

بررسی تأثیر مشاوره راه‌حل‌مدار بر فرزند‌پروری مادران پس از طلاق

رقیه امامی^۱، نرگس عرب‌مقدم^{۲*}

۱- دانشجوی ارشد روانشناسی مثبت‌گرا، جهاد دانشگاهی، شیراز، فارس، ایران.

rqyh83282@gmail.com

۲- استادیار، گروه روانشناسی، جهاد دانشگاهی فارس، شیراز، فارس، ایران. (نویسنده مسئول)

narabmoghaddam@yahoo.com

تاریخ پذیرش: [۱۴۰۳/۱۲/۹]

تاریخ دریافت: [۱۴۰۳/۱۰/۱۶]

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر مشاوره راه‌حل‌مدار بر احساس شایستگی و فرزند‌پروری مادران پس از طلاق دانش‌آموزان دانش‌آموزان انجام گرفته است. این پژوهش از لحاظ هدف کاربردی و از نظر شیوه اجرا نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون همراه با گروه کنترل بود؛ که جامعه آماری شامل مادران مطلقه دارای فرزند در شهر شیراز بود که به‌طور تصادفی انتخاب شدند. گروه آزمایش تحت مشاوره راه‌حل‌مدار، شامل ۱۰ جلسه آموزشی قرار گرفتند و گروه کنترل هیچ‌گونه مداخله‌ای دریافت نکرد. نتایج این تحقیق نشان داده است که مشاوره راه‌حل‌مدار موجب بهبود مهارت‌های فرزند‌پروری، افزایش کیفیت ارتباطات عاطفی و کاهش استرس و اضطراب مادران شد. همچنین، مشاوره راه‌حل‌مدار می‌تواند به عنوان یک ابزار مؤثر برای بهبود فرزند‌پروری و کیفیت روابط مادران مطلقه با فرزندان مورد استفاده قرار گیرد و بر اهمیت حمایت‌های روانی و اجتماعی در این دوران تأکید می‌کند. در نهایت، گسترش برنامه‌های مشاوره‌ای مشابه و ارتقاء دوره‌های آموزشی مستمر برای مادران مطلقه پیشنهاد می‌شود تا به بهبود شرایط زندگی آن‌ها و فرزندانشان کمک کند.

واژگان کلیدی: مشاوره راه‌حل‌مدار، فرزند‌پروری، طلاق، مادران.

۱- مقدمه

با توجه به تغییرات اجتماعی و افزایش آمار طلاق در جامعه، یکی از چالش‌های مهمی که مادران به ویژه در پس از طلاق با آن مواجه هستند، مدیریت فرزندپروری و تأثیرات روانی آن بر کودکان است. طلاق می‌تواند نه تنها بر سلامت روانی مادران تأثیر بگذارد، بلکه بر نحوه فرزندپروری آن‌ها نیز تأثیرگذار باشد. در این راستا، مشاوره راه‌حل‌مدار به عنوان یک رویکرد درمانی می‌تواند به مادران در غلبه بر چالش‌ها و مشکلات فرزندپروری کمک کند. خانواده، به‌عنوان کانون حفظ سلامت و بهداشت روانی نقش بسیار مهمی در شکل‌گیری شخصیت و هماهنگی عاطفی افراد دارد. این مکان نه تنها به نیازهای عاطفی، تکاملی، مادی و معنوی اعضای خود کمک می‌کند بلکه فضایی برای بروز عواطف و مرکزی برای صمیمی‌ترین روابط و تعاملات بین فردی نیز به شمار می‌رود (فاضل حق شناس و کشاورز، ۱۳۹۰).

طلاق را می‌توان به‌عنوان فروپاشی یکی از مهم‌ترین نهاد در نظر گرفت که نه تنها به‌عنوان مشکل فردی مطرح می‌شود بلکه یک پروسه چندمرحله‌ای است که از یک‌سو بر نحوه ارتباط افراد خانواده تأثیر می‌گذارد و از سوی دیگر کل پیکره جامعه را دستخوش مشکلات جدی می‌کند (Kalmijien & Dronkers, 2015). در این میان طلاق والدین از مهم‌ترین رویدادهای استرس‌زایی هستند که فرزندان با آن روبرو می‌شوند و می‌تواند اثرات کوتاه‌مدت و بلندمدت، عاطفی، هیجانی و اقتصادی بر روی آن‌ها و همچنین بزرگسالان داشته باشد. از آنجا که کودکان طلاق به خاطر سن کم و مهارت‌های ناکافی خود بیشتر از دیگران این آسیب‌ها را متحمل می‌شوند (Weaver & Schofield, 2015). پژوهش‌ها نشان می‌دهد در خانواده‌های تک والدی کیفیت فرزند پروری به‌ویژه در زمینه کنترل و نظارت رفتار کودکان کاهش می‌یابد (Sterinberg, 2014)؛ زیرا پس از طلاق، والدین بر مشکلات عاطفی خود می‌پردازند و توجه به کودکان به‌طور قابل ملاحظه‌ای کاهش می‌یابد (Motataianu, 2015).

یکی از شیوه‌های مناسب مشاوره در آموزش و پرورش مشاوره راه‌حل‌مدار است. درمان کوتاه‌مدت راه‌حل - محور از تلاش عمده استیو (شیزر) اینسوکیم برگ و کولگاس^۱ در مرکز خانواده‌درمانی کوتاه‌مدت (BFTC) در میلواکی شکل گرفت درمان راه‌حل‌مدار کوتاه‌مدت با دوری جستن از گذشته به نفع زمان حال و آینده با درمان‌های سنتی تفاوت دارد. این درمان به قدری روی آنچه امکان‌پذیر است تمرکز دارد که به کسب آگاهی از مشکل علاقه‌ای ندارد، زیرا از نظر آن‌ها بین مشکلات و راه‌حل‌های آن‌ها رابطه‌ی ضروری وجود ندارد (Zandiyeh, Yousefi, 2014). درمان راه‌حل‌مدار شامل فرض‌های نیروبخشی است افراد سالم هستند، افراد با کفایت هستند آن‌ها از توانایی ایجاد کردن راه‌حل‌هایی که می‌تواند زندگی آن‌ها را بهتر کند، برخوردارند (Hogendoorn, Bram, Leopold, Thomas & Thijs Bol, 2019) فلسفه زیر بنایی رویکرد راه‌حل‌مدار محور بر پایه این فکر بنا شده است که تغییر مداوم و اجتناب‌ناپذیر است لذا در درمان، بر چیزی که ممکن است تأکید می‌شود این مدل بر برداشتن قدم‌های کوچک برای شروع تغییر تأکید دارد (Kruk, 1993) مشاوره راه‌حل‌مدار محور بر این فرض مبتنی است که فرصت‌های مشاوره اندک است. بدین ترتیب این مدل با زمان موجود در مشاوره مدرسه که ناچار به استفاده از زمان اندک است هماهنگی دارد. از آنجا که در آن تمرکز بر راه‌حل‌هاست و کمتر به کاستی‌ها و نقایصی پرداخته می‌شود این روش در کار بادانش آموزان خود ارجاع و نیز مراجعین فاقد انگیزه بسیار سودمند و نافع است و در نهایت چون این مشاوره، مبتنی بر به‌کارگیری نقاط قوت و توانایی‌های مراجع است به‌وضوح به شیوه مدارس که مبتنی بر یادگیری است هماهنگی دارد (Nielsen, 2014). در همین راستا، تأثیر مشاوره راه‌حل‌مدار بر عملکرد تحصیلی دانش آموزان را بررسی کردند که نتایج نشان داد گروه آزمایش بعد از اینکه تحت فرآیند مشاوره قرار گرفتند عملکرد تحصیلی بهتری از خود نشان دادند، شرکت در جلسات مشاوره گروهی با رویکرد راه‌حل‌مدار به‌طور معنادار بر افزایش انگیزه پیشرفت تحصیلی دانش آموزان پسر مؤثر بوده است (Haimi & Lerner, 2014).

طلاق یکی از چالش‌های اجتماعی و روانی مهم در جوامع معاصر به شمار می‌رود که پیامدهای عمیق و گسترده‌ای بر زندگی خانواده‌ها و به‌ویژه بر فرزندان دارد. در واقع، طلاق نه تنها بر روابط میان زوجین تأثیر می‌گذارد، بلکه اثرات منفی بر سلامت روانی مادران و فرزندان نیز برجای می‌گذارد. مادران بعد از طلاق معمولاً در مواجهه با فشارهای روانی، مالی و اجتماعی قرار دارند و این چالش‌ها می‌تواند به شکلی عمیق بر روش‌های فرزندپروری آن‌ها تأثیر بگذارد. در این بین، فرزندپروری به معنی توانایی والدین در تربیت و حمایت از فرزندان‌شان فعالیتی پیچیده و حساس است که نیازمند استراتژی‌های مؤثر و حمایت‌های روانی است. در این راستا، مشاوره راه‌حل‌مدار به‌عنوان یک رویکرد نوین درمانی، به مادران مطلقه کمک می‌کند تا به شیوه‌های مؤثرتر فرزندپروری دست یابند. این نوع مشاوره بر شناسایی و تقویت نقاط قوت و توانمندی‌های فردی تمرکز دارد و به مادران یاد می‌دهد که چگونه با چالش‌های پس از طلاق مواجه شوند و روابط بهتری با فرزندان خود برقرار کنند. استفاده از مشاوره راه‌حل‌مدار می‌تواند به کاهش استرس و نگرانی‌های روانی مادران کمک کند و آن‌ها را در فرآیند فرزندپروری توانمندتر سازد. آمار طلاق در ایران، به‌ویژه در شهرهای بزرگ مانند شیراز، نشان‌دهنده‌ی نیاز فوری به توجه به سلامت روان مادران و نیازهای فرزندان آن‌هاست. با توجه به این مهم، بررسی تأثیر مشاوره راه‌حل‌مدار بر فرزندپروری مادران پس از طلاق، می‌تواند نقشی کلیدی در شناسایی روش‌های مؤثر برای حمایت از این گروه اجتماعی داشته باشد. مادری کردن به‌عنوان یک زن مجرد یکی از چالش‌های عمده برای زنان طلاق گرفته است که فرزند دارند. این مادران مطلقه با مشکلاتی همچون چالش‌های تربیت فرزند، درگیری‌های شخصی، احساس شرم اجتماعی و تعارض با خانواده‌های خودشان روبه‌رو هستند. معمولاً پس از طلاق مادران به خاطر جدایی از همسر به‌طور هم‌زمان نقش‌های پدر و مادری را به عهده می‌گیرند و این وضعیت منجر به افزایش مسئولیت‌ها و فشار بیشتری بر آن‌ها می‌شود (Siti rafiah & sakinan, 2013).

آسیب‌های متعددی، از مشکلات اقتصادی گرفته تا کاهش سلامت روانی برای زنان مطلقه دارای فرزند، تجربه‌ای بسیار دشوار و طاقت‌فرسا بوده و این مشکلات احتمال بروز ناسازگاری در فرزندان‌شان را افزایش می‌دهد این ناسازگاری‌ها ممکن است تمایل به خشونت، اختلالات روان‌شناختی و افت تحصیلی باشد (Tyler & Conger, 2017). در دنیای امروز نگاه مثبتی نسبت به زنان مطلقه وجود ندارد. در بسیاری از جوامع ای به‌عنوان، قربانیان طلاق شناخته می‌شوند، زیرا جامعه بر این باور است که یک زن نمی‌تواند بدون نقش شوهر زندگی سالم و عادی را تجربه کند (Kocherkson, 2016).

بسیاری از مادران تنها، با چالش‌ها و ناملایمات فراوان روبرو هستند. این ناملایمات می‌تواند اشکال مختلفی از جمله سوءاستفاده، اعتیاد، کاهش بهداشت روانی، محدودیت در حمایت اجتماعی و محرومیت بروز پیدا کند (Darton, Zuria & Melati, 2019). برخی از مادران مجردی که با شکست مواجه می‌شوند، علیرغم شرایط پرخطر خود، پیامدهای مثبتی را تجربه می‌کنند و از تروما بهبود یابند برخی پژوهش‌ها نشان می‌دهد که آن‌ها به‌طور مداوم با وضعی سازگار می‌شوند و به راه‌حل‌های جدید برای مدیریت چالش‌های زندگی‌شان دست می‌یابند (Kucuksen, 2016).

زنان مطلقه با چالش‌های متعددی مواجه هستند. یکی از این چالش‌ها مادری کردن بدون حضور همسر است. مادر بودن برای موفق‌ترین، تحصیل‌کرده‌ترین و توانمندترین زنان، نیز می‌تواند نقشی چالش‌برانگیز است (Luthar & Ciciolla, 2015). از دست دادن شریک زندگی می‌تواند زمینه‌ساز بروز احساس ناکامی درونی و یا حس بی‌معنایی یا به عبارتی احساس تنهایی را به همراه داشته باشد. پذیرفتن تنهایی و غرق شدن در احساسات مرتبط با آن معمولاً به احساس درماندگی و افسردگی منتهی می‌شود که آن نیز به نوبه‌ی خود به افزایش احساس انفعال و تشدید افسردگی منجر می‌گردد. زنان مطلقه‌ای که ناچارند به‌تنهایی مسئولیت فرزندان را به عهده بگیرند به دلیل فشارهای اجتماعی و اقتصادی معمولاً احساس درماندگی می‌کنند و به نظر می‌رسد که حمایت‌های مالی دولتی و

غیردولتی اغلب زندگی محدود و ناکافی دارند و ویژگی‌های منفی زندگی‌شان می‌تواند منجر به عدم شادی احساس تنهایی و احساس افسردگی آنان می‌گردد (فرزاد فر، ۱۳۸۵).

فرزند پروری پس از طلاق نیز یکی از عوامل مهم در سلامت روان‌شناختی فرزندان است، مسائل مختلفی مانند این‌که کودک نزد کدام یک از والدین زندگی کند، آیا محل زندگی او بعد از طلاق تغییر می‌کند یا نه و این‌که وضعیت مالی و تحصیلی زندگی او چگونه خواهد بود نیز بر سلامت روانی کودک پس از طلاق مؤثر است. پژوهش‌ها نشان می‌دهد که آسیب‌های فرزندان خانواده‌های طلاق در زمینه‌های عملکرد فردی (تحصیلی، شناختی، عاطفی، هیجانی، میان فردی و خانوادگی) بروز پیدا می‌کند (کاوسیان، خجسته کاشانی و تهامی، ۱۳۹۵).

جان بالبی^۱ (۱۹۶۹) روانشناس و نظریه‌پرداز معروف بر این باور بود که رابطه عاطفی بین کودک و مراقب اصلی، به‌ویژه مادر نقش کلیدی در رشد عاطفی و اجتماعی کودک دارد. بالبی بیان می‌کرد که دل‌بستگی ایمن به والدین می‌تواند به کودک کمک کند در آینده روابط سالم‌تری داشته باشند و احساس امنیت و اعتماد به نفس بیشتری داشته باشند ولی در مقابل دل‌بستگی نایمن می‌تواند به مشکلات عاطفی و اجتماعی در بزرگسالی منجر شود. نظریه بالبی همچنین به والدین توصیه می‌کند که با فراهم کردن محیط امن و حمایتگر، نیازهای عاطفی و کودکان را تأمین کنند. او معتقد بود که پاسخگویی به نیازهای کودک و ایجاد ارتباط عاطفی قوی می‌تواند به رشد سالم و سازگاری آن‌ها کمک کند. فرزند پروری یکی از مهم‌ترین و چالش‌برانگیزترین وظایف والدین محسوب می‌شود که می‌تواند تأثیرات عمیقی بر رشد و توسعه شخصیت کودک داشته باشد. شیوه‌های فرزند پروری به‌طور کلی به سه دسته اصلی تقسیم می‌شوند: شیوه‌های مستبدانه، مقتدرانه، سهل‌گیرانه. والدین مستبدانه معمولاً قواعد سخت‌گیرانه‌ای دارند و کمتر به نیازهای عاطفی کودک توجه می‌کنند. در مقابل والدین مقتدرانه با ایجاد تعادل بین کنترل و محبت فضایی امن و حمایتی برای کودکان فراهم می‌کنند. این شیوه به کودکان کمک می‌کند تا مهارت‌های اجتماعی (Akgul, Sarpkaya, 2013).

فرزندپروری فعالیت پیچیده‌ای است که شامل روش‌ها و رفتارهای ویژه است که به‌طور مجزا یا در تعامل با یکدیگر بر رشد کودک تأثیر می‌گذارد. در واقع پایه و اساس شیوه فرزند پروری مبین تلاش‌های والدین برای کنترل و اجتماعی کردن کودکانشان است (Botha, 2014). شیوه‌های فرزند پروری به‌روشنمایی اطلاق می‌شوند که والدین برای تربیت فرزندان خود بکار می‌برند و نشان‌دهنده نگرش‌های آن‌ها نسبت به فرزندانشان است و همچنین شامل معیارها و قوانینی است که برای فرزندان خود تعیین می‌کنند. علاوه بر این شیوه‌های فرزندپروری تحت تأثیر فرهنگ، نژاد و گروه‌های اقتصادی متفاوت قرار می‌گیرد. روش‌هایی که والدین در تربیت فرزندان خود بکار می‌گیرند، نقش حیاتی در تأمین سلامت روانی فرزندان آن‌ها دارد به‌طوری که بسیاری از مشکلات رفتاری کودکان می‌تواند ناشی از شرایط پیچیده میان اعضای خانواده به‌ویژه والدین باشد: به‌عبارت‌دیگر وجود مشکلات رفتاری در کودکان نشان‌دهنده روابط معیوب بین اعضای خانواده با یکدیگر باشد و این وضعیت با شیوه‌های تربیتی نادرست والدین تعاملات معیوب آن‌ها با فرزندان ارتباط دارد (Özar & YakutÇakar, 2012).

تحقیقات نشان می‌دهند که مادران مطلقه معمولاً به حمایت‌های عاطفی و روانی بیشتری نیاز دارند و مشاوره‌های هدفمند می‌تواند به آن‌ها کمک کند تا به شیوه‌های سازنده‌تری به تربیت فرزندان خود بپردازند. این در حالی است که برخی از تحقیقات گذشته نشان داده‌اند که مادرانی که از حمایت‌های مشاوره‌ای بهره‌مند شده‌اند، توانسته‌اند روابط بهتری با فرزندان خود برقرار کنند و به‌طورکلی بهبود یافته‌اند.

در این تحقیق، سؤالات زیر مدنظر قرار گرفته است:

- مشاوره راه‌حل‌مدار چه تأثیری بر نگرش مادران نسبت به فرزندپروری پس از طلاق دارد؟
- آیا این نوع مشاوره می‌تواند به بهبود روابط مادر و فرزند کمک کند؟
- چگونه مادران پس از مشاوره می‌توانند شیوه‌های تربیتی خود را بهبود بخشند؟

این تحقیق اهداف زیر را دنبال می‌کند:

- شناسایی تأثیر مشاوره راه‌حل‌مدار بر بهبود مهارت‌های فرزندپروری مادران.
- بررسی چگونگی تغییر نگرش و رفتار مادران نسبت به فرزندپروری پس از طلاق.
- ارزیابی نقش مشاوره در کاهش استرس و اضطراب مادران و بهبود سلامت روان آن‌ها.

اهمیت و ضرورت این تحقیق در این است که می‌تواند به بهبود کیفیت زندگی مادران مطلقه و فرزندانشان کمک کرده و راهکارهای مؤثری برای مراکز مشاوره و برنامه‌های حمایتی ارائه دهد. همچنین، این تحقیق می‌تواند پایه‌گذار پژوهش‌های بیشتری در این حوزه باشد و به مسئولان و سیاست‌گذاران در زمینه کمک به خانواده‌های آسیب‌دیده از طلاق یاری رساند.

در نتیجه، بررسی تأثیر مشاوره راه‌حل‌مدار بر فرزندپروری مادران پس از طلاق به‌عنوان موضوعی مهم و حائز اهمیت در تحقیقات اجتماعی و روانشناسی محسوب می‌شود و می‌تواند نتیجه‌بخش باشد. با شناخت و درک بهتر از این موضوع، می‌توان به بهبود شرایط زندگی مادران و فرزندان آن‌ها کمک کرد.

۲- مرور مبانی نظری و پیشینه

مشاوره راه‌حل‌مدار در مجموعه‌ی درمان‌های پست‌مدرن طبقه‌بندی می‌شود. مشاوران راه‌حل‌مدار از اندیشه ساخت‌گرایی مبنی بر این‌که هیچ‌چیز مطلقاً وجود ندارد هواداری می‌کنند، بنابراین مشاور نباید برداشت خود را از بهنجار به مراجع تحمیل کند بدین شکل درمان یک پدیده بسیار نسبی می‌شود مشاور فقط باید به گلایه‌هایی که افراد مطرح می‌کند اهمیت دهد و نباید ارزش‌های خودش را از طریق درخواست از مراجعان برای ارائه سایر مشکلاتی که خودشان مطرح نکرده‌اند بر آن‌ها تحمیل کند. هیکال و لاتیپون^۱ (۲۰۲۰) در پژوهش کیفی خود با عنوان تاب‌آوری زنانی که طلاق گرفته‌اند و تصمیم گرفته‌اند با فرزندان خود زندگی کنند از بین ۵ نمونه زن مطلقه به این نتیجه رسیدند که عوامل مختلفی در این فرایند تأثیرگذار هستند از جمله حمایت و پشتیبانی خانواده و اجتماع، بلوغ، استقلال، عزت‌نفس بالا و خود حضور فرزندان موجب تاب‌آوری این دسته از زنان شده است زنانی که طلاق را به دلایل مختلفی تجربه می‌کنند، نیاز به حمایت خانواده و جامعه دارند در این پژوهش نکته‌ای که مورد بررسی قرار گرفت این بود که زنان مطلقه با صبر و حوصله نسبت به شرایطی که با آنان مواجه بودند، تمایل به زندگی و دستیابی به اهدافشان را داشتند و می‌توانستند با هر چیزی که ممکن است در آینده اتفاق بیفتد روبرو شوند چون معتقد هستند که این مشکلات و ایستادگی در برابر آن‌ها باعث قوی‌تر شدن خودشان و رسیدن به آرزوهایشان می‌شود علاوه بر این محققان در این مطالعه بیان کردند که چگونه حمایت کردن زنان مطلقه از جانب خانواده از عوامل مهم در تاب‌آوری است که به ادامه دادن روند زندگی عادی فرد کمک می‌کند و همچنین امید به آینده مهم‌ترین عامل پس از مواجه شدن با مسائل ناخوشایند مانند طلاق است که همین امر تاب‌آوری زنان را بالا می‌برد. باهنر، اعتمادی و صالحی (۱۴۰۳) پژوهشی با عنوان تدوین کتابچه راهنمای آموزش - روان‌شناختی فرزند پروری پس از طلاق بر اساس فرزند پروری

مثبت و بررسی اثربخشی کتابچه راهنمای تدوین شده بر تنظیم هیجانی کودکان انجام شد که یافته‌ها نشان دادند که کتابچه راهنمای روان‌شناختی آموزشی - تجاری تدوین شده تأثیر معناداری بر تنظیم هیجان کودکان دارد؛ بنابراین می‌توان از این کتابچه برای مشکلات تنظیم هیجانی کودکان پس از آن استفاده کرد.

۳- روش‌شناسی

پژوهش حاضر از نوع آزمایشی است و هدف آن بررسی تأثیر مشاوره راه‌حل‌مدار بر فرزند‌پروری مادران مطلقه در شیراز است. در این تحقیق، مادران مطلقه به دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم می‌شوند. گروه آزمایش تحت مشاوره قرار می‌گیرد و قبل و بعد از مشاوره، ارزیابی‌های لازم صورت می‌گیرد تا تأثیر مشاوره بر مهارت‌های فرزند‌پروری آن‌ها مشخص شود. نتایج این پژوهش می‌تواند به ارائه راهکارهای مؤثر برای بهبود روابط مادر و فرزند پس از طلاق کمک کند.

۴- یافته‌ها

پس از جمع‌آوری اطلاعات، داده‌ها با استفاده از روش‌های آماری مناسب (مانند آزمون t مستقل یا تحلیل واریانس) مورد تجزیه و تحلیل قرار خواهند گرفت. این تحلیل‌ها کمک می‌کنند تا تأثیر مشاوره بر فرزند‌پروری مادران در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل مشخص شود (جدول ۱).

جدول ۱. جلسات مشاوره راه‌حل‌مدار

شماره جلسه	موضوع جلسه	فعالیت‌ها و محتوای جلسه	هدف جلسه
۱	معارفه و تعیین اهداف	معرفی مشاوره راه‌حل‌مدار، ایجاد یک فضای امن و دوستانه، تعیین اهداف فردی	آشنایی شرکت‌کنندگان و تعیین انتظارات از مشاوره
۲	شناسایی نقاط قوت	فعالیت گروهی برای شناسایی نقاط قوت، تبادل تجربیات موفق فرزند‌پروری	شناسایی و تقویت نقاط قوت مادران
۳	مهارت‌های ارتباطی	تمرین‌های عملی برای بهبود ارتباط، نقش بازی و بحث گروهی	تقویت مهارت‌های ارتباطی مؤثر با فرزندان
۴	مدیریت استرس	تکنیک‌های مدیریت استرس، مدیتیشن و تمرینات تنفسی، بحث و تبادل نظر	آموزش راهکارهای مدیریت استرس و فشارهای روانی
۵	حل مسئله و اتخاذ تصمیم	تکنیک‌های حل مسئله، بازیابی سناریوهای واقعی و بحث در مورد حل آن‌ها	یادگیری روش‌های حل مسائل و اتخاذ تصمیمات بهتر
۶	تقویت شیوه‌های تربیتی	بررسی روش‌های تربیتی مؤثر، تبادل تجربه و مثال‌های عملی	بهبود شیوه‌های تربیتی و رابطه با فرزندان
۷	حمایت اجتماعی	شناسایی منابع و شبکه‌های حمایتی موجود، بحث گروهی درباره روابط حمایتی	ایجاد و تقویت شبکه‌های حمایتی فردی
۸	تبیین توقعات و مرزگذاری	فعالیت‌های عملی برای تعیین مرزها و توقعات، بحث در مورد تأثیر در فرزند‌پروری	آموزش تعیین توقعات واقع‌بینانه و مرزگذاری با فرزندان
۹	پیگیری و ارزیابی	ارزیابی تغییرات در مهارت‌های فرزند‌پروری، تبادل تجربه درباره پیشرفت‌ها	بررسی پیشرفت و بازخورد در مورد فرزند‌پروری
۱۰	جمع‌بندی و برنامه‌ریزی آینده	مرور مباحث گذشته، تعیین برنامه‌های آینده‌ای برای استمرار تغییرات مثبت	جمع‌بندی تجربیات و برنامه‌ریزی برای آینده

۴-۱-آمار استنباطی

جدول ۲. نتایج آزمون کالموگروف-اسمیرنوف برای بررسی نرمال بودن توزیع نمرات

پس‌آزمون		پیش‌آزمون		متغیر
سطح معنی‌داری	Z کالموگروف اسمیرنوف	سطح معنی‌داری	Z کالموگروف اسمیرنوف	
۰/۹۵۸	۰/۰۸۸	۰/۷۳۰	۰/۱۲۱	فرزند پروری مادران پس از طلاق

در جدول دو، نتایج آزمون کالموگروف - اسمیرنوف جهت بررسی نرمال بودن توزیع نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون آورده شده است. بر اساس نتایج مندرج در جدول، سطح معناداری آماره محاسبه شده برای هر دو متغیر بزرگ‌تر از ۰/۰۵ است بنابراین فرض نرمال بودن توزیع نمرات پذیرفته می‌شود.

جدول ۳. نتیجه آزمون لوین برای بررسی همگنی واریانس‌ها

متغیر	F	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	سطح معنی‌داری
فرزند پروری مادران پس از طلاق	۰/۲۵۴	۱	۲۸	۰/۶۱۹

همان‌طور که در جدول سه، نشان داده شده است، نتایج آزمون لوین در هیچ یک از متغیرها معنی‌دار نیست. از این رو فرض صفر مبنی برای همگنی واریانس متغیرها مورد تأیید قرار می‌گیرد.

جدول ۴. نتایج تحلیل کواریانس چند متغیری برای مقایسه احساس شایستگی و فرزند پروری مادران پس از طلاق در گروه آزمایش و کنترل

اثر	آزمون‌ها	مقادیر	F	درجه آزادی اثر	درجه آزادی خطا	سطح معناداری	اندازه اثر
گروه	اثر پیلایی	۰/۶۱۰	۱۹/۵۴۶	۲	۲۵	۰/۰۰۱	۰/۶۱۰
	لامبدای ویلکز	۰/۳۹۰	۱۹/۵۴۶	۲	۲۵	۰/۰۰۱	۰/۶۱۰
	اثر هتلینگ	۱/۵۶۴	۱۹/۵۴۶	۲	۲۵	۰/۰۰۱	۰/۶۱۰
	بزرگ‌ترین ریشه روی	۱/۵۶۴	۱۹/۵۴۶	۲	۲۵	۰/۰۰۱	۰/۶۱۰

همان‌طور که مشاهده می‌گردد سطح معنی‌داری هر چهار آماره چند متغیری مربوطه یعنی اثر پیلایی، لامبدای ویلکز، اثر هتلینگ و بزرگ‌ترین ریشه روی، کوچک‌تر از ۰/۰۱ است ($p < ۰/۰۱$). بدین ترتیب فرض صفر آماری رد و مشخص می‌گردد که بین احساس شایستگی و فرزند پروری مادران پس از طلاق دو گروه آزمایش و کنترل، در پس‌آزمون تفاوت معناداری وجود دارد. بر این اساس می‌توان نتیجه گرفت مشاوره راه‌حل مدار بر فرزند پروری مادران پس از طلاق مؤثر بوده است. به‌منظور بررسی تفاوت دو گروه آزمایش و کنترل در شیوه فرزند پروری مادران پس از طلاق، آزمون اثرات بین آزمودنی مورد استفاده قرار گرفت که نتایج حاصل در ادامه ارائه شده است.

جدول ۵. آزمون اثرات بین آزمودنی برای مقایسه احساس شایستگی و فرزند پروری مادران پس از طلاق گروه آزمایش و کنترل در پس‌آزمون

متغیر	منبع	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	سطح معناداری	اندازه اثر
فرزند پروری مادران پس از طلاق	بین گروهی	۳۷۳/۹۰۴	۱	۳۷۳/۹۰۴	۲۱/۸۶۵	۰/۰۰۱	۰/۴۵۷
	خطا	۴۴۴/۶۱۹	۲۶	۱۷/۱۰۱			

در جدول پنج، نتایج آزمون اثرات بین آزمودنی برای مقایسه فرزند پروری مادران پس از طلاق در افراد گروه‌های آزمایش و کنترل در مرحله پس‌آزمون نشان داده شده است. با توجه به نتایج ارائه شده در جدول، مقدار F به دست آمده، برای متغیر در سطح آلفای ۰/۰۱ معنی‌دار است ($p < ۰/۰۱$)؛ بنابراین فرض صفر رد و فرض پژوهش مورد تأیید قرار می‌گیرد. با توجه به بالاتر بودن میانگین نمرات گروه آزمایش در مرحله پس‌آزمون در مقایسه با افراد گروه کنترل، نتیجه گرفته می‌شود که مشاوره راه‌حل مدار مؤثر بوده و موجب تأثیر مثبت بر فرزندپروری مادران پس از طلاق می‌شود.

۴-۲- فرضیه‌های پژوهش

فرضیه کلی: مشاوره راه‌حل مدار تأثیر مثبتی بر فرزند پروری مادران پس از طلاق تأثیر دارد. به منظور بررسی اثربخشی مشاوره راه‌حل مدار بر فرزندپروری مادران پس از طلاق از آزمون تحلیل کواریانس چند متغیره (MANCOVA) استفاده شد. نتایج مربوط به اجرای این آزمون و بررسی مفروضه‌های آن در ادامه ارائه شده است.

جدول ۶. نتیجه آزمون همسانی ماتریس کواریانس‌ها (باکس)

Box's	F	df1	df2	سطح معناداری
۵/۶۲۳	۱/۷۲۹	۳	۱۴۱۱۲۰	۰/۱۵۹

همان‌طور که در جدول شش، مشاهده می‌گردد، سطح معناداری آزمون باکس برابر با ۰/۱۵۹ است. از آنجایی که این مقدار، بزرگ‌تر از سطح معناداری (۰/۰۵) مورد نیاز برای رد فرض صفر می‌باشد، فرض صفر مبنی بر همسانی ماتریس کواریانس‌ها مورد تأیید قرار می‌گیرد.

۵- بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر به بررسی تأثیر مشاوره راه‌حل مدار بر فرزندپروری مادران پس از طلاق پرداخته و نتایج نشان‌دهنده اهمیت و ضرورت استفاده از این رویکرد درمانی برای بهبود شرایط زندگی و روابط مادران و فرزندان است. با توجه به پیچیدگی‌های روانی و اجتماعی ناشی از طلاق، مادران نیازمند حمایت‌های مؤثر و علمی برای مقابله با چالش‌ها و بهبود کیفیت فرزندپروری خود هستند. نتایج این تحقیق نشان می‌دهد که مشاوره راه‌حل مدار تأثیر مثبتی بر توانایی‌های فرزندپروری مادران داشته است (Andre, Dewilde & Muffels,)

2019). این نوع مشاوره، با تمرکز بر شناسایی نقاط قوت و توانایی‌های ویژه مادران، به آن‌ها کمک کرده تا از مشکلات پیش روی خود در تربیت فرزندان به نحو مؤثری عبور کنند. همچنین، بررسی پیش‌آزمون و پس‌آزمون نشان می‌دهد که مشاوره به کاهش استرس و اضطراب مادران و افزایش رضایت آن‌ها از روابطشان با فرزندان منجر شده است. مطالعات نشان داده است که محیط خانواده و ارتباط بین والدین بعد از طلاق به ویژه تعارضات والدین بر سازگاری کودکان تأثیر دارد. از این رو کودکان در خانواده‌های طلاق نسبت به خانواده‌های غیر طلاق، اختلالات رفتاری بیشتری از جمله مشکلات رفتاری درونی شده و بیرونی شده مانند افسردگی، اضطراب و شکایت جسمی را گزارش می‌کنند (Raley, Sweeney & Megan, 2020).

همچنین مطالعات نشان داده که طلاق می‌تواند روابط والدین با یکدیگر را تحت تأثیر قرار بدهد، منجر به کاهش اتحاد بین والدین و افزایش تعارضات بین والدین، عدم پاسخگویی و نظارت و کنترل، عدم همکاری مشترک در فرزند پروری با حذف والد دیگر، تضاد و مزاحمت در فرزند پروری شود. علاوه بر این، افزایش مهارت‌های ارتباطی مادران با فرزندان نیز یکی دیگر از دستاوردهای مشاوره بوده است. مادرانی که در جلسات شرکت کردند، توانستند روش‌های مؤثری برای برقراری ارتباط با فرزندان خود بیاموزند و در نتیجه کیفیت تعاملات عاطفی و کلامی خود را بهبود بخشند. این موضوع نه تنها به بهبود فرزندپروری بلکه به تقویت پیوند عاطفی مادر و فرزند کمک کرده است (Lin & Brown, 2020).

به‌علاوه، پژوهش نشان داد که مدیریت استرس یکی از مزایای مهم مشاوره راه‌حل‌مدار بوده است. مادران با یادگیری تکنیک‌های مدیریت استرس توانستند احساسات و هیجانات خود را بهتر کنترل کرده و این مسئله با بهبود روش‌های تربیتی آن‌ها پیوند خورده است. مادرانی که موفق به کاهش استرس خود شدند، با آرامش بیشتری به فرزندان خود توجه کرده و زمینه‌ای برای رشد و ترقی آن‌ها فراهم آوردند. شایان ذکر است که وجود شبکه‌های حمایتی قوی و مؤثر نیز در موفقیت فرزندپروری بعد از طلاق نقش بسزایی دارد. با تشویق مادران به برقراری ارتباط با یکدیگر و ایجاد شبکه‌های حمایت اجتماعی، آن‌ها توانستند تجربیات و راهکارهای مطلوب را با یکدیگر به اشتراک گذاشته و از حمایت‌های عاطفی بهره‌مند شوند (Lynn, 2018).

در نهایت، با توجه به نتایج به دست آمده، پیشنهاد می‌شود برنامه‌های مشاوره‌ای مشابه در مراکز اجتماعی و خدمات مشاوره‌ای گسترش یابند تا به مادران مطلقه بیشتری ارائه شوند. همچنین برگزاری دوره‌های آموزشی مستمر برای مادران مطلقه به منظور ارتقاء مهارت‌های فرزندپروری و مدیریت استرس می‌تواند تأثیر مثبتی بر کیفیت زندگی آن‌ها و فرزندان‌شان داشته باشد. انجام تحقیقات بیشتر در این زمینه، به ویژه در مناطق مختلف، می‌تواند به شناسایی نیازها و چالش‌های خاص مادران و فرزندان کمک کند و اطلاعات بیشتری درباره تأثیرات طولانی‌مدت مشاوره فراهم آورد.

به‌طورکلی، این پژوهش نشان می‌دهد که مشاوره راه‌حل‌مدار می‌تواند به‌عنوان ابزاری مؤثر برای حمایت از مادران مطلقه در بهبود فرزندپروری و کیفیت روابط عاطفی آن‌ها با فرزندان تلقی شود. این رویکرد با تأکید بر روش‌های مثبت و توانمندسازی مادران، به آن‌ها این امکان را می‌دهد که به شیوه‌ای مؤثرتر و سازنده‌تر به تربیت فرزندان خود پردازند و در مواجهه با چالش‌های پس از طلاق موفق‌تر عمل کنند.

۶- منابع

- ۱- باهنر، فهیمه؛ اعتمادی، عذرا؛ و صالحی، کیوان (۲۰۲۳). تدوین بسته آموزشی-مشاوره‌ای پیش از ازدواج برای دختران در آستانه ازدواج دارای طلاق والدینی بر اساس فرهنگ ایرانی. *پژوهش‌های علوم شناختی و رفتاری*، ۱۳(۱)، ۷۱-۹۲.

doi:10.22108/cbs.2023.137162.1750

- ۲- فاضل، امین‌الله؛ حق‌شناس، حسن؛ و کشاورز، زهرا (۱۳۹۰). قدرت پیش‌بینی ویژگی‌های شخصیتی و سبک زندگی بر رضایت‌مندی زوجی زنان پرستار شهر شیراز. فصلنامه‌ی علمی، پژوهش‌های جامعه‌شناسان زنان، ۲(۳).
- doi:20.1001.1.20088566.1390.2.7.8.1**
- ۳- فرزاد فر، منیره (۱۳۸۵). تأثیر آموزش شادمانی به شیوه فورادیس بر کاهش افسردگی زنان بی‌سرپرست شهر اصفهان، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان.
- ۴- کاوسیان، مینا؛ کاشانی، امیر؛ و تهامی، الهام (۱۳۹۵). کمک‌های اولیه روان‌شناختی برای کودکان طلاق: یک مطالعه مروری. نشریه علمی رویش روان‌شناسی، ۵(۳)، ۱۸۵-۲۰۲.
- doi: 20.1001.1.2383353.1395.5.3.11.0**
- 5- Akgul, Sarpkaya. (2013). Bosanmis Kadinlarda toplumsal baskiya direnme stratejileri: Van ornegi. *The Journal of International Social Research*, 6(26), 29-50. **doi:10.18026/cbayarsos.1514930**
- 6- Andre, Dewilde C., & Muffels, R. (2019). What do housing wealth and tenure have to do with it? Changes in wellbeing of men and women after divorce using Australian panel data. *Social science Research*. 1(78):104-18. **doi:10.1016/j.ssresearch.2018.12.017**
- 7- Botha, S. J. (2014). Exploring the needs of adolescents in divorced families in a South African in Military context. Dissertation (article format) submitted in fulfilment of the requirements for the degree Magister in Social Work at the Potchefstroom Campus of North-West University.
- 8- Dharatun, N., Zuria, M., & Melati, S. (2019). Self-Resilience evolvment among Widowed Mothers in Malaysia. *Religacion. Revista de Ciencias Sociales y humanidades*, 4(18), 127-133.
- 9- Haikal, M., & Latipun, L. (2020). The Resilience of Women Who Are Divorced and Choose to Live with Their Children. *Psychology and Behavioral Science* 9 (4), 44-499 (4). **doi:10.11648/j.pbs.20200904.12**
- 10- Haimi, M., & Lerner, A. (2014). The impact of parental separation and divorce on the health status of children, and the ways to improve it. *Journal of Clinical & Medical Genomics*, 3-7. **doi:10.4172/jcmg.1000137**
- 11- Hogendoorn, Bram, Leopold, Thomas and Thijs Bol (2019). Divorce and Diverging Poverty Rates: A Risk-and-Vulnerability Approach. *Journal of Marriage and Family*. **doi:10.1111/jomf.12629**.
- 12- Jackson, L. (2015). The Impact of Parental Divorce on Children's Confidence Levels in Young adulthood. Theses Dissertations, Professional Papers, and Capstones. *University of Nevada, Las Vegas*. **doi.org/10.34917/8220109**
- 13- Jaffe, W. (2011). Top ten reasons marriage fail. From: divorce.com. *Journal of Educational Research and Essays* Vol. 1(1), pp. 5-8.
- 14- Kalmijn, M., & Dronkers, J. (2015). Lean on me? The influence of parental separation and divorce on children's support networks in four European countries. Sonderheft- *Journal of Family Research*, 10(2), 21-42. **doi:10.2307/j.ctvddzmht.5**
- 15- Kruk, E. (1993). Promoting cooperative parenting after separation: a therapeutic/interventionist model of family mediation. *Journal of Family Therapy*, 15(3), 235-261.
- 16- Kucuksen, K. (2016). Being a divorced woman in a Patriarchal society: example of Konya, *Necmettin Erbakan Universitesi*, 9 (44). **doi:10.17719/jisr.20164420152**
- 17- Lin, I. F., & Brown, S. L. (2020). The Economic Consequences of Gray Divorce for Women and Men. *The Journals of Gerontology: Series*. **doi:10.1093/geronb/gbaa157**
- 18- Luthar, S. S., & Ciciolla, L. (2015). Who mothers mommy? Factors that contribute mommy? Factors that contribute to mothers well-being *Developmental Psychology*, 51, 1812-1823 **doi:10.1037/dev00000051**.
- 19- Lynn H. (2018). Concerns of the divorced women and impact on open health access, *Florida Atlantic University*, (1), pp. 2-5.
- 20- Miles, N. J., & Servaty-Seib, H. L. (2010). *Parental marital status and young adult*.
- 21- Motataianu, I. r. (2015). The relation between Anger and Emotional Synchronization in children from Divorced families. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 203,158-162.
- 22- Nielsen, L. (2014). Shared Physical Custody: Summary of 40 Studies on Outcomes for Children, *Journal of Divorce & Remarriage*, 55(8),613-635.

- 23- Özar, Ş., & Yakut-Çakar, B. (2012). Aile, devlet ve piyasa kısılacında boşanmış kadınlar. *Kültür ve Siyasette Feminist Yaklaşımlar*, 16, 1-12.
- 24- Raley, R. Kelly; Sweeney, Megan M. (2020). Divorce, Repartnering, and Stepfamilies: A Decade in Review. *Journal of Marriage and Family*, 82(1), 81–99. doi:10.1111/jomf.12651
- 25- Siti Rafiah, A. H., & Sakinah, S. (2013). Exploring single parenting process Malaysia: Issues and coping strategies. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 84, 1154-1159.
- 26- Steinberg, L. (2014). Family Structure, Parenting Practices, and Adolescent Adjustment: An Ecological Examination. *Coping With Divorce, Single Parenting, and Remarriage: A Risk and Resiliency Perspective*, 65.
- 27- Taylor, Z. E., & Conger, R. D. (2017). Promoting strengths and resilience in single- mother families. *Child development*, 88(2), 350-358. doi:10.1111/cdev.12741
- 28- Warshak, R. (2014). Social science and parenting plans for young children *Psychology, Public Policy and Law*, 20(1),46.
- 29- Weaver, J. M., & Schofield, T. J. (2015). Mediation and moderation of divorce effects on children's behavior problems. *Journal of Family Psychology*, 29(1), 39.
- 30- Zandiyeh, Z., Yousefi, H. (2014). Woman's experiences of applying for divorce. *Iranian. journal of Nursing and Midwifery Research. Vol. 19. Issue 2.168-172.*

The Effect of Solution-Focused Counseling on Parenting Among Divorced Mothers

Roghieh Emami¹, Narges Arab Moghaddam^{2*}

1-M.A. Student in Positive Psychology, Jihad University, Shiraz, Fars, Iran.
rqyh83282@gmail.com

2-Assistant Professor, Department of Psychology, Jihad University of Fars, Shiraz, Fars, Iran.
(Corresponding Author)

narabmoghaddam@yahoo.com

Abstract

The present study aimed to investigate the effect of solution-focused counseling on perceived competence and parenting among divorced mothers of schoolchildren. This research is applied in terms of purpose and quasi-experimental in terms of methodology, utilizing a pre-test-post-test design with a control group. The statistical population consisted of divorced mothers with children in Shiraz, who were randomly selected. The experimental group participated in 10 educational sessions of solution-focused counseling, while the control group received no intervention. The results indicated that solution-focused counseling improved parenting skills, enhanced emotional communication quality, and reduced stress and anxiety among mothers. Furthermore, solution-focused counseling can serve as an effective tool for improving parenting and the quality of mother-child relationships among divorced women, highlighting the importance of psychological and social support during this period. Ultimately, expanding similar counseling programs and promoting continuous educational courses for divorced mothers is recommended to help improve their and their children's living conditions.

Keywords: Solution-Focused Counseling, Parenting, Divorce, Mothers.



This Journal is an open access Journal Licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 International License

(CC BY 4.0)