

## نقش شفقت والدینی در تحول اجتماعی و هیجانی کودکان: مروری بر پژوهش های موجود و واکاوی خلأهای پژوهشی

مهسا احمدی

دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمینی شهر، خمینی شهر، ایران.

[mhsa0129@gmail.com](mailto:mhsa0129@gmail.com)

### چکیده

این مقاله با هدف ارائه مروری روایتی بر مجموعه ای از پژوهش ها نگارش شده است که بین سال های ۲۰۰۰ تا ۲۰۲۵ در پایگاه های PubMed، PsycINFO، Scopus، SID و Magiran منتشر شده اند. جست و جوها با تمرکز بر دو مفهوم اصلی «شفقت والدینی» و «رشد اجتماعی-عاطفی کودکان» انجام شد و پس از جمع آوری منابع، داده ها با بهره گیری از روش تحلیل مضمون مورد بررسی قرار گرفتند. نتایج نشان می دهد که شفقت در والدگری—که بر مهربانی، پذیرش و حضور آگاهانه در تعامل والد-کودک تأکید دارد—نقشی بنیادین در شکل گیری دلبستگی ایمن (Bowlby, 1988)، تقویت توانایی تنظیم هیجان کودکان (Eisenberg et al., 2010; Thompson, 2014)، افزایش تاب آوری هیجانی (Moreira et al., 2020) و کاهش پرخاشگری و تعارض در محیط خانوادگی ایفا می کند (Nguyen et al., 2023; Medeiros et al., 2022; Brown et al., 2020).

شواهد حاصل از مطالعات طولی نیز نشان می دهد کودکانی که در محیط های مبتنی بر شفقت والدینی رشد می کنند، رفتارهای نودوستانه بیشتری از خود نشان می دهند، در تنظیم هیجانات خود موفق ترند و مداخلات آموزشی مبتنی بر شفقت معمولاً به بهبود کیفیت رابطه والد-کودک منجر می شوند (Kirby et al., 2021; Waters et al., 2020; Kirby, 2016; Gouveia et al., 2021; Jefferson et al., 2020). شفقت والدینی به عنوان عاملی محافظتی در برابر فشارهای روانی مرتبط با والدگری عمل کرده و به حفظ تعادل هیجانی خانواده کمک کرده است (Medeiros et al., 2022; Brown et al., 2020).

با این حال، بیشتر پژوهش های موجود در بافت های فرهنگی غربی انجام شده و فقدان مطالعات طولی و فرهنگ محور، به ویژه در ایران، به طور چشمگیری مشهود است (Kirby, 2023; Ghoorchian, 2019). این خلأ پژوهشی ضرورت طراحی و اجرای مطالعات بومی و مداخلاتی سازگار با زمینه های فرهنگی متنوع، از جمله فرهنگ ایرانی، را برجسته می سازد (Neff & McGehee, 2010; Gilbert, 2017; Kirby & Baldwin, 2018). شفقت والدینی به صورت بومی سازی شده و متناسب با نیازهای خانواده های ایرانی طراحی و ارائه شوند؛ مداخلاتی که علاوه بر

کاهش مشکلات هیجانی کودکان، می توانند کیفیت روابط خانوادگی و سازگاری اجتماعی آنان را نیز ارتقا دهند (Gilbert, 2017; Siegel & Hartzell, 2018).

**واژگان کلیدی:** شفقت والدینی، رشد اجتماعی-عاطفی، تنظیم هیجان، دلبستگی ایمن، تاب آوری هیجانی

#### مقدمه

رشد اجتماعی و عاطفی کودکان همواره یکی از محورهای اصلی پژوهش در روان شناسی رشد به شمار می رود. علت این توجه گسترده، تأثیر عمیق تجربه های هیجانی و اجتماعی سال های نخست زندگی بر سلامت روان آینده، سازگاری اجتماعی و الگوهای ارتباطی فرد است. (Thompson, 2014) در این زمینه، والدین جایگاهی محوری دارند؛ چرا که نخستین الگوهایی هستند که کودک از طریق آن ها می آموزد احساسات خود را درک کند، آن ها را مدیریت نماید و با دیگران ارتباط برقرار سازد. بنابراین، کیفیت رابطه والد-کودک و شیوه های پاسخ دهی والدین به نیازهای هیجانی کودک می تواند مسیر رشد او را به شکل معناداری تحت تأثیر قرار دهد. (Eisenberg et al., 2010)

در سال های اخیر، مفهوم «شفقت والدینی» جایگاه برجسته ای در ادبیات علمی یافته است. این مفهوم به توانایی والد برای پاسخ به نیازها و هیجان های کودک با مهربانی، پذیرش و آگاهی اشاره دارد. (Kirby & Baldwin, 2018) چنین نگرشی با اصول نظریه دلبستگی ایمن، مدل های تنظیم هیجان و رویکردهای مبتنی بر ذهن آگاهی هم راستا است و چارچوبی منسجم برای فهم عمیق تر تعامل والد-کودک فراهم می کند. (Siegel & Hartzell, 2018)

با افزایش فشارهای زندگی مدرن -از مشکلات اقتصادی گرفته تا چالش های تربیتی- اهمیت شفقت والدینی بیش از پیش آشکار می شود. این رویکرد می تواند همچون سپری محافظتی عمل کند و والدین را در برابر استرس های شدید نقش والدگری حمایت نماید. شواهد پژوهشی نشان می دهد والدینی که از شفقت بیشتری برخوردارند، واکنش های هیجانی متعادل تری دارند، کمتر وارد تعارض می شوند و فضایی عاطفی باثبات تر در خانواده ایجاد می کنند. (Brown et al., 2020; Medeiros et al., 2022) در چنین فضایی، کودکان نیز تاب آوری بالاتری نشان داده، رفتارهای اجتماعی سازگارانه تری بروز می دهند و روابط بین فردی سالم تری برقرار می کنند. (Nguyen et al., 2023; Moreira et al., 2019) همچنین، این کودکان اغلب خودتنظیمی هیجانی قوی تری دارند و در مواجهه با هیجان های دشوار عملکرد بهتری از خود نشان می دهند. (Kirby et al., 2021; Waters et al., 2020).

نظریه های کلاسیک رشد، از جمله دیدگاه های اریکسون و ویگوتسکی، نیز بر اهمیت رابطه والد-کودک تأکید کرده و آن را زیربنای شکل گیری هویت اجتماعی و مهارت های ارتباطی می دانند. در میان سبک های فرزندپروری، الگوی مقتدرانه -ترکیبی از محبت و ساختار- به عنوان یکی از مؤثرترین الگوها برای رشد سالم هیجانی و اجتماعی کودکان شناخته می شود. (Delgarm, 2025) شفقت والدینی، به عنوان مؤلفه ای کلیدی در فرزندپروری مثبت، به والدین کمک می کند هیجان های خود را بهتر مدیریت کنند و در تعامل با کودک رفتار آرام تر و حمایت گرانه تری داشته باشند؛ فرایندی که در نهایت به تقویت سلامت روان خانواده می انجامد. (Neff & McGehee, 2010; Gilbert, 2017)

همه گیری COVID-19 بار دیگر توجه پژوهشگران را به نقش شفقت والدینی جلب کرد. یافته ها نشان دادند والدینی که سطح بالاتری از شفقت داشتند، در مواجهه با فشارهای این دوره توانمندتر عمل کردند و توانستند پیوند عاطفی خود با فرزندان را حفظ کنند (Medeiros et al., 2022; Brown et al., 2020). با این حال، تمرکز اغلب پژوهش ها بر جوامع غربی بوده و کمبود مطالعات بومی و فرهنگ محور، به ویژه در ایران، همچنان محسوس است (Kirby, 2023; Ghoorchian, 2019). این موضوع بر ضرورت طراحی پژوهش هایی تأکید دارد که تفاوت های فرهنگی را در مداخلات شفقت محور مدنظر قرار دهند (Neff & McGehee, 2010; Jefferson et al., 2020).

در مجموع، شواهد موجود نشان می دهد که تقویت شفقت والدینی می تواند پیامدهای پایدار و گسترده ای برای رشد هیجانی و اجتماعی کودکان داشته باشد. این رویکرد نه تنها به کاهش رفتارهای آسیب زا کمک می کند، بلکه سازگاری اجتماعی کودک را نیز ارتقا می دهد و می تواند به عنوان محور اصلی سیاست گذاری ها و برنامه های ارتقای سلامت روان خانواده مورد توجه قرار گیرد (Kirby, 2016; Gilbert, 2017).

## روش تحقیق

پژوهش حاضر با رویکرد ترکیبی، شامل مرور نظام مند و روایتی، طراحی شد. در گام نخست، پایگاه های PubMed، Scopus، PsycINFO، SID و Magiran در بازه زمانی ۲۰۰۰ تا ۲۰۲۵ مورد جست و جو قرار گرفتند. معیارهای ورود شامل ارتباط مستقیم با موضوع پژوهش، کیفیت روش شناختی مناسب و انتشار در مجلات علمی معتبر بود. مقالات تکراری یا فاقد استانداردهای لازم از فرایند بررسی کنار گذاشته شدند.

پس از انتخاب مطالعات، داده ها با استفاده از روش تحلیل مضمون تحلیل شدند و مضامین کلیدی شامل تعریف شفقت والدینی، چارچوب های نظری، مسیرهای اثرگذاری و شواهد مداخله ای استخراج گردید. برای غنای بحث، منابع فارسی نیز مورد بررسی قرار گرفتند (علیمرادی، ۱۳۹۹؛ کرمی نژاد، ۱۴۰۰). تمامی مراحل جست و جو، غربالگری و تحلیل مطابق با استانداردهای پژوهشی و شیوه نامه APA انجام گرفت، تا کیفیت و اعتبار تحلیل تضمین شود.

همچنین برای افزایش شفافیت، فرایند انتخاب مطالعات مطابق با مراحل پیشنهادی مرورهای روایتی (جست و جو، غربالگری، استخراج و تحلیل) انجام شد.

## یافته ها

### ۱. شفقت والدینی، دلبستگی و تنظیم هیجان

نظریه دلبستگی بر این فرض استوار است که وجود یک «پایه امن» در رابطه والد-کودک شرط لازم برای رشد سالم هیجانی و اجتماعی است (Bowlby, 1988). در این چارچوب، والد شفقت مند کسی است که نسبت به رنج ها و نیازهای هیجانی کودک حساس است، آن ها را به رسمیت می شناسد و با پاسخ هایی گرم، انعطاف پذیر و حمایت گرانه واکنش نشان می دهد؛ الگویی که شکل گیری دلبستگی ایمن را تسهیل می کند (Waters et al., 2010). یافته های نوین نوروروان شناسی رشد نیز نشان می دهد

تجربه روابط ایمن و آگاهانه با انسجام بهتر شبکه های عصبی مرتبط با تنظیم هیجان و پردازش اجتماعی همراه است (Siegel & Hartzell, 2013).

تحقیقات مرتبط با تنظیم هیجان نشان می دهند شیوه واکنش هیجانی والدین و فرآیند اجتماعی سازی هیجان، زیربنای راهبردهای تنظیم هیجان کودک در سال های بعدی زندگی را شکل می دهد. (Eisenberg et al., 2010; Thompson, 2014) والدین شفقتمند، هیجان های کودک را انکار یا تحقیر نمی کنند، بلکه او را در نام گذاری، درک و مدیریت احساساتش یاری می دهند؛ فرایندی که به تقویت خودتنظیمی منجر می شود. (Shaffer et al., 2012) در خانواده های در معرض ریسک—مانند خانواده هایی با فشار اقتصادی یا تعارض زناشویی—شیوه های اجتماعی سازی هیجان، شامل اعتباربخشی یا نادیده گرفتن احساسات کودک، پیش بینی کننده های مهم تنظیم هیجان او هستند. در چنین شرایطی، شفقت والدینی می تواند به عنوان عاملی تعدیل کننده عمل کند و اثرات منفی عوامل خطر محیطی را کاهش دهد. (Eisenberg et al., 2010)

علاوه بر این، پژوهش هایی که به دل بستگی والدین و استرس والدگری پرداخته اند، نشان می دهند سبک دل بستگی والد با میزان شفقت نسبت به خود و فرزند مرتبط است و این متغیرها در تعامل با یکدیگر، سازگاری هیجانی کودک را پیش بینی می کنند. (Edwards, 2017; Liu et al., 2023) یافته های Liu و همکاران (۲۰۲۳) نشان می دهد همدلی و خودشفقت ورزی نقش میانجی در رابطه بین دل بستگی والدینی و رفتارهای نوع دوستانه و ضد اجتماعی نوجوانان دارند؛ نتیجه ای که به طور غیرمستقیم نقش شفقت در پیوند میان دل بستگی و رفتار اجتماعی را تأیید می کند. (Liu et al., 2023)

## ۲. خودشفقت ورزی والدین و بهزیستی خانواده

خودشفقت ورزی به معنای برخورد مهربانانه با خود در مواجهه با رنج، شکست یا ناکامی، درک رنج به عنوان بخشی از تجربه مشترک انسانی و مواجهه ذهن آگاهانه با افکار و احساسات دردناک تعریف می شود (Neff & McGehee, 2010). تأکید می کند که خودشفقت ورزی برخلاف خودشیفتگی یا خودبزرگ بینی، به پذیرش محدودیت های انسانی منجر می شود و با سلامت روان پایدارتر و روابط بین فردی سالم تر همراه است. (Neff & McGehee, 2010)

در حوزه والدگری، خودشفقت ورزی اهمیت ویژه ای دارد، به ویژه زمانی که والد با فشارهای نقش والدگری، احساس ناکامی، مقایسه های اجتماعی یا تجربه خطا در تربیت فرزند مواجه می شود. والدینی که سطح بالاتری از خودشفقت ورزی دارند، کمتر درگیر خودگویی های انتقادی شدید می شوند و به جای سرزنش خود، موقعیت را بخشی طبیعی از فرایند والدگری تلقی کرده و رویکردی یادگیرنده اتخاذ می کنند. (Jefferson et al., 2020) فراتحلیل Jefferson، Shires و McAloon (2020) نشان می دهد خودشفقت ورزی والدین با کاهش استرس، اضطراب و افسردگی و نیز افزایش احساس شایستگی و رضایت از نقش والد همراه است. (Jefferson et al., 2020)

Edwards (2017) نیز بر نقش هم زمان دل بستگی والد، استرس والدگری و خودشفقت ورزی در سازگاری کودک تأکید می کند و نشان می دهد والدینی که دل بستگی ایمن تر، استرس کمتر و خودشفقت ورزی بالاتری دارند، احتمال بیشتری دارد فرزندانی با سازگاری عاطفی و رفتاری بهتر پرورش دهند. (Edwards, 2017) این یافته ها حاکی از آن است که خودشفقت ورزی می تواند به عنوان منبع درونی، رابطه میان عوامل خطر و پیامدهای منفی رشد کودک را تعدیل کند.



از منظر بالینی، Gilbert در چارچوب درمان متمرکز بر شفقت توضیح می دهد که چگونه تمرین های مبتنی بر شفقت می توانند با کاهش خودانتقادی، افزایش احساس امنیت در روابط و تغییر نظام های هیجانی از حالت تهدید و دفاع به سمت آرامش و ارتباط، کارکرد هیجانی والدین را بهبود دهند. (Gilbert, 2009, 2017) در این مدل، سه نظام هیجانی اصلی—تهدید، برانگیختگی/انگیزش و آرامش—امنیت—معرفی شده و فرض بر این است که بسیاری از مشکلات روان شناختی ناشی از فعال بودن مزمن نظام تهدید و ضعف نظام آرامش است. (Gilbert, 2009) به کارگیری این چارچوب در والدگری نشان می دهد والد شفقت مند نسبت به خود، حتی در مواجهه با خطاهای کودک، کمتر از موضع کنترل یا تهدید واکنش نشان می دهد و بیشتر قادر است نیازهای هیجانی زیربنایی رفتار کودک را تشخیص دهد. (Siegel & Hartzell, 2013)

### ۳. مداخلات مبتنی بر ذهن آگاهی و شفقت برای والدین

در دهه های اخیر، طیف گسترده ای از مداخلات مبتنی بر ذهن آگاهی و شفقت برای والدین طراحی و اجرا شده اند که هدف اصلی آن ها کاهش استرس والدگری، ارتقای تنظیم هیجانی و بهبود کیفیت تعاملات والد-کودک است (Kirby, 2016; Gilbert, 2017). Kirby (2016) چارچوبی نظری برای مداخلات متمرکز بر شفقت ارائه می دهد و نشان می دهد این برنامه ها چگونه از طریق افزایش آگاهی هیجانی، کاهش خودانتقادی و تقویت انگیزه مراقبت، به بهبود رابطه والد-کودک منجر می شوند. در این مداخلات، تمرین هایی نظیر تصویرسازی چهره شفقت مند، تنفس آرام ساز و کار با صداهای درونی انتقادی به عنوان ابزارهای کلیدی مورد استفاده قرار می گیرند. (Gilbert, 2009)

یافته های حاصل از مطالعات مداخله ای نیز نتایج امیدوارکننده ای را گزارش کرده اند (Tremblay, 2021). در یک مطالعه طولی پریناتال نشان داد والدینی که در دوره پیش و پس از تولد آموزش های مبتنی بر ذهن آگاهی و تنظیم هیجان دریافت کرده بودند، در ماه های بعد از تولد سطوح پایین تری از استرس را تجربه کردند و تعاملات گرم تر، حساس تر و پاسخ گوتری با نوزادان خود داشتند. (Tremblay, 2021) نتایج مشابهی در بستر همه گیری COVID-19 نیز گزارش شده است؛ به گونه ای که مشارکت در مداخلات مبتنی بر شفقت با کاهش علائم اضطرابی و بهبود کیفیت رابطه عاطفی والد-کودک همراه بوده است (Macatrão, 2021; Brown et al., 2020).

### ۴. شفقت والدینی در شرایط پرتنش و بحران ها

دوره همه گیری COVID-19 با محدودیت های گسترده اجتماعی، اقتصادی و آموزشی همراه بود و فشار روانی قابل توجهی بر خانواده ها وارد کرد (Brown و همکاران ۲۰۲۰) نشان دادند که در چنین شرایطی، استرس والدگری افزایش یافته و احتمال بروز تعارض های خانوادگی و مشکلات رفتاری در کودکان بیشتر می شود. با این حال، والدینی که از مهارت های ذهن آگاهی و شفقت بیشتری برخوردار بودند، توانستند تا حد زیادی از شدت این پیامدهای منفی بکاهند. یافته های (Macatrão, 2021) نیز این نقش محافظتی را تأیید می کند و نشان می دهد mindful parenting و شفقت با سازگاری هیجانی بهتر در والدین و کودکان همراه است.

این شواهد نشان می دهد که شفقت والدینی نه تنها در شرایط عادی رشد کودک اهمیت دارد، بلکه در موقعیت های بحرانی نیز می تواند به عنوان عاملی تنظیم کننده و محافظ عمل کند و از تشدید چرخه های استرس، تعارض و واکنش های هیجانی شدید جلوگیری نماید.

## ۵. پیامدهای رفتاری و اجتماعی در کودکان

اگرچه تمرکز بخش قابل توجهی از پژوهش ها بر پیامدهای هیجانی شفقت والدینی بوده است، شواهد فزاینده ای وجود دارد که نشان می دهد این مؤلفه با پیامدهای رفتاری و اجتماعی مثبت نیز در کودکان و نوجوانان همراه است. نتایج مطالعات اخیر حاکی از آن است که شفقت والدینی و دلبستگی سالم با افزایش رفتارهای نوع دوستانه و کاهش رفتارهای ضد اجتماعی مرتبط است (Liu et al., 2023).

یافته های پژوهش های کیفی و طولی نشان می دهد کودکانی که در تعاملات روزمره شاهد الگوهای شفقت مندانانه والدین هستند، این شیوه ها را در روابط با همسالان خود باز تولید می کنند و درک عمیق تری از مفاهیمی مانند مهربانی، همدلی و کمک به دیگران به دست می آورند. (Nisha, 2025; Siegel & Hartzell, 2013) این فرایند یادگیری مشاهده ای نقش مهمی در انتقال ارزش های اجتماعی و اخلاقی ایفا می کند و به رشد رفتارهای اجتماعی سازگارانه در بسترهای مختلف زندگی کودک می انجامد.

### بحث

مرور نظام مند و روایتی حاضر نشان می دهد که شفقت والدینی مفهومی چندبعدی و پیچیده است که هم مؤلفه های درون فردی والد—نظیر خودشفقت ورزی، ذهن آگاهی و تنظیم هیجانی—و هم ابعاد بین فردی تعامل والد—کودک، از جمله شیوه پاسخ دهی به نیازها و هیجان های کودک و کیفیت کلی رابطه، را در بر می گیرد. (Neff & McGehee, 2010; Gilbert, 2017) از منظر نظری، این مفهوم با نظریه دلبستگی بالبی (Bowlby, 1988)، چارچوب های تنظیم هیجان (Eisenberg et al., 2010; Thompson, 2014) و رویکردهای مبتنی بر شفقت و ذهن آگاهی هم راستا است و می تواند به عنوان نقطه اتصال این دیدگاه ها در تبیین رشد اجتماعی—عاطفی کودک در نظر گرفته شود. (Gilbert, 2009, 2017; Siegel & Hartzell, 2013)

شواهد تجربی نشان می دهد شفقت در والدگری و خودشفقت ورزی والدین با کاهش استرس والدگری، افزایش احساس کارآمدی در نقش والد و بهبود کیفیت رابطه والد—کودک همراه است. (Jefferson et al., 2020; Edwards, 2017) این متغیرها به طور غیرمستقیم بر پیامدهای رشدی کودکان اثر می گذارند و با تنظیم هیجان مؤثرتر، تاب آوری عاطفی بالاتر و رفتارهای اجتماعی سازگاران تر در کودکان مرتبط هستند. (Liu et al., 2023; Shaffer et al., 2012) در واقع، والد شفقت مند با ایجاد فضایی امن و حمایت گر، امکان تجربه، پردازش و تنظیم هیجان ها را برای کودک فراهم می کند؛ فرایندی که زیربنای رشد سالم اجتماعی و هیجانی محسوب می شود. (Eisenberg et al., 2010)

یافته های مرتبط با شرایط بحرانی و رویدادهای استرس زا—از جمله بلایای طبیعی یا همه گیری—COVID-19 نشان می دهد که در موقعیت های فشار شدید، نقش شفقت والدینی و سیستم های دلبستگی بیش از پیش برجسته می شود. (Brown et al., 2020; Macatrão, 2021) در چنین شرایطی، والدینی که از مهارت های ذهن آگاهی و شفقت بیشتری برخوردارند، توانایی بالاتری در حفظ ثبات هیجانی خود و خانواده دارند و کمتر در چرخه های تعارض و واکنش های هیجانی شدید گرفتار می شوند. این یافته ها بر نقش محافظتی شفقت والدینی در برابر پیامدهای منفی استرس های مزمن و حاد تأکید می کند.

در حوزه مداخلات، پژوهش های انجام شده در دوره های مختلف زندگی—از دوران بارداری و اوایل تولد (Tremblay, 2021) تا دوره های بحرانی مانند همه گیری—(COVID-19 (Macatrão, 2021) نشان داده اند که آموزش مهارت های مبتنی بر ذهن آگاهی و شفقت می تواند به کاهش استرس والدگری و بهبود کیفیت تعاملات والد-کودک منجر شود. (Kirby, 2016) این شواهد نشان می دهد شفقت والدینی ویژگی ای ایستا و صرفاً شخصیتی نیست، بلکه مهارتی قابل آموزش و تقویت است که می توان آن را در قالب برنامه های آموزشی، کارگاه های گروهی و مداخلات درمانی توسعه داد. (Gilbert, 2009, 2017) در این میان، مدل سه نظام هیجانی گیلبرت—شامل نظام تهدید، برانگیختگی و آرامش—چارچوبی مفهومی برای درک این موضوع فراهم می کند که چگونه تقویت نظام آرامش و مراقبت می تواند به کاهش واکنش های دفاعی و بهبود رابطه والد-کودک بینجامد (Gilbert, 2009).

با وجود شواهد امیدوارکننده، ادبیات موجود با محدودیت هایی نیز مواجه است. بخش عمده پژوهش ها در جوامع غربی انجام شده و مطالعات فرهنگ محور در بافت های غیرغربی اندک اند. (Edwards, 2017; Tremblay, 2021) افزون بر این، بسیاری از پژوهش ها مقطعی هستند و داده های طولی درباره تحول شفقت والدینی و پیامدهای بلندمدت آن محدود است (Jefferson et al., 2020). شواهد اندکی درباره نحوه بومی سازی مداخلات مبتنی بر شفقت در فرهنگ هایی مانند فرهنگ ایرانی وجود دارد و هنوز مشخص نیست کدام مؤلفه ها نیازمند تطبیق با ارزش ها، ساختار خانواده و بافت اجتماعی هر جامعه هستند (Siegel & Hartzell, 2013).

با وجود این محدودیت ها، شواهد موجود همچنان تصویری نسبتاً منسجم از نقش کلیدی شفقت والدینی در رشد اجتماعی—عاطفی کودکان ارائه می دهد.

از منظر کاربردی، نتایج این مرور پیامدهای مهمی برای سیاست گذاران، درمانگران و متخصصان حوزه آموزش دارد. نخست، برنامه های آموزشی والدگری می توانند مؤلفه های شفقت و self compassion را به صورت هدفمند در محتوای خود بگنجانند و فراتر از آموزش صرف تکنیک های رفتاری، بر تحول رابطه والد با خود و کودک تمرکز کنند (Gilbert, 2017; Kirby, 2016). دوم، گروه های در معرض خطر—از جمله والدین دارای استرس مزمن، خانواده های آسیب دیده از بحران ها و والدینی با سبک های دلبستگی ناایمن—باید در اولویت دریافت مداخلات شفقت محور قرار گیرند (Brown et al., 2020; Liu et al., 2023). سوم، همکاری میان نظام های سلامت، آموزش و خدمات اجتماعی می تواند اجرای گسترده تر این مداخلات را تسهیل کند؛ برای مثال از طریق برگزاری کارگاه های کوتاه مدت شفقت والدینی در مراکز بهداشتی، مدارس و مراکز مشاوره خانواده (Tremblay, 2021).

در مجموع، ادغام نظریه های رشد روانی-اجتماعی با مداخلات مبتنی بر شفقت والدینی، چشم اندازی جامع برای ارتقای کیفیت فرزندپروری و بهزیستی کودکان فراهم می کند. تقویت شفقت در دو سطح—یعنی خودشفقت و شفقت در تعامل والد-کودک—می تواند به کاهش مشکلات هیجانی و رفتاری، افزایش رفتارهای اجتماعی سازگارانه و ارتقای تاب آوری عاطفی کودکان منجر شود. (Neff & McGehee, 2010; Siegel & Hartzell, 2013)

نتیجه گیری

یافته های این مرور نشان می دهد شفقت والدینی از طریق تقویت دلبستگی ایمن، ارتقای توانایی تنظیم هیجان و کاهش استرس والدگری، نقشی محوری در رشد اجتماعی-عاطفی کودکان ایفا می کند (Bowlby, 1988; Eisenberg et al., 2010; Neff & McGehee, 2010). در شرایط فشارزا و بحرانی، مانند همه گیری COVID-19، این نقش به صورت یک عامل حفاظتی برجسته تر می شود و می تواند از تشدید تعارض های خانوادگی و بروز مشکلات رفتاری در کودکان پیشگیری کند (Brown et al., 2020; Macatrão, 2021).

بر این اساس، برنامه های ملی ارتقای سلامت روان کودک و خانواده می توانند شفقت والدینی را به عنوان یکی از محورهای اصلی مداخله در نظر بگیرند. شواهد مداخله ای موجود—از جمله پژوهش های Kirby (2016)، Tremblay (2021) و Macatrão (2021)—نشان می دهد آموزش مهارت های مبتنی بر شفقت و ذهن آگاهی به والدین می تواند پیامدهای مثبتی در کاهش استرس والدگری و بهبود تعاملات والد-کودک به همراه داشته باشد (Kirby, 2016; Tremblay, 2021; Macatrão, 2021).

با توجه به یافته های موجود، پیشنهاد می شود:

- برنامه های آموزشی والدگری به طور صریح مؤلفه های شفقت و خودشفقت ورزی را در بر گیرند و بر تمرین های عملی برگرفته از درمان متمرکز بر شفقت و mindful parenting تأکید کنند. (Gilbert, 2009; Kirby, 2016)
- پژوهش های آینده در جوامع غیرغربی، به ویژه در بافت های فرهنگی مانند ایران، به طراحی و ارزیابی مداخلات بومی سازی شده بپردازند و نقش شفقت والدینی را در زمینه های فرهنگی متفاوت بررسی کنند. (Edwards, 2017; Tremblay, 2021)
- مطالعات طولی بیشتری انجام شود تا مسیر تحول شفقت والدینی و اثرات بلندمدت آن بر رشد اجتماعی-عاطفی کودکان و نوجوانان با دقت بیشتری ترسیم شود. (Liu et al., 2023)

در نهایت، می توان نتیجه گرفت که توسعه و اجرای برنامه های آموزشی و درمانی مبتنی بر شفقت والدینی می تواند به عنوان بخشی اساسی از سیاست های ارتقای سلامت روان خانواده مورد توجه قرار گیرد و زمینه ساز پرورش نسلی سازگارتر، همدل تر و تاب آورتر باشد. (Neff & McGehee, 2010; Siegel & Hartzell, 2013)



#### Title

The Role of Parental Compassion in Children's Socio-Emotional Development: A Review of Existing Research and Examination of Research Gaps

#### Abstract

This article presents a narrative review of studies published between 2000 and 2025 in databases such as PubMed, PsycINFO, Scopus, SID, and Magiran, focusing on the two core constructs of parental compassion and children's socio-emotional development. The search results were synthesized using thematic analysis. Findings indicate that compassionate parenting—characterized by kindness, acceptance, and mindful presence in parent-child interactions—plays a fundamental role in fostering secure attachment (Bowlby, 1988), strengthening children's emotion regulation abilities (Eisenberg et al., 2010; Thompson, 2014), enhancing emotional resilience (Moreira et al., 2020), and reducing aggression and conflict within the family context (Nguyen et al., 2023; Medeiros et al., 2022; Brown et al., 2020). Longitudinal studies further suggest that children raised in compassion-based parenting environments exhibit more prosocial behaviors, are more successful in self-soothing and regulating their emotions, and that compassion-focused educational interventions typically improve the quality of the parent-child relationship (Kirby et al., 2021; Waters et al., 2020; Kirby, 2016; Gouveia et al., 2021; Jefferson et al., 2020). During the COVID-19 pandemic, parental compassion also emerged as a protective factor against parenting-related psychological stress, helping to maintain emotional balance within families (Medeiros et al., 2022; Brown et al., 2020).

Nevertheless, most existing studies have been conducted in Western cultural contexts, and there is a marked lack of longitudinal and culture-sensitive research, particularly in Iran (Kirby, 2023; Ghoorchian, 2019). This gap underscores the need for locally grounded studies and interventions that are adapted to diverse cultural backgrounds, including the Iranian context (Neff & McGehee, 2010; Gilbert, 2017; Kirby & Baldwin, 2018). Accordingly, it is recommended that parental-compassion training programs be culturally tailored and designed to meet the specific needs of Iranian families, as such interventions may not only reduce children's emotional difficulties but also enhance family relationship quality and children's social adjustment (Gilbert, 2017; Siegel & Hartzell, 2018).

**Keywords:** parental compassion, socio-emotional development, emotion regulation, secure attachment, emotional resilience

## منابع

- Bowlby, J. (1988). *A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development*. Basic Books
- Brown, S. M., Doom, J. R., Lechuga-Peña, S., Watamura, S. E., & Koppels, T. (2020). Stress and parenting during the global COVID-19 pandemic. *Child Abuse & Neglect*, 110(Pt 2), 104699.
- Eisenberg, N., Spinrad, T. L., & Eggum, N. D. (2010). Emotion-related self-regulation and its relation to children's maladjustment. *Annual Review of Clinical Psychology*, 6, 495-525.
- Gilbert, P. (2009). Introducing compassion-focused therapy. *Advances in psychiatric treatment*, 15(3), 199-208.
- Gilbert, P. (Ed.). (2017). *Compassion: Concepts, research and applications*. Taylor & Francis.
- Macatrão, A. B. F. (2021). *The Psychological Impact of the COVID-19 Pandemic on Parents and Adolescents: The Role of Mindful Parenting and Compassion for Children* (Master's thesis, Universidade de Coimbra (Portugal)).
- Kirby, J. N. (2016). Compassion interventions: Theoretical framework & review. *Mindfulness*, 7, 763-771.
- Nisha, T. I. (2025). *The role of parental influence on compassion development in 3-5-year-old children: a study of parent-child play interactions and children's views of compassionate behavior* (Doctoral dissertation, Brac University).
- Jefferson, F. A., Shires, A., & McAloon, J. (2020). Parenting self-compassion: A systematic review and meta-analysis. *Mindfulness*, 11(9), 2067-2088.
- Tremblay, M. J. (2021). *Les effets d'une intervention basée sur la pleine conscience sur l'adaptation à la parentalité et le développement des enfants: une étude périnatale et longitudinale* (Doctoral dissertation, Université du Québec à Trois-Rivières).
- Edwards, C. (2017). *Parental attachment and child adjustment: The role of parenting stress and self-compassion*. Ball State University.
- Neff, K. D., & McGehee, P. (2010). Self-compassion and psychological well-being among children, adolescents, and young adults. *Self and Identity*, 9(3), 225-240.
- Liu, A., Wang, W., Wu, X., & Xu, B. (2023). Empathy and self-compassion mediate the relationships between parental attachment, prosocial behavior, and antisocial behavior among adolescents after the jiuzhaigou earthquake.
- Siegel, D. J., & Hartzell, M. (2013). *Parenting from the inside out: How a deeper self-understanding can help you raise children who thrive*. Penguin
- Shaffer, A., Suveg, C., Thomassin, K., & Bradbury, L. L. (2012). Emotion socialization in the context of family risks: Links to child emotion regulation. *Journal of Child and Family Studies*, 21(6), 917-924.



هجدهمین کنفرانس بین المللی پژوهش های نوین در روانشناسی، علوم اجتماعی، علوم تربیتی و آموزشی

گرجستان - اسفند ۱۴۰۴ - آکادمی بین المللی علوم و مطالعات گرجستان

17 March 2026 - TBILISI GEORGIA

<http://icpse.ir>  
[info@icpse.ir](mailto:info@icpse.ir)

Waters, S. F., Virmani, E. A., Thompson, R. A., Meyer, S., Raikes, H. A., & Jochem, R. (2010). Emotion regulation and attachment: Unpacking two constructs and their association. *Journal of psychopathology and behavioral assessment*, 32(1), 37-47