

Investigating the problems and harms of adolescents in families with communication conflicts: Aphenomenological study

Samira Mirzaei¹
Sina Hasan Baigi(PhD)²

 0000-0000-0000-0000
 0009-0003-8562-8920

Abstract

This study aimed to explore the problems and vulnerabilities experienced by adolescents living in Alborz Province who grow up in families with communicative conflicts, based on the adolescents' own lived experiences. A qualitative study was conducted using a phenomenological approach and thematic analysis based on Colaizzi's model. The sample consisted of adolescents aged 12–18 years, selected through convenience sampling until data saturation was reached. Following initial screening using the Parent–Adolescent Conflict Questionnaire, data were collected through semi-structured interviews. The interviews were transcribed verbatim and analyzed in accordance with Colaizzi's seven-step procedure. Analysis of participants' narratives revealed an interconnected network of emotional, biological, and behavioral consequences, centered on a lack of empathic parental responsiveness and neglect of adolescents' needs. The main themes included feelings of rejection and being ignored, chronic anxiety and fear, guilt and shame, avoidant reactions and silence, suppressed anger and covert aggression, sleep and eating disturbances, suicidal ideation and feelings of meaninglessness, academic decline and demotivation, social withdrawal, and changes in peer relationships. The findings highlight the need for multilevel interventions at the family, school, and individual levels. These include training parents in sensitive parenting and constructive feedback, school-based screening and rapid referral programs for high-risk cases, and providing adolescents with emotion regulation skills, sleep hygiene education, and counseling support. Such measures may strengthen alternative support systems, reduce the erosive effects of perceived rejection, and inform culturally responsive interventions and supportive policies within schools and family counseling services.

Keywords: Adolescents' lived experiences, family communication conflicts, adolescent problems and traumas

1- Counseling Department, Non-Governmental Non-Profit Refah College, Tehran, Iran
(Corresponding Author) chamransm@gmail.com

2- Counseling Department, Takestan Non-Profit University, Takestan, Iran
sinahasanbaigi.official@gmail.com

بررسی مشکلات و آسیب‌های نوجوانان در خانواده‌های دارای تعارض‌های ارتباطی: یک مطالعه پدیدارشناختی

مقاله پژوهشی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۵/۱۰/۱۳

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۵/۰۵/۰۴

سمیرا میرزایی^۱

سینا حسن‌بیگی^۲

چکیده

هدف این پژوهش واکاوی مشکلات و آسیب‌های نوجوانان خانواده‌های دارای تعارض‌های ارتباطی بر پایه تجربه زیسته خود نوجوانان بود. مطالعه از نوع کیفی، رویکرد پدیدارشناختی انجام شد؛ جامعه شامل نوجوانان ۱۲-۱۸ ساله‌ای بود که با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و پس از غربالگری اولیه با پرسش‌نامه تعارض با والدین و مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته انجام شد. این مصاحبه‌ها تا رسیدن به اشباع نظری ادامه یافت تا تعداد آنها شامل ۱۰ نفر گردید. سپس داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار MAXQDA پیاده‌سازی و تحلیل شد. تحلیل روایت‌ها یک‌نوع شبکه همبسته از پیامدهای هیجانی، زیستی و رفتاری را نشان داد که هسته آن فقدان پاسخ‌دهی همدلانه والدین و نادیده‌انگاشتن نیازهای نوجوان بود؛ مضامین اصلی استخراج‌شده شامل احساس طرد و نادیده‌انگاشتن، اضطراب و ترس مزمن، احساس گناه و شرم، واکنش‌های اجتنابی و سکوت، خشم و پرخاشگری پنهان، اختلالات خواب و تغذیه، افکار خودکشی و بی‌معنایی، افت تحصیلی و بی‌انگیزگی، گوشه‌گیری اجتماعی و تغییرات در روابط دوستانه بود. یافته‌ها بیانگر آن است که تعارض‌های ارتباطی در خانواده، صرفاً یک تنش رفتاری سطحی نیست، بلکه به شکل‌گیری یک شبکه همبسته و زنجیره‌وار از آسیب‌ها در سطوح هیجانی، زیستی و رفتاری می‌انجامد که هسته مرکزی آن، «دریافت‌نکردن پاسخ همدلانه» و «نادیده‌انگاشتن شدن عاطفی» توسط والدین است. تجربه زیسته نوجوان در این بستر، به «رهاشدگی هیجانی» و «تنهایی وجودی» تعبیر می‌شود که زنجیره‌ای از طردشدگی، اضطراب مزمن، شرم درونی و خشم فروخورده را فعال می‌کند. این آشفتگی درونی در عرصه رفتار به سکوت اجتنابی، گوشه‌گیری از همسالان، اختلال در ریتم‌های زیستی (خواب و تغذیه) و زوال انگیزه تحصیلی منجر می‌شود. هشداردهنده‌ترین مؤلفه پدیدارشده، حضور پررنگ افکار خودکشی و بی‌معنایی در کنار این تعارض‌هاست که نشان‌دهنده فروپاشی حس تعلق و امنیت روانی در نوجوان می‌باشد. درمجموع، نتایج نشان می‌دهد که آسیب‌های ناشی از تعارض، ماهیتی سیستمی و تعاملی دارد و مداخلات صرفاً فردی بدون بازسازی الگوهای ارتباطی و تقویت مهارت همدلی در والدین، نمی‌تواند این زنجیره آسیب‌زا را گسسته کند؛ بنابراین، طراحی برنامه‌های درمانی باید بر اصلاح تعاملات دوتایی والد-نوجوان و بازتعریف مرزهای ارتباطی در بافت خانواده متمرکز شود.

کلیدواژه‌ها

تجارب زیسته نوجوانان، تعارض‌های ارتباطی خانوادگی، مشکلات و آسیب‌های نوجوانان.

۱. استادیار گروه مشاوره، دانشکده غیردولتی غیرانتفاعی رفاه، تهران ایران (نویسنده مسئول)
chamransm@gmail.com

۲. کارشناسی ارشد گروه مشاوره، دانشگاه غیرانتفاعی تاکستان، تاکستان، ایران
mgolmohammadian@gmail.com

مقدمه

نوجوانی دوره‌ای گذار و پرچالش در زندگی انسان است که همراه با تغییرات زیستی، شناختی، عاطفی و اجتماعی گسترده‌ای بوده و مسیر شکل‌گیری هویت، استقلال و احساس ارزشمندی را می‌گشاید؛ هرگونه اختلال یا ناکارآمدی در بستر خانواده در این مرحله می‌تواند روند رشد سالم را مختل سازد و زمینه‌ساز بروز طیفی از مشکلات روانی و اجتماعی در نوجوانان شود (خواجهنوری و دهقانی، ۱۳۹۴؛ Arnett, 2014; Steinberg, 2014). خانواده به‌عنوان نخستین و مهم‌ترین نهاد اجتماعی، از طریق کیفیت روابط درون‌خانوادگی و الگوهای ارتباطی خود نقش تعیین‌کننده‌ای در سلامت هیجانی و اجتماعی فرزندان ایفا می‌کند؛ روابط حمایتی و مبتنی بر درک متقابل موجب ارتقای احساس امنیت و اعتماد به نفس نوجوان می‌شوند؛ اما تعارض‌های ارتباطی مزمن و بی‌ثباتی‌های خانوادگی تأثیرات منفی گسترده‌ای بر کارکردهای روانی و اجتماعی نوجوان به‌جا می‌گذارند (خوانین‌زاده و همکاران، ۱۴۰۲؛ ملاحی و همکاران، ۱۴۰۲).

تعارض‌های ارتباطی خانوادگی، اگرچه بخشی طبیعی از تعاملات خانوادگی است، هنگامی که حل‌نشده و تداوم‌یافته شود، با پیامدهایی مانند افزایش اضطراب و افسردگی، پرخاشگری، کاهش انگیزش و افت عملکرد تحصیلی همراه می‌گردد؛ شواهد طولی نشان می‌دهد قرار گرفتن مداوم نوجوان در معرض تعارض والدین احتمال بروز اختلالات رفتاری و اختلال در فرایندهای هویتیابی را افزایش می‌دهد (Cummings et al., 1994; Sanders et al., 2014).

در سال‌های اخیر، پژوهش‌های کیفی متعددی در ایران به بررسی تجارب نوجوانان در خانواده‌های دارای تعارض پرداخته‌اند که مرور آن‌ها می‌تواند نقشه روشنی از وضعیت موجود ترسیم کند.

خوانین‌زاده و همکاران (۱۴۰۲)، در پژوهشی پدیدارشناختی با هدف شناسایی تجارب فرزندان نوجوان در معرض تعارض زناشویی والدین، به سه مضمون اصلی شامل مشکلات روان‌شناختی (احساس شکست، احساس ترس، افسردگی، مشغولیت ذهنی، احساس نادیده‌گرفته‌شدن، رفتارهای منفی نوجوانان و عدم تأمین امنیت روانی)، مشکلات تحصیلی-شغلی و مسائل ارتباطی (پذیرش نوجوان، احساس شرم و سرخوردگی و

پنهان‌کاری) دست یافتند.

ملاحی و همکاران (۱۴۰۲)، در پژوهشی آمیخته، عوامل شناختی آسیب‌زا در روابط والد و نوجوان را شامل تفاوت نسلی، کمال‌گرایی والدین، ناآگاهی والدین، عدم درک والدین، نظام ارزشی متفاوت، توقعات بیش‌ازحد از همدیگر و فاصله ادراکی والدین و نوجوانان شناسایی کردند.

هاشمی و همکاران (۱۴۰۲)، در یک مطالعه پدیدارشناسی تفسیری نشان دادند که نوجوانان سازگار ادراکات مثبت‌تری نسبت به خود، والدین و تعاملات دارند، درحالی‌که نوجوانان ناسازگار ادراکات منفی نسبت به خود، والدین و تعاملات را گزارش کرده‌اند. حسنی و همکاران (۱۴۰۲) نیز در پژوهشی پدیدارشناختی نشان دادند که نوجوانان با ظرفیت ذهنی‌سازی اندک، تعارض‌های خانوادگی، نگرش منفی به خود و احساس ناامنی در روابط اجتماعی را تجربه می‌کنند.

همچنین محمدی‌نسب و همکاران (۱۴۰۰) در پژوهشی پدیدارشناختی، نیازهای نوجوانان ۱۱ تا ۱۴ ساله در رابطه با والدین را شامل نیاز به محیط دلگرم‌کننده و مشوق، دادن آزادی‌های با نظارت، نیاز به پذیرش بی‌قیدوشرط، پرداختن به عواطف و هیجانات، و رابطه امن و در دسترس گزارش کردند.

با وجود این تلاش‌های ارزشمند، مرور نظام‌مند پژوهش‌های پیشین نشان می‌دهد که اکثر مطالعات، به شناسایی مضامین یا عوامل جداگانه پرداخته‌اند و کمتر به نحوه درهم‌تنیدگی ابعاد مختلف آسیب و نقش محوری برخی مفاهیم کلیدی در سازمان‌دهی این شبکه آسیب‌زا توجه کرده‌اند. به‌ویژه اینکه در هیچ‌یک از پژوهش‌های فوق، به «فقدان پاسخ‌دهی همدلانه» به‌عنوان هسته مرکزی شکل‌گیری زنجیره آسیب‌ها اشاره نشده است. همچنین، بیشتر مطالعات موجود، جنبه‌های زیستی (مانند اختلالات خواب و تغذیه) را به‌طور هم‌زمان در کنار ابعاد هیجانی و رفتاری بررسی نکرده‌اند تا مشخص شود که آیا این ابعاد، یک شبکه همبسته را تشکیل می‌دهند یا خیر؟

علاوه‌براین، پژوهش‌های اخیر حاکی است که تعارضات شدید میان والدین می‌تواند این نقش را تضعیف کرده و نوجوان را در معرض سردرگمی نقش، بحران هویت، و

آشفته‌گی هیجانی قرار دهد (بامندر و مرنیدی، ۱۴۰۳) و در نتیجه شیوه‌های فرزندپروری ناکارآمد و فقدان حمایت عاطفی زمینه را برای احساس بی‌ارزشی و انزوای اجتماعی نوجوان فراهم می‌آورند و این الگوها در مطالعات معاصر نیز بارها تأیید شده‌اند (Pender & Baum, 2022؛ ملاحی و همکاران، ۱۴۰۲). در بستر تحول فناوری و فرهنگ دیجیتال، فشارها و فرصت‌های جدیدی نیز بر روابط خانوادگی افزوده شده است و برخی مطالعات نوظهور نشان می‌دهند که مخاطرات فضای دیجیتال می‌تواند ساختار ارتباطی خانواده را پیچیده‌تر سازد و به افزایش احساس فقدان حمایت میان نوجوانان منجر شود (Billa & Imawan, 2024; Yousef et al., 2024).

هرچند در ادبیات نظری، پیامدهای تعارض‌های خانوادگی برای نوجوانان پدیده‌ای چندوجهی معرفی شده است؛ اما تاکنون پژوهش کیفی مبتنی بر تجربه زیسته خود نوجوانان، به تصویر روشنی از چگونگی درهم‌تنیدگی این ابعاد در بافت فرهنگی ایران و به‌ویژه نقش محوری «فقدان پاسخ همدلانه» در این شبکه نپرداخته است؛ ازاین‌رو، پژوهش حاضر با رویکردی استقرایی در پی کشف این الگوی بومی از دل داده‌هاست. نظریه دلبستگی بر اهمیت پاسخ‌دهی حساس والدین و نقش آن در ایجاد امنیت هیجانی و جلوگیری از شکل‌گیری الگوهای دلبستگی ناایمن تأکید دارد؛ نادیده‌گرفتن نیازهای هیجانی و طرد مکرر می‌تواند الگوهای ناایمن دلبستگی را نهادینه سازد و توان نوجوان را در برقراری روابط صمیمی و پایدار کاهش دهد (Bowlby, 1969). نظریه اسناد نیز نشان می‌دهد انتساب‌های معنادار به درون می‌تواند زمینه‌ساز احساس گناه و شرم شده و فرایندهای انگیزشی و رفتاری را تغییر دهد (Weiner, 1985)، و آموزه‌های یادگیری اجتماعی بر نقش بازخورد والدین و الگوپذیری در انتقال سبک‌های تعاملی و مقابله‌ای به نوجوانان تأکید دارد (Bandura, 1977). علاوه‌براین، نظریه‌های خانواده‌درمانی و ساختاری مانند دیدگاه مینوچین نشان می‌دهند که الگوهای سازمان‌یافته و تعارض‌های ساختاری در خانواده می‌توانند ثبات و انسجام خانوادگی را کاهش داده و در نتیجه سلامت هیجانی نوجوانان را تهدید کنند (Minuchin, 1974).

بر اساس مرور پیشینه، شکاف‌های پژوهشی زیر قابل شناسایی است:

۱. خلأ در شناسایی هسته مرکزی آسیب‌ها: پژوهش‌های پیشین (خوانین‌زاده، ۱۴۰۲؛

ملاحی، ۱۴۰۲؛ هاشمی، ۱۴۰۲؛ حسینی، ۱۴۰۲) هرکدام به جنبه‌هایی از مشکلات نوجوانان در خانواده‌های دارای تعارض پرداخته‌اند؛ اما هیچ‌کدام به «فقدان پاسخ‌دهی همدلانه» به‌عنوان هسته مرکزی و عامل سازمان‌دهنده سایر آسیب‌ها اشاره نکرده‌اند. به‌عبارتی، مشخص نیست که آیا یک مفهوم محوری، سایر مشکلات را حول خود سازمان می‌دهد یا اینکه آسیب‌ها به‌طور مستقل و بدون رابطه سلسله‌مراتبی ظهور می‌کنند.

۲. غفلت از تبیین «شبکه همبسته»: گرچه خوانین‌زاده و همکاران (۱۴۰۲) به مضامین متعدد اشاره کرده‌اند؛ اما به نحوه ارتباط درونی بین ابعاد هیجانی (اضطراب، شرم)، زیستی (اختلال خواب و تغذیه) و رفتاری (اجتناب، پرخاشگری، گوشه‌گیری) نپرداخته‌اند. مشخص نیست که آیا این ابعاد، یک شبکه تأثیرگذار متقابل را تشکیل می‌دهند یا صرفاً فهرستی از علائم مجزا هستند؟

۳. عدم بررسی «توالی شکل‌گیری آسیب‌ها»: پژوهش‌های موجود به شناسایی مضامین بسنده کرده‌اند؛ اما مشخص نکرده‌اند که کدام آسیب، پیش‌نیاز آسیب دیگر است؛ برای مثال، آیا «احساس طرد» به «شرم» منجر می‌شود و «شرم» به «انزوا» و «انزوا» به «افکار خودکشی»؟ یا اینکه این آسیب‌ها به‌طور هم‌زمان و بدون ترتیب مشخصی بروز می‌کنند؟

۴. کم‌توجهی به ابعاد زیستی و نشانه‌های بدنی: در پژوهش‌های مرور شده، تقریباً هیچ‌کدام به اختلالات خواب و تغذیه به‌عنوان بخشی از تجربه زیسته نوجوانان نپرداخته‌اند، درحالی‌که این نشانه‌های زیستی، یکی از شاخص‌های مهم پریشانی روانی هستند.

۵. فقدان مطالعه‌ای با هدف کشف مدل بومی ایرانی: با وجود پژوهش‌های کیفی متعدد، هیچ مطالعه‌ای به‌طور خاص به «کشف مدل شبکه‌ای آسیب‌های نوجوانان در خانواده‌های پرتعارض» در بافت فرهنگی ایران نپرداخته است. اکثر پژوهش‌ها به شناسایی عوامل یا مضامین بسنده کرده‌اند، بدون آنکه به ساختار رابطه‌ای آن‌ها توجه کنند.

ازاین‌رو، با توجه به شکاف‌های فوق در ادبیات پژوهشی و با در نظر گرفتن ظرفیت روش پدیدارشناسی در کشف ساختارهای معنایی نهفته در تجربه زیسته نوجوانان، پژوهش حاضر با هدف واکاوی مشکلات و آسیب‌های نوجوانان در خانواده‌های دارای

تعارض‌های ارتباطی از منظر خود نوجوانان و به‌روش پدیدارشناسی توصیفی طراحی شده است. پرسش محوری پژوهش این است که: «بر اساس تجربه زیسته، نوجوانانی که در خانواده‌های دارای تعارض‌های ارتباطی زندگی می‌کنند، با چه مشکلات و آسیب‌هایی مواجه‌اند و این آسیب‌ها چه ساختار شبکه‌ای و توالی معناداری دارند؟»

روش پژوهش

این پژوهش از نظر هدف بنیادی و از حیث روش، از نوع تحقیقات کیفی با رویکرد پدیدارشناسی توصیفی و روش کلایزی انجام شد (ادیب، پرویزی و صلصالی، ۱۳۹۴). مشارکت‌کنندگان شامل نوجوانان ۱۲ تا ۱۸ ساله ساکن استان البرز بود که تجربه تعارض‌های ارتباطی با اعضای خانواده خود را داشتند. نمونه‌گیری به‌صورت غیرتصادفی دردسترس انجام گرفت و ملاک تعیین حجم نمونه بر اساس اصل اشباع داده‌ها بود که در این پژوهش تعداد مشارکت‌کنندگان به ۱۰ نفر رسید. بدین‌معنا که فرایند گردآوری داده‌ها تا زمانی ادامه یافت که مصاحبه‌های جدید داده یا مفهوم تازه‌ای به پژوهش نمی‌افزود. ابزار گردآوری داده‌ها شامل پرسش‌نامه تعارض با والدین^۱ و مصاحبه نیمه‌ساختاریافته عمیق بود. پرسش‌نامه تعارض با والدین توسط فاین^۲ و همکاران (۱۹۸۳) طراحی و توسط اشتراوس تهیه شده است. این ابزار شامل ۱۵ پرسش است که سه تاکتیک حل تعارض یعنی استدلال، پرخاشگری کلامی و پرخاشگری فیزیکی را می‌سنجد. پنج پرسش اول استدلال، پنج پرسش دوم پرخاشگری کلامی و پنج پرسش سوم پرخاشگری فیزیکی را اندازه‌گیری می‌کنند. دامنه نمرات هر خرده‌مقیاس بین ۵ تا ۲۵ و دامنه نمرات کل بین ۱۵ تا ۷۵ است که نمره بالاتر نشان‌دهنده شدت بیشتر تعارض است. پرسش‌های مربوط به مقیاس استدلال به‌صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. ثنایی (۱۳۸۷) اعتبار این پرسش‌نامه را برای کل آزمون ۰.۷۴ و برای خرده‌مقیاس‌های استدلال ۰.۵۸، پرخاشگری کلامی ۰.۶۵ و پرخاشگری فیزیکی ۰.۸۲ گزارش کرده است. در پژوهش حاضر، ضریب پایایی برای تعارض فرزند ۰.۶۴۹ و تعارض والدین ۰.۶۳۹.

1. cp
2. Fine

به‌دست آمد.

پس از شناسایی نوجوانانی که بر اساس پرسش‌نامه تعارض با والدین دارای تعارض‌های ارتباطی بودند، مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته با هدف کشف و توصیف تجارب زیسته آنان انجام شد. پرسش‌های مصاحبه بر مبنای نظری پژوهش طراحی گردید که شامل نظریه دلبستگی جان بالبی^۱، نظریه رشد روانی-اجتماعی اریک اریکسون^۲، نظریه یادگیری اجتماعی آلبرت بندورا^۳، نظریه سیستم‌های خانوادگی بوئن^۴ و نظریه ساختاری مینوچین^۵ بود؛ اما تأکید می‌شود که این نظریه‌ها صرفاً برای راهبری آغازین مصاحبه به‌کار رفتند و در فرایند تحلیل داده‌ها، محقق تمامی این پیش‌دانشه‌های نظری را کنار نهاد و گدھا و مضامین به‌صورت کاملاً استقرایی و برخاسته از خودِ متنِ مصاحبه‌ها استخراج گردیدند.

پرسش اصلی آغازگر مصاحبه:

«لطفاً یک خاطره یا موقعیت تعارض‌آمیز را با والدینتان تعریف کنید؛ از ابتدا تا انتها، چه اتفاقی افتاد و شما در آن لحظه چه احساسی داشتید و چه فکری از ذهنتان گذشت؟»
پرسش‌های راهنما برای عمق‌بخشی به روایت:

۱. «وقتی با پدر یا مادر بحث می‌کنی، بعدش چه احساسی داری و این احساس معمولاً چقدر طول می‌کشد؟»

۲. «در آن موقعیت‌ها، دوست داری چه کار انجام بدی یا معمولاً چه کارهایی می‌کنی؟»
۳. «به نظرت این تعارض‌ها چه تأثیری بر زندگی روزمره‌ات - مثل درس خواندن، خوابیدن یا ارتباط با دوستان - گذاشته است؟»

۴. «پیش اومده که به‌خاطر دعوا با والدین، از جمع‌های دوستانه فاصله‌گیری یا حس کنی کسی نمی‌فهمدت؟»

۵. «وقتی با یکی از والدین دچار تعارض می‌شوی، چه کارهایی انجام داده‌ای که باعث

-
1. John Bowlby
 2. Erik Erikson
 3. Albert Bandura
 4. Bowen
 5. Minuchin

شده حالت بهتر بشود و مشکلات کمتر شود؟»

۶. «به نظرت والدینت چه کارهایی می‌توانستند انجام دهند که حالت بهتر بشود؟»

۷. «به نظر خودت چه راهکارهایی می‌تواند ارتباطت را با والدین بهتر کند؟»

تمامی پرسش‌های فوق، با ساختار باز و با تأکید بر «چگونه» و «چه» طراحی شده‌اند تا پاسخ‌دهنده را به سمت پاسخ ازپیش‌تعیین‌شده هدایت نکنند. پرسش‌های راهنما صرفاً برای جلوگیری از کلی‌گویی و تشویق مشارکت‌کننده به ارائه جزئیات عینی‌تر از تجربه زیسته‌اش به‌کار رفته‌اند.

برای اطمینان از اعتبار محتوایی، نسخه اولیه پرسش‌ها برای سه متخصص حوزه خانواده‌درمانی و پژوهش کیفی (شامل دو نفر با مدرک کارشناسی ارشد و یک نفر با مدرک دکتری تخصصی در روان‌شناسی بالینی و مشاوره خانواده) ارسال و از آن‌ها خواسته شد تا هر پرسش را بر اساس سه معیار «ضرورت، ارتباط و وضوح» بررسی نمایند. برای تعیین روایی محتوایی از شاخص نسبت روایی محتوایی (CVR) لاوشه استفاده شد. بر اساس جدول لاوشه، حداقل نسبت روایی قابل‌قبول برای ۳ متخصص، ۹۹/۰ در نظر گرفته شد؛ پرسش‌های که نمره CVR آن‌ها کمتر از این مقدار بود، اصلاح یا حذف شدند و نسخه نهایی پس از دریافت بازخورد تأیید گردید.

هدف مصاحبه‌ها فراهم‌کردن زمینه‌ای برای بیان آزادانه تجربیات نوجوانان و شناسایی الگوهای اثرگذاری تعارض‌های خانوادگی بر زندگی آنان بود. این نوع مصاحبه بر تعامل دوسویه بین پژوهشگر و شرکت‌کننده تأکید دارد و تلاش می‌کند تجارب فردی مشارکت‌کنندگان را به‌طور طبیعی و بدون قضاوت آشکار کند. همچنین برای اطمینان از پایایی، مصاحبه‌ها توسط دو کدگذار مستقل کدگذاری شدند که ضریب توافق بین‌کدگذاران ۸۵ درصد محاسبه گردید.

جدول ۱: اطلاعات جمعیت‌شناختی نوجوانان مصاحبه‌شونده

کد شرکت‌کننده	جنسیت	سن	مقطع تحصیلی	وضعیت خانواده
۱	دختر	۱۴	هشتم	پدر پرخاشگر، مادر منزوی
۲	پسر	۱۵	نهم	پدر مستبد، مادر ناتوان در حمایت
۳	دختر	۱۶	دهم	عاطفی
۴	پسر	۱۷	یازدهم	مادر مجرد(مطلقه)، پدر بی‌مسئولیت
۵	دختر	۱۳	هفتم	والدین دائم در حال مشاجره
۶	پسر	۱۵	نهم	پدر سخت‌گیر، مادر مطیع
۷	دختر	۱۶	دهم	مادر کنترل‌گر، پدر خاموش و بی‌تفاوت
۸	پسر	۱۴	هشتم	والدین درگیر اختلافات مالی شدید
۹	دختر	۱۷	یازدهم	خانواده پر جمعیت، نادیده گرفتن و فقدان توجه هیجانی
۱۰	پسر	۱۳	هفتم	

تمامی مصاحبه‌ها با کسب رضایت آگاهانه شرکت‌کنندگان ضبط و سپس به‌صورت کلمه‌به‌کلمه پیاده‌سازی و بازبینی شد. برای حفظ محرمانگی، از شناسه‌های عددی مانند «نوجوان شماره ۱، ۲ و ...» استفاده شد. تحلیل داده‌ها مطابق مدل هفت‌مرحله‌ای کلایزی شامل خوانش مکرر متون مصاحبه‌ها برای درک کلی، استخراج عبارات کلیدی، مفهوم‌سازی و دسته‌بندی، تدوین مضامین اصلی، ارائه توصیف جامع از تجارب، تدوین روایت کلی از تجربه زیسته و در نهایت، اعتبارسنجی نتایج از طریق بازبینی مشارکت‌کنندگان -با استفاده از نرم‌افزار MAXQDA- انجام شد (ادیب، پرویزی و صلصالی، ۱۳۹۴). پژوهشگر در تمامی مراحل تحلیل نقش فعالی داشت و همان‌طور که حریری (۱۳۸۵) اشاره می‌کند، روش‌های تحلیل کیفی به اندازه پژوهشگران متنوع است. برای تأمین اعتبار و پایایی داده‌ها، از دو راهبرد اصلی متناسب با پژوهش‌های کیفی

پدیدارشناختی استفاده شد:

۱. بازبینی توسط مشارکت‌کنندگان: مطابق با مرحله هفتم روش کلایزی: خلاصه‌ای از مضامین و مفاهیم استخراج‌شده در اختیار تمامی ۱۰ مشارکت‌کننده قرار داده شد و از آن‌ها خواسته شد تا صحت توصیف‌های پژوهشگر را از تجربه خود تأیید کنند. همچنین از آن‌ها پرسیده شد که آیا عناصر یا مفاهیمی در تجربه آنان وجود دارد که در تحلیل پژوهشگر نیامده باشد؟ بازخورد دریافت‌شده، عمدتاً تأییدکننده یافته‌ها بود و اصلاحات جزئی پیشنهادی در نسخه نهایی مضامین اعمال شد.
۲. استفاده از نظر متخصصان برای تأیید روایی محتوایی پرسش‌های مصاحبه: نسخه اولیه پرسش‌ها در اختیار سه متخصص حوزه خانواده‌درمانی و پژوهش کیفی قرار گرفت و پس از دریافت بازخورد و اعمال اصلاحات، نسخه نهایی تأیید شد.

یافته‌ها

جدول ۲: مضامین مشکلات و آسیب‌های نوجوانان بر اساس تجربه زیسته آن‌ها در خانواده‌های دارای تعارض‌های ارتباطی

خوشه مفهومی	مضمون اصلی	مفهوم اولیه
آسیب‌های هیجانی و عاطفی درونی‌شده	احساس طرد و نادیده‌انگاشتن	نادیده‌گرفته‌شدن بی‌ارزشی نبود حمایت عاطفی احساس اضافی‌بودن
	احساس گناه و شرم	سرزنش خود حس بی‌لیاقتی
	افکار خودکشی و بی‌ارزشی وجودی	افکار مرگ آرزوی نبودن بی‌معنایی زندگی
	احساس تنهایی و درک‌نشدن	نداشتن تکیه‌گاه عاطفی

خوشه مفهومی	مضمون اصلی	مفهوم اولیه
اضطراب مزمن و ناپایمنی روان‌شناختی	اضطراب و ترس مزمن	حس درک‌نشدن از سوی دیگران احساس بی‌کسی دلتنگی برای دیده شدن
راهبردهای مقابله‌ای ناکارآمد و اجتنابی	واکنش‌های اجتنابی	دلشوره دائمی اضطراب موقع دعوا ترس از واکنش والدین
پیامدهای روان‌تنی و اختلال در کارکرد زیستی	اختلالات خواب و تغذیه	فرار ذهنی حبس در اتاق سکوت طولانی
افت عملکرد تحصیلی و کاهش انگیزش	افت تحصیلی و بی‌انگیزگی آموزشی	عصبانیت فروخورده پرخاش به خواهربرادر خودزنی پرخاش ذهنی
		بی‌خوابی کابوس کم‌اشتهایی یا پرخوری عصبی
		کاهش تمرکز افت نمرات بی‌علاقگی به درس

خوشه مفهومی	مضمون اصلی	مفهوم اولیه
گسست و تغییر در روابط اجتماعی	گوشه‌گیری و انزواطلبی اجتماعی	کناره‌گیری از جمع احساس بیگانگی با دوستان بی‌اعتمادی اجتماعی ناتوانی در برقراری ارتباط اجتماعی
	تغییر در روابط دوستانه	کاهش تعامل با دوستان زودرنجی در ارتباطات پرخاشگری در گروه همسالان

مضمون اصلی ۱: احساس طرد و نادیده‌انگاشتن

یافته‌ها نشان می‌دهد نوجوانان تجربه‌های متعددی از طردشدگی و نادیده‌انگاشته‌شدن در محیط خانواده دارند که بر احساس ارزشمندی و تعلق آن‌ها تأثیر گذاشته است.

مفهوم اولیه ۱.۱: نادیده‌گرفته‌شدن

در این کد، نوجوانان به بی‌توجهی والدین نسبت به موفقیت‌ها و تلاش‌های خود اشاره می‌کنند که به احساس بی‌اهمیتی منجر شده است.

نوجوان کد ۱: «یه بار که تو ریاضی بیست شدم، با کلی ذوق رفتم سمت مامانم. گفتم: مامان ببین چیکار کردم، اونم گفت: آهان، خوبه... بعدم رفت سراغ ظرفا. وایسادم همون‌جا، دستم پایین افتاده بود، به‌هم ریختم. اون لحظه فهمیدم شاید اصلاً مهم نیستم براش.»

مفهوم اولیه ۲.۱: بی‌ارزشی

نوجوانان تجربه دریافت پیام‌های مستقیم یا غیرمستقیم تحقیرآمیز از سوی والدین را گزارش کرده‌اند که به درونی‌شدن حس بی‌ارزشی انجامیده است.

نوجوان کد ۲: «بابام همیشه یه جمله‌ای داره که هنوز تو ذهنمه: "تو به درد هیچ‌کاری نمی‌خوری." کم‌کم باورم شد. حالا حتی اگه موفقیتی هم داشته باشم، تو دلم می‌گم:

«بابات که باور نداره، پس چی رو ثابت می‌کنی؟» فکر می‌کنم هیچ‌وقت کافی نیستم.»

مفهوم اولیه ۳.۱: نبود حمایت عاطفی

یافته‌ها نشان می‌دهد نبود پاسخ همدلانه والدین در شرایط فشار روانی، احساس بی‌پناهی را در نوجوانان تشدید کرده است.

نوجوان کد ۷: «بابام بیشتر وقتاً تو خودش و از سر کار برمیگرده می‌خوابه مامانم بیشتر وقتشو که کارای خونه رو تموم میکنه توی گوشیه. من اون روز سر دعوایی که با دوستم داشتم که خیلی ذهنم رو درگیر کرده بود به مامانم گفتم دیگه نمی‌کشم مامانم طوری که منو از سر خودش و بکنه گفت: برو درستو بخون فکر زیادی نکن. اون لحظه مطمئن شدم دیگه نمی‌تونم روی هیچ‌کس حساب کنم و برای کسی حتی خانواده‌ام مهم نیستم.»

مفهوم اولیه ۴.۱: احساس اضافی بودن

برخی نوجوانان خود را فردی حاشیه‌ای در خانواده تجربه کرده‌اند که حضور یا نبودشان تفاوتی ایجاد نمی‌کند.

نوجوان کد ۶: «تو خونه من مثل یه تماشاگرم. مامان، بابا، خواهرم برنامه دارن، با هم حرف می‌زنن، مامان بابام با خواهرم خیلی خوبن ازش نظرخواهی می‌کنند ولی من فقط نگاه می‌کنم. یه بار تو دل گفتم: «اگه یه روز نباشم چی می‌شه؟» خودم به خودم جواب دادم: هیچی. چون اصلاً نبودنم هم برای کسی مهم نیست.»

مضمون اصلی ۲: احساس گناه و شرم

یافته‌ها نشان می‌دهد نوجوانان تمایل دارند تعارض‌های خانوادگی را به خود نسبت دهند و با احساس گناه زندگی کنند.

مفهوم اولیه ۱.۲: سرزنش خود

نوجوانان حتی در نبود نقش واقعی، خود را مسئول ناراحتی‌ها می‌دانند.

نوجوان کد ۵: «من همیشه وقتی خونه دعوا می‌شه، اولین کاری که می‌کنم اینه که از خودم بپرسم چی کار کردم؟ حتی اگه کاری نکرده باشم. یه بار یادمه مامانم خیلی ناراحت بود، بعداً فهمیدم از بابام ناراحته، ولی من کل اون روز فکر می‌کردم شاید چون اتاقمو جمع نکردم ناراحت شده. این‌جوری بزرگ شدم که همیشه خودمو مقصر بدونم،

حتی وقتی واقعاً نیستم.»

مفهوم اولیه ۲.۲: حس بی‌لیاقتی

مقایسه‌های مکرر، به شکل‌گیری احساس بی‌لیاقتی و نابسندگی انجامیده است.

نوجوان کد ۹: «من همیشه حس می‌کردم بین فامیلا پایین‌ترم. مامانم همیشه می‌گه «ببین دخترخاله چطور درسو می‌خونه، تو فقط با گوشیت ور میری». منم یواش یواش باورم شد که من به درد نمی‌خورم. نه وضع مالی مون خوبه، نه درسم خوبه، نه تو خونه بهم توجه می‌شه. یه جوری شدم که حتی وقتی کسی بهم محبت می‌کنه، فکر می‌کنم حتماً اشتباه گرفته، چون من لیاقتشو ندارم.»

مضمون اصلی ۳: افکار خودکشی و بی‌ارزشی وجودی

یافته‌ها نشان می‌دهد تجربه مداوم طرد و بی‌توجهی، به شکل‌گیری افکار منفی عمیق درباره ارزش وجودی منجر شده است.

مفهوم اولیه ۱.۳: افکار مرگ

برخی نوجوانان افکاری درباره نبودن خود را گزارش کرده‌اند.

نوجوان کد ۵: «تو اون دوران که زیاد تو خونه دعوا می‌شد، من یه دفتر داشتم که تهش نوشته بودم: «اگه نباشم، کی ناراحت می‌شه؟». واقعاً نمی‌دونستم. چون فکر می‌کردم همه از بودنم فقط حرص می‌خورن. یه بار یه تیغ تو دستشویی دیدم، چند ثانیه نگاش کردم. استفاده نکردم، ولی اون فکر هنوز باهامه... اینکه نبودنم شاید راحت‌تر باشه واسه همه.»

مفهوم اولیه ۲.۳: آرزوی نبودن

آرزوی نبودن به‌عنوان واکنشی به احساس طردشدگی بیان شده است.

نوجوان کد ۳: «مامانم بعضی وقت‌ها می‌گه: «کاش هیچ‌وقت بچه‌دار نمی‌شدم»، این جمله توی ذهنم حک شده. خیلی وقتا با خودم فکر می‌کنم کاش واقعاً نبودم. نبودنم شاید واسه اونا بهتر بود، واسه خودمم. این جمله رو بارها زیر لب تکرار کردم: «اگه نباشم، دنیا چی کم داره؟». هیچ‌کس نفهمید و نمی‌فهمه این جمله با من چی کار کرد.»

مفهوم اولیه ۳.۳: بی‌معنایی زندگی

احساس پوچی و بی‌انگیزگی نسبت به زندگی توسط برخی از نوجوانان گزارش شده است.

نوجوان کد ۱۰: «من فک می‌کنم بودنم برای کسی فرق نداره. حتی وقتی می‌رم مدرسه، کسی نمی‌پرسه حالت چطوره؟ وقتی مریضم، کسی نمی‌پرسه بهتری؟ واسه همین یه مدت افتاده بودم رو دور بی‌انگیزگی کامل. نه درسی، نه تفریحی، نه حرفی. فقط یه زندگی بدون معنا. انگار دارم زندگی می‌کنم فقط چون باید، نه چون می‌خوام.»

مضمون اصلی ۴: احساس تنهایی و درک‌نشدن

یافته‌ها نشان می‌دهد نوجوانان علی‌رغم حضور در خانواده و جمع‌های اجتماعی، تجربه‌ای عمیق از تنهایی، بی‌کسی و درک‌نشدن دارند. فقدان تکیه‌گاه عاطفی و پاسخ همدلانه از سوی اطرافیان، احساس نادیده‌ماندن و نیاز شدید به دیده‌شدن را در آنان تشدید کرده است.

مفهوم اولیه ۱.۴: نداشتن تکیه‌گاه عاطفی

نبود پاسخ همدلانه، احساس بی‌پناهی در نوجوانان را تقویت کرده است. نوجوان کد ۹: «تو خونه ما اگه ناراحت باشی، یا بهت می‌خندن یا بی‌تفاوتن. یه بار گریه کردم چون مامانم با لحن بدی حرف زد، گفت: "گریه نکن مثل بچه‌ها، برو یه کاری انجام بده!" اون لحظه فقط دلم می‌خواست یکی بغلم کنه، فقط بگه "باشه، گریه کن". ولی هیچ‌کس نبود. انگار من فقط باید قوی باشم، حتی وقتی دارم می‌شکنم.»

مفهوم اولیه ۲.۴: حس درک‌نشدن از سوی دیگران

نوجوانان احساس می‌کنند تجربه‌های هیجانی آن‌ها جدی گرفته نمی‌شود. نوجوان کد ۴: «وقتی می‌گم از دعوای خسته‌م، بابام می‌گه: "ما هم سن تو بودیم، خیلی بدتر می‌کشیدیم." ولی این درک نیست. یعنی حرفم رو ندیده می‌گیرن. یه بار به دوستم گفتم، اونم گفت: "بی‌خیال بابا، همش اینجوریه." اونجا بود که فهمیدم باید فقط با خودم حرف بزنم. چون کسی نیست که واقعاً بفهمه درد کجاست.»

مفهوم اولیه ۳.۴: احساس بی‌کسی

تنهایی عمیق حتی در حضور دیگران توسط نوجوانان گزارش شده است. نوجوان کد ۷: «من وقتی ناراحتم، بیشتر وقتا فقط می‌رم بالکن، به آسمون نگاه می‌کنم. حس می‌کنم هیچ‌کس نیست.»

مفهوم اولیه ۴.۴: دل‌تنگی برای دیده شدن

در گزارش‌های نوجوانان نیاز به دیده شدن و تأیید عاطفی به‌طور برجسته مطرح شده است. نوجوان کد ۸: «یه بار فقط، فقط یه بار، دلم می‌خواست مامان یا بابام بگه "ایول، دمت گرم یا ما بهت افتخار می‌کنیم." یه جمله ساده‌ست، ولی برای من معنی داره. چون حس می‌کنم اصلاً دیده نمی‌شم. نه نمره‌هام، نه کارام، نه حال‌م. من تو این خونه یه سایه‌م. جدیداً به‌خاطر همین رفتارها دوست ندارم همراه خانواده میهمانی برم یا میهمان خونه ما بیاد.»

مضمون اصلی ۵: اضطراب و ترس مزمن

یافته‌ها حاکی از شکل‌گیری اضطراب پایدار در نتیجه زندگی در فضای خانوادگی غیرقابل‌پیش‌بینی و پرتنش است.

مفهوم اولیه ۱.۵: دلشوره دائمی

نوجوانان از تجربه دلشوره‌ای همیشگی سخن می‌گویند که به بخشی عادی از زندگی روزمره آن‌ها تبدیل شده است.

نوجوان کد ۷: «پدرم معتاده. وقتی میاد خونه یا می‌خوابه یا درگیره، معلوم نیست چطور باشه. آرومه یا عصبانی؟ با کسی کاری داره یا نه؟ یه بار یهو سر خواهرم داد زد، همه‌مون ترسیدیم. از اون موقع، حتی اگه خوب باشه، من باز می‌ترسم. دلشوره دیگه برام شده یه چیز طبیعی.»

مفهوم اولیه ۲.۵: اضطراب موقع دعوا

دعواهای والدین واکنش‌های شدید اضطرابی و جسمانی در نوجوانان ایجاد کرده است. نوجوان کد ۹: «مامانم وقتی سر مسائل مالی به بابام گیر میده، من همیشه تو اتاقم دراز می‌کشم و هدفون می‌ذارم. ولی هدفون جلو اضطرابمو نمی‌گیره. یه چیزی تو سینه‌م جمع می‌شه، بعد همون شب خواب نمی‌برم. بدنم انگار هی به خطر واکنش نشون می‌ده.»

مفهوم اولیه ۳.۵: ترس از واکنش والدین

ترس از واکنش‌های تند والدین موجب مهار کلام و سکوت در نوجوانان شده است. نوجوان کد ۴: «پدرم خیلی سریع عصبانی می‌شه. یه بار فقط گفتم نظر من یه چیز دیگه‌ست، یهو سیلی زد. حالا همیشه قبل حرف زدن، صدامو می‌خورم تو گلو. تو کلاس،

همه می‌گن چرا همیشه ساکتی؟ ولی اونا نمی‌دونن من خونه چطوری تربیت شدم. ترس از واکنش بابام هنوز باهامه.»

مضمون اصلی ۶: واکنش‌های اجتنابی

نوجوانان برای کنار آمدن با فشار روانی، به شیوه‌های مختلف اجتنابی متوسل شده‌اند.

مفهوم اولیه ۱.۶: فرار ذهنی

خیال‌پردازی به‌عنوان راهی برای فاصله‌گیری موقت از واقعیت تنش‌زا توسط نوجوانان تجربه شده است.

نوجوان کد ۳: «من وقتی با مامانم بحث می‌شه، خودمو پرت می‌کنم تو یه دنیای دیگه. آهنگ می‌ذارم تو گوشم، سرمو می‌ذارم روی بالش، چشممو می‌بندم. خیال می‌کنم که تو یه خونه دیگه‌ام، با پدر و مادری که آروم حرف می‌زنن، که صداشون از تو آشپزخونه میاد و فقط دارن با هم می‌خندن. بعد که بیدار می‌شی از اون خیال، دوباره با صدای دادای مامان روبه‌رو می‌شی. ولی یه مدت، حتی چند دقیقه، فرار می‌کنی از واقعیتی که داره خفه‌ت می‌کنه.»

مفهوم اولیه ۲.۶: حبس در اتاق

کناره‌گیری فیزیکی و پناه‌بردن به اتاق، برای ایجاد احساس امنیت توسط نوجوانان تجربه شده است.

نوجوان کد ۱: «وقتی دعوا می‌شه، سریع می‌رم تو اتاق و درو می‌بندم. بعضی وقتا تا آخر شب بیرون نمیام. حتی شامم نمی‌خورم. نه اینکه قهر کنم، فقط می‌خوام تو اون لحظه هیچ‌کسو نبینم. اتاقم شده مثل پناهگاه. شاید کوچیکه، شاید بی‌نور و سرده، ولی تنها جاییه که می‌تونم نفس بکشم.»

مفهوم اولیه ۳.۶: سکوت طولانی

سکوت طولانی به‌عنوان راهی برای جلوگیری از تشدید تعارض توسط نوجوانان انتخاب شده است.

نوجوان کد ۱۰: «من وقتی می‌بینم بحث داره شروع می‌شه، یا حتی بعدش، دیگه حرف نمی‌زنم. بعضی وقتا چند ساعت با کسی تو خونه حرف نمی‌زنم. نه از روی قهر، نه از

روی لجبازی. فقط چون حس می‌کنم حرف زدن فایده‌ای ندارد. انگار هرچی بگی، یا بد برداشت می‌شه یا اصلاً شنیده نمی‌شه. سکوت بهتره. کمتر آسیب می‌زنه.»

مضمون اصلی ۷: خشم و پرخاشگری پنهان

یافته‌ها نشان می‌دهد خشم نوجوانان اغلب سرکوب شده و به صورت غیرمستقیم بروز پیدا می‌کند.

مفهوم اولیه ۱.۷: عصبانیت فروخورده

نوجوانان به دلیل ترس از پیامدها، خشم خود را ابراز نکرده و آن را درونی می‌کنند. نوجوان کد ۴: «من همیشه وقتی مامان یا بابام سرم داد می‌زنن، هیچ‌چیزی نمی‌گم. یعنی از بیرون شاید فکر کنن من آرامم، ولی ته دلم پره از خشم. تو ذهنم هزار تا جمله هست که دلم می‌خواد بگم ولی نمی‌گم. چون می‌ترسم دعوا بدتر شه یا اصلاً برام بدتر تموم شه. یه بار انقدر عصبی شدم، فقط دستامو مشت کرده بودم تو جیبم. حس می‌کردم اگه یه کلمه بگم، همه چی می‌ترکه.»

مفهوم اولیه ۲.۷: پرخاش به خواهر/برادر

خشم انباشته شده گاهی در روابط خواهر و برادری تخلیه شده است. نوجوان کد ۷: «من کوچیک‌تر که بودم، وقتی مامانم سرم داد می‌زد یا بابام چیزی می‌گفت، سریع می‌رفتم سر خواهرم غر می‌زدم. حتی یه بار هلش دادم، چون فقط می‌خواستم یه جایی خشممو خالی کنم. بعدش عذاب وجدان گرفتم، ولی واقعاً نمی‌دونستم چیکار کنم. الان که فک می‌کنم، می‌بینم اون بی‌گناه بوده. منم فقط دنبال یه راهی بودم که فشار از روم برداشته شه.»

مفهوم اولیه ۳.۷: خودزنی

برخی نوجوانان رفتارهایی را برای تخلیه فشار هیجانی گزارش کرده‌اند که با هدف پایان دادن به زندگی نبوده است.

نوجوان کد ۷: «من شاید بقیه نفهمن، ولی بعضی وقتا که خیلی فشار رومه، یه چیزی نوک تیز برمی‌دارم و دستمو می‌خراشم. نه اینکه بخوام خودکشی کنم، فقط چون اون درد فیزیکی یه جورایی باعث می‌شه از اون درد درونی فرار کنم. یه جور خالی شدن

خشممه. مثلاً وقتی بابام رو با وضعش میبینم و خجالت می‌کشم، بعدش می‌رم تو دستشویی، چند دقیقه فقط می‌شینم و خودمو می‌خارونم. می‌دونم درست نیست، ولی نمی‌دونم دیگه چی کار کنم با این همه احساسات نگفته.»

مفهوم اولیه ۴.۷: فانتزی انتقام یا پرخاش ذهنی

پرخاشگری ذهنی به‌عنوان راهی برای کاهش موقت تنش و تخلیه هیجانی تجربه شده است. نوجوان کد ۴: «بعضی وقتا با خودم فکر می‌کنم کاش می‌تونستم یه بار فریاد بزنم تو صورت بابام. تو ذهنم می‌رم جلوش، حرفامو می‌زنم، از خودم دفاع می‌کنم. حتی یه بار تصور کردم می‌زنمش. ولی بعدش گریه‌م گرفت. چون من این کارا رو تو واقعیت نمی‌کنم، فقط تو خیال. ولی همون خیال باعث می‌شه دو روز سبک‌تر باشم.»

مضمون اصلی ۸: اختلالات خواب و تغذیه

یافته‌ها حاکی از تأثیر مستقیم تنش‌های خانوادگی بر الگوهای خواب و تغذیه نوجوانان است.

مفهوم اولیه ۱.۸: بی‌خوابی

درگیری ذهنی مداوم مانع شروع و تداوم خواب شده است.

نوجوان کد ۴: «برای من خوابیدن سخت‌ترین بخش شبای خونه‌مونه. چون هر چی سرم رو می‌ذارم روی بالش، اون صداها، اون دعوها، دوباره میان جلو چشمم. بعضی شب‌ها تا پنج صبح بیدارم. دیگه نمی‌تونم تمرکز کنم.»

مفهوم اولیه ۲.۸: کابوس

نوجوانان خواب‌های آشفته و تکرارشونده مرتبط با فضای خانوادگی را گزارش کرده‌اند. نوجوان کد ۷: «من زیاد خواب ترسناک می‌بینم. بیشتر وقتا تو خواب می‌بینم بابام و مامانم دعوا می‌کنند و سمت هم چیز پرت می‌کنند. یا می‌بینم مامانم داد می‌زنه و من دارم داد می‌زنم ولی صدام در نیما. این خوابا واقعی‌تر از واقعیتن بعضی شب‌ها. حتی چند بار از خواب پریدم و دیدم بدنم خیس عرقه. مامانم گفت چیز خاصی نیست.»

مفهوم اولیه ۳.۸: کم‌اشتهایی یا پرخوری عصبی

تغذیه برای برخی نوجوانان به ابزاری برای تنظیم هیجان تبدیل شده است.

نوجوان کد ۸: «برعکس بعضیا، من وقتی ناراحتم، خیلی می‌خورم. مخصوصاً شیرینی یا

چیپس. یه بار انقدر خوردم که حالم بد شد. نمی‌دونم چرا، ولی اون خوردنا انگار باعث می‌شه آروم بشم. انگار یه چیزی رو دارم پر می‌کنم.»

مضمون اصلی ۹: افت تحصیلی و بی‌انگیزگی آموزشی

یافته‌ها نشان می‌دهد تنش‌ها و تعارض‌های مداوم در فضای خانواده، به‌طور مستقیم بر عملکرد تحصیلی نوجوانان تأثیر گذاشته است و مدرسه برای بسیاری از نوجوانان از یک فضای رشد، به محیطی فرساینده تبدیل شده است.

مفهوم اولیه ۱.۹: کاهش تمرکز

درگیری ذهنی با مسائل خانوادگی تمرکز تحصیلی را مختل کرده است. نوجوان کد ۶: «تو مدرسه همیشه آقای اصغری معلم ریاضیم می‌گه: "چرا حواست نیست؟". منم نمی‌تونم بگم که دیشب خونه‌مون مثل میدان جنگ بود. وقتی ذهن آدم پره، دیگه حالی برای درس نمی‌مونه.»

مفهوم اولیه ۲.۹: افت نمرات

افت عملکرد تحصیلی به‌عنوان پیامد شرایط پرتنش خانوادگی گزارش شده است. نوجوان کد ۹: «قبلنا نمره‌هام خوب بود. ولی یه مدت انقدر اوضاع خونه بد شد که اصلاً نمی‌تونستم بخونم. دلم می‌خواست از خونه فرار کنم. به‌جای درس، ذهنم دنبال راه فرار بود. نمره‌هام خراب شد. وقتی معلم‌ها علتو می‌پرسیدن، فقط لبخند می‌زدم و جواب سر بالا می‌دادم.»

مفهوم اولیه ۳.۹: بی‌علاقگی به درس

فقدان توجه و تشویق، انگیزه یادگیری را کاهش داده است. نوجوان کد ۸: «اوایل خیلی به مدرسه و درس علاقه داشتم. مخصوصاً انشا. ولی الان حس می‌کنم چه فایده‌ای داره؟ درس بخونم که چی؟ بابام که حواسش نیست. مامانم هم که همیشه خسته‌ست. هیچ‌کس نمی‌پرسه چی می‌خونی، چی یاد گرفتی. درس خوندن وقتی دیده نمی‌شی، بی‌فایده‌ست. دیگه حوصله‌شو ندارم.»

مضمون اصلی ۱۰: گوشه‌گیری و انزواطلبی اجتماعی

بر اساس مصاحبه‌ها، تجربه طرد، بی‌اعتمادی و ناامنی در محیط خانواده به روابط اجتماعی نوجوانان نیز تسری یافته است. نوجوانان به تدریج از جمع‌های دوستانه فاصله گرفته، احساس بیگانگی با همسالان را تجربه کرده و در برقراری ارتباط مؤثر دچار دشواری شده‌اند.

مفهوم اولیه ۱.۱۰: کناره‌گیری از جمع

براساس یافته‌های پژوهش برخی از نوجوانان به تدریج از تعاملات اجتماعی فاصله گرفته‌اند. نوجوان کد ۹: «وقتی تو خونه احساس بی‌ارزشی می‌کنی، تو جمع هم همین حس باهاته. یه جور ناامنی همیشگی. من خیلی وقتا دعوت دوستانمو رد کردم، فقط چون نمی‌خواستم نقش بازی کنم که حالم خوبه. این جوری شد که کم‌کم همه فکر کردن من آدم گوشه‌گیرم، درحالی‌که من فقط خسته بودم از نقش بازی کردن.»

مفهوم اولیه ۲.۱۰: احساس بیگانگی با دوستان

تفاوت تجربه‌های زندگی به احساس غریبی در جمع همسالان انجامیده است. نوجوان کد ۶: «من بین دوستانم همیشه حس غریبی دارم. نمی‌دونم چرا ولی حس می‌کنم اونا یه دنیای دیگه دارن. یه بار یکی از بچه‌ها گفت مامانش براش تولد گرفته، من فقط سرمو انداختم پایین و از درون به هم ریختم خب چطور می‌تونم با اون بچه‌ها صمیمی باشم؟ نمی‌فهمیم همو.»

مفهوم اولیه ۳.۱۰: بی‌اعتمادی اجتماعی

براساس یافته‌های پژوهش نقض اعتماد در خانواده به بی‌اعتمادی تعمیم‌یافته در نوجوانان منجر شده است.

نوجوان کد ۱۰: «تو خونه ما کسی راز نگه نمی‌داره. اگه یه بار با داداشام درد دل کنم، دو روز بعد بابام با همون چیزا منو تحقیر می‌کنه. از اون موقع دیگه به هیچ‌کس اعتماد ندارم. حتی وقتی دوستم می‌گه "قول می‌دم به کسی نگم"، ته دلم می‌گم نه، یه روزی می‌گی. این بی‌اعتمادی مثل یه زخم مونده. نمی‌تونم راحت باشم با هیچ‌کس.»

مفهوم اولیه ۴.۱۰: ناتوانی در برقراری ارتباط اجتماعی

براساس گزارشات نوجوانان حساسیت هیجانی بالا تعاملات اجتماعی را دشوار کرده است.

نوجوان کد ۳: «وقتی یکی از بچه‌ها یه جمله عادی می‌گه، بعضی وقتا یه جورى ناراحت می‌شم که خودمم نمی‌فهمم چرا. یه شوخی ساده ممکنه منو بهم بریزه. فهمیدم که زیادی حساس شدم، زیادی شکننده. شاید به خاطر اینکه که تو خونه مدام فشار روم بوده و مامانم بد بابام رو میگه، حالا نمی‌تونم فرق شوخی و جدی رو خوب بفهمم. برای همین از جمع فاصله می‌گیرم.»

مضمون اصلی ۱۱: تغییر در روابط دوستانه

یافته‌ها حاکی از آن است که فشارهای روانی ناشی از تعارض‌های خانوادگی، کیفیت و پایداری روابط دوستانه نوجوانان را تحت تأثیر قرار داده است.

مفهوم اولیه ۱.۱۱: کاهش تعامل با دوستان

بر اساس گزارش نوجوانان فشار خانوادگی موجب کاهش ارتباط با دوستان شده است. نوجوان کد ۷: «وقتی تو خونه فشار زیاده، دیگه حوصله ندارم با کسی وقت بگذرونم. حتی یه مدت فکر می‌کردم که دوستانم منو درک نمی‌کنن، چون اونا تو خونه‌شون این چیزا رو ندارن. این شد که کم‌کم از جمع‌شون جدا شدم. الانم وقتی می‌خوام برگردم پیششون، حس می‌کنم دیگه جایی ندارم.»

مفهوم اولیه ۲.۱۱: زودرنجی در ارتباطات

تحریک‌پذیری هیجانی بالا به سوءبرداشت در روابط انجامیده است.

نوجوان کد ۳: «یه بار یکی از دوستانم یه شوخی کوچیک کرد، من انقدر ناراحت شدم که سه روز باهاش حرف نزد. خودش تعجب کرده بود. ولی خب نمی‌دونست که اون روز صبح بابام دعوا کرده بود و من کلاً از نظر روحی داغون بودم. وقتی تو خونه تحت فشاری، یه کلمه از بیرون هم می‌تونه خنجر باشه.»

مفهوم اولیه ۳.۱۱: پرخاشگری در گروه همسالان

خشم حل‌نشده خانوادگی در تعامل با همسالان بروز یافته است.

نوجوان کد ۶: «گاهی تو مدرسه با دوستانم بحث می‌شه، ولی دلیلش خودشون نیستن. دلیلش خونه‌ست. یه بار یکی از بچه‌ها گفت چرا اینقدر تند حرف می‌زنی؟ منم گفتم برو پی کارت. ولی واقعاً مقصر اون نبود. من پرم از خشمی که هیچ‌جا نتونستم خالی‌ش کنم،

جز سر هم‌سن‌وسالام.»

نتیجه‌گیری

یافته‌های پژوهش حاضر، شبکه‌ای درهم‌تنیده از آسیب‌های هیجانی، زیستی و رفتاری را در نوجوانان خانواده‌های دارای تعارض‌های ارتباطی آشکار ساخت که در هسته آن، «فقدان پاسخ‌دهی همدلانه» و «نادیده‌انگاشتن نیازهای عاطفی» توسط والدین قرار دارد. این یافته‌ها، ضمن تأیید و بسط ادبیات موجود در زمینه پیامدهای تعارض‌های خانوادگی، مدلی زنجیره‌ای از تأثیر طرد هیجانی بر کارکردهای تحولی نوجوانان ارائه می‌دهند. در ادامه، هر یک از مضامین اصلی استخراج‌شده (شامل آسیب‌های هیجانی درونی‌شده، اضطراب مزمن، راهبردهای مقابله‌ای ناکارآمد، اختلالات روان‌تنی، افت تحصیلی و گسست اجتماعی) به تفکیک، با پژوهش‌های پیشین مقایسه و بر اساس چهارچوب‌های نظری (دلبستگی، یادگیری اجتماعی، اسناد و سیستم‌های خانواده) تبیین می‌شوند و در پایان، دلالت‌های کاربردی آن‌ها برای مداخلات چندسطحی مورد بحث قرار می‌گیرد.

هسته مرکزی: فقدان پاسخ‌دهی همدلانه و طرد هیجانی

اگرچه در بخش یافته‌ها، مضامین به صورت مجزا گزارش شدند؛ اما در مرحله تحلیل و تفسیر، مشخص گردید که «فقدان پاسخ‌دهی همدلانه» نقشی محوری در سازمان‌دهی سایر آسیب‌ها دارد و می‌توان آن را به عنوان «هسته مرکزی» یا «مقوله محوری» این شبکه درهم‌تنیده در نظر گرفت به این معنا که در دل تجارب نوجوانان خانواده‌های دارای تعارض‌های ارتباطی، یک هسته مرکزی به نام «فقدان پاسخ‌دهی همدلانه» و «نادیده‌انگاشتن نیازهای هیجانی» قرار دارد. به عبارتی، نوجوانان به وضوح بیان کردند که آنچه بیش از هر چیز آسیب‌رسان بوده، نه صرفاً وجود درگیری یا مشاجره، بلکه بی‌توجهی والدین به احساسات، نیازها و صدای آنان بوده است. این یافته با نظریه دلبستگی بالبی (۱۹۶۹) همخوانی کامل دارد که بر نقش «پاسخ‌دهی حساس» به عنوان شرط اساسی شکل‌گیری دلبستگی ایمن تأکید می‌کند و همچنین با نظریه خودپنداره راجرز که تأکید دارد در غیاب پذیرش بی قیدوشرط، فرد خودپنداره‌های منفی می‌سازد

که احساس بی‌ارزشی را تقویت می‌نماید (Rogers, 1951). هنگامی که والدین به دلیل گرفتاری در تعارض‌های خود، از این پاسخ‌دهی بازمی‌مانند، نوجوان الگوی دلبستگی ناایمن را درونی می‌سازد که خود زمینه ساز اضطراب مزمن و عدم اعتماد به دیگران می‌گردد (خوانین‌زاده و همکاران، ۱۴۰۲؛ ملاحی و همکاران، ۱۴۰۲).

بنابراین اگر نوجوان در محیطی پرتنش، با تعارضات زناشویی حل نشده، مثلث‌های هیجانی، مرزهای گسسته یا نقش‌های درهم شکسته رشد یابد، روند هویت‌یابی او نه تنها تسهیل نمی‌شود، بلکه به شدت دچار اختلال خواهد شد (Nguyen, 2023).

۱. آسیب‌های هیجانی درونی‌شده (احساس طرد، شرم، گناه، افکار خودکشی)

نوجوانان این پژوهش، طردشدگی را نه به عنوان یک رویداد گاه‌به‌گاه، بلکه به عنوان حالتی پایدار در خانواده تجربه کرده‌اند. این طرد، به تدریج به احساس بی‌ارزشی، شرم مزمن و خودسرزنشگری انجامیده است. این یافته با پژوهش‌های پندر و باوم (۲۰۲۲) همسو است که نشان داده‌اند سبک‌های فرزندپروری ناکارآمد و فقدان حمایت عاطفی، احساس بی‌ارزشی را در نوجوانان تقویت می‌کند. همچنین با نظریه فروید (۱۹۲۰) درباره جابجایی هیجان‌ات و یافته‌های هاشمی و همکاران (۲۰۲۳) نیز همخوانی دارد که نشان دادند نوجوانان ناسازگار، ادراکات منفی نسبت به خود (مانند بی‌لیاقتی و نابسندگی) را درونی می‌کنند. از منظر نظریه اسناد وینر (۱۹۸۵)، این نوجوانان، علت تعارض‌ها را به درون خود (ویژگی‌های شخصیتی ثابت مانند «من بد هستم») نسبت می‌دهند که این سبک اسناد درونی منفی، به طور مستقیم با احساس گناه و شرم مزمن مرتبط است.

یکی از هشداردهنده‌ترین یافته‌ها، بروز افکار خودکشی و بی‌معنایی وجودی در میان نوجوانان بود. این نتیجه با پژوهش‌های خوانین‌زاده و همکاران (۱۴۰۲) که طرد هیجانی خانوادگی را یکی از پیش‌بینی‌کننده‌های مهم افکار خودآسیب‌زانه می‌دانند، همسو است. همچنین با نتایج وانگ (۲۰۲۳) نیز همخوانی دارد که نشان داد دلبستگی‌های ناایمن (به ویژه سبک‌های اجتنابی و ترسان) با افزایش خطر ابتلای نوجوانان به افسردگی و افکار خودآسیب‌رسان ارتباط مستقیم دارند. در تبیین نظری این یافته، می‌توان از نظریه سیستم‌های خانواده بوئن (۱۹۷۸) بهره گرفت که نشان می‌دهد در خانواده‌های درگیر

تعارض، فرایندهای مثلث‌سازی و کاهش تمایز یافتگی، بار روانی تنش‌های والدین را به نوجوان منتقل می‌کنند و او را در موقعیتی بن‌بست‌گونه قرار می‌دهند که احساس بی‌آیندگی و ناامیدی در او تقویت می‌شود (Čepukienė & Neophytou, 2024).

۲. اضطراب مزمن و ناایمنی روانی

مضمون اصلی «اضطراب و ترس مزمن» در تمامی روایت‌ها به‌عنوان یک تجربه فراگیر و همیشگی گزارش شده است. نوجوانان از دلشوره دائمی، ترس از واکنش والدین و اضطراب در هنگام دعوای خانوادگی سخن گفته‌اند. این یافته با شواهد طولی کامینگز و همکاران (۱۹۹۴) و ساندرز و همکاران (۲۰۱۴) همخوانی دارد که نشان داده‌اند قرارگرفتن مکرر در معرض تعارض‌های والدین، سیستم پاسخ‌دهی استرس نوجوان را فعال‌سازی مزمن می‌کند و به‌تدریج به اختلال اضطرابی فراگیر منجر می‌شود. از منظر نظریه یادگیری اجتماعی بندورا (۱۹۷۷)، نوجوانان از طریق مشاهده تعاملات خشن و غیرقابل‌پیش‌بینی والدین، الگوهای ترس و اجتناب را فراگرفته و آن‌ها را به سایر موقعیت‌های زندگی تعمیم می‌دهند.

۳. راهبردهای مقابله‌ای ناکارآمد: سکوت، اجتناب، خشم پنهان

در مواجهه با فشار روانی مزمن، نوجوانان به‌جای استفاده از راهبردهای سازگارانه، به سکوت طولانی، حبس در اتاق، فرار ذهنی و پرخاشگری پنهان روی آورده‌اند. این یافته با پژوهش‌های ملاحی و همکاران (۱۴۰۲) که عوامل شناختی آسیب‌زا در روابط والد و نوجوان را شامل «فاصله ادراکی و عدم درک والدین» معرفی کرده‌اند، همسو است. همچنین، با یافته‌های حسنلو و همکاران (۲۰۲۳) نیز همخوانی دارد که نشان داده‌اند نوجوانان با ذهنی‌سازی اندک، در حل مسئله و برقراری روابط اجتماعی متقابل دچار ضعف هستند و به راهبردهای مقابله‌ای ناکارآمد (مانند تحریک‌پذیری و نگرش منفی به خود) روی می‌آورند. افزون‌براین، خشم فروخورده‌شده، به‌دلیل ترس از تنبیه یا طرد بیشتر، به‌صورت غیرمستقیم و جابه‌جا بروز می‌یابد (خوانین‌زاده و همکاران، ۱۴۰۲).

۴. اختلالات خواب و تغذیه (پیامدهای روان‌تنی)

یکی از مضامینی که در پژوهش‌های پیشین کیفی داخلی کمتر به آن پرداخته شده، اختلالات خواب و تغذیه است. نوجوانان این پژوهش به‌وضوح از بی‌خوابی، کابوس‌های مکرر،

کم‌اشتهایی یا پرخوری عصبی سخن گفتند. این یافته نشان می‌دهد که فشارهای روانی ناشی از تعارض‌های خانوادگی، صرفاً در سطح روان‌شناختی باقی نمی‌مانند، بلکه از طریق محور هیپوتالاموس-هیپوفیز-آدرنال به‌طور مستقیم بر سیستم‌های فیزیولوژیک تأثیر می‌گذارند. هرچند پژوهش‌های مستقیمی در این زمینه در ادبیات داخلی محدود است؛ اما یافته‌های حاضر می‌تواند زمینه‌ساز پژوهش‌های آینده در این حوزه باشد.

۵. افت تحصیلی، بی‌انگیزگی و گسست اجتماعی

یافته‌ها نشان داد که نوجوانان، به‌دلیل درگیری ذهنی مداوم با مسائل خانواده، دچار کاهش تمرکز، افت نمرات و بی‌علاقگی به مدرسه شده‌اند. این یافته با پژوهش‌های خوانین‌زاده و همکاران (۱۴۰۲) که «مشکلات تحصیلی-شغلی» را به‌عنوان یکی از مضامین اصلی تجارب فرزندان نوجوان در خانواده‌های دارای تعارض معرفی کرده‌اند، همسو است. همچنین، گوشه‌گیری اجتماعی و تغییرات در روابط دوستانه (شامل کاهش تعامل، زودرنجی و پرخاشگری در گروه همسالان) نیز از دیگر پیامدهای شناسایی شده بود. این یافته با پژوهش‌های هاشمی و همکاران (۱۴۰۲) همخوانی دارد که نشان دادند نوجوانان ناسازگار، ادراکات منفی نسبت به تعاملات خود با دیگران دارند و از منظر نظریه سیستم‌های خانوادگی مینوچین (۱۹۷۴) قابل تبیین است: وقتی که مرزهای درون‌خانوادگی آشفتگی و الگوهای ارتباطی ناکارآمد شکل می‌گیرند، نوجوان توانایی لازم برای برقراری روابط صمیمی و پایدار در خارج از خانواده را از دست می‌دهد.

جمع‌بندی نظری و کاربردهای عملی

به‌طور کلی، یافته‌های این پژوهش، مدلی را ترسیم می‌کند که در آن «فقدان پاسخ‌دهی همدلانه» به‌عنوان هسته محرک، زنجیره‌ای از آسیب‌های درهم‌تنیده را فعال می‌سازد. از منظر نظری، این یافته‌ها بر ضرورت استفاده از رویکردهای سیستمی و تعاملی در تبیین مشکلات نوجوانان تأکید می‌کند و نشان می‌دهد که مشکلات روانی و رفتاری نوجوانان را نمی‌توان صرفاً به ویژگی‌های فردی آنان نسبت داد، بلکه باید آن‌ها را پیامد تعامل پویای عوامل فردی، خانوادگی و اجتماعی دانست (خوانین‌زاده و همکاران، ۱۴۰۲؛ ملاحی و همکاران، ۱۴۰۲).

از نظر کاربردی، یافته‌های پژوهش حاضر بر لزوم طراحی مداخلات آموزشی حساس به جنسیت و سن برای حمایت از نوجوانان در مسیر رشد روانی اجتماعی و انگیزش تحصیلی تأکید دارند (کاروالیو ۲۰۲۵) و همچنین طراحی و اجرای برنامه‌های آموزش والدین با تمرکز بر مهارت‌های ارتباطی، پاسخ‌دهی همدلانه و مدیریت تعارض، در کنار مداخلات نوجوان‌محور برای آموزش تنظیم هیجان و حل مسئله، و همچنین استقرار نظام‌های غربالگری سلامت روان در مدارس، از جمله اقدامات ضروری به نظر می‌رسد (مظاهری و همکاران ۱۳۹۶؛ خوانین‌زاده و همکاران، ۱۴۰۲؛ ملاحی و همکاران، ۱۴۰۲). افزون‌براین، یافته‌ها بر اهمیت توجه به بسترهای فرهنگی و اجتماعی در طراحی مداخلات فرهنگ‌محور و متناسب با شرایط زیست‌جهان نوجوانان تأکید دارند (ملاحی و همکاران، ۱۴۰۲).

در نهایت، پژوهش حاضر نشان داد که تعارض‌های ارتباطی خانوادگی، صرفاً یک مسئله خصوصی نیست، بلکه یک معضل سلامت عمومی است که پیامدهای آن در سطوح فردی، آموزشی و اجتماعی بروز می‌یابد و نیازمند توجه نظام‌مند سیاست‌گذاران، متخصصان سلامت روان و نظام آموزشی است.

منابع

- ادیب حاج‌باقری، م.، پرویزی، س.، و صلصالی، م. (۱۳۹۴). روش‌های تحقیق کیفی. انتشارات بشری.
- باهنر، ن.، و امینی‌هرندی، ر. (۱۴۰۳). مؤلفه‌های الگوی مطلوب ارتباطات والدین با نوجوان: مطالعه کیفی. نشریه علمی-فرهنگی تربیتی زنان و خانواده، ۱۹(۶۷)، ۳۵-۵۶.
https://cwfs.ihu.ac.ir/article_209039.html
- ثنایی، ذ. (۱۳۸۷). مقیاس‌های خانواده و ازدواج. انتشارات بعثت.
- حریری، ن. (۱۳۸۵). اصول و روش‌های تحقیق کیفی. تهران: دانشگاه آزاد اسلامی.
- حسنلو، ف.، زهرایی، ش.، و طاوولی، آ. (۱۴۰۲). تجربه زیسته نوجوانی در نوجوانان با تأکید بر ظرفیت ذهنی‌سازی: یک مطالعه کیفی پدیدارشناسی. نشریه روانشناسی کاربردی (دانشگاه تهران)، ۱۷(۳)، ۲۵-۴۶.
https://japrr.ut.ac.ir/article_93596.html

خواجه‌نوری، ی.، و دهقانی، ر. (۱۳۹۴). مطالعه رابطه میان تعارض‌های خانوادگی و رفتارهای تهاجمی نوجوانان. *فصلنامه علمی پژوهشی علوم اجتماعی دانشگاه آزاد اسلامی واحد شوشتر*، ۹(۲۸)، ۹۱-۱۲۰.

<https://www.ensani.ir/fa/article/author/۱۶۶۵۹۵>

خوانین‌زاده، ز.، رسولی، ر.، و رضائیان‌فرجی، ح. (۱۴۰۲). تجربه زیسته فرزندان نوجوان خانواده‌های دارای تعارض زناشویی در ایران. *فصلنامه فرهنگ، مشاوره و روان‌درمانی*، ۱۴(۵۴)، ۸۵-۱۱۴.

<https://doi.org/10.22054/qccpc.2023.69976.3009>

دهقانی، ر.، و خواجه‌نوری، ب. (۱۳۹۵). تعارضات والدین و تأثیر آن بر سلامت روان نوجوانان. *فصلنامه جامعه‌شناسی نهادهای اجتماعی*، ۳(۷)، ۳۷-۶۶.

https://ssi.journals.umz.ac.ir/article_1392.html

محمدی‌نسب، ح.، مظاهری‌تهرانی، م.ع.، رضایی‌زاده، م.، و حیدری، م. (۱۴۰۰). نیازهای نوجوانان در رابطه والد - فرزندی، یک مطالعه کیفی. *مطالعات روانشناسی تربیتی*، ۱۸(۴۲)، ۶۳-۸۰.

<https://www.sid.ir/paper/1038123/fa>

مظاهری، ا.، و رضاخانی، س. (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر کاهش تعارضات والد - فرزند و افزایش عزت‌نفس در دختران دبیرستانی. *فصلنامه تحقیقات آموزش و روان‌شناسی در آموزش متوسطه*، ۱۱(۳۷)، ۱۳۱-۱۵۰.

<https://doi.org/10.22034/jiera.2017.57769>

ملاحی‌خاتون، س.، سهرابی، ن.، سامانی، س.، و خسروی، ص. (۱۴۰۲). تجربه زیسته عوامل شناختی آسیب‌زا در روابط والد و نوجوان. *مجله علوم روانشناختی*، ۲۲(۱۳۰)، ۱۶۹-۱۸۶.

<https://doi.org/10.52547/JPS.22.130.2117>

هاشمی، س.، امان‌الهی، ز.، و نوری، ط. (۱۴۰۲). تحلیل پدیدارشناسانه تجارب زیسته نوجوانان سازگار و ناسازگار از ادراک رابطه والد - فرزندی. *فصلنامه پژوهش‌های روان‌شناختی کاربردی*، ۱۷(۱)، ۳-۲۱.

<https://civilica.com/doc/1684437>

- Arnett, J. J. (2014). *Adolescence and emerging adulthood: A cultural approach* (5th ed.). Pearson Education.
<https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195309379.001.0001>
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice Hall.
- Billa, P. A. T., & Imawan, K. (2024). Family communication in supporting adolescent mental health in the digital era. *International Journal of Business, Economics and Social Development*, 5(4), 475–482. <https://doi.org/10.46336/ijbesd.v5i4.729>
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. Jason Aronson.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. Basic Books.
- Carvalho, N. A. de, Veiga, F. H., Martínez, I., & Veiga, C. M. (2025). Psychosocial development and student engagement in school: A study with girls and boys in early and late adolescence. *Trends in Psychology*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s43076-025-00440-4>
- Čepukienė, V., & Neophytou, K. (2024). Intergenerational transmission of familial relational dysfunction: A test of a complex mediation model based on Bowen family systems theory. *Journal of Social and Personal Relationships*, 41(11), 3385–3408. <https://doi.org/10.1177/02654075241265472>
- Cummings, E. M., & Davies, P. T. (1994). *Children and marital conflict: The impact of family dispute and resolution*. Guilford Press.
<https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=3549843>
- Fine, M. A., Moreland, J. R., & Schwebel, A. I. (1983). Longitudinal relations between adolescent and parental perceptions of family interaction. *Developmental Psychology*, 19(2), 246–250.
- Freud, S. (1920). *Beyond the pleasure principle*. International Psycho-Analytical Press.
- Lawshe, C. H. (1975). A quantitative approach to content validity. *Personnel Psychology*, 28(4), 563–575.
- Minuchin, S. (1974). *Families and family therapy*. Harvard University Press.
- Nguyen, T. H. H., & Nguyen, T. N. T. (2023). Parent-adolescent conflict: An exploration from the perspective of Vietnamese adolescents. *Frontiers in Psychology*, 14, Article 1243494. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1243494>
- Pender, R. L., & Baum, N. (2022). Using structural family theory in treating family conflict. *Journal of Family Counseling*, 48(3), 201–214. <https://doi.org/10.1177/10664807221123561>
- Rogers, C. R. (1951). *Client-centered therapy: Its current practice, implications, and theory*. Houghton Mifflin.
- Sanders, M. R., Kirby, J. N., Tellegen, C. L., & Day, J. J. (2014). The Triple P-Positive Parenting Program: A systematic review and meta-analysis of a multi-level system of parenting support. *Clinical Psychology Review*, 34(4), 337–357. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2014.04.003>
- Steinberg, L. (2014). *Age of opportunity: Lessons from the new science of adolescence*. Houghton Mifflin Harcourt. <https://psycnet.apa.org/record/2014-35308-000>
- Wang, H. (2023). Impact of attachment relationships on anxiety and depression. *SHS Web of Conferences*, 180, Article 02028. <https://doi.org/10.1051/shsconf/202318002028>

- Weiner, B. (1985). An attributional theory of achievement motivation and emotion. *Psychological Review*, 92(4), 548–573.
- Yousef, M. F. A., Fahmy, A. M., & Adam, S. S. (2024). Assessing parent-adolescent relationship: Communication pattern and conflict as perceived by adolescents. *Egyptian Journal of Health Care*, 15(1), 1045–1061. <https://doi.org/10.21608/ejhc.2024.343645>