

بررسی نقش والدین در مدیریت اختلالات اضطرابی کودکان: مطالعه مروری ساده

حکیمه اسکندری سبزی¹

گروه آموزشی پرستاری کودکان، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز، اهواز، ایران

رها تباح فر²

گروه آموزشی پرستاری سلامت جامعه، دانشکده پرستاری، دانشگاه علوم پزشکی آبادان، آبادان، ایران

سیمین آقایی³

گروه آموزشی پرستاری کودکان، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشکده پرستاری، دانشگاه علوم پزشکی یاسوج، یاسوج، ایران

چکیده

اضطراب بخشی طبیعی از دوران کودکی است و هر کودکی مرحله‌ای را پشت سر می‌گذارد. با این حال زمانی که با عملکرد روزمره تداخل داشته باشد، می‌تواند منجر به اختلال شود و از آنجایی که کودکان به دلیل ضعف در مهارت‌های کلامی و هم‌چنین تفکر عینی نمی‌توانند احساسات خود را بیان کنند، عامل خطری برای سلامت روانی آن‌ها محسوب می‌شود. پژوهش حاضر، مروری بوده و با استفاده از کلید واژه‌های "Pediatric"، "Parent"، "Anxiety Disorder" در پایگاه‌های اطلاعاتی "Pubmed"، "Science Direct" و "google scholar" و معادل فارسی آن‌ها "کودکان"، "والدین" و "اختلالات اضطرابی" با جستجوهای لازم در پایگاه داده‌های SID، Google Scholar، Magiran و بازه زمانی حداکثر 11 سال اخیر، صورت گرفته و مقالات مرتبط انتخاب و بازنگری شدند. نتایج حاصل از پژوهش حاضر نشان داد در بین عوامل مختلفی که در پرورش شخصیت سالم در کودکان و نوجوانان موثرند، نحوه‌ی ارتباط والدین و کودک از اساسی‌ترین عوامل محسوب می‌شود. مشارکت دادن والدین در درمان اختلالات اضطرابی دوران کودکی می‌تواند نتایج سلامت روان کودک را بهبود ببخشد، با این هدف که والدین خود روش‌های مفیدتری برای تفکر، رفتار و پاسخ به اضطراب کودک خود بیاموزند، که می‌تواند تاثیر مثبتی بر نتایج درمان کودک داشته باشد. والدین همچنین می‌توانند از ادامه استفاده و تعمیم استراتژی‌های درمانی پس از تکمیل مداخله حمایت کنند.

واژگان کلیدی: کودکان، والدین، اختلالات اضطرابی

مقدمه

اضطراب بخشی طبیعی از دوران کودکی است و هر کودکی مرحله‌ای را پشت سر می‌گذارد. با این حال زمانی که با عملکرد روزمره تداخل داشته باشد، می‌تواند منجر به اختلال شود (Sahithya and Vijaya, 2020) و از آنجایی که کودکان به دلیل ضعف در مهارت‌های کلامی و همچنین تفکر عینی نمی‌توانند احساسات خود را بیان کنند، عامل خطری برای سلامت روانی آن‌ها محسوب می‌شود (Torabi Goodarzi et al, 2024).

اضطراب شایع‌ترین اختلال روان پزشکی در میان کودکان بوده (کیانوش و همکاران، 1401) و گاهی آن قدر شدید است که در زندگی عادی و عملکرد روزانه کودک اختلال ایجاد می‌کند. این اختلالات از جمله اختلالات درونی هستند که هسته اصلی آن‌ها یک اختلال خلقی یا عاطفی است (Sabzehali, 2023). کودکانی که از اختلالات اضطرابی رنج می‌برند، ترس، عصبی بودن، خجالتی بودن را تجربه می‌کنند و از مکان‌ها و فعالیت‌های بی‌ضرر که علی‌رغم تلاش‌های مفید والدین، معلمان و سایر مراقبان ادامه می‌یابد، اجتناب می‌کنند (Sahithya and Vijaya, 2020). تخمین زده شده است که حدود 5 تا 20 درصد از کودکان و نوجوانان به اختلالات اضطرابی مبتلا هستند (زمانی و همکاران، 1398).

اختلالات اضطرابی به عنوان شایع‌ترین مشکلات سلامت روان در کودکان و جوانان گزارش شده است (Jewell et al, 2022). اختلالات اضطرابی که از دوران کودکی شروع می‌شود، پدیده‌ای زودگذر و موقتی نبوده و در صورت عدم توجه به این دوره حساس (به ویژه از بدو تولد تا 5 سالگی) و عدم راهنمایی مناسب، اغلب تا نوجوانی و بزرگسالی ادامه می‌یابد (Jewell et al, 2022; Zeighami et al, 2023; Sabzehali, 2023 و زمانی و همکاران، 1398) و باعث پیامدهای منفی جسمی (تپش قلب و تعریق) (کیانوش و همکاران، 1401)، دشواری در تنظیم پاسخ‌های هیجانی به محرک‌های بالقوه تهدید کننده (Sahithya and Vijaya, 2020) و ناراحتی و اختلال قابل توجهی در عملکرد تحصیلی، اجتماعی و عاطفی می‌شود (Zeighami et al, 2023) که اهمیت مداخله زودهنگام را برجسته می‌کند.

اختلالات اضطرابی انواع مختلفی دارند: مانند اضطراب جدایی، فوبیای اجتماعی، اختلال اضطراب فراگیر بدون علامت یا با علامت و ترس‌های خاص (Zeighami et al, 2023 و Sabzehali, 2023). پاسخ به اختلالات اضطرابی می‌تواند در افراد با هر سنی رخ دهد برای مثال فوبیاهای خاص، اختلال اضطراب اجتماعی یا لالی انتخابی اغلب در اوایل دوران کودکی یا نوجوانی ظاهر می‌شوند (Sabzehali, 2023).

عوامل مختلفی شامل عوامل ژنتیکی و محیطی در بروز اختلالات اضطرابی دوران کودکی دخیل هستند. مشابه بسیاری از بیماری‌های روانپزشکی، اختلالات اضطرابی در خانواده‌ها دیده می‌شود و مدل‌های علت شناختی اضطراب کودک، عوامل آسیب‌پذیری مانند تمایل ژنتیکی، خلق و خوی کودک و عوامل محیطی مانند رفتارهای والدینی را در ایجاد اضطراب در کودکان شناسایی کرده‌اند. با وجود این مطالعات، همچنان ابهامات زیادی در مورد نقش عوامل مختلف روانی و محیطی در حفظ و درمان اضطراب کودک وجود دارد (Sahithya and Vijaya, 2020). مدل‌های سبب شناسی موجود چارچوب مناسبی برای اختلالات عاطفی-رفتاری موجود با برجسته کردن نقش و اهمیت متغیرهای خانوادگی و والدین فراهم کرده است. این متغیرها شامل سبک‌های فرزندپروری والدین، همراهی خانوادگی با علائم کودک، استرس ناشی از والد شدن می‌باشد (زمانی و همکاران، 1398). به همین منظور پژوهش مروری حاضر با هدف تعیین نقش والدین در مدیریت اختلالات اضطرابی کودکان انجام شد.

روش تحقیق

مطالعه حاضر یک مطالعه مروری است که در آن مقالاتی که در بازه زمانی سال 2013 تا 2024 چاپ شده بودند انتخاب و به روش تحلیل محتوا بررسی شدند. در ابتدا با استفاده از کلید واژه‌های "Anxiety Disorder"، "Parent"، "Pediatric" در پایگاه‌های اطلاعاتی "Pubmed"، "Science Direct" و "google scholar" و معادل فارسی آن‌ها "کودکان"، "والدین" و "اختلالات اضطرابی" با جستجوهای لازم در پایگاه داده‌های SID، Google Scholar و Magiran صورت

گرفت. به دنبال این جستجوها 779 مقاله یافت شد که پس از اعمال معیارهای ورود و خروج در نهایت 14 مقاله انتخاب و وارد مطالعه شدند. معیارهای ورود شامل چاپ مقاله در بازه زمانی مذکور و بررسی نقش والدین در مدیریت اختلال اضطرابی کودک در آن مطالعه بود.

یافته‌ها

در سال‌های اخیر پژوهش‌های زیادی درباره عوامل خانوادگی موثر در رفتار و طرز فکر کودک صورت گرفته است. این پژوهش‌ها نشان می‌دهد در بین عوامل مختلفی که در پرورش شخصیت سالم در کودکان و نوجوانان موثرند، نحوه ارتباط والدین و کودک از اساسی‌ترین عوامل محسوب می‌شود (کیانوش و همکاران، 1401). این در حالی است که نتایج مطالعه الکاتر در عراق نشان دهنده شیوع بالای اختلال اضطراب فراگیر در بین کودکان پیش دبستانی می‌باشد. به گونه ای که میزان آن در مهدکودک‌های دولتی به طور معنی داری بیشتر از مهدکودک‌های خصوصی بوده و سطح تحصیلات پدر و مادر به طور معنی داری بر میزان اختلال اضطراب فراگیر تأثیر داشت. همچنین میزان اختلال در کودکان پیش دبستانی تحت مراقبت یکی از والدین به طور معنی داری بیشتر از کودکان تحت مراقبت هر دو بود مشاهده شد (Al-Kaseer, 2022).

مشارکت دادن والدین در درمان اختلالات اضطرابی دوران کودکی می‌تواند نتایج سلامت روان کودک را بهبود ببخشد، با این هدف که والدین خود روش‌های مفیدتری برای تفکر، رفتار و پاسخ به اضطراب کودک خود بیاموزند، که می‌تواند تأثیر مثبتی بر نتایج درمان کودک داشته باشد. والدین همچنین می‌توانند از ادامه استفاده و تعمیم استراتژی‌های درمانی پس از تکمیل مداخله حمایت کنند (Jahanbakhshi and Shabani, 2022 و Jewell et al, 2022). تعاملات والد-کودک در سال‌های اولیه زندگی یکی از مهم‌ترین عوامل تعیین‌کننده در رشد شناختی، اجتماعی، عاطفی و رفتاری کودک است. (Torabi Goodarzi et al, 2024). مطالعه کیانوش و همکاران نشان داد که درمان شناختی رفتاری و درمان تعامل والد کودک بر اضطراب و تنهایی در کودکان مبتلا به اختلال اضطراب جدایی تفاوت معناداری وجود دارد و درمان تعامل والد-کودک می‌تواند به عنوان روش مداخله‌ای موثری برای بهبود تنهایی کودکان مبتلا به اختلال اضطراب جدایی باشد (کیانوش و همکاران، 1401).

رابطه فرزند و والدین هم چنان که این دو با یکدیگر کنش متقابل دارند، رشد می‌کند. رفتار فرزندان هم مانند رفتار و نگرش والدین به این کنش متقابل کمک می‌کند (کیانوش و همکاران، 1401). نتایج مطالعه‌ای در هند نشان داد که کودکان مبتلا به اختلالات اضطرابی نسبت بیشتری از والدین با اختلاف زناشویی، سابقه خانوادگی بیماری روانی و اضطراب والدین داشتند. (Sahithya and Vijaya, 2020). هیچ پدر و مادری در پی آن نیست که زندگی فرزند خود را تباه کند و هیچ پدر و مادری قصد نمی‌کند که کودک ترسو، کمرو، لجباز، سهل انگار یا بیحوصله بار آورد، با این حال اغلب این رفتارهای نامطلوب، محصول روش‌های تربیتی و برخوردهای ناشایسته والدین با کودکان است. بنابراین به نظر می‌رسد که درمان تعامل والد-کودک بتواند مستقیماً سبک والدینی را اصلاح کند (کیانوش و همکاران، 1401).

سبک‌ها و رفتارهای والدینی، تنبیه بدنی و انتقال بین نسلی اضطراب در خانواده به طور عمیق در زمینه اضطراب کودکان تأثیرگذارند (Yaffe, 2021). در همین راستا نتایج مطالعه ساهیتیا و یجایا نشان داد کودکان مضطرب میزان بالاتری از اختلاف زناشویی بین والدین، اضطراب والدین و سابقه خانوادگی بیماری روانی داشتند (Sahithya and Vijaya, 2020). آن دسته از سبک‌ها و رفتارهای والدینی که با اضطراب کودکان مرتبط هستند، بیشتر توسط والدین مضطرب انجام می‌شوند. در مقابل، کودکان مضطرب (یا کودکانی که از نظر رفتاری بازدارنده هستند) احتمالاً رفتارهای ناکارآمد والدین در تربیت کودک (مانند محافظت بیش از حد) را تحریک می‌کنند، به ویژه در زمینه والدین مضطرب (یعنی زمانی که والدین خودشان مضطرب هستند) (Yaffe, 2021).

بهبود رابطه والد-کودک چرخه رفتارهای منفی میان والد و کودک را به وسیله تقویت رابطه مثبت بین والدین و کودک و آموزش والدین در استفاده از فنون ارتباطی مناسب می‌شکند (Torabi Goodarzi et al, 2024). نتایج مطالعات مختلف لزوم مشارکت والدین در درمان کودک مبتلا به اختلال اضطرابی را نشان می‌دهد. در همین راستا یاپ و جورم (2015) توصیه می‌کنند که مشارکت دادن والدین در درمان روانشناختی رویکرد خوبی برای درمان است؛ زیرا این والدین هستند که

تجربه، آینده نگری و انگیزه مورد نیاز برای درمان موفق را دارند که اغلب کودکان فاقد آن هستند (Yap and Jorm, 2015). برنلد و مینارد (2013) همچنین خاطرنشان کردند که شامل کردن والدین در درمان ممکن است راه ایده‌آلی برای انتقال موفقیت‌آمیز مهارت‌های درمانی از مطب پزشک به روال روزانه کودک و محیط خانه باشد. علاوه بر این، این والدین هستند که می‌توانند محیط خانه را تغییر دهند و دسترسی به این درمان‌ها را فراهم کنند (Brendel and Maynard, 2013).

به طور کلی مشارکت والدین در درمان اختلال اضطرابی کودک می‌تواند تقاضا از درمانگران و خدمات را کاهش دهد. علاوه بر این آموزش منحصر به والدین می‌تواند زمانی که کودک نمی‌خواهد یا نمی‌تواند خودش در درمان شرکت کند، امکان دسترسی به حمایت روانشناختی را برای خانواده‌ها فراهم کند. همچنین آموزش مدیریت این اختلالات به والدین ممکن است عوامل اتیولوژیکی و نگهدارنده اختلالات اضطرابی کودک که به طور خاص مربوط به والدین و فرزندپروری است، مانند سبک‌های فرزندپروری بیش از حد محافظت‌کننده و کنترل‌کننده باشد را مورد هدف قرار دهد (Jewell et al, 2022).

بحث و نتیجه گیری

علی‌رغم مطالعات تجربی متعدد، هنوز مشخص نیست که آیا گنجاندن والدین در درمان‌ها اضطراب دوران کودکی منجر به مزایای مثبت قابل توجهی برای پیامدهای اضطراب آن کودک می‌شود. علاوه بر این، بسیاری از مطالعات، شمول والدین را با درگیری مادری مترادف می‌کنند، با نادیده گرفتن تأثیر منحصر به فرد پدر (Carnes et al, 2019). بنابراین لازم است متغیرهای والدینی مهمی که در مدیریت اختلالات اضطرابی کودک دخیل هستند شناسایی و به آن‌ها پرداخته شود.

منابع

زمانی، مجید، جلالی، محسن و پوراحمدی، الناز، نقش همراهی خانوادگی با علایم کودک، شیوه‌های فرزندپروری و استرس والدگری در پیش‌بینی شدت اختلالات اضطرابی در کودکان 6 تا 10 ساله استان گلستان، مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی گرگان، دوره 21، شماره 2 (پی در پی 70)، تابستان 1398، 97-89

کیانوش، زینب، میرزائیان، بهرام و نجات، حمید، مقایسه اثربخشی درمان شناختی-رفتاری و درمان تعامل والد-کودک بر اضطراب و تنهایی کودکان مبتلا به اختلال اضطراب جدایی، فصلنامه علمی پژوهشی خانواده درمانی کاربردی، دوره 4، شماره 2 پیاپی 15، تابستان 1402، 95-79

Jewell C, Wittkowski A, Pratt D. The impact of parent-only interventions on child anxiety: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*. 2022;309:324-49.

Torabi Goodarzi N, Nazeri A, Ghamarani A. Designing and evaluating the efficacy of interactive drawing methods based on parent-child relationship on the symptoms of separation anxiety disorder in 6-8 year old children. *Journal of Psychological Science*. 2024;23(139):1621-36.

Jahanbakhshi Z, Shabanii F. The Effectiveness of Parent-Child Cognitive-Behavioral Program on Children's Social Anxiety. *Research in Cognitive and Behavioral Sciences*. 2022;12(1):39-56.

Sabzehali F, Aghaee Khajelangi H, Mojahed A, Bakhshani NM. Effectiveness of Group Therapy of Psychodrama on reduce the symptoms of separation anxiety disorder in children aged 5 to 9 years in Zahedan. *Journal of Research in Behavioural Sciences*. 2023;20(4):609-21.

Carnes A, Matthewson M, Boer O. The contribution of parents in childhood anxiety treatment: A meta-analytic review. *Clinical Psychologist*. 2019;23(3):183-95.

Yaffe Y. A narrative review of the relationship between parenting and anxiety disorders in children and adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*. 2021;26(1):449-59.

BR S, Raman V. Sociodemographic correlates of anxiety disorders in children: a cross-sectional study in an Indian outpatient setting. *Journal of Indian Association for Child and Adolescent Mental Health*. 2020;16(3):116-38.



Chen J, Huang J, Zhao W, Du F, Cheng G. The influence of parental educational involvement on social anxiety among Chinese middle school students: The mediating role of psychological Suzhi and the moderating role of family socioeconomic status. *Current Psychology*. 2021;1-10.

Al-Kaseer EA. Generalized Anxiety Disorder among Preschool Children in Baghdad, Iraq. *Indian Journal of Public Health Research & Development*. 2022;13(1):143-8.

Zeighami R, Sarichloo ME, Hosseinkhani Z, Zeynalzad S. Anxiety disorder of 3-6 year-old children. *Journal of Nursing and Midwifery Sciences*. 2021;8(2):79.-

Brendel KE, Maynard BR. Child-parent interventions for childhood anxiety disorders: a systematic review and meta-analysis. *Research on Social Work Practice*. 2014;24(3):287-95.

Yap MBH, Jorm AF. Parental factors associated with childhood anxiety, depression, and internalizing problems: A systematic review and meta-analysis. *Journal of affective disorders*. 2015;175:424-40



Investigating the role of parents in managing children's anxiety disorders: A simple review study

Hakimeh Eskandari Sabzi¹

Department of Pediatric Nursing, School of Nursing and Midwifery, Ahvaz Jundishapour of University Medical Sciences, Ahvaz, Iran

Raha Tabahfar²

Department of Community Health Nursing, School of Nursing, Abadan University of Medical Sciences, Abadan, Iran

Simin Aghaee

Department of Pediatric Nursing, Student Research Committee, School of Nursing, Yasuj University of Medical Sciences, Yasuj, Iran

Abstract

Anxiety is a natural part of childhood and every child goes through stages. However, when it interferes with daily functioning, it can lead to disorders and since children cannot express their feelings due to weakness in verbal skills and objective thinking, it is considered a risk factor for their mental health. The present study is a review and was conducted using the keywords "Pediatric", "Parent", "Anxiety Disorder" in the databases "Pubmed", "Science Direct" and "google scholar" and their Persian equivalents "children", "parents" and "anxiety disorders" with the necessary searches in the databases Google Scholar, SID and Magiran within a maximum period of 11 years, and relevant articles were selected and reviewed. The results of the present study showed that among the various factors that are effective in developing a healthy personality in children and adolescents, the way parents and children communicate is considered one of the most fundamental factors. Involving parents in the treatment of childhood anxiety disorders can improve children's mental health outcomes, with the goal of parents themselves learning more helpful ways to think, behave, and respond to their child's anxiety, which can have a positive impact on the child's treatment outcomes. Parents can also support the continued use and extension of treatment strategies after the intervention is completed.

Keywords: Children, Parents, Anxiety Disorders