NFI برای مقادیر بالای ۰/۹ قابل قبول و نشانه برازندگی مدل است. بنابراین مدل به خوبی برازش داده شده است و فرضیه پژوهش تأیید می‌گردد.

بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف بررسی نقش میانجی مهارت‌های ارتباطی در رابطه بین صمیمیت زناشویی، ذهن آگاهی و رابطه والد - کودک با تحکیم بنیان خانواده در زنان انجام گرفت. نتایج پژوهش نشان داد که مهارت‌های ارتباطی در رابطه بین صمیمیت زناشویی، ذهن آگاهی و رابطه والد - کودک با تحکیم بنیان خانواده نقش میانجی دارد.

بخش اول نتایج نشان داد که مهارت‌های ارتباطی در رابطه بین صمیمیت زناشویی با تحکیم بنیان خانواده در زنان نقش میانجی دارد. این نتایج با پژوهش‌های نعمت‌زاده گتابی (Nematzadeh Gatabi et al. (2020)، جانسون (Johnson et al. (2022) و خلفی و هنرمند (Khalfi and Honarmand (2023)، همسو بود. در تحلیل این نتیجه می‌توان عنوان داشت که تبادل عاطفی (صمیمیت)، به عنوان یکی از ویژگی‌های اصلی خانواده متعادل در اسلام شناخته شده و در هم‌نوایی و سازگاری زوجین نقش مهمی ایفا می‌کند. بهره‌گیری از شیوه‌های صحیح تبادل عاطفی می‌تواند از سرد شدن کانون خانوادگی و آسیب دیدن بنیان خانواده جلوگیری کند (Mohaddesi & Yusofi, 2010). در همین راستا و از نظر پاتو و همکاران (Patoo et al., 2014)، با بهبود سطح مهارت‌های ارتباطی زوجین، رضایتمندی زناشویی افزایش می‌یابد و این مهارت‌های ارتباطی سالم از طریق افزایش رضایتمندی و صمیمیت به تحکیم بنیان خانواده کمک می‌کند. به عبارتی می‌توان اینچنین عنوان نمود که از طریق آموزش مهارت‌های ارتباطی می‌توان به افزایش صمیمیت در زندگی زناشویی کمک

کرد و این افزایش صمیمیت می‌تواند منجر به تحکیم بنیان خانواده گردد. در تحلیلی دیگر می‌توان اینچنین گفت که برقراری روابط معنی‌دار و نزدیک بین زوجین اهمیت بسیاری دارد و به‌عنوان یک تکلیف تحولی اساسی برای آنها در نظر گرفته شده است (Abbasi et al., 2024). آدامسیزک و سرگین (Adamczyk & Segrin, 2016)، در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که زوجینی که به‌طور موفقیت‌آمیز قادر به برقراری و حفظ روابط صمیمانه هستند، رضایت بیشتری از زندگی دارند و از سازگاری اجتماعی و روان‌شناختی بالاتری برخوردارند. مشکلات ارتباطی و عدم برقراری ارتباط صحیح و صمیمانه، که ناشی از فقدان مهارت‌های ارتباطی مناسب است، از مهم‌ترین عواملی است که موجب ناسازگاری در زندگی زوجین می‌شود. این ناسازگاری خود می‌تواند زمینه را برای آسیب تحکیم بنیان خانواده فراهم آورد و آموزش مهارت‌های ارتباطی می‌تواند به برقراری و حفظ روابط صمیمانه در زوجین کمک کند و از این طریق به تحکیم بنیان خانواده خدمت نماید. در تحلیلی دیگر به مفهوم ارتباطات زوجین می‌پردازیم و طبق این مفهوم، خانواده‌های سالم به جای سکوت به گفتگو در مورد موضوعات مختلف می‌پردازند، در هنگام بروز اختلافات، اعضای خانواده تمایل دارند مشکلات را حل کنند و لحن گفتگوی آنها در هنگام برقراری ارتباط مثبت و سازنده است. پیکور و همکاران (Pickover et al., 2021)، بیان داشتند که الگوهای ارتباط کلامی و غیرکلامی میان زوجین نقش مهمی در ایجاد صمیمیت بین آنها دارد. از طرف دیگر، تبادل کلامی و غیرکلامی افکار و احساسات میان زوجین به‌عنوان ارتباط زناشویی شناخته می‌شود. این نوع ارتباط، هسته مرکزی نظام خانواده است و اختلال در آن تهدیدی جدی برای بقای خانواده محسوب می‌شود.

در بخش دوم، نتایج نشان داد که مهارت‌های ارتباطی در رابطه بین ذهن آگاهی با تحکیم بنیان خانواده نقش میانجی دارد. این نتیجه با نتایج پژوهش‌های رجیبی و همکاران (Rajabi et al. (2022) و رمضان‌پورگیلارد و همکاران (Ramezanpour Geliyard et al. (2024)، همسو بود. توانایی ایجاد و حفظ یک رابطه عاشقانه رضایت‌بخش، نیازمند توانایی تشخیص عواطف و هیجانات، توجه به مسائل از دید همسر، حساسیت و آگاهی به عواطف و احساسات دیگران به‌طور کلی است.

رجیبی و همکاران (Rajabi et al. (2022)، در پژوهش خود بیان کردند که ذهن آگاهی، نوعی آگاهی شفاف از افکار، احساسات، حس‌های جسمانی، اعمال و محیط اطراف است که در هر لحظه پدیدار می‌شود. رابطه‌ای که در آن کیفیت ذهن آگاهی برجسته می‌شود، رابطه‌ای است که در آن زوجین توانایی شناخت واقعی افکار و احساسات خود را پیدا می‌کنند و بر پایه این شناخت، به بازنگری در آنها می‌پردازند. این توانایی به آنها کمک می‌کند تا فرآیند خودکار چسبندگی به افکار و احساسات را بشکنند و آنها را به‌عنوان پدیده‌هایی گذرا ببینند. در این راستا گامبریل و کلینگ (Gambrel & Keeling, 2010)، معتقد بودند که با ایجاد این توانایی‌ها، انسان از فکر و احساسات خود فراتر می‌رود و می‌تواند در فضای ایجاد شده با آزادی برای پاسخ دادن، گزینه‌های مختلف را بررسی و انتخاب کند. در نتیجه، وارد الگوهای ارتباطی

مفیدی در خانواده می‌شود که این امر به انسجام و پایداری بیشتر خانواده منجر می‌شود. جونز و همکاران (Jones et al., 2011) در پژوهشی با عنوان ذهن آگاهی و رضایتمندی زناشویی به این نتیجه رسیدند که ارتباط معناداری بین ذهن آگاهی و رضایتمندی زناشویی وجود دارد و ذهن آگاهی در افزایش رضایتمندی زناشویی نقش مهمی ایفا می‌کند. به عبارتی می‌توان اینچنین عنوان نمود که ذهن آگاهی با افزایش رضایت زناشویی زمینه را برای استحکام و پایداری خانواده فراهم می‌کند. از طرفی ذهن آگاهی به افراد کمک می‌کند تا در مواجهه با الگوهای رفتاری منفی و افکار خودکار، به شیوه‌ای کارآمدتر عمل کنند. افراد با سطح به‌شیاری بالا به دلیل اشراف به زمان و عدم ترس از تغییرات، قادرند محیطی پویا و انعطاف‌پذیر در زندگی خود ایجاد کنند. این افراد نه تنها به خود و موقعیت‌های درونی و بیرونی خود آگاه هستند، بلکه به تغییرات در رفتار و ظاهر همسر خود نیز شناخت کامل دارند. افراد ذهن آگاه هنگام مواجهه با استرس‌های محیطی، خودمهارگری بیشتری نشان می‌دهند، سازگاری بالاتری دارند، به همسر خود نگاه مثبتی دارند و ارتباط مؤثرتری را تجربه می‌کنند. مندال و لپ (Mandal & Lip, 2022)، مطرح می‌کنند که افراد ذهن آگاه کمتر از دیگران از ناپایداری روانی دچار آشفتگی می‌شوند. آنها قادرند نگرش‌های منفی یا مثبت نسبت به دیدگاه‌های همسر خود را به حالت تعلیق درآورند و به همین دلیل، قادر به عمل آگاهانه هستند. روابط زوجین همراه با ذهن آگاهی، آنها را از خطر ناپایداری در روابط خانوادگی حفظ می‌کند.

بخش سوم نتایج نشان داد که مهارت‌های ارتباطی در رابطه بین رابطه والد-کودک با تحکیم بنیان خانواده نقش میانجی دارد که با نتایج پژوهش‌های اعتصامی‌پور (I'tesami-Pur et al. (2020) و ملازاده‌نوران (Mollazadehnooran et al. (2021) همسو بود. در تبیین این نتیجه می‌توان اذعان داشت که موارد خانوادگی من جمله شکل رابطه والد-کودک در ایجاد سلامت یا آسیب به رشد فرزندان موثر است و پژوهشگران بر این باورند که سبکی که والدین در ارتباط با فرزندان انتخاب می‌کنند، نقشی کلیدی و اساسی در بهزیستی زیستی-روانی-اجتماعی فرزندان ایفا می‌کند (Jonynienė & Kern, 2012).

می‌توان این‌طور بیان کرد که آموزش مهارت‌های ارتباطی نقش کلیدی در بهبود رابطه والد-کودک دارد و بهبود رابطه والد-کودک منجر به برقراری رابطه موثر بین آنها کمک می‌کند. ارتباط موثر از طریق احساس تعلق خانواده و تثبیت جایگاه آنها، رشد حساسیت اعضاء نسبت به نیازها و احساسات همدیگر، حمایت از فردیت و ارتباط حسنه اعضاء باهم و تسهیل استقلال و خودمختاری آنها زمینه را در جهت کاهش تعارضات و افزایش پایداری و تحکیم بنیان‌های خانواده فراهم می‌کند.

در یک نتیجه‌گیری کلی می‌توان اینگونه بیان نمود که آنچه در بررسی روابط بین صمیمت زناشویی، ذهن آگاهی و رابطه والد-کودک با تحکیم بنیان خانواده به‌طور مشترک به چشم می‌خورد، ارتباطات و الگوهای ارتباطی است. بنابراین با توجه

به اهمیت آموزش مهارت‌های ارتباطی در کاهش تعارضات و آسیب‌های سیستم خانواده پیشنهاد می‌گردد در راستای تحکیم بنیان خانواده و کاهش آسیب‌ها، این آموزش‌ها مورد توجه و استفاده قرار گیرد.

از محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان در ابتدا به این موضوع اشاره نمود که جامعه آماری محدود بوده و تعمیم نتایج با ملاحظات بیشتر باید صورت گیرد. همچنین از دیگر محدودیت‌های پژوهش حاضر جامعه آماری زنان بود و افراد شرکت‌کننده را زنان تشکیل می‌دادند.

References:

- Abareshi, Z., Tahmasian, K., Mazaheri, M. A., & Panaghi, L. (2009). The impact of psychosocial Child Development training program, done through improvement of mother-child interaction, on parental self-efficacy and relationship between mother and child under three. <http://rph.khu.ac.ir/article-1-115-fa.html>
- Abbasi, R., Pourjabali, R., & Zolghadr, K. (2024). Cultural and psycho-social factors related to the consolidation of the family foundation. *Military Psychology*, 15(1), 165-187. <https://doi.org/https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.25885162.1403.15.1.8.0>
- Adamczyk, K., & Segrin, C. (2016). The mediating role of romantic desolation and dating anxiety in the association between interpersonal competence and life satisfaction among polish young adults. *Journal of adult development*, 23, 1-10. <https://doi.org/https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/s10804-015-9216-3>
- Amani, A., & Letafati Beriss, R. (2013). The effectiveness of group training in communication skills in decreasing marital conflicts. *Biannual Journal of Applied Counseling*, 3(2), 17-36. https://jac.scu.ac.ir/article_10670.html?lang=en
- Azarnik, M., Rafiepoor, A., Hatami, M., & Mousavi, M. S. (2022). The Effectiveness of Communication Skills Training on Marital Satisfaction of Female Students of Isfahan University of Medical Sciences, Iran. *Journal of Health System Research*, 18(2), 154-160. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.48305/jhsr.v18i2.1459>
- Baghere, S., Pasha, R., Eftekhari, Z., Hafezi, F., & Nadri, F. (2022). The effectiveness of couple therapy based on integrated behavioral system on marital conflicts, couple intimacy and family functions in couples referring to counseling centers. *Psychological Models and Methods*, 13(47), 1-14. <https://doi.org/https://doi.org/10.30495/jpmm.2022.26752.3265>
- Baharvand, I., Sodani, M., & Abaspour, Z. (2021). The effectiveness of mindfulness-based stress reduction training on parent-child conflict and bullying in single mother-headed adolescents. *Iranian Journal of Family Psychology*, 6(1), 69-80. <https://doi.org/10.29252/ijfp.6.1.69>
- Baran, C. N., & Sanders, J. J. (2019). Communication Skills: Delivering Bad News, Conducting a Goals of Care Family Meeting, and Advance Care Planning. *Primary care*, 46(3), 353-372. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.pop.2019.05.003>
- Bigdelimojarad, F., Foumany, G. E., & Hejazi, M. (2020). The effectiveness of sex therapy based on Cognitive-Behavioral (Sexual Relationship) training on reducing marital burnout and

- increasing marital quality of married nurses. *Iranian Journal of Nursing Research (IJNR) Original Article*, 15(4). . <http://ijnr.ir/article-1-2366-fa.html>
- Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 84(4), 822. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.4.822>
- Chayadi, E., Baes, N., & Kiropoulos, L. (2022). The effects of mindfulness-based interventions on symptoms of depression, anxiety, and cancer-related fatigue in oncology patients: A systematic review and meta-analysis. *PloS one*, 17(7), e0269519. <https://doi.org/https://doi.org/10.1371/journal.pone.0269519>
- Ciprić, A., Hald, G. M., Strizzi, J. M., Lange, T., Austin, D., Sander, S., & Øverup, C. S. (2022). The future of divorce support: Is “digital” enough in presence of conflict? *Journal of Marital and Family Therapy*, 48(4), 1128-1146. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/jmft.12588>
- Driscoll, K., & Pianta, R. C. (2011). Mothers' and Fathers' Perceptions of Conflict and Closeness in Parent-Child Relationships during Early Childhood. *Journal of Early Childhood & Infant Psychology*(7). <https://doi.org/https://psycnet.apa.org/record/2013-00755-001>
- Du Rocher Schudlich, T. D., & Cummings, E. M. (2007). Parental dysphoria and children's adjustment: Marital conflict styles, children's emotional security, and parenting as mediators of risk. *Journal of abnormal child psychology*, 35, 627-639. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s10802-007-9118-3>
- Fazaeli, T., Heydari, H., & Hamidipour, R. (2024). The relationship between marital satisfaction and mindfulness in couples: the mediating role of theory of mind. *The Women and Families Cultural-Educational*, 19(67), 103-128. <https://doi.org/https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.26454955.1403.1.۹.۶۷.۵.۶>
- Gallegos, M. L., Segrin, C., & Thompson, A. (2023). Parent-child relationships and the health of incarcerated mothers: exploring the mediating role of loneliness. *Health Communication*, 38(7), 1442-1453. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/1۰۴۱۰۲۳۶.۲۰۲۱.۲۰۱۲.۱۴>
- Gambrel, L. E., & Keeling, M. L. (2010). Relational aspects of mindfulness: Implications for the practice of marriage and family therapy. *Contemporary Family Therapy*, 32, 412-426. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1007/s10591-010--۹۱۲۹z>
- Ghorbani, N., Watson, P., & Weathington, B. L. (2009). Mindfulness in Iran and the United States: Cross-cultural structural complexity and parallel relationships with psychological adjustment. *Current psychology*, 28, 211-224. <https://doi.org/https://awspntest.apa.org/doi/10.1007/s12144-009-9060-3>
- Goldberg, S. B., Anders, C., Stuart-Maver, S. L., & Kivlighan III, D. M. (2023). Meditation, mindfulness, and acceptance methods in psychotherapy: A systematic review. *Psychotherapy Research*, 33(7), 873-88۵. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/10503307.2023.2209694>
- Hasanzadeh Pashang, S., Dabir Moghadam, M., Sharifian, M., & Saffarinia, M. (2014). The effectiveness of Couple's Communication Program Training on life quality and marriage intimacy among unsatisfied women from married life in Tehran city. *Journal of Psychological Studies*, 10(3), 47-78. <https://doi.org/10.22051/psy.2015.1779>

- Hasirchaman, A., Shakerinia, I., & Sadeghi, A. (2018). Relation ship between communication skills, responsibility and emotional regulation with mental health at the empeloe of melli bank. *Career and organizational counseling*, 10(34), 23-43. https://jcoc.sbu.ac.ir/article_99791.html?lang=en
- Hosseini Sohi, M. S. (2023). The effectiveness of mindfulness-based parenting education program on quality of parent-child relationships in students with special learning disorder with math specifier. *Research in Child and Adolescent Psychotherapy*, 2(2), 64-52. <https://doi.org/10.22098/rcap.2023.14072.1034>
- Hosseinian, S., Nooripour, R., Soleimani, E., Abdollahi, A., & Ilanloo, H. (2022). Effectiveness of mindfulness on flexibility and parent-child interactions in mothers of children with Attention Deficit/Hyperactivity Disorder. *Empowering Exceptional Children*, 13(1), 79-90. <https://doi.org/https://doi.org/10.22034/ceciranj.2022.297703.1571>
- I'tesami-Pur, R., Baqeri, F., & Zare'Bahram Abadi, M. (2020). Investigating the Parent-Child Relationship Pattern based on Iranian-Islamic Native Model with Communication Skills and Students' Self-esteem Intermediation. *Journal of Islamic Education*, 15(31), 109-125. <https://doi.org/10.30471/edu.2018.4445.1855>
- Jaberi, S., Etemadi, O., & Ahmadi, S. (2016). Investigation of structural relationship between communication skills and marital intimacy. *Research in Cognitive and Behavioral Sciences*, 5(2), 143-152. https://cbs.ui.ac.ir/article_20749.html?lang=fa
- Johnson, M. D., Lavner, J. A., Mund, M., Zemp, M., Stanley, S. M., Neyer, F. J., Impett, E. A., Rhoades, G. K., Bodenmann, G., & Weidmann, R. (2022). Within-couple associations between communication and relationship satisfaction over time. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 48(4), 534-549. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/01461672211016920>
- Jones, K. C., Welton, S. R., Oliver, T. C., & Thoburn, J. W. (2011). Mindfulness, spousal attachment, and marital satisfaction: A mediated model. *The Family Journal*, 19(4), 357-361. <https://doi.org/https://psycnet.apa.org/doi/10.1177/1066480711417234>
- Jonynienė, J., & Kern, R. (2012). Individual psychology lifestyles and parenting style in Lithuanian parents of 6-to-12-year olds. *Tarptautinis psichologijos žurnalas: biopsichosocialinis požiūris*, 11, 89-117. <https://doi.org/https://doi.org/10.7220/1941-7233.11.5>
- Khalfi, A., & Honarmand, M. M. Z. (2023). The Relationship between Marital Intimacy on Life Satisfaction with Mediating Love, Marital Compatibility, and Marital Satisfaction in the Employees Pepole Shahriar Shahroei Kobra Kazemiyannmoghadam. <https://doi.org/https://doi.org/10.21000/psy.2022.40425.2823>
- Lee, H., & Yoon, H. G. (2023). Body change stress, sexual function, and marital intimacy in korean patients with breast cancer receiving adjuvant chemotherapy: A cross-sectional study. *Asia-Pacific Journal of Oncology Nursing*, 10.1002/pan.2023.100228. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.apjon.2023.100228>
- Lucas-Thompson, R. G., & Granger, D. A. (2014). Parent-child relationship quality moderates the link between marital conflict and adolescents' physiological responses to social

- evaluative threat. *Journal of Family Psychology*, 28(4), 538. <https://doi.org/https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/a0037328>
- mahmoudpour, a., dehghanpour, s., yoosefi, n., & Ejade, S. (2020). Predicting Women's Marital Intimacy Based on Mindfulness, Conflict Resolution Patterns, Perceived Social Support, and Social Well-being. *Social Psychology Research*, 10(39), 102-183. <https://doi.org/10.22034/spr.2020.228592.1463>
- Manalel, J. A., & Antonucci, T. C. (2020). Beyond the nuclear family: Children's social networks and depressive symptomology. *Child development*, 91(4), 1302-1316. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/cdev.13307>
- Mandal, E., & Lip, M. (2022). Mindfulness, relationship quality, and conflict resolution strategies used by partners in close relationships. *Current Issues in Personality Psychology*, 10(2), 135-146. <https://doi.org/https://doi.org/10.5114/cipp.2021.111981>
- Mohaddesi, H., & Yusofi, M. (2010). STRATEGIES OF STRENGTHENING FAMILY FOUNDATION. *Nursing And Midwifery Journal*, 8(4), 0-0. <http://unmf.umsu.ac.ir/article-1-252-fa.html>
- Mohammadi, B., & Abbasi, H. (2016). Predicting marital commitment basid on marital intimacy and forgiveness. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal (RRJ)*, 5(3), 31-50. <http://frooyesh.ir/article-1-151-fa.html>
- Mohammadi, H., NAVABAKHSH, M., & MAHDAVI, M. S. (2022). Identify the cultural and social components of family consolidation in order to prevent divorce. <https://doi.org/https://doi.org/10.30495/jisds.2022.64118.11634>
- Mollazadehnooran, A., Shoaakazemi, M., & Badreh, M. (2021). The Study of the Relationship between Parents' Marital Communication Quality and Children's Happiness. *Journal of Woman and Family Studies*, 9(2), 168-192. <https://doi.org/10.22051/jwfs.2021.36098.2695>
- Nematzadeh Gatabi, S., Vaziri, S., & Lotfi Kashani, F. (2020). Investigating the Modeling of Marital Intimacy based on Attachment Styles and Thematic Relationships Mediated by Coping Styles. *Islamic lifestyle with a focus on health*, 4(3), -. https://www.islamiilife.com/article_188163_294e05848f71b6a2fb6cb6891b05859.pdf
- Nho, J. H., Kim, S. R., & Choi, W. K. (2022). Relationships among sexual function, marital intimacy, type D personality and quality of life in patients with ovarian cancer, with spouses. *European Journal of Cancer Care*, 31(6), e1. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/ecc.13760>
- Oh, K. J., Lee, S., & Park, S. H. (2011). The effects of marital conflict on Korean children's appraisal of conflict and psychological adjustment. *Journal of Child and Family Studies*, 20, 444-451. <https://doi.org/https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/s10826-010-9411-6>
- Olson, E. (2023). Mental Health Collateral and the Living Family's Illness Narrative. *Academic Psychiatry*, 47(5), 563-564. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s40596-022-01615-2>
- Patoo, M., Haghighat, F., & Hassanabadi, H. R. (2014). A Study of the Role of Marital Relationship Quality in Predicting Subjective Well-being and Happiness of University Students. *Journal of Woman and Family Studies*, 2(1), 7-24. <https://doi.org/10.22051/jwfs.2014.1513>

- Pianta, R. C. (1994). Patterns of relationships between children and kindergarten teachers. *Journal of school psychology*, 32(1), 15-31. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0022-4405\(94\)90026-4](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0022-4405(94)90026-4).
- Pickover, A. M., Dodson, T. S., Tran, H. N., Lipinski, A. J., & Beck, J. G. (2021). Factor structure of the Communication Patterns Questionnaire in violence-exposed women. *Journal of interpersonal violence*, 36(19-20), 9352-9370. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/0886260519867147>
- Pourmovahed, Z., Mahmoodabadi, H. Z., Ardekani, S. M. Y., Fallahzadeh, H., Tavangar, H., & Mahmoodabad, S. S. M. (2018). Validation of the Family Stability Questionnaire in married couples: A confirmatory factor analysis. *Electronic physician*, 10(8), 7185. <https://doi.org/https://doi.org/10.19082/7185>
- Prasanna, S., Abeysena, H., & Alagiyawanna, M. (2023). Development and validation of the interpersonal communication assessment tool for assessing the interpersonal communication skills of public health midwives. *BMC Health Services Research*, 23(1), 539. <https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s12913-023-09511-7>
- Rajabi, G., Kazemi, F., & Shiralinia, K. (2022). Evaluating the model of the relationship between mindfulness and marital satisfaction with mediation of marital empathy. *Journal of Applied Psychological Research*, 13(1), 183-198. <https://doi.org/https://doi.org/10.22059/japr.2022.320767.643793>
- Ramezanpour Geliyard, Z., Yaghoobi, A., Pirani, Z., & Taghvaei, D. (2024). The Effectiveness of Mindfulness-Based Intervention upon Communication Skills and Creativity of Elementary School Students. *Quarterly Journal of Family and Research*, 20(4), 155-171. <http://qjfr.ir/article-1-2126-en.html>
- Tashkeh, M., Lavasani, F. F., Farani, A. R., Tajrishi, K. Z., & Farahani, H. (2024). Examining the validity of an adaptive model of sustaining behaviors in long-distance relationships: Predicting intimacy and marital satisfaction. *Acta Psychologica*, 250, 104489. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104489>.
- Van den Broucke, S., Vandereycken, W., & Vertommen, H. (1995). Marital intimacy: Conceptualization and assessment. *Clinical Psychology Review*, 15(3), 217-233. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0272-7358\(95\)00007-C](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0272-7358(95)00007-C)
- Whisman, M. A., Gilmour, A. L., & Salinger, J. M. (2018). Marital satisfaction and mortality in the United States adult population. *Health psychology*, 37(11), 1041.
- Yang, J., Lin, X.-Z., Guo, Q.-W., Wang, C.-L., Yang, R.-Y., Zhang, J.-W., & Zeng, Y. (2023). Mediating effect of mindfulness level on the relationship between marital quality and postpartum depression among primiparas. *World Journal of Clinical Cases*, 11(12), 2729. <https://doi.org/https://doi.org/10.12998/wjcc.v11.i12.2729>