Psychology of Motivation, Behavior, and Health, Volume 4, Issue 3, PP 1-14

Mentalization-Based Friendship Training and Rejected Children: A Semi-Experimental Study

1. Fatemeh-Alsadat Mohammadi Bajgirani: PhD Student in Psychology, Department of Psychology, Isf.C., Islamic Azad University, Isfahan, Iran
2. Mohsen Golparvar*: Professor, Department of Psychology, Isf.C., Islamic Azad University, Isfahan, Iran.. Email:
3. Mansoureh Bahramipour Isfahani: Associate Professor, Department of Psychology, Isf.C., Islamic Azad University, Isfahan, Iran
*Corresponding Author's Email: mgolparvar@iau.ac.ir

Received: 2025-12-13 Revised: 2026-04-13 Accepted: 2026-04-21 Published: 2026-08-23



How to Cite: Mohammadi Bajgirani, F., Golparvar, M., & Bahramipour Isfahani, M. (2026). Predicting Social Adjustment Based on Perfectionism and Irrational Beliefs in Students with Obsessive–Compulsive Symptoms. *Psychology of Motivation, Behavior, and Health*, 4(3), 1-14.

Abstract

Introduction and Aim: Rejected children often experience deficits in interpersonal skills, leading to impaired family relationships and increased communicational rumination. The present study aimed to determine the effectiveness of mentalization-based friendship training on family friendship and communicational rumination in rejected children.

Methodology: This semi-experimental study employed a pretest–posttest–follow-up design with a control group. The population consisted of rejected primary school girls and their mothers in Isfahan, from which 40 participants were purposively selected and randomly assigned to experimental and control groups. Data were collected using the Family Friendship Questionnaire and Communicational Rumination Questionnaire. The experimental group received eight sessions of mentalization-based friendship training, while the control group received no intervention. Data were analyzed using repeated measures ANOVA and Bonferroni post hoc tests in SPSS-26.

Findings: Results indicated significant effects of time, group, and time×group interaction for both variables ($p<0.01$). The intervention significantly increased family friendship ($\eta^2\approx0.45$ between-groups) and decreased communicational rumination ($\eta^2\approx0.32$ between-groups). Significant differences were observed between pretest and posttest as well as follow-up, while no significant difference was found between posttest and follow-up, indicating stability of the intervention effects.

Conclusion: Mentalization-based friendship training significantly improves family relational functioning and reduces maladaptive communicational rumination in rejected children, suggesting its applicability as an effective intervention in child psychological counseling settings.

Keywords: Mentalization-based friendship training, family friendship, communicational rumination, rejected children

Copyright: © 2026 by the authors. Published under the terms and conditions of Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0) License.

Extended Abstract

Introduction and Aim

Children's socio-emotional development is profoundly shaped by the quality of their interpersonal relationships, particularly friendships with peers. Positive peer interactions facilitate social learning, emotional regulation, and the development of adaptive behavioral patterns, whereas the absence of such relationships may expose children to a range of psychological vulnerabilities, including loneliness, maladjustment, and impaired social competence (Hartup, 2021; Schwartz-Mette et al., 2020). Among vulnerable populations, rejected children—those who are consistently excluded or marginalized by peers—are at heightened risk for maladaptive developmental trajectories. These children often exhibit deficits in social cognition and interpersonal skills, which perpetuate a cycle of rejection and emotional distress (Mohammadi Bajgirani et al., 2026).

Within this context, family processes play a crucial compensatory role. The family serves as the primary socialization environment in which children internalize emotional norms, relational schemas, and coping strategies. Constructs such as family friendliness—characterized by emotional closeness, commitment, and supportive interaction—are critical for fostering resilience and adaptive functioning (Soleimanof et al., 2021; Thompson et al., 2022). However, children who experience peer rejection may generalize their negative interpersonal experiences to family contexts, thereby weakening familial bonds and diminishing family-oriented attitudes (Karimi et al., 2024).

In parallel, cognitive-emotional processes such as rumination further exacerbate the challenges faced by rejected children. Rumination refers to repetitive, intrusive, and maladaptive patterns of thinking focused on distress and its causes or consequences. In the relational domain, communicational rumination manifests as persistent preoccupation with interpersonal failures, perceived rejection, and negative social evaluation (Stade & Ruscio, 2023; Wong et al., 2023). This process not only sustains emotional distress but also interferes with effective problem-solving and adaptive social behavior (Joubert et al., 2022). Neurocognitive evidence suggests that rumination is associated with dysregulated functional connectivity in brain regions responsible for emotional processing and self-referential thinking, further highlighting its detrimental impact on psychological functioning (Kim et al., 2023).

Recent advances in psychological intervention have emphasized the importance of addressing underlying mental processes that shape social behavior. Mentalization—the capacity to understand oneself and others in terms of intentional mental states such as beliefs, desires, and emotions—has emerged as a central construct in this regard (Jorgensen et al., 2021; Rossouw et al., 2021). Mentalization-based approaches aim to enhance individuals' reflective functioning, thereby improving emotional regulation, empathy, and interpersonal effectiveness. Empirical evidence supports the efficacy of mentalization-based interventions in improving parent-child relationships, attachment security, and emotional functioning across various populations (Karimi Farsani & Bahramipour Isfahani, 2021; Nakhli et al., 2022).

Moreover, mentalization-based training has been shown to reduce emotional dysregulation, aggression, and internalizing problems, while enhancing empathy and prosocial behavior in children and adolescents (Ghaffari Cherati et al., 2024; Ghanbari et al., 2022; Mirza Yousefkhani & Rostami Ahmadkandi, 2025). In family contexts, such interventions have also contributed to improved relational quality and reduced conflict (Attaran et al., 2025; Emamzadehei, 2026). Additionally, mentalization has been linked to reductions in maladaptive cognitive patterns such as self-blame and impaired self-regulation, which are closely associated with rumination (Arab Sharifi, 2026).

Despite these promising findings, the integration of mentalization principles into friendship training programs remains underexplored, particularly among rejected children. Traditional interventions, including cognitive-behavioral play therapy and group-based social skills training, have demonstrated effectiveness in enhancing social competence and reducing anxiety; however, they often focus primarily on observable behaviors rather than underlying mental processes (Ali Khani et al., 2022; Ashouri et al., 2019; Khani et al., 2023). A mentalization-based friendship training approach may offer a more comprehensive framework by simultaneously targeting cognitive, emotional, and relational dimensions of social functioning. Preliminary evidence suggests that such an approach can enhance socio-emotional development and reduce loneliness in rejected children (Mohammadi Bajgirani et al., 2026).

Given the theoretical and empirical significance of mentalization in shaping interpersonal functioning, the present study aimed to examine the effectiveness of mentalization-based friendship training on family

friendliness and communicational rumination in rejected children.

Methodology

The present study employed a quasi-experimental design with pre-test, post-test, and a two-month follow-up, including an experimental group and a control group. The statistical population consisted of mothers and their rejected elementary school girls in Isfahan during Fall 2025. A total of 40 participants were purposively selected and randomly assigned into two groups: an experimental group (n=20) and a control group (n=20).

The experimental group participated in an eight-session mentalization-based friendship training program, each session lasting between 70 and 95 minutes. The intervention focused on enhancing self-awareness, understanding others' mental states, emotional regulation, empathy, and adaptive interpersonal skills. The control group did not receive any intervention during the study period.

Data were collected using the Family Friendship Questionnaire and the Communicational Rumination Questionnaire at three time points: pre-test, post-test, and follow-up. Statistical analysis was conducted using repeated measures analysis of variance (ANOVA) and Bonferroni post-hoc tests in SPSS version 26. Assumptions of normality, homogeneity of variances, and sphericity were examined and appropriate corrections were applied where necessary.

Findings

The results of repeated measures ANOVA indicated significant effects of time, group, and time×group interaction for both family friendliness and communicational rumination. For family friendliness, the within-subjects effect of time was significant ($F=89.99$, $p<0.01$, $\eta^2=0.70$), and the interaction between time and group was also significant ($F=57.12$, $p<0.01$, $\eta^2=0.60$). The between-group effect was significant as well ($F=30.97$, $p<0.01$, $\eta^2=0.45$), indicating a substantial difference between the experimental and control groups.

For communicational rumination, the effect of time was significant ($F=35.42$, $p<0.01$, $\eta^2=0.48$), as was the interaction between time and group ($F=56.60$, $p<0.01$, $\eta^2=0.60$). The between-group effect was also significant ($F=18.26$, $p<0.01$, $\eta^2=0.32$).

Bonferroni post-hoc comparisons revealed significant differences between pre-test and post-test, as well as between pre-test and follow-up, for both variables ($p<0.05$). However, no significant difference was found between post-test and follow-up, indicating that the effects of the intervention were maintained over time.

Discussion and Conclusion

The findings of the present study demonstrate that mentalization-based friendship training is an effective intervention for improving family friendliness and reducing communicational rumination in rejected children. The significant interaction effects indicate that the observed changes can be attributed to the intervention rather than natural developmental processes or external factors.

The increase in family friendliness suggests that enhancing children's capacity to understand their own and others' mental states contributes to more positive and supportive family interactions. By improving reflective functioning and emotional awareness, children become better equipped to engage in constructive communication and maintain stronger emotional bonds within the family.

The reduction in communicational rumination indicates that mentalization-based training can disrupt maladaptive cognitive cycles characterized by repetitive negative thinking about interpersonal experiences. By fostering cognitive flexibility and emotional regulation, the intervention helps children reinterpret social situations more adaptively and reduces their tendency to dwell on negative relational experiences.

Furthermore, the stability of the intervention effects over the follow-up period highlights the potential for long-term benefits. This suggests that the skills acquired through mentalization-based training are not only effective in the short term but can also be internalized and maintained over time.

Overall, the findings support the application of mentalization-based approaches in addressing the complex interplay of cognitive, emotional, and interpersonal factors underlying social difficulties in rejected children.

آموزش دوستیابی مبتنی بر ذهنی‌سازی و کودکان مطرود: یک مطالعه نیمه‌آزمایشی

۱. فاطمه‌السادات محمدی باجگیرانی: دانشجوی دکتری، گروه روان‌شناسی، واحد اصفهان (خوراسگان)، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران
۲. محسن گل پرور*: استاد، گروه روانشناسی، واحد اصفهان (خوراسگان)، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران. (نویسنده مسئول)
۳. منصوره بهرامی پور اصفهانی: دانشیار، گروه روان‌شناسی، واحد اصفهان (خوراسگان)، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران
*ایمیل نویسنده مسئول: mgolparvar@iau.ac.ir

دریافت: ۱۴۰۴/۰۹/۲۲ بازنگری: ۱۴۰۴/۰۱/۲۴ پذیرش: ۱۴۰۵/۰۲/۰۱ انتشار: ۱۴۰۵/۰۶/۰۱



نحوه استناددهی: محمدی باجگیرانی، فاطمه‌السادات.، گل پرور، محسن.، و بهرامی پور اصفهانی، منصوره. (۱۴۰۵). رابطه بین ترس از شکست با سبک‌های اسنادی با نقش میانجی اضطراب حالتی-رقابتی در ورزشکاران کاراته استان گیلان. *روان‌شناسی انگیزش، رفتار و سلامت*، ۴(۳)، ۱۴-۱.

چکیده

مقدمه و هدف: کودکان مطرود به دلیل نقص در مهارت‌های بین‌فردی با مشکلاتی در روابط خانوادگی و افزایش نشخوار فکری ارتباطی مواجه هستند. هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی آموزش دوستیابی مبتنی بر ذهنی‌سازی بر خانواده‌دوستی و نشخوار فکری ارتباطی در کودکان مطرود بود.

روش‌شناسی: این پژوهش نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری دوماهه با گروه کنترل انجام شد. جامعه آماری شامل مادران و کودکان دختر مطرود مقطع ابتدایی شهر اصفهان بود که ۴۰ نفر به‌صورت هدفمند انتخاب و به‌طور تصادفی در گروه آزمایش و کنترل گمارده شدند. ابزارها شامل پرسشنامه خانواده‌دوستی و نشخوار فکری ارتباطی بود. گروه آزمایش طی ۸ جلسه آموزش دوستیابی مبتنی بر ذهنی‌سازی دریافت کرد. داده‌ها با تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر و آزمون تعقیبی بونفرونی در SPSS-۲۶ تحلیل شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد اثر زمان، گروه و تعامل زمان×گروه برای خانواده‌دوستی و نشخوار فکری ارتباطی معنادار است ($p<0.01$). آموزش موجب افزایش معنادار خانواده‌دوستی ($\eta^2\approx0.45$ بین‌گروهی) و کاهش نشخوار فکری ارتباطی ($\eta^2\approx0.32$ بین‌گروهی) شد. همچنین تفاوت بین پیش‌آزمون با پس‌آزمون و پیگیری معنادار بود، در حالی که بین پس‌آزمون و پیگیری تفاوتی مشاهده نشد که بیانگر پایداری اثر مداخله است.

نتیجه‌گیری: آموزش دوستیابی مبتنی بر ذهنی‌سازی به‌طور معناداری موجب بهبود روابط خانوادگی و کاهش نشخوارهای فکری ارتباطی در کودکان مطرود می‌شود و می‌تواند به‌عنوان یک مداخله مؤثر در مراکز مشاوره کودک مورد استفاده قرار گیرد.

کلیدواژگان: آموزش دوستیابی مبتنی بر ذهنی‌سازی، خانواده‌دوستی، نشخوار فکری ارتباطی، کودکان مطرود

مجوز و حق نشر: © ۱۴۰۵ تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است. انتشار این مقاله به‌صورت دسترسی آزاد مطابق با گواهی (CC BY-NC 4.0) صورت گرفته است.

مقدمه

رشد و تحول بهینه کودکان به‌شدت وابسته به کیفیت روابط بین‌فردی آنان، به‌ویژه روابط با همسالان است. دوستی‌های دوران کودکی نه‌تنها زمینه‌ساز یادگیری مهارت‌های اجتماعی، هیجانی و شناختی هستند، بلکه به‌عنوان بستری اساسی برای شکل‌گیری هویت اجتماعی، احساس تعلق و تنظیم هیجانی عمل می‌کنند. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که تعاملات مثبت با همسالان به کاهش احساس تنهایی، افزایش سازگاری اجتماعی و بهبود سلامت روانی کودکان منجر می‌شود، در حالی که فقدان این روابط می‌تواند پیامدهای منفی گسترده‌ای در پی داشته باشد (Hartup, 2021; Schwartz-Mette et al., 2020). در این میان، کودکانی که از سوی همسالان طرد می‌شوند، به‌دلیل ضعف در مهارت‌های بین‌فردی و ناتوانی در برقراری روابط پایدار، در معرض طیف وسیعی از مشکلات روان‌شناختی و اجتماعی قرار می‌گیرند که می‌تواند مسیر تحول آنان را با اختلال مواجه سازد (Mohammadi Bajgirani et al., 2026).

طردشدگی اجتماعی در کودکان نه‌تنها بر روابط بیرونی آنان اثر می‌گذارد، بلکه می‌تواند پیامدهایی در ساختار روابط خانوادگی نیز به‌همراه داشته باشد. خانواده به‌عنوان نخستین بستر اجتماعی‌شدن، نقش تعیین‌کننده‌ای در شکل‌گیری الگوهای ارتباطی، تنظیم هیجانی و نگرش‌های بین‌فردی کودکان دارد. روابط مبتنی بر دلبستگی ایمن و تعاملات گرم خانوادگی می‌تواند به تقویت احساس امنیت، مسئولیت‌پذیری و پیوندهای عاطفی منجر شود (Thompson et al., 2022). در این چارچوب، مفهوم «خانواده‌دوستی» به‌عنوان تمایل به حفظ و تقویت پیوندهای خانوادگی، عشق‌ورزی، و سرمایه‌گذاری هیجانی در روابط خانوادگی مطرح می‌شود که نقش مهمی در جهت‌دهی به رفتارهای اجتماعی کودک دارد (Karimi et al., 2024; Soleimanof et al., 2021). با این حال، کودکانی که در تعاملات بیرونی با شکست مواجه می‌شوند، ممکن است این ناکامی‌ها را به درون خانواده تعمیم داده و در نتیجه، سطح خانواده‌دوستی آنان کاهش یابد و تعاملات خانوادگی نیز دچار اختلال شود (Mohammadi Bajgirani et al., 2026).

از سوی دیگر، یکی از پیامدهای شناختی و هیجانی مهم طردشدگی، افزایش نشخوار فکری، به‌ویژه نشخوار فکری ارتباطی است. نشخوار فکری به‌عنوان یک فرآیند شناختی تکراری و مزاحم، شامل تمرکز مداوم بر افکار منفی، شکست‌ها و نگرانی‌هاست که می‌تواند به تداوم و تشدید پریشانی روانی منجر شود (Stade & Ruscio, 2023; Wong et al., 2023). در کودکان، نشخوار فکری اغلب حول محور روابط اجتماعی و تعاملات با دیگران شکل می‌گیرد و به‌صورت بازاندیشی مکرر درباره شکست‌های ارتباطی یا نگرانی درباره ارزیابی دیگران بروز می‌کند (Joubert et al., 2022). شواهد عصب‌روان‌شناختی نیز نشان می‌دهد که این فرآیند با الگوهای خاصی از فعالیت مغزی، به‌ویژه در نواحی پیش‌پیشانی، مرتبط است که نقش مهمی در تنظیم هیجانی و پردازش اجتماعی دارند (Kim et al., 2023). چنین الگوهایی می‌توانند باعث افزایش حساسیت به استرس‌های اجتماعی و کاهش توانایی مقابله سازگارانه در کودکان شوند.

در مواجهه با این چالش‌ها، مداخلات آموزشی و درمانی متعددی برای بهبود مهارت‌های اجتماعی و کاهش مشکلات هیجانی کودکان توسعه یافته‌اند. برای مثال، مداخلات مبتنی بر بازی‌درمانی شناختی-رفتاری و آموزش‌های بازسازی شناختی نشان داده‌اند که می‌توانند مهارت‌های اجتماعی و صمیمیت بین‌فردی را در کودکان بهبود بخشند (Ashouri et al., 2019; Khani et al., 2023). همچنین مداخلاتی مانند سوسیودراما در کاهش اضطراب اجتماعی کودکان مؤثر گزارش شده‌اند (Ali Khani et al., 2022). با این حال، این رویکردها اغلب بر جنبه‌های رفتاری یا شناختی تمرکز دارند و کمتر به فرآیندهای عمیق‌تر ذهنی که زیربنای تعاملات اجتماعی هستند، می‌پردازند.

در این میان، رویکرد ذهنی‌سازی به‌عنوان یکی از چارچوب‌های نوین در روان‌شناسی تحولی و بالینی، توجه ویژه‌ای را به خود جلب کرده است. ذهنی‌سازی به توانایی فرد در درک و تفسیر رفتار خود و دیگران بر اساس حالات ذهنی نظیر باورها، هیجان‌ها و نیات اشاره دارد و به‌عنوان یکی از مهارت‌های کلیدی در تنظیم روابط بین‌فردی شناخته می‌شود (Jorgensen et al., 2021; Rossouw et al., 2021). این توانایی به افراد کمک می‌کند تا رفتارهای دیگران را

به‌صورت انعطاف‌پذیر و غیرقضاوتی تفسیر کنند و در نتیجه، تعاملات اجتماعی سازگارانه‌تری برقرار نمایند.

پژوهش‌های متعددی اثربخشی مداخلات مبتنی بر ذهنی‌سازی را در بهبود جنبه‌های مختلف روان‌شناختی نشان داده‌اند. برای مثال، آموزش ذهنی‌سازی موجب بهبود روابط والد-کودک و افزایش سطوح دلبستگی ایمن در کودکان شده است (Karimi Farsani & Bahramipour Isfahani, 2021; Nakhli et al., 2022). همچنین این رویکرد در کاهش دشواری‌های تنظیم هیجانی و پرخاشگری در نوجوانان مؤثر بوده است (Ghaffari Cherati et al., 2024). افزون بر این، مداخلات مبتنی بر ذهنی‌سازی توانسته‌اند همدلی را در کودکان افزایش دهند و به کاهش اختلالات درونی‌سازی و برونی‌سازی کمک کنند (Ghanbari et al., 2022; Mirza Yousefkhani & Rostami Ahmadkandi, 2025). در حوزه خانواده نیز، آموزش‌های مبتنی بر ذهنی‌سازی به بهبود روابط مادر-کودک و کاهش تعارضات خانوادگی منجر شده‌اند (Attaran et al., 2025; Emamzadehei, 2026). همچنین شواهدی وجود دارد که نشان می‌دهد این رویکرد می‌تواند خودسرزنشگری، رفتارهای پرخطر و نقص در خودتنظیمی را کاهش دهد (Arab Sharifi, 2026).

با وجود این یافته‌ها، کاربرد ذهنی‌سازی به‌طور خاص در حوزه آموزش مهارت‌های دوستیابی، به‌ویژه در کودکان مطرود، کمتر مورد توجه قرار گرفته است. در حالی که به‌نظر می‌رسد ترکیب مهارت‌های دوستیابی با اصول ذهنی‌سازی می‌تواند به‌طور همزمان به بهبود درک خود و دیگران، افزایش همدلی، و کاهش سوءتفاهم‌های ارتباطی منجر شود، شواهد تجربی در این زمینه محدود است. مطالعه‌ای که به‌طور مستقیم به مقایسه آموزش دوستیابی مبتنی بر ذهنی‌سازی با سایر رویکردها پرداخته است، نشان داده که این رویکرد می‌تواند در ارتقای رشد اجتماعی-هیجانی و کاهش احساس تنهایی در کودکان مطرود مؤثر باشد (Mohammadi Bajgirani et al., 2026).

از منظر نظری، می‌توان انتظار داشت که آموزش دوستیابی مبتنی بر ذهنی‌سازی از طریق چند سازوکار اصلی عمل کند. نخست، این رویکرد با تقویت خودآگاهی و دیگرآگاهی، به کودکان کمک می‌کند تا تجارب اجتماعی خود را به‌صورت دقیق‌تری درک کنند و از تفسیرهای منفی و تحریف‌شده اجتناب نمایند. دوم، با ارتقای مهارت‌های تنظیم هیجانی و شناختی، توانایی مقابله با موقعیت‌های استرس‌زای اجتماعی افزایش می‌یابد. سوم، از طریق تقویت همدلی و دیدگاه‌گیری، کیفیت تعاملات بین‌فردی بهبود یافته و احتمال طردشدگی کاهش می‌یابد. این تغییرات می‌توانند به‌طور همزمان به افزایش خانواده‌دوستی و کاهش نشخوار فکری ارتباطی منجر شوند، زیرا کودک نه‌تنها در روابط بیرونی موفق‌تر عمل می‌کند، بلکه نگرش مثبت‌تری نسبت به خود و روابط خانوادگی پیدا می‌کند.

با توجه به اهمیت روابط اجتماعی در رشد کودکان، پیامدهای منفی طردشدگی، و ظرفیت بالقوه رویکرد ذهنی‌سازی در بهبود مهارت‌های بین‌فردی و تنظیم هیجانی، بررسی اثربخشی آموزش دوستیابی مبتنی بر ذهنی‌سازی بر متغیرهای کلیدی مانند خانواده‌دوستی و نشخوار فکری ارتباطی در کودکان مطرود از اهمیت نظری و کاربردی ویژه‌ای برخوردار است؛ بنابراین، هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش دوستیابی مبتنی بر ذهنی‌سازی بر خانواده‌دوستی و نشخوار فکری ارتباطی در کودکان مطرود است.

روش‌شناسی

پژوهش حاضر یک مطالعه نیمه‌آزمایشی با دو گروه، شامل یک گروه آموزش دوست‌یابی مبتنی بر ذهنی‌سازی و یک گروه کنترل با سه مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری دو ماهه است. جامعه آماری شامل تمامی مادران و فرزندان دخترآنها که بر اساس اطلاعات دریافتی از اولیای مدرسه (مدیر، معاونان و معلمان) و مادران و سپس از طریق مصاحبه همزمان با مادر و کودک به عنوان مطرود تشخیص داده می‌شدند، در مدارس مقطع ابتدایی ناحیه ۳ آموزش و پرورش شهر اصفهان در پاییز ۱۴۰۴ بودند. از جامعه آماری مورد اشاره، ۴۰ مادر و کودک دختر، برای هر گروه ۲۰ نفر، بر پایه ملاک‌های ورود به صورت هدفمند انتخاب و سپس به روش تصادفی ساده (قرعه‌کشی) در سه گروه قرار گرفتند. لازم به ذکر است که احراز مطرود بودن کودکان برای شرکت در پژوهش همراه با مادران آنها، از طریق تعیین اولیه کودکان مطرود با کمک کادر اجرایی مدارس و معلمان که نمونه‌گیری از آن‌ها انجام شد، صورت گرفت. پس از تعیین کودکان مطرود توسط کادر اجرایی مدارس،

طی مصاحبه با مادران این کودکان و خود کودکان در مورد تعداد دوستان و کیفیت ارتباطات کودکان با همسالان، طرد شدگی این کودکان به دقت بررسی و تایید شد. معیارهای ورود شامل رضایت آگاهانه‌ی مادران و کودکان مورد پژوهش و تمایل به شرکت و ادامه مشارکت در دوره آموزشی، قرار داشتن مادران در رده‌ی سنی ۲۵ تا ۴۵ سال و کودکان ۷ تا ۱۱ سال، عدم قرار داشتن تحت آموزش‌های روان‌شناختی موازی و عدم ابتلا به بیماری‌های جسمی یا روانی ناتوان‌کننده در مادران و کودکان و معیارهای خروج نیز شامل عدم همکاری یا عدم تمایل به ادامه شرکت در جلسات آموزش، عدم انجام تکالیف و غیبت ۲ جلسه و بیشتر در جلسات آموزشی بودند. رازداری، استفاده از داده‌ها فقط در راستای اهداف پژوهش، آزادی و اختیار کامل شرکت کنندگان برای ادامه مشارکت در پژوهش و اطلاع رسانی دقیق در صورت درخواست از نتایج، همراه با آموزش گروه کنترل پس از اتمام آموزش گروه‌های آزمایش اصول اخلاقی رعایت شده در مطالعه حاضر بودند. از ابزارهای زیر در پژوهش استفاده شد.

پرسشنامه خانواده دوستی (FFQ): برای سنجش خانواده دوستی از پرسش‌نامه ساخته شده توسط یوسفی (۱۳۹۸) که دارای ۱۳ سوال است و دو دو عرصه دلبستگی به خانواده (۶ سوال) و گسستگی از خانواده (۷ سوال) را پوشش می‌دهد، استفاده شد. نمره‌گذاری این مقیاس روی یک طیف ۵ درجه‌ای از کاملاً مخالفم نمره (۱) تا کاملاً موافقم نمره (۵) انجام می‌شود. با معکوس‌سازی نمرات بعد گسستگی از خانواده، با جمع نمرات کل سوالات، نمره خانواده دوستی کلی که دامنه نوسان ۱۳ تا ۶۵ خواهد داشت به دست می‌آید و افزایش نمرات به معنای افزایش سطح خانواده دوستی است. روایی صوری و قابل فهم بودن آن توسط ۱۰ نوجوان و متخصص بررسی و تأیید شده است. روایی محتوایی این پرسشنامه نیز توسط متخصصین خانواده بررسی و تایید شده است. پایایی این پرسشنامه در مطالعه یوسفی (۱۳۹۸) برای دلبستگی به خانواده، گسستگی از خانواده و خانواده دوستی کلی به ترتیب برابر با ۰/۸۶۵، ۰/۹۳۶ و ۰/۹۴ گزارش شده است (Yousefi, 2019). این پرسشنامه تاکنون در ایران در مطالعات مختلفی استفاده و شوواهد روایی و پایایی آن مطلوب گزارش شده است. برای نمونه در پژوهش کریمی و همکاران (۱۴۰۲) همسانی درونی این مقیاس برحسب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۹۴ به دست آمده است. لازم به ذکر است که در پژوهش حاضر نمره کل خانواده دوستی برای تحلیل و بررسی سوالات پژوهش در بخش کمی استفاده شده است. آلفای کرونباخ این پرسشنامه در مطالعه حاضر برابر با ۰/۹۱ به دست آمد (Karimi et al., 2024).

پرسشنامه نشخوار فکری ارتباطی (CRQ): برای سنجش نشخوار فکری ارتباطی از پرسشنامه ساخته شده توسط یوسفی (۱۳۸۸) که دارای ۳۹ سوال است، استفاده شد. مقیاس پاسخگویی این پرسشنامه، چهارگزینه‌ایی و هر سؤال از صفر تا سه درجه بندی (۰= به هیچ وجه، ۱= تاحدودی، ۲= بیشتر اوقات و ۳= تقریبا همیشه) می‌شود. با جمع نمرات کل سوالات با یکدیگر، نمره کلی نشخوار فکری ارتباطی که در دامنه صفر تا ۱۱۷ در نوسان است به دست می‌آید و افزایش امتیازات به معنای افزایش سطح نشخوارفکری می‌باشد. به عنوان شواهدی از روایی این پرسشنامه، ضریب روایی همزمان این مقیاس با آزمون بک برابر با ۰/۶۳ و با آزمون شادکامی آکسفورد برابر با ۰/۷۳ به دست آمد که هر دو از لحاظ آماری معنادار بودند. همچنین این پرسش‌نامه از ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۹۳ و ضریب پایایی بازآزمایی برای کل پرسشنامه برابر با ۰/۷۸ گزارش شده است. این شواهد حاکی از روایی و پایایی قابل قبول این پرسش‌نامه است و از این نظر با مطالعات مشابه خارجی در باره نشخوار فکری قابل مقایسه است و حتی ضرایب اعتبار بالاتری را نشان می‌دهد (Yousefi, 2009). لازم به ذکر است که در پژوهش حاضر نمره کل نشخوار فکری ارتباطی برای تحلیل و بررسی سوالات پژوهش در بخش کمی استفاده شده است. آلفای کرونباخ پرسشنامه در این مطالعه برابر با ۰/۷۲ به دست آمد.

در جمع‌آوری داده‌ها پس از گمارش تصادفی مادران و کودکان در دو گروه، شامل یک گروه آموزش دوست‌یابی مبتنی بر ذهنی‌سازی و یک گروه کنترل، در مرحله پیش‌آزمون، مادران کودکان مطرود به دو پرسشنامه خانواده دوستی و نشخوار فکری ارتباطی برای کودکان خود پاسخ دادند. به دنبال آن گروه آموزش دوست‌یابی مبتنی بر ذهنی‌سازی، به صورت گروهی، در دوره ۸ جلسه‌ای ۷۰ تا ۹۵ دقیقه‌ای (جلسه اول و آخر به دلیل اجرای پیش‌آزمون و توضیحات اضافی ۹۵ دقیقه‌ای و بقیه جلسات ۷۰ دقیقه‌ای بودند) برای آموزش در سالن

اجتماعات یک مدرسه در ناحیه ۳ آموزش و پرورش شهر اصفهان شرکت نمودند. پس از پایان جلسات آموزش، مادران شرکت کننده در هر دو گروه (یک گروه آزمایش و یک گروه کنترل) در مرحله پس‌آزمون و سپس با فاصله دو ماه بعد در مرحله پیگیری مجدد به دو پرسشنامه خانواده دوستی و نشخوار فکری ارتباطی برای کودکان خود پاسخ دادند. نسخه اصلی بسته آموزشی دوست‌یابی مبتنی بر ذهنی‌سازی توسط محمدی باجگیرانی و همکاران (۲۰۲۶) برای اولین بار تدوین و اعتبارسنجی محتوایی شده و طی دو مرحله اعتبارسنجی کمی مقدماتی و تطبیقی (در مقایسه با آموزش دوست‌یابی دیالکتیک) اعتبار آن تایید شده است (Mohammadi Bajgirani et al., 2026). آموزش دوست‌یابی مبتنی بر ذهنی‌سازی توسط روانشناس مسلط بر آموزش مادران و آموزش فرزندپروری و با سابقه ۱۰ سال سابقه آموزش روانشناختی اجرا شد.

پروتکل مداخله آموزش دوستیابی مبتنی بر ذهنی‌سازی در قالب یک برنامه گروهی هشت جلسه‌ای (هر جلسه حدود ۷۰ تا ۹۵ دقیقه) طراحی و اجرا شد که به‌صورت تدریجی از خودآگاهی به دیگرآگاهی و سپس به هم‌ذهنی‌سازی در روابط بین‌فردی می‌پردازد. در جلسات نخست، تمرکز بر فهم تجارب خود در دوستی از طریق معرفی اعضا، تبیین اهداف و قوانین گروه، و آموزش تکنیک‌های توجه‌آگاهی، تمرکز بر زمان حال و مشاهده ذهن بدون قضاوت قرار گرفت تا پایه‌های خودآگاهی و تنظیم توجه شکل گیرد. در ادامه، با بررسی تکالیف و تمرین‌های خانگی، مهارت‌های تمرکز بر ذهن مثبت و بازشناسی تجارب درونی تقویت شد. در جلسات سوم و چهارم، محور مداخله به فهم تجارب دیگران انتقال یافت و از طریق آموزش درک تفاوت‌های فردی، شناسایی و تفسیر هیجان‌های دیگران، دیدگاه‌گیری و به‌کارگیری نظریه ذهن، توانایی درک حالات ذهنی دیگران ارتقا داده شد. در جلسات پنجم و ششم، هم‌ذهنی‌سازی تجارب خود مورد توجه قرار گرفت و با آموزش مهارت‌های خودکنترلی، خودتنظیمی هیجانی، مدیریت شناختی و رفتاری، کودکان یاد گرفتند واکنش‌های هیجانی و شناختی خود را در موقعیت‌های اجتماعی تنظیم کنند. در نهایت، در جلسات هفتم و هشتم، هم‌ذهنی‌سازی تجارب دیگران از طریق آموزش همدلی، تاب‌آوری، ایفای نقش آینه متقابل و ذهنی‌سازی جانشینی تقویت شد تا کودکان بتوانند تعاملات بین‌فردی مؤثرتری برقرار کنند. در تمامی جلسات، ارائه تکالیف خانگی، بازبینی مستمر تمرین‌ها و جمع‌بندی پایانی انجام شد و در جلسه آخر، علاوه بر اجرای پس‌آزمون، فرایند خاتمه مداخله و هماهنگی برای پیگیری صورت گرفت.

برای تحلیل آماری، برای پیش‌فرض نرمالیتی از آزمون شاپیرو-ویلک، برای پیش فرض برابری واریانس خطا از آزمون لون، برای پیش فرض برابری ماتریس واریانس-کوواریانس از آزمون ام باکس، و برای پیش فرض کرویت از آزمون ماکلی (ماخلی)، و سپس محاسبه میانگین و انحراف‌معیار و برای تعیین تفاوت اثربخشی گروههای مورد مطالعه از تحلیل واریانس اندازه‌های تکرار شده و آزمون تعقیبی بونفرونی استفاده شد. داده‌ها از طریق نرم افزار SPSS نسخه ۲۶ تحلیل شد.

یافته‌ها

دو گروه پژوهش از نظر سن مادران، تحصیلات مادران، و سن و ترتیب تولد فرزندان با یکدیگر از طریق آزمون خی‌دو مورد مقایسه قرار گرفتند. نتایج بررسی متغیرهای جمعیت شناختی در جدول ۱ ارایه شده است.

جدول ۱. مقایسه فراوانی گروه‌های پژوهش در متغیرهای جمعیت‌شناختی

متغیر و سطوح آن	آموزش دوست‌یابی مبتنی بر ذهنی‌سازی فراوانی (٪)	گروه کنترل فراوانی (٪)	مقدار خی دو (معناداری)
سن مادران			
تا ۲۵ سال	۱ (۵)	۰ (۰)	۵/۳۳ (۰/۰۷)
۲۶ تا ۳۵ سال	۱۲ (۶۰)	۶ (۳۰)	
۳۶ سال و بالاتر	۷ (۳۵)	۱۴ (۷۰)	
تحصیلات مادران			
تا دیپلم	۵ (۵)	۴ (۲۰)	۰/۱۶

فوق دیپلم و لیسانس	۱۰ (۶۰)	۱۱ (۵۵)	(۰/۹۲)
فوق لیسانس و دکتری	۵ (۳۵)	۵ (۲۵)	
سن فرزندان			
۷ و ۸ سال	۶ (۳۰)	۵ (۲۵)	۰/۱۸
۹ سال	۹ (۴۵)	۹ (۴۵)	(۰/۹۱)
۱۰ و ۱۱ سال	۵ (۲۵)	۶ (۳۰)	
ترتیب تولد فرزندان			
فرزند اول	۹ (۴۵)	۷ (۳۵)	۰/۹۲
فرزند دوم	۸ (۴۰)	۱۱ (۵۵)	(۰/۶۳)
فرزند سوم و بالاتر	۳ (۱۵)	۲ (۱۰)	

چنانکه در جدول ۱ مشاهده می‌شود، در متغیرهای جمعیت‌شناختی بین دو گروه پژوهش تفاوت معناداری وجود ندارد. در جدول ۲ میانگین و انحراف معیار خانواده دوستی و نشخوار فکری ارتباطی به تفکیک دو گروه پژوهش و سه مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری ارائه شده است.

جدول ۲. میانگین و انحراف معیار خانواده دوستی و نشخوار فکری ارتباطی در گروه‌های پژوهش در سه مرحله زمانی

متغیر	زمان	آموزش دوست‌یابی مبتنی بر ذهنی‌سازی		گروه کنترل	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
خانواده‌دوستی	پیش‌آزمون	۳۷/۷۰	۹/۲۷	۳۱/۷۰	۹/۲۷
	پس‌آزمون	۴۷/۴۵	۸/۵۱	۳۲/۶۰	۳/۷۰
	پیگیری	۴۸/۸۵	۸/۲۸	۳۳/۵۰	۴/۶۸
نشخوار فکری ارتباطی	پیش‌آزمون	۵۳/۹۵	۶/۳۲	۵۷/۱۰	۹/۱۵
	پس‌آزمون	۴۴/۲۵	۸/۴۸	۵۷/۶۵	۸/۴۰
	پیگیری	۴۳/۴۵	۷/۵۸	۵۸/۸۰	۸/۸۴

چنانکه در جدول ۲ مشاهده می‌شود، میانگین خانواده دوستی و نشخوار فکری ارتباطی نشان می‌دهد که گروه آموزش دوست‌یابی مبتنی بر ذهنی‌سازی نسبت به گروه کنترل تغییرات بیشتری را در پس‌آزمون و مرحله پیگیری نشان داده است. پیش از اجرای تحلیل واریانس اندازه‌های تکرار شده، نتایج آزمون شاپیرو-ویلک ($p\geq$۰/۰۵) و نتایج آزمون لوین به ترتیب حاکی از نرمال بودن توزیع داده‌ها و برابری واریانس خطای گروه‌های آزمایش و کنترل برای دو متغیر خانواده دوستی و نشخوار فکری ارتباطی بود ($p\geq$۰/۰۵). آزمون ام باکس حاکی از برابری ماتریس واریانس-کوواریانس ($p\geq$۰/۰۵)، ولی نتایج آزمون ماکلی (ماچلی) برای بررسی پیش فرض کرویت برای خانواده دوستی و نشخوار فکری ارتباطی معنادار بود. به این معنی که پیش فرض کرویت برای این دو متغیر رعایت نشده است. در این مورد برحسب تصحیح اپسیلن در درجه آزادی عامل زمان و عامل تعامل گروه و زمان، نتایج بر حسب آماره گرین هاوس-گیزر گزارش شده است. در جدول ۳، نتایج تحلیل واریانس اندازه‌های تکرار شده برای خانواده دوستی و نشخوار فکری ارتباطی ارایه شده است.

جدول ۳. نتایج تحلیل واریانس اندازه‌گیری تکرار شده (مکرر) برای متغیر خانواده دوستی و نشخوار فکری ارتباطی کودکان مطرود

منبع اثر		مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	ضریبF	معناداری	مجذور سهمی اتا	توان آزمون
خانواده دوستی								
درون‌گروهی	زمان	۱۲۹۶/۰۵	۱/۵۹	۸۱۲/۲۱	۸۹/۹۹	۰/۰۰۱	۰/۷۰	۱
	تعامل زمان×گروه	۸۲۲/۶۵	۱/۵۹	۵۱۵/۵۴	۵۷/۱۲	۰/۰۰۱	۰/۶۰	۱
	خطا (زمان)	۵۴۷/۳۰	۶۰/۶۴	۹/۰۳	–	–	–	–
بین‌گروهی	گروه	۳۸۹۸/۸۰	۱	۳۸۹۸/۸۰	۳۰/۹۷	۰/۰۰۱	۰/۴۵	۱
	خطا	۴۷۸۴/۴۰	۳۸	۱۲۵/۹۰	–	–	–	–
نشخوار فکری ارتباطی								
درون‌گروهی	زمان	۵۳۷/۶۲	۱/۴۲	۳۷۹/۲۸	۳۵/۴۲	۰/۰۰۱	۰/۴۸	۱
	تعامل زمان×گروه	۸۵۹/۰۲	۱/۴۲	۶۰۶/۰۲	۵۶/۶۰	۰/۰۰۱	۰/۶۰	۱
	خطا (زمان)	۵۷۶/۷۰	۵۳/۸۶	۱۰/۷۱	–	–	–	–
بین‌گروهی	گروه	۳۳۹۲/۰۳	۱	۳۳۹۲/۰۳	۱۸/۲۶	۰/۰۰۱	۰/۳۲	۰/۹۸
	خطا	۷۰۵۸/۵۰	۳۸	۱۸۵/۷۵	–	–	–	–

چنان‌که در جدول ۳ مشاهده می‌شود، برای متغیر خانواده دوستی، در بخش اثر درون‌گروهی، عامل زمان (F=۸۹/۹۹، df=۱/۵۹ و p<۰/۰۱) و تعامل زمان و گروه (F=۵۷/۱۲، df=۱/۴۳ و p<۰/۰۱) نشان می‌دهد که در خانواده دوستی از نظر زمانی و تعامل زمان با گروه (سه گروه پژوهش) تفاوت معناداری (p<۰/۰۱) وجود دارد. مجذور سهمی اتا برای عامل زمان برابر با ۰/۷۰ و توان آزمون برابر با ۱ و برای عامل تعامل زمان با گروه برابر با ۰/۶۰ و توان آزمون برابر با ۱ است. این نتیجه نشان می‌دهد که برای عامل زمان و تعامل زمان و گروه به ترتیب ۷۰ و ۶۰ درصد تفاوت در خانواده دوستی مربوط به اجرای بسته آموزشی دوست‌یابی مبتنی بر ذهنی‌سازی بوده که با ۱۰۰ درصد توان تایید شده است. همچنین چنان‌که در جدول ۴ در بخش اثر بین‌گروهی (F=۳۰/۹۷، df=۱ و p<۰/۰۱) مشاهده می‌شود، در خانواده دوستی، در عامل گروه تفاوت معناداری (p<۰/۰۱) وجود دارد. مجذور سهمی اتا برای عامل گروه برابر با ۰/۴۵ و توان آزمون برابر با ۱ است. به این معنی که تحلیل واریانس انجام شده با ۱۰۰ درصد توان، ۴۵ درصد تفاوت را بین بسته آموزشی دوست‌یابی مبتنی بر ذهنی‌سازی با گروه کنترل را در خانواده دوستی معنادار نشان داده است. به این معنی که اثربخشی آموزش دوست‌یابی مبتنی بر ذهنی‌سازی در مقایسه با گروه کنترل بر خانواده دوستی کودکان مطرود معنادار بوده است.

همچنین چنانکه در جدول ۳ مشاهده می‌شود، برای متغیر نشخوار فکری ارتباطی، در بخش اثر درون‌گروهی، عامل زمان (F=۳۵/۴۲، df=۱/۴۲ و p<۰/۰۱) و تعامل زمان و گروه (F=۵۶/۶۰، df=۱/۴۲ و p<۰/۰۱) نشان می‌دهد که در نشخوار فکری ارتباطی از نظر زمانی و تعامل زمان با گروه (سه گروه پژوهش) تفاوت معناداری (p<۰/۰۱) وجود دارد. مجذور سهمی اتا برای عامل زمان برابر با ۰/۴۸ و توان آزمون برابر با ۱ و برای عامل تعامل زمان با گروه برابر با ۰/۶۰ و توان آزمون برابر با ۱ است. این نتیجه نشان می‌دهد که برای عامل زمان و تعامل زمان و گروه به ترتیب ۴۸ و ۶۰ درصد تفاوت در نشخوار فکری ارتباطی مربوط به اجرای آموزش دوست‌یابی مبتنی بر ذهنی‌سازی بوده که با ۱۰۰ درصد توان تایید شده است. همچنین چنان‌که در جدول ۴ در بخش اثر بین‌گروهی (F=۱۸/۲۶، df=۲ و p<۰/۰۱) مشاهده می‌شود در نشخوار فکری ارتباطی، در عامل گروه تفاوت معناداری (p<۰/۰۱) وجود دارد. مجذور سهمی اتا برای عامل گروه برابر با ۰/۳۲ و توان آزمون برابر با ۰/۹۸ است. به این معنی که تحلیل واریانس انجام شده با ۹۸ درصد توان، ۳۲ درصد تفاوت بین آموزش دوست‌یابی مبتنی بر ذهنی‌سازی با گروه کنترل را در نشخوار فکری ارتباطی معنادار نشان داده است. به این معنی که اثربخشی آموزش دوست‌یابی مبتنی بر ذهنی‌سازی نسبت به گروه کنترل بر نشخوار فکری ارتباطی در کودکان مطرود معنادار بوده است. برای تعیین تفاوت مراحل زمانی با یکدیگر، آزمون تعقیبی بونفرونی انجام شد.

نتایج آزمون بونفرونی برای خانواده دوستی و نشخوار فکری ارتباطی حاکی از آن بود، بین پیش‌آزمون با پس‌آزمون و با پیگیری تفاوت معناداری وجود دارد (p<۰/۰۵)، ولی بین پس‌آزمون با پیگیری تفاوت معناداری وجود ندارد (p>۰/۰۵). به این معنی که از مرحله پیش‌آزمون به مرحله پس‌آزمون و پیگیری خانواده دوستی و نشخوار فکری ارتباطی تغییرات معنادار نشان داده، و این تغییرات تا مرحله پیگیری، پایدار مانده است.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که آموزش دوستیابی مبتنی بر ذهنی‌سازی به‌طور معناداری موجب افزایش خانواده‌دوستی و کاهش نشخوار فکری ارتباطی در کودکان مطرود شده است و این تغییرات در مرحله پیگیری نیز پایدار باقی مانده‌اند. همچنین، اثرات معنادار زمان، گروه و تعامل زمان×گروه بیانگر آن است که مداخله نه‌تنها در کوتاه‌مدت بلکه در طول زمان نیز توانسته است تغییرات معناداری در متغیرهای مورد مطالعه ایجاد کند. این یافته‌ها نشان می‌دهد که آموزش دوستیابی مبتنی بر ذهنی‌سازی می‌تواند به‌عنوان یک رویکرد مؤثر در بهبود کارکردهای بین‌فردی و شناختی-هیجانی کودکان مطرود مورد توجه قرار گیرد.

در تبیین یافته مربوط به افزایش خانواده‌دوستی، می‌توان به نقش کلیدی ذهنی‌سازی در بهبود کیفیت روابط بین‌فردی اشاره کرد. ذهنی‌سازی به افراد کمک می‌کند تا رفتارهای خود و دیگران را بر اساس حالات ذهنی تفسیر کنند و در نتیجه تعاملات اجتماعی دقیق‌تر و سازگارانه‌تری برقرار نمایند (Jorgensen et al., 2021; Rossouw et al., 2021). این توانایی به‌ویژه در کودکان مطرود که اغلب در تفسیر نشانه‌های اجتماعی دچار خطا هستند، می‌تواند به اصلاح الگوهای ارتباطی منجر شود. بهبود درک متقابل و کاهش سوءبرداشت‌ها، به‌طور مستقیم می‌تواند کیفیت تعاملات درون خانواده را افزایش داده و به تقویت پیوندهای عاطفی منجر شود. یافته‌های پژوهش حاضر در این زمینه با نتایج مطالعاتی همسو است که نشان داده‌اند مداخلات مبتنی بر ذهنی‌سازی موجب بهبود روابط والد-کودک و افزایش سطوح دلبستگی ایمن می‌شوند (Karimi Farsani & Bahramipour Isfahani, 2021; Nakhli et al., 2022).

همچنین، پژوهش‌های دیگر نشان داده‌اند که آموزش‌های مبتنی بر ذهنی‌سازی می‌توانند تعارضات خانوادگی را کاهش داده و احساس نزدیکی و همدلی را در روابط خانوادگی افزایش دهند (Attaran et al., 2025; Emamzadehei, 2026). از این رو، می‌توان نتیجه گرفت که افزایش خانواده‌دوستی در کودکان مطرود، پیامدی از بهبود مهارت‌های ذهنی‌سازی و درک عمیق‌تر روابط بین‌فردی است.

از منظر نظری، خانواده به‌عنوان یک سیستم حمایتی، نقش اساسی در شکل‌گیری نگرش‌های اجتماعی و هیجانی کودک دارد. زمانی که کودک قادر به درک بهتر هیجان‌ها و نیات دیگران می‌شود، تعاملات او با اعضای خانواده نیز از سطحی واکنشی به سطحی آگاهانه و تنظیم‌شده ارتقا می‌یابد. این امر با یافته‌های پژوهش‌هایی که بر اهمیت ارتباطات خانوادگی در شکل‌گیری نگرش‌ها و رفتارهای اجتماعی تأکید دارند، همخوانی دارد (Soleimanof et al., 2021; Thompson et al., 2022). همچنین، نتایج پژوهش حاضر با مطالعه‌ای که نشان داد آموزش‌های روان‌شناختی می‌توانند خانواده‌دوستی را از طریق ارتقای مهارت‌های اجتماعی-هیجانی افزایش دهند، همسو است (Karimi et al., 2024). در مجموع، می‌توان گفت که ذهنی‌سازی با ایجاد بستر شناختی و هیجانی مناسب، به بهبود کیفیت روابط خانوادگی و افزایش خانواده‌دوستی منجر می‌شود.

در خصوص کاهش نشخوار فکری ارتباطی، یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که آموزش دوستیابی مبتنی بر ذهنی‌سازی توانسته است به‌طور معناداری سطح این متغیر را کاهش دهد. نشخوار فکری به‌عنوان یک فرآیند شناختی تکراری و مزاحم، نقش مهمی در تداوم پریشانی روانی ایفا می‌کند و به‌ویژه در زمینه روابط اجتماعی می‌تواند موجب تشدید احساس ناکامی و طردشدگی شود (Stade & Ruscio, 2023; Wong et al., 2023). در کودکان مطرود، این نوع نشخوار اغلب حول محور شکست‌های ارتباطی و نگرانی درباره ارزیابی دیگران شکل می‌گیرد. آموزش ذهنی‌سازی با افزایش آگاهی از حالات ذهنی و بهبود توانایی تنظیم شناختی و هیجانی، می‌تواند این چرخه معیوب را مختل کند.

این یافته با نتایج مطالعاتی همسو است که نشان داده‌اند مداخلات مبتنی بر ذهنی‌سازی می‌توانند دشواری‌های تنظیم هیجانی را کاهش دهند و به بهبود کارکردهای شناختی مرتبط با پردازش هیجانی منجر شوند (Ghaffari Cherati et al., 2024). همچنین، پژوهش‌ها نشان داده‌اند که این رویکرد می‌تواند خودسرزنشگری و افکار منفی مکرر را کاهش دهد که این عوامل از اجزای اصلی نشخوار فکری محسوب می‌شوند (Arab Sharifi, 2026). علاوه بر این، کاهش نشخوار فکری می‌تواند با بهبود همدلی و درک دیگران مرتبط باشد، زیرا افراد کمتر درگیر افکار خودمحورانه منفی شده و بیشتر به تعاملات سازنده توجه می‌کنند (Ghanbari et al., 2022). از منظر عصب‌روان‌شناختی نیز، کاهش نشخوار فکری می‌تواند با تغییر در الگوهای فعالیت مغزی مرتبط با پردازش هیجانی و شناختی همراه باشد (Kim et al., 2023).

همچنین، یافته‌های پژوهش حاضر با مطالعاتی که نشخوار فکری را به‌عنوان یک پدیده فراتشخیصی در نظر می‌گیرند، همخوانی دارد. این مطالعات نشان می‌دهند که نشخوار فکری نه‌تنها در اختلالات مختلف روان‌شناختی نقش دارد، بلکه به‌عنوان یک عامل تداوم‌بخش مشکلات هیجانی عمل می‌کند (Joubert et al., 2022; Wong et al., 2023). بنابراین، کاهش این فرآیند از طریق آموزش مهارت‌های ذهنی‌سازی می‌تواند به بهبود کلی سلامت روانی کودکان منجر شود.

از سوی دیگر، یافته‌های این پژوهش با مطالعاتی که اثربخشی مداخلات آموزشی دیگر را در بهبود مهارت‌های اجتماعی و کاهش مشکلات هیجانی نشان داده‌اند نیز همسو است. برای مثال، مداخلات مبتنی بر بازسازی شناختی و بازی‌درمانی شناختی-رفتاری توانسته‌اند مهارت‌های اجتماعی و صمیمیت بین‌فردی را افزایش دهند (Ashouri et al., 2019; Khani et al., 2023). همچنین، مداخلات سوسیودراما در کاهش اضطراب اجتماعی کودکان مؤثر بوده‌اند (Ali Khani et al., 2022). با این حال، آنچه رویکرد ذهنی‌سازی را متمایز می‌کند، تمرکز آن بر فرآیندهای عمیق‌تر شناختی و هیجانی است که زیربنای رفتارهای اجتماعی را تشکیل می‌دهند. این ویژگی می‌تواند توضیح‌دهنده اثرات پایدارتر این رویکرد در مقایسه با سایر مداخلات باشد.

در مجموع، یافته‌های پژوهش حاضر با مطالعه‌ای که نشان داد آموزش دوستیابی مبتنی بر ذهنی‌سازی می‌تواند رشد اجتماعی-هیجانی و احساس تعلق را در کودکان مطرود بهبود بخشد، همسو است (Mohammadi Bajgirani et al., 2026). همچنین، پژوهش‌های انجام‌شده در حوزه درمان‌های مبتنی بر ذهنی‌سازی نشان داده‌اند که این رویکرد می‌تواند هویت روایی و انسجام روانی را در نوجوانان تقویت کند (Lind et al., 2023). این نتایج بیانگر آن است که ذهنی‌سازی نه‌تنها بر رفتارهای قابل مشاهده، بلکه بر ساختارهای عمیق‌تر روانی نیز تأثیرگذار است و می‌تواند به‌عنوان یک چارچوب جامع در مداخلات روان‌شناختی مورد استفاده قرار گیرد.

در نهایت، می‌توان نتیجه گرفت که آموزش دوستیابی مبتنی بر ذهنی‌سازی از طریق ارتقای خودآگاهی، دیگرآگاهی، همدلی و تنظیم هیجانی، توانسته است به‌طور همزمان دو متغیر کلیدی خانواده‌دوستی و نشخوار فکری ارتباطی را در کودکان مطرود بهبود بخشد. این یافته‌ها نه‌تنها از نظر نظری به غنای ادبیات موجود در حوزه ذهنی‌سازی کمک می‌کنند، بلکه از نظر کاربردی نیز می‌توانند راهنمایی برای طراحی مداخلات مؤثر در حوزه سلامت روان کودکان باشند.

از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به محدود بودن نمونه به کودکان مطرود دختر در یک منطقه جغرافیایی خاص اشاره کرد که تعمیم‌پذیری نتایج را به سایر گروه‌ها محدود می‌کند. همچنین، استفاده از ابزارهای خودگزارشی توسط مادران ممکن است با سوگیری پاسخ همراه باشد. علاوه بر این، مدت زمان پیگیری نسبتاً کوتاه بوده و امکان بررسی پایداری بلندمدت اثرات مداخله فراهم نشده است.

پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده با استفاده از نمونه‌های بزرگ‌تر و متنوع‌تر، شامل کودکان با ویژگی‌های جمعیت‌شناختی متفاوت، به بررسی اثربخشی این مداخله بپردازند. همچنین، مقایسه این رویکرد با سایر مداخلات روان‌شناختی و بررسی سازوکارهای میانجی مانند تنظیم هیجانی و همدلی می‌تواند به درک عمیق‌تر اثرات آن کمک کند. استفاده از روش‌های ترکیبی و داده‌های چندمنبعی نیز می‌تواند اعتبار یافته‌ها را افزایش دهد.

از نظر کاربردی، توصیه می‌شود آموزش دوستیابی مبتنی بر ذهنی‌سازی به‌عنوان یک برنامه مداخله‌ای در مراکز مشاوره کودک، مدارس و کلینیک‌های روان‌شناسی مورد استفاده قرار گیرد. همچنین، آموزش والدین در زمینه اصول ذهنی‌سازی می‌تواند به تقویت اثرات این مداخله کمک کند. اجرای چنین برنامه‌هایی می‌تواند به بهبود روابط بین‌فردی، کاهش مشکلات هیجانی و ارتقای سلامت روانی کودکان، به‌ویژه کودکان در معرض طردشدگی، منجر شود.

تعارض منافع

بین نویسندگان هیچ تعارض منافعی وجود نداشت.

حامی مالی

این پژوهش بدون هیچ حمایت مالی و با هزینه شخصی انجام شد.

ملاحظات اخلاقی

در این مطالعه، اهمیت و ضرورت پژوهش برای نمونه‌ها تشریح و درباره رعایت ملاحظات اخلاقی مانند رازداری، محرمانگی، حفظ حریم نمونه‌ها، آزادی جهت شرکت در پژوهش و انصراف از آن و غیره به آنان اطمینان داده شد.

مشارکت نویسندگان

نویسندگان این مقاله با یکدیگر مشارکت داشتند.

تشکر و قدردانی

بدین‌وسیله، از مسئولان مراکز حمایتی شهر سمنان و زنان خشونت‌دیده خانگی مراجعه‌کننده به آنها به‌ترتیب برای همکاری و شرکت در پژوهش تقدیر و تشکر می‌شود.

References

Ali Khani, H., Samani, S., Bardideh, M., & Mozaffari, M. (2022). Sociodrama Intervention: Evaluating Its Effectiveness on Anxiety in Children with Social Anxiety Disorder. *Iranian Journal of Psychiatric Nursing*, *10*(3), 88-103.

Arab Sharifi, Z. (2026). *The Effectiveness of Mentalization Training on Self-Blame, Tendency Toward Risky Behavior, Self-Compassion, and Self-Regulation in Adolescents with Substance Use* Islamic Azad University, Isfahan (Khorasgan) Branch, Faculty of Educational Sciences and Psychology].

Ashouri, M., Ghasemzadeh, S., & Dallalzadeh Bidgoli, F. (2019). The Effect of Cognitive-Behavioral Model-Based Play Therapy on the Social Skills of Preschool Children with Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder. *Child Mental Health*, *9*(6), 28-39.

Attaran, N., Mozaffari, M., Ghorban Jahromi, R., & Amini Manesh, S. (2025). The Effectiveness of Positive Parenting Training and Mentalization-Based Parenting on Improving the Mother-Child Relationship. *Psychological Science*, *23*(143), 59-78.

Emamzadehei, N. (2026). *The Effectiveness of Mentalization Training on Loneliness, Emotional Functioning, Family Friendliness, and Conflict with Parents Among Adolescent Girls with Internet Addiction* Islamic Azad University, Isfahan (Khorasgan) Branch, Faculty of Educational Sciences and Psychology].

Ghaffari Cherati, M., Mohammadi Pour, M., & Azizi, A. (2024). The Effectiveness of Mentalization-Based Therapy on Emotional Regulation Difficulties and Aggression in Depressed Adolescent Girls. *New Psychological Research*, *18*(71), 169-178.

Ghanbari, F., Naziri, G., & Omidvar, B. (2022). The Effectiveness of Mentalization-Based Therapy on Empathy in Children with Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder. *Iran University of Medical Sciences Journal*, *29*(4), 125-134.

Hartup, W. W. (2021). The Company They Keep: Friendships and Their Developmental Significance. In *The Social Child* (pp. 143-163). Psychology Press. https://doi.org/10.4324/9781315784748-8

Jorgensen, M. S., Bo, S., Vestergaard, M., Storebo, O. J., Sharp, C., & Simonsen, E. (2021). Predictors of Dropout Among Adolescents with Borderline Personality Disorder Attending Mentalization-Based Group Treatment. *Psychotherapy Research*, *31*(7), 950-961. https://doi.org/10.1080/10503307.2020.1871525

Joubert, A. E., Moulds, M. L., Werner-Seidler, A., Sharrock, M., Popovic, B., & Newby, J. M. (2022). Understanding the Experience of Rumination and Worry: A Descriptive Qualitative Survey Study. *British Journal of Clinical Psychology*, *61*(4), 929-946. https://doi.org/10.1111/bjc.12367

Karimi, A., Yousefi, Z., & Torkan, H. (2024). Development of a Psychological Enrichment Training Package for Soldiers and Comparison of Its Effectiveness with Executive Function Improvement Psychotherapy on Enhancing Soldiers' Socio-Emotional Skills and Family Friendliness: A Mixed-Methods Study. *Military Caring Sciences*, *9*(4), 344-355.

Karimi Farsani, A., & Bahramipour Isfahani, M. (2021). The Effectiveness of Child Mentalization-Based Therapy on Parent-Child Relationships, Attachment Style, and Reflective Functioning in Children of Divorce Aged Five to Twelve Years. *Clinical Psychology of Children and Adolescents*, *2*(2), 74-88.

Khani, R., Hosseinabadi, M., Motadaveli, F., & Bostani, S. (2023). *Investigating the Effectiveness of Group Training Based on Cognitive Reconstruction in Increasing Students' Social Intimacy* Conference on Management and Human Sciences Research in Iran,

Kim, J., Andrews-Hanna, J. R., Eisenbarth, H., Lux, B. K., Kim, H. J., Lee, E., & Woo, C. W. (2023). A Dorsomedial Prefrontal Cortex-Based Dynamic Functional Connectivity Model of Rumination. *Nature Communications*, *14*(1), 3540. https://doi.org/10.1038/s41467-023-39142-9

Lind, M., Kiel, L., Hansen, S. B., Jorgensen, M. S., & Simonsen, E. (2023). Narrative Identity Within Mentalization-Based Group Therapy for Adolescents: A Feasibility Study. *Children*, *10*(5), 854. https://doi.org/10.3390/children10050854

Mirza Yousefkhani, N., & Rostami Ahmadkandi, S. (2025). The Effectiveness of Mentalization-Based Therapy on

Internalizing and Externalizing Disorders and Altruism in Students with Bullying Behaviors. *New Psychological Research*, *19*(76), 176-184.

Mohammadi Bajgirani, F., Golparvar, M., & Bahramipour Isfahani, M. (2026). Comparing the Effectiveness of Dialectical Friendship Training and Mentalization-Based Friendship Training on Socio-Emotional Development and Loneliness in Rejected Children.

Nakhli, M., Ahmadi, S., & Asadpour, E. (2022). The Effectiveness of Mentalization-Based Therapy Training on Improving the Mother-Child Relationship and Children's Attachment Levels. *Family Research*, *19*(3), 45-62.

Rossouw, T., Wiwe, M., & Vrouva, I. (2021). *Mentalization-Based Treatment for Adolescents: A Practical Treatment Guide*. Routledge/Taylor and Francis Group.

Schwartz-Mette, R. A., Shankman, J., Dueweke, A. R., Borowski, S., & Rose, A. J. (2020). Relations of Friendship Experiences with Depressive Symptoms and Loneliness in Childhood and Adolescence: A Meta-Analytic Review. *Psychological bulletin*, *146*(8), 664-700. https://doi.org/10.1037/bul0000239

Soleimanof, S., Morris, M. H., & Jang, Y. (2021). Following the Footsteps That Inspire: Parental Passion, Family Communication, and Children's Entrepreneurial Attitudes. *Journal of Business Research*, *128*, 450-461. https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2021.02.018

Stade, E. C., & Ruscio, A. M. (2023). A Meta-Analysis of the Relationship Between Worry and Rumination. *Clinical Psychological Science*, *11*(3), 552-573. https://doi.org/10.1177/21677026221131309

Thompson, R. A., Simpson, J. A., & Berlin, L. J. (2022). Taking Perspective on Attachment Theory and Research: Nine Fundamental Questions. *Attachment and Human Development*, *24*(5), 543-560. https://doi.org/10.1080/14616734.2022.2030132

Wong, S. M., Chen, E. Y., Lee, M. C., Suen, Y. N., & Hui, C. L. (2023). Rumination as a Transdiagnostic Phenomenon in the 21st Century: The Flow Model of Rumination. *Brain Sciences*, *13*(7), 1041. https://doi.org/10.3390/brainsci13071041

Yousefi, Z. (2009). *Development and Validation of the Relational Rumination Questionnaire*. Islamic Azad University, Isfahan (Khorasgan) Branch, Faculty of Psychology and Educational Sciences.

Yousefi, Z. (2019). *Development and Validation of the Family Friendliness Questionnaire*. Islamic Azad University, Isfahan (Khorasgan) Branch, Faculty of Psychology and Educational Sciences.