

Effectiveness of Efficient Parenting Model on Parent-Child Relationship and Parental Sense of Competence in Divorced Mothers

Ghanbari Sh¹, *Bayanfar F², Taher M³

Author Address

1. PhD Student in Psychology, Shahrood Branch, Islamic Azad University, Shahrood, Iran;

2. Assistant Professor of Psychology Department, Payam Noor University, Tehran, Iran;

3. Assistant Professor of Psychology Department, Shahrood Branch, Islamic Azad University, Shahrood, Iran.

*Corresponding Author Email: f.bayanfar@se.pnu.ac.ir

Received: 2023 February 27; Accepted: 2023 Jun 14

Abstract

Background & Objectives: Mothers are vulnerable to divorce and may face a range of challenges that negatively impact their mental health. These may include heightened levels of anxiety, stress, and depression. Mothers have a greater influence on children's development due to spending more time with them; Therefore, the stress of the mother has an impact on her interaction with the child. Divorced mothers face unique challenges, including increased risk of exhaustion and emotional distress, due to the added responsibilities of taking care of children, managing household affairs, and overseeing their children's education; Therefore, mothers feel that they are not enough to take care of their children and for this reason, they feel unworthy. This study aimed to determine the effectiveness of the effective parenting model on the parent-child relationship and parental sense of competence in divorced mothers.

Methods: This study was semi-experimental and was conducted with a pre-test-post-test design with two control and experimental groups. The statistical population of this research included divorced mothers with teenage children who referred to counselling and psychology centers in Tehran. Among the statistical population, 30 qualified volunteers were randomly entered into the study and randomly assigned to two experimental and control groups (each group includes 15 people). The criteria for entering participants to the research include: being a divorced mother; having a teenage child; having at least a diploma level of education; not participating in other therapeutic interventions at the same time. Exclusion criteria were absenteeism more than out of three sessions and non-observance of group therapy rules. Both groups completed the Parent-Child Relationship Scale (Fine et al., 1983) and Parental Sense of Competence Scale (Gibaud-Wallston & Wandersman, 1978) in the pre-test and post-test stages. The effective parenting training program was implemented in the experimental group as a 90-minute session and every session once a week, But the control group did not receive any treatment plan. Data analysis was carried out in two parts: descriptive statistics and inferential statistics. At the level of descriptive statistics of frequency, mean, and standard deviation and inferential statistics, analysis of covariance was used. Data analysis was done in SPSS software version 24, and the significance level of the tests was considered to be 0.05.

Result: The results showed that there was a significant difference in the variables of the parent-child relationship (positive emotions, hate and loss of role, identity and communication) ($p < 0.001$) and parental sense of competence ($p < 0.001$) between the experimental and control groups in the post-test, after removing the effect of the pre-test; Also, effective parenting training was able to increase positive emotions by 41%, identity by 86%, communication by 69%, and hate and loss of role by 63%. Also, effective parenting training increased the parental sense of competence by 79%.

Conclusion: This research showed that teaching the efficient parenting model to divorced mothers is suitable for improving the parent-child relationship and increasing the parental sense of competence.

Keywords: Effective parenting model, Parent-child relationship, Parental sense of competence, Divorced mothers.

تعیین اثربخشی الگوی فرزندپروری کارآمد در مادران مطلقه بر رابطه والد-فرزند و شایستگی حس والدینی

شهره قنبری^۱، *فاطمه بیان‌فر^۲، محبوبه طاهر^۳

توضیحات نویسندگان

۱. دانشجوی دکتری روان‌شناسی، واحد شاهرود، دانشگاه آزاد اسلامی، شاهرود، ایران؛

۲. استادیار گروه روان‌شناسی، دانشگاه پیام‌نور، تهران، ایران؛

۳. استادیار گروه روان‌شناسی، واحد شاهرود، دانشگاه آزاد اسلامی، شاهرود، ایران.

*رایانامه نویسنده مسئول: bayanfar@se.pnu.ac.ir

تاریخ دریافت: ۸ اسفند ۱۴۰۱؛ تاریخ پذیرش: ۲۴ خرداد ۱۴۰۲

چکیده

زمینه و هدف: طلاق والدین بر نگرش فرزندان درباره زندگی زوجی آن‌ها در آینده و چگونگی ادراک ساختار خانواده و تعامل والدین با فرزندان اثرگذار است. هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی الگوی فرزندپروری کارآمد در مادران مطلقه بر رابطه والد-فرزند و شایستگی حس والدینی بود.

روش بررسی: روش پژوهش از نوع نیمه‌آزمایشی بود که با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون همراه با گروه‌های آزمایش و گواه انجام شد. جامعه آماری را مادران مطلقه دارای فرزند نوجوان مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره و روان‌شناسی شهر تهران تشکیل دادند. از بین آن‌ها سی نفر داوطلب واجد شرایط به‌صورت تصادفی وارد مطالعه شدند و به‌تصادف در گروه‌های آزمایش و گواه (هر گروه پانزده نفر) قرار گرفتند. هر دو گروه در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون، مقیاس رابطه والد-فرزند (فاین و همکاران، ۱۹۸۳) و مقیاس احساس والدین از شایستگی (گیبود-والستون و اندرسمن، ۱۹۷۸) را تکمیل کردند. برنامه فرزندپروری کارآمد روی گروه آزمایش به‌صورت هشت جلسه نوددقیقه‌ای و هر جلسه هفته‌ای یک‌بار اجرا شد؛ اما گروه گواه هیچ برنامه درمانی دریافت نکرد. تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس در نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ صورت گرفت و سطح معناداری آزمون‌ها ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد، در متغیرهای رابطه والد-فرزند (احساسات مثبت، تنفر و گم‌گشتی نقش، هویت و ارتباطات) و شایستگی حس والدینی، بین گروه‌های آزمایش و گواه در پس‌آزمون، بعد از حذف اثر پیش‌آزمون، تفاوت معناداری وجود داشت ($p < 0/001$)؛ همچنین آموزش فرزندپروری کارآمد توانست ۴۱ درصد احساسات مثبت و ۸۶ درصد هویت و ۶۹ درصد ارتباطات را افزایش دهد و ۶۳ درصد تنفر و گم‌گشتی نقش را کم کند؛ همچنین آموزش فرزندپروری کارآمد ۷۹ درصد حس شایستگی والدینی را افزایش داد. **نتیجه‌گیری:** براساس یافته‌های پژوهش نتیجه گرفته می‌شود، آموزش الگوی فرزندپروری کارآمد به مادران مطلقه روش مناسبی برای بهبود ارتباط والد-فرزند و افزایش حس شایستگی والدین است.

کلیدواژه‌ها: الگوی فرزندپروری کارآمد، رابطه والد-فرزند، شایستگی حس والدینی، مادران مطلقه.

خانواده^۱ اولین و مهم‌ترین نظام ارتباطی برای نوجوانان و کودکان به‌شمار می‌رود و همهٔ اعضای خانواده در سلامت روانی مهم هستند؛ چون خانواده منبع اصلی مراقبت و حمایت است (۱). در سال‌های اخیر، تغییراتی در خانواده‌های سنتی دارای هر دو والد پدر و مادر، به انواع متنوعی از ساختارهای خانواده، مانند وجود یک والد مجرد به‌دلیل مرگ همسر، طلاق^۲ یا جدایی وجود داشته است (۲). در این میان مادران درقبال طلاق، آسیب‌پذیر هستند و به‌دلیل شرایطی که بعد از طلاق برای آنان ایجاد می‌شود، مشکلات فراوانی ازجمله اضطراب و استرس و افسردگی را تجربه می‌کنند (۳). طلاق والدین آسیب‌های جبران‌ناپذیری برای فرزندان در پی دارد؛ به‌خصوص زمانی که والدین از فرزندان به‌عنوان اهرم فشار بر یکدیگر استفاده می‌کنند (۴). فرزندان طلاق پس از طلاق والدین به‌راحتی سازگاری اجتماعی^۳ را به‌دست نمی‌آورند (۵).

سبک‌های فرزندپروری^۴ در هر خانواده‌ای منحصربه‌فرد است و عوامل مختلف فرهنگی و اقتصادی و اجتماعی بر آن تأثیر می‌گذارد (۶). شیوهٔ فرزندپروری و تربیت کودکان از وظایف بسیار مهمی است که والدین بر عهده دارند. وظیفهٔ آن‌ها در بین فرزندان، سازندگی و آفرینندگی و سازمان‌دادن فرزند درجهت رسیدن به انسانی کامل و متحرک و مؤثر است تا برای بقای وجود، صیانت نفس و انجام وظایف والدینی و اجتماعی آماده شود. شیوه‌های فرزندپروری باید با درنظرگرفتن اصول و قوانین مشخص‌شده باشد تا مشکلات حل‌نشده‌ای را با گذشت زمان برای فرزند به‌وجود نیاورد (۷). براساس نظر بامریند، سبک تربیتی درست می‌تواند خطر آسیب‌های روانی و اجتماعی را کاهش دهد (۸). همچنین سبک‌های تربیتی در شکل‌گیری شخصیت کودک مهم است و به‌کارگیری سبک‌های تربیتی مناسب با سلامت کودکان و مهار والدینی با نبود سلامت کودکان ارتباط دارد (۹).

هر تغییری که برای یکی از اعضای خانواده رخ دهد، بر تمامی اعضای خانواده اثر می‌گذارد. فرزندان که با یکی از والدین خود زندگی می‌کنند، درگیر مسائل و مشکلاتی می‌شوند که توانایی درک آن را ندارند (۱۰). سازگارنبودن کودکان با طلاق والدین می‌تواند اثرات زیان‌بار و مخربی بر کارکرد روان‌شناختی-اجتماعی و حتی وضعیت جسمانی آن‌ها بگذارد (۱۱). پیامدهایی مانند کاهش نظم و ثبات، تضاد بین اعضای خانواده و کاهش کیفیت ارتباط در خانواده‌های طلاق شایع است. کاهش کیفیت رابطهٔ والد-کودک، پیش‌بینی‌کنندهٔ سازگاری‌نداشتن و مشکلات ارتباطی و انطباقی کودکان بعد از طلاق است. فرزندپروری به‌عنوان وظیفهٔ اصلی والدین در فرایند رشد کودکان اثر محوری دارد و تأثیر انکارناپذیری بر روابط والد-فرزند و متغیرهای مربوط به سلامت کودک می‌گذارد (۱۲). سلامت روان والدین بر نحوهٔ تعامل والد-کودک اثرگذار است؛ زیرا والدینی که با افسردگی و اضطراب دست‌وپنجه نرم می‌کنند، درک کمتری از فرزند خود دارند و این موضوع بر نحوهٔ تعامل والد-کودک تأثیر می‌گذارد (۱۳). هر دو والد بر تربیت

فرزندان اثرگذار هستند؛ اما به‌دلیل اینکه کودک بیشتر ساعات روز را با مادر می‌گذراند، نقش مادر پررنگ‌تر است (۹)؛ بنابراین استرس مادر بر نحوهٔ تعامل او با فرزند خود اثرگذار است (۱۴).

ازسوی‌دیگر باتوجه به شرایطی که مادران مطلقه درمقایسه با سایر خانواده‌های با هر دو والد دارند، مسائلی مانند رسیدگی به فرزندان و رسیدگی به امور مدرسه و خانه، خطر افزایش خستگی و دل‌زدگی را برای مادران افزایش می‌دهد (۱۵)؛ بنابراین مادران احساس می‌کنند در امور رسیدگی به فرزند خود کافی نیستند و به‌همین علت احساس ناشایسته‌بودن می‌کنند (۱۶). احساس شایستگی والدین^۵، به‌صورت درجه‌ای که والدین احساس اطمینان می‌کنند و خود را در فرزندپروری و مدیریت مراقبت و آموزش کودک خود مؤثر می‌بینند، تعریف شده است (۱۷). این موضوع یکی از متغیرهای شناختی مثبت و بالقوه و محافظت‌کنندهٔ والدین است (۱۸). احساس شایستگی والدینی را می‌توان قضاوت والدین دربارهٔ نحوهٔ پرداختن به مسئولیت‌های خود، تعریف کرد (۱۹). احساس شایستگی والدین به ارزیابی مادران و پدران از خود به‌عنوان والدین اشاره دارد و معمولاً به‌منزلهٔ خودکارآمدی ادراک‌شده در فرزندپروری، لذت یا انگیزهٔ حاصل از فرزندپروری و احساس رضایت از نقش مفهوم می‌یابد (۲۰).

باتوجه به اهمیت نقش والدین در زندگی فرزندان، گاهی اوقات درمان مؤثرتر و متداول‌تر برای کاهش مشکلات کودکان، آموزش والدین است. آموزش والدین براساس رویکردهای مختلفی انجام می‌گیرد و محققان در میزان اثربخشی مدل‌های مختلف با یکدیگر توافق ندارند (۲۱). آموزش فرزندپروری کارآمد^۶ یکی از این آموزش‌ها است. این آموزش‌ها شامل آموزش فرزندپروری مؤثر (گام‌به‌گام) و آموزش کارآمدی والدین می‌شود. آموزش نظام فرزندپروری کارآمد، برنامه‌ای استانداردشده برای آموزش والدین است که توسط دینک‌مایر و مک‌کی^۷ با استفاده از مفاهیم آدلر و درایکورس^۸ به‌منظور کمک به والدین تدوین شد تا آن‌ها را در درک کودکان و برقراری ارتباط مثبت کارآمد کند (۲۲). به‌اعتقاد درایکورس، کودک مشکل‌دار چهار ویژگی ضروری تعلق‌داشتن به دیگران، داشتن توانایی مراقبت از خود، ارزشمندی و ارزش قائل‌شدن دیگران برای فرد و دلگرم‌بودن را ندارد (به‌نقل از ۲۳). این چهار ویژگی ضروری در ادبیات آدلر-درایکورس را نیازهای حیاتی نامیده‌اند؛ زیرا این چهار عامل بنیادی برای پرورش کودکانی است که می‌توانند با چالش‌های دوره‌های زندگی برخورد کنند (۲۳). کنار انسجام نظری رویکرد آدلر-درایکورس، در پژوهش‌های انجام‌گرفته در این حوزه نیز از تأثیرات مثبت مدل آموزشی درمانی مذکور بر کیفیت رابطهٔ والد-کودک حمایت شده است؛ برای مثال، مک ویتی و بست به این نتیجه دست یافتند که آموزش والدین به‌شیوهٔ اداری باعث تغییرات معنادار رفتاری و ارتباطی والد-کودک می‌شود (۲۴).

طلاق‌پژوهی در ایران اغلب بر علت‌پژوهی و پیامدپژوهی متمرکز است و مطالعات اندکی به بررسی آموزش فرزندپروری پس از طلاق پرداخته‌اند. چالش‌های روان‌شناختی، اجتماعی، قانونی و اقتصادی

۵. Parents' sense of competence

۶. Effective parenting training

۷. Dinkmeyer & McKay

۸. Adler & Dreikurs

۱. Family

۲. Divorce

۳. Social adjustment

۴. Parenting styles

افراد پس از طلاق، امری مشخص و تأیید شده است که بر لزوم شناخت چالش‌های اختصاصی والدین و نگرش آن‌ها به فرزندپروری پس از طلاق، به عنوان پدیده‌ای تأکید می‌کند که پژوهشگران کمتر به آن پرداخته‌اند. باتوجه به تأکید مطالعات پیشین بر فرزندپروری و طلاق به منزله عوامل تأثیرگذار بر بهداشت روان فرزندان، پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی الگوی فرزندپروری کارآمد در مادران مطلقه بر رابطه والد-فرزند و شایستگی حس والدینی انجام شد.

۲ روش بررسی

روش پژوهش حاضر از نوع نیمه‌آزمایشی بود که با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون همراه با گروه‌های آزمایش و گواه انجام شد. جامعه آماری پژوهش را مادران مطلقه دارای فرزند نوجوان مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره و روان‌شناسی شهر تهران تشکیل دادند. حجم نمونه از طریق نرم‌افزار G^*Power به گونه‌ای تعیین شد که مطالعه توان لازم را برای تشخیص اختلاف حداقل ۱ واحد از میزان حساسیت اضطرابی بین گروه آزمایش و گروه گواه و مقایسه دو گروه داشته باشد. با فرض احتمال خطای نوع اول ۵ درصد و احتمال خطای نوع دوم ۲۰ درصد و نیز با فرض انحراف معیار ۰/۹، تعداد حجم نمونه برابر با پانزده نفر برای هر گروه به دست آمد؛ بنابراین از بین جامعه آماری سی نفر داوطلب واجد شرایط به صورت تصادفی وارد مطالعه شدند و به تصادف در گروه‌های آزمایش و گواه (هر گروه پانزده نفر) قرار گرفتند. روش اجرا به این صورت بود که پس از انتخاب افراد گروه نمونه و قبل از شروع برنامه درمانی، مقیاس رابطه والد-فرزند^۱ (۲۵) و مقیاس احساس والدین از شایستگی^۲ (۲۶) بین هر دو گروه توزیع شد. پس از آن برنامه آموزش فرزندپروری کارآمد به مادران مطلقه در گروه آزمایش به صورت هشت جلسه نود دقیقه‌ای و هر جلسه هفته‌ای یک‌بار، اجرا شد؛ اما گروه گواه هیچ برنامه درمانی دریافت نکرد. در انتها با مقیاس‌های مذکور مجدد از هر دو گروه پس‌آزمون گرفته شد. همچنین پس از پایان پژوهش به منظور حفظ موازن اخلاقی، برنامه‌های درمانی انجام گرفته در گروه آزمایش، برای گروه گواه نیز اجرا شد.

معیارهای ورود آزمودنی‌ها به پژوهش عبارت بود از: مطلقه بودن مادر؛ دارای فرزند نوجوان؛ حداقل سطح تحصیلات دیپلم؛ شرکت نکردن هم‌زمان در مداخلات درمانی دیگر. معیارهای خروج آزمودنی‌های گروه آزمایش از پژوهش شامل غیبت بیش از سه جلسه و رعایت نکردن قوانین گروه درمانی بود. در این پژوهش موازن اخلاقی شامل اخذ رضایت آگاهانه و تضمین حریم خصوصی و رازداری رعایت شد. همچنین زمان شرکت در پژوهش، شرکت‌کنندگان درباره خروج از پژوهش در هر زمان و ارائه اطلاعات فردی مختار بودند. به آن‌ها اطمینان داده شد که اطلاعات محرمانه می‌ماند و این امر نیز کاملاً رعایت شد.

ابزارها و جلسات آموزشی زیر در پژوهش به کار رفت. -مقیاس رابطه والد-فرزند: این مقیاس توسط فاین و همکاران در سال ۱۹۸۳ ساخته شد (۲۵). این مقیاس از ۲۴ گویه تشکیل شده است و به منظور سنجش کیفیت ارتباط والدین و فرزندان استفاده می‌شود. نمره‌گذاری پرسش‌نامه به صورت طیف لیکرت هفت نقطه‌ای از هرگز=۱ تا زیاد=۷ است. نمره‌گذاری گویه‌های ۹ و ۱۳ و ۱۴ به شکل معکوس انجام می‌گیرد. سپس نمرات گزینه‌ها جمع شده و بر تعداد گزینه‌های هر عامل تقسیم می‌شود (میانگین هر خرده‌مقیاس). نمره کل، مجموع میانگین خرده‌مقیاس‌ها است. این مقیاس دارای چهار خرده‌مقیاس احساسات مثبت، تنفر و گم‌گشتی نقش، هویت و ارتباطات است (۲۵). مقیاس رابطه والد-فرزند با ضرایب آلفای درونی عالی دارد. سازندگان مقیاس این ضرایب آلفا را با اجرای پرسش‌نامه بر ۲۴۱ دانشجو به دست آوردند (۲۵). در پژوهش حسین‌خانزاده و میرزایی کوتنایی برای تعیین پایایی مقیاس از روش آلفای کرونباخ استفاده شد. مقادیر ضریب آلفا برای خرده‌مقیاس‌های مربوط به پدر ۰/۷۹ تا ۰/۹۱ و برای خرده‌مقیاس‌های مربوط به مادر ۰/۶۱ تا ۰/۹۱ و برای رابطه کلی والدین ۰/۹۲ بود (۲۷).

-مقیاس احساس والدین از شایستگی: این مقیاس توسط گیبود-والستون و واندرسمن در سال ۱۹۷۸ در انجمن روان‌شناسی آمریکا برای ارزیابی میزان شایستگی و کارآمدی والدین در موضوع والدگری در هفده گویه با طیف لیکرت شش درجه‌ای (از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم) تهیه شد (۲۶). این پرسش‌نامه شامل دو مقیاس مهارت‌ها/دانش و ارزشمندی/راحتی می‌شود که به ترتیب به آن‌ها کارآمدی و رضایت گفته می‌شود. این پرسش‌نامه، دو دسته پاسخ‌های مثبت و منفی دارد. برای پاسخ‌های مثبت طیف نمره به صورت کاملاً مخالفم=۱، مخالفم=۲، تاحدی مخالفم=۳، تاحدی موافقم=۴، موافقم=۵ و کاملاً موافقم=۶ است. برای پاسخ‌های منفی طیف نمرات از کاملاً موافقم=۱ تا کاملاً مخالفم=۶ است. دامنه نمرات بین ۱۷ تا ۱۰۲ قرار دارد. نمرات بیشتر در این مقیاس، شایستگی و کارآمدی والدین را در رابطه با فرزند منعکس می‌کند (۲۶). گیبود-والستون و واندرسمن ضرایب آلفا را برای رضایت و کارآمدی به ترتیب ۰/۸۲ و ۰/۷۰ گزارش کردند. همبستگی‌های آزمون-بازآزمون شش هفته‌ای برای مقیاس‌ها و برای نمره کل نیز گزارش شد که از ۰/۴۶ تا ۰/۸۲ متغیر بودند (۲۶). همچنین اعتبار این ابزار توسط رشید و حسینی اصل نظرلو، ۰/۷۱ گزارش شد (۲۸).

-برنامه آموزشی فرزندپروری کارآمد: محتوای برنامه آموزشی از پژوهش‌های رستمی و همکاران (۱۱) و خجسته‌مهر و همکاران (۲۹) و زینالی (۳۰) اقتباس شد. روایی محتوایی برنامه آموزشی به تأیید چند نفر از متخصصان در حوزه فرزندپروری رسید. در جدول ۱ محتوای تفکیک جلسات ارائه شده است.

۲. Parental Sense of Competence Scale (PSOCS)

۱. Parent-Child Relationship Scale (PCRS)

جدول ۱. جلسات درمانی فرزندپروری کارآمد

جلسه	محتوای جلسه
اول	آشنایی با اعضای گروه و توضیح اجمالی درباره طلاق و تک‌والدی بودن در جلسات آموزشی، توضیح درباره قوانین اساسی برای گروه و تدوین قوانین اساسی گروه، بحث درباره علت جدایی زن و شوهرها، بیان چگونگی برخورد پدر و مادرها با طلاق و تأثیر آن بر نحوه عملکرد هیجانی و رفتاری فرزند چه در زمان حال و چه در زمان آینده، شفاف‌سازی واقعیت‌های زندگی، بیان لزوم سازگاری همه‌جانبه مادر و فرزند طلاق.
دوم	مرور جلسه قبل، توصیف و تعریف فرزندپروری کارآمد به تفصیل، جنبه‌های مهم فرزندپروری کارآمد، آشنایی مادران با بلوک‌های بازسازی زندگی پس از طلاق، شناخت اعضای گروه از اینکه در کدام مرحله بازسازی قرار دارند، آگاهی از مفهوم‌های بنیادین مشکلات هیجانی و رفتاری فرزندان، آگاهی مادران از تأثیرات طلاق بر فرزندان و عملکرد تحصیلی آنان، آموزش به مادران در جهت کمک به فرزندان طلاق برای پذیرش مسئله طلاق و جدایی پدر و مادر و همچنین آشنایی با افکار و هیجانات کودکان پس از جدایی در جهت برقراری ارتباط با آنها.
سوم	تقویت رابطه والد-کودک با ایجاد روابط کارآمد با کودکان صحبت درباره دیدار با پدر و حضانت فرزند و اینکه دیدارها را به بهترین نحو صورت دهند: به فرزندان کمک کنند تا از دیدار پدر لذت برد. نقشی که مادر می‌تواند در این امر داشته باشد: افزایش آگاهی مادران با استفاده از این رهنمودها برای تا چه حد باید به اخبار «آنجا» علاقه‌مند باشند؛ اثبات باشند؛ دیدار را واقعاً مؤثر کنند؛ درباره سنت‌ها، اعیاد، روزهای تعطیل و روزهای مهم با همسر سابق خود اتفاق نظر داشته باشند؛ چگونه به فرزندان کمک کنند تا کشمکش‌های حضانت و ملاقات را از سر بگذرانند.
چهارم	بررسی تکالیف و دادن بازخورد در ادامه جلسه قبل به افزایش آگاهی مادران درباره اموری از این قبیل پرداخته شد: با فرزند خود درباره محل زندگی پدر صحبت کنند؛ به دلتنگی فرزند گوش کنند و آن را تأیید نمایند؛ برای فرزند برنامه‌های مطمئن و مناسبی در جهت حفظ تماس با پدر بریزند؛ فرزند را بدون قید و شرط تشویق کنند تا قوانین پدر را به یاد آورد؛ مطمئن شوند فرزندان می‌فهمند در مواقع اضطراری یا در زمان مشکل، باید با پدر و مادر مشورت کنند؛ تغییرات را در موقعیت‌های مختلف در مقام والد بپذیرند و انعطاف‌پذیر باشند؛ افزایش آگاهی مادران طلاق درباره این مسئله که فرزندان آنان در سنین مختلف چه واکنش‌های متعارفی در قبال جدایی پدر و مادر دارند، چه مسائلی را شاید احساس کنند، چه حرف‌هایی را شاید بزنند و چه کارهایی را شاید انجام دهند؛ با مشکلات هیجانی و رفتاری فرزند برخورد منطقی داشته باشند و از زدن برچسب به فرزند خودداری کنند و اعتمادبه‌نفس را به او برگردانند.
پنجم	افزایش آگاهی مادران طلاق در زمینه درک مشکلات هیجانی و رفتاری پیش روی فرزندان، صحبت درباره راهکارهای همکاری پدر و مادر در جهت مقاوم کردن فرزندان طلاق. آشنایی مادران با راهبردهای زیر: مشکلات مربوط به خود و همسر سابقشان را محرمانه نگهدارند؛ موضوعات مربوط به فرزند و طلاق را به‌طور خصوصی مطرح و حل کنند؛ فرزندان را پیام‌بر نکنند. خبرهایشان را خردمندانه انتخاب کنند؛ با همسر سابق خود رقابت نکنند و هنگامی که با فرزندان درباره پدرش صحبت می‌کنند، بی‌طرف باشند و از آن رابطه حمایت کنند؛ همچنین در صورت امکان توجه کنند که فرزندان تماس مرتب و بسیار با پدرش داشته باشد؛ پندهایی برای بقای خانواده ذکر کنند.
ششم	بررسی مشکلات هیجانی فرزندان ابتدا درباره چگونگی تجربه طلاق توسط فرزندان در این سنین و امکان بروز حالاتی مانند خشم، سرکشی، دنیای سفید و سیاهی که فرزند برای خود می‌سازد، احساس شک درباره جانبداری از پدر و مادر، مشاهده طلاق به‌عنوان طرد خود، بی‌ثبات‌تر شدن دنیای متغیر فرزند، رشد بیش‌ازحد سریع و تخلیه هیجانی در رابطه با همسالان به مادران آگاهی داده شد. در ادامه به مادران برای کمک به فرزندان‌شان در این سنین، رهنمودهایی ارائه شد: چگونه طلاق را برای فرزند خود شرح دهند؛ هرگز در حضور فرزند از همسر سابق خود انتقاد نکنند؛ در حضور فرزند برخورد آرام و مثبت را حفظ کنند؛ آماده نشانه‌های فشار روحی باشند؛ فرزند خود را تشویق کنند تا درباره احساساتش صحبت کند؛ با بزرگسالان دیگری که در زندگی فرزندان‌شان هستند (آموزگاران، والدین، دوستان صمیمی) درباره طلاق صحبت کنند و بپرسند که او چه رفتاری دارد؛ درک کنند که ممکن است فرزند احساس مالکیت شدیدی به آنها داشته باشد و با ظهور ناگهانی افراد جدید در زندگی‌شان احساس خطر کند؛ نشان دهند که متوجه توانایی‌های تازه‌یافته فرزند خود هستند.
هفتم	مرور مباحث جلسه قبل و ارائه توضیحات کافی در زمینه درک فرزندان طلاق: کودکان هنوز به پدر و مادر نیاز دارند، اما به‌شیوه‌ای دیگر. در ادامه درباره اینکه چگونه کودکان طلاق آن را تجربه می‌کنند، آگاهی داده شد؛ سرزنش پدر و مادر به‌منظور تسلط‌داشتن بر کودکان، احساس فروپاشیده شدن رویاهای فرزند، رشد زودهنگام او، گوشه‌گیری و افسردگی، افت تحصیلی و مشکلات رفتاری و مشکلات یادگیری او بررسی شد؛ در نهایت رهنمودهایی به مادران برای کمک به فرزندان‌شان داده شد.
هشتم	به‌طور کلی بر میزان توجه والدین به فرزند پس از طلاق تأکید شد و همچنین توضیحاتی درباره دخالت پدرها، واکنش بچه‌ها در غیاب پدرها، برخورد عاطفی و علت در دسترس نبودن مادرها مثل سابق پس از جدایی، ارائه شد.

شیب خطوط رگرسیونی با بررسی اثر متقابل گروه-پیش‌آزمون در مدل رگرسیون بررسی شد. در نهایت آزمون تحلیل کوواریانس تک‌متغیری به‌کار رفت. تحلیل داده‌ها در نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ انجام گرفت و سطح معناداری آزمون‌های آماری ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

تجزیه و تحلیل داده‌ها در دو بخش آمار توصیفی و آمار استنباطی صورت گرفت. در سطح آمار توصیفی، فراوانی، میانگین و انحراف معیار به‌کار رفت. در سطح آمار استنباطی به‌منظور بررسی نرمال بودن توزیع داده‌ها از آزمون کولموگوروف-اسمیرنوف و برای بررسی همگنی واریانس‌ها از آزمون لون استفاده شد؛ همچنین پیش‌فرض همگنی

۳ یافته‌ها

باتوجه به ویژگی‌های توصیفی سن شرکت‌کنندگان در پژوهش، درمجموع سی آزمودنی (پانزده نفر گروه آزمایش و پانزده نفر گروه گواه) در پژوهش شرکت کردند که میانگین سنی و انحراف معیار مادران گروه آزمایش $39/5 \pm 3/4$ سال و میانگین سنی مادران گروه گواه $40/8 \pm 3/7$ سال بود.

جدول ۲. ویژگی‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیر	گروه آزمایش				گروه گواه			
	پیش‌آزمون	انحراف معیار	میانگین	پس‌آزمون	پیش‌آزمون	انحراف معیار	میانگین	پس‌آزمون
احساسات مثبت	۱۱/۱	۱/۱	۱۵/۸	۱/۱	۱۰/۴	۱/۴	۱۰/۷	۱/۵
تنفر و گم‌گشتی نقش	۲۹/۸	۲/۱	۲۳/۲	۱/۳	۲۷/۶	۱/۷	۲۶/۹	۱/۶
هویت	۱۳/۸	۱/۲	۱۹/۳	۱/۵	۱۴/۴	۱/۵	۱۴/۷	۱/۷
ارتباطات	۱۸/۱	۱/۷	۲۳/۳	۱/۹	۱۷/۵	۱/۴	۱۸/۱	۱/۵
احساس شایستگی	۲۳/۷	۳/۶	۲۸/۸	۳/۸	۲۴/۳	۲/۷	۲۴/۵	۳/۱

در جدول ۲ میانگین نمرات گروه‌های آزمایش و گواه قبل و بعد از اجرای فرزندپروری کارآمد آورده شده است. همان‌طور که جدول نشان می‌دهد، نمرات آزمودنی‌های گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه در متغیرهای احساسات مثبت، هویت، ارتباطات و شایستگی حس والدینی، افزایش چشمگیر و در متغیر تنفر و گم‌گشتی نقش، کاهش چشمگیر یافت؛ اما در گروه گواه تغییر چشمگیری مشاهده نشد. قبل از اجرای آزمون تحلیل کوواریانس، به‌منظور بررسی رعایت پیش‌فرض‌های لازم از آزمون‌های کولموگوروف-اسمیرنف و لون استفاده شد. آزمون کولموگوروف-اسمیرنف برای توزیع متغیرهای پژوهش در

مرحله پس‌آزمون نشان داد، فرض نرمال بودن توزیع متغیرها رد نشد ($p > 0/05$). در بررسی پیش‌فرض همگنی واریانس‌های خطا از آزمون لون استفاده شد. نتایج این آزمون مشخص کرد، فرض همگنی واریانس‌ها رد نشد ($p > 0/05$). بررسی همگنی شیب خطوط رگرسیونی نیز نشان داد، پیش‌فرض همگنی شیب خطوط رگرسیونی مبنی بر معنادار نبودن اثر متقابل گروه-پیش‌آزمون رد نشد ($p > 0/05$)؛ بنابراین پیش‌فرض‌های لازم به‌منظور اجرای آزمون تحلیل کوواریانس وجود داشت.

جدول ۳. نتایج آزمون تحلیل کوواریانس در متغیرهای رابطه والد-فرزند و شایستگی حس والدینی

متغیر	F	مقدار احتمال	مجذوراتا
احساسات مثبت	۱۶/۹	$< 0/001$	۰/۴۱
تنفر و گم‌گشتی نقش	۴۲/۱	$< 0/001$	۰/۶۳
هویت	۱۵۶/۲	$< 0/001$	۰/۸۶
ارتباطات	۵۴/۲	$< 0/001$	۰/۶۹
احساس شایستگی	۱۰۵/۷	$< 0/001$	۰/۷۹

نتایج تحلیل کوواریانس برای هریک از متغیرهای رابطه والد-فرزند و شایستگی حس والدینی در جدول ۳ نشان داد، در همه متغیرها بین گروه‌های آزمایش و گواه در پس‌آزمون، بعد از حذف اثر پیش‌آزمون تفاوت معناداری وجود داشت ($p < 0/001$). آموزش فرزندپروری کارآمد توانست ۴۱ درصد احساسات مثبت و ۸۶ درصد هویت و ۶۹ درصد ارتباطات را افزایش دهد و ۶۳ درصد تنفر و گم‌گشتی نقش را کم کند؛ همچنین آموزش فرزندپروری کارآمد ۷۹ درصد حس شایستگی والدینی را افزایش داد.

۴ بحث

هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی الگوی فرزندپروری کارآمد در مادران مطلقه بر رابطه والد-فرزند و شایستگی حس والدینی بود. نتایج آزمون تحلیل کوواریانس مشخص کرد، الگوی فرزندپروری کارآمد موجب بهبود نمرات رابطه والد-فرزند در آزمودنی‌های گروه آزمایش شد. نتایج این پژوهش با مطالعات زیر همسوست: رستمی و همکاران

و در مقابل فرزندان به انعطاف پذیری بیشتری دست می یابد. این والدین با تشویق فرزندان به صحبت کردن از رفتارهای غیرمنعطف و کنکاو و دخالت خود می کاهند (۳۲). به علاوه می توان به تأثیرات مثبت آموزش روش های ارتباطی مناسب با کودکان و تنظیم رفتار اجتماعی و نیز بهبود نحوه برخورد مادران با مسائل کودکان اشاره کرد. تحقیقات مختلف نشان داد، مشکلات فرزندان طلاق در بافت رابطه ای ضعیف و آسیب زای بین والد و فرزند شکل می گیرد و به طور متقابل بر کیفیت این ارتباط تأثیر می گذارد (۲۲).

نگرش های صمیمانه و نبود کنترلگری والدین، پیش بین معکوس صفات نافرمانی و لجبازی در کودکان و پیش بین مستقیم تعاملات اثربخش و مطلوب بین والد و کودک است. از سوی دیگر نبود پذیرش و کنترلگری والدین با سرکشی کودکان و درگیر نشدن در روابط عاطفی با والدین همبستگی دارد (۳۳). باتوجه به توصیفات بیان شده از برنامه آموزش فرزندپروری کارآمد، مشخص می شود این رویکرد، نگرش ارتباطی والدین درقبال فرزندان و نیازهای آنان و نیز تأثیر رفتار والدین بر وضعیت روان شناختی فرزندان را مدنظر قرار می دهد و پیش بینی شدنی است که پس از شرکت در این برنامه تعامل مادر-کودک، بهبود یابد (۱۱).

همچنین نتایج آزمون تحلیل کوواریانس نشان داد، الگوی فرزندپروری کارآمد موجب افزایش نمرات حس شایستگی والدینی در آزمودنی های گروه آزمایش شد. نتایج این پژوهش با مطالعات زیر همسوست: رستمی و همکاران دریافتند، آموزش به مادران در دو رویکرد تعامل والد-کودک و آدلر-درایکورس، کیفیت رابطه والد-کودک را بهبود می بخشد؛ همچنین اثربخشی آموزش رویکرد آدلر-درایکورس، باعث کاهش بیشتر آزردهی در رابطه والد-کودک می شود (۱۱)؛ باماگوچی و راندل نشان دادند، برنامه آموزش برخط والدین مطلقه، دانش والدین را در زمینه مهارت های ارتباط مؤثر و فرزندپروری بلافاصله پس از دوره افزایش می دهد (۳۱).

در تبیین این یافته می توان گفت، یکی از بخش های اصلی برنامه آموزشی مذکور که چندین جلسه به آن اختصاص یافت، تقویت رفتارهای مثبت در کودکان است. تشویق و تقویت رفتارهای مثبت توسط مادر، باعث وقوع بیشتر این رفتارها در کودکان می شود. بازخورد مثبتی که خود مادران از این رفتارهای کودک دریافت می کنند، بر سطح احساس شایستگی والدینی آن ها تأثیر می گذارد. بدین ترتیب آن گونه که جونز و پرینز بیان کردند، این حلقه بازخوردی می تواند به طور فزاینده ای منجر به افزایش رفتارهای مثبت و احساس شایستگی والدینی شود (۳۴)؛ بنابراین باتوجه به یافته های پژوهش می توان نتیجه گیری کرد که محتوای جلسات آموزش فرزندپروری کارآمد به فعالیتهای زیر کمک زیادی می کند: بررسی شادمانی اصیل و شادکامی در زندگی؛ بیان و بررسی احساسات والدین؛ بیان و توضیح معنا و هدف زندگی و توجه به احساس مثبت به خود؛ ارائه توضیحاتی درباره اصول فرزندپروری کمک به مادر در جهت شناسایی نقاط قوت فرزند خود؛ پیدایش احساس مطلوب در مادران؛ تحکیم رابطه والد-فرزند؛ قدردانی از خود و پذیرش توانمندی های خود و موهبت بخشیدن به خود؛ کمک

به مادر در چگونگی عمل کردن درباره روش های جایگزینی رفتار فرزند؛ بیان و توضیح غنای درونی زندگی؛ لزوم دانستن فواید تفریح و سرگرمی در زندگی؛ آموزش به مادر در جهت کمک به تصمیم گیری مسئله ای فرزند. به علاوه، این دوره آموزشی میزان استرس والدگری را تا حدودی کاهش می دهد و باعث تقویت احساس شایستگی در والدین می شود (۳۵).

همچنین آموزش فرزندپروری کارآمد به مادران مطلقه، نگرش ارتباطی والدین به فرزندان و نیازهای آنان و نیز تأثیر رفتار والدین بر وضعیت روان شناختی فرزندان را مدنظر قرار می دهد و پیش بینی شدنی است که پس از شرکت در این برنامه تعامل مادر-کودک، بهبود یابد (۲۹). از آنجاکه برنامه آموزش فرزندپروری کارآمد براساس رفتاردرمانگری های خانوادگی مبتنی بر اصول یادگیری اجتماعی بندورا^۱ پدید آمده است و پایه های بنیادی این برنامه پنج اصل محیط ایمن و جذاب، محیط یادگیری مثبت، انضباط قاطع، انتظارات واقع بینانه و توجه به نقش خود به عنوان والدین را در بر می گیرد، می تواند بر تعامل والد با کودک در حوزه های نزدیکی تعارض و روابط مثبت و روابط کلی مؤثر باشد (۲۳). برنامه فرزندپروری کارآمد با آموزش مناسب به والدین برای اعمال کنترل مناسب و ایجاد رفتارهای سازنده در کودک حس خودگردانی و صلاحیت والدین را افزایش می دهد (۱۱)؛ بنابراین، براساس پیشینه پژوهش و ماهیت این برنامه آموزشی انتظار می رود، برنامه آموزش مهارت فرزندپروری کارآمد بر کیفیت رابطه مادر-کودک تأثیر مثبت داشته باشد. از طرف دیگر، آموزش مهارت فرزندپروری کارآمد با به کار بردن مناسب تقویت کننده های عینی، تشویق کننده های کلامی متناسب با رفتار کودک در هر موقعیت و آموزش والدین در ایجاد فعالیت های سرگرم کننده، از حفظ حالت مراقبت همیشگی والدین از کودک کم می کند؛ بدین ترتیب سطح تنش حاصل را در روابط والد-کودک به صورت درخور توجهی کاهش می دهد و موجب بهبود تعامل والد-کودک می شود؛ این امر فرصت کافی را به والد مراقبت کننده مجرد (مطلقه) برای رسیدگی به نقش های اجتماعی گوناگون از جمله برقراری ارتباط مناسب با افراد دیگر در محیط های اجتماعی و کاری می دهد و تبعات این کار مثبت به کودک باز می گردد (۳۶).

برای دستیابی به تصویر روشن تری از یافته های پژوهش حاضر به برخی از محدودیت های آن اشاره می شود. نمونه پژوهش حاضر فقط به مادران مطلقه دارای فرزند نوجوان محدود شد؛ بنابراین، تعمیم نتایج به گروه های دیگر مانند سایر زنان مطلقه که فرزند نوجوان ندارند و...، به راحتی امکان پذیر نیست و باید با احتیاط صورت گیرد. از دیگر محدودیت های پژوهش، نمونه گیری در دسترس و جمع آوری اطلاعات براساس مقیاس های خود گزارش دهی بود که این گزارش ها به دلیل دفاع های ناخود آگاه، تعصب در پاسخ دهی و شیوه های معرفی شخصی، مستعد تحریف است. به علاوه در این پژوهش، پیگیری نتایج، بعد از اجرای پس آزمون مقدور نبود و بنابراین می توان به عنوان محدودیت زمانی از آن نام برد. پیشنهاد می شود در آینده، پژوهش هایی با نمونه های بزرگ تر انجام شود

^۱. Bandura

در پژوهش شرکت کردند و به آن‌ها در زمینه رازداری و محفوظ ماندن اطلاعات اطمینان داده شد. پس از پایان پژوهش به منظور حفظ موازین اخلاقی، برنامه‌های درمانی انجام گرفته در گروه آزمایش، برای گروه گواه نیز اجرا شد.

رضایت برای انتشار

این امر غیرقابل اجرا است.

دردسترس بودن داده‌ها و مواد

داده‌های پژوهش در پیوست رساله دکتری نویسنده اول در دانشگاه آزاد اسلامی واحد شاهرود، دردسترس است.

تضاد منافع

نویسندگان اعلام می‌کنند که هیچ‌گونه تضاد منافی ندارند.

منابع مالی

این پژوهش با حمایت مالی سازمان یا نهادی انجام نشده و هزینه‌های آن توسط نویسندگان مقاله تأمین شده است.

مشارکت نویسندگان

مقاله حاضر برگرفته از رساله دکتری نویسنده اول است؛ از این رو نویسنده اول (دانشجو) با همراهی و راهنمایی‌های اساتید راهنما و مشاور کل پژوهش را انجام داده است.

تاکم بودن حجم نمونه این پژوهش را جبران کند. همچنین انتخاب آزمودنی‌ها از بین سایر شهرها تصمیم‌پذیری نتایج را افزایش می‌دهد. توصیه می‌شود، چنین پژوهشی در سایر فرهنگ‌ها به‌ویژه قومیت‌های کرد و لر و بلوچ نیز انجام شود.

۵ نتیجه‌گیری

براساس یافته‌های پژوهش نتیجه گرفته می‌شود، آموزش الگوی فرزندپروری کارآمد به مادران مطلقه روش مناسبی برای بهبود ارتباط والد-فرزند و افزایش حس شایستگی والدین است.

۶ تشکر و قدردانی

از تمامی شرکت‌کنندگان در پژوهش که ما را یاری کردند، کمال تشکر و قدردانی را داریم.

۷ بیانیه‌ها

تأییدیه اخلاقی و رضایت‌نامه از شرکت‌کنندگان

پژوهش حاضر در راستای رعایت اخلاق پژوهش، فرم رضایت‌نامه کتبی امضا شده از افراد دریافت کرد و اطلاعات لازم در زمینه پژوهش به‌صورت مکتوب در اختیار آن‌ها قرار گرفت؛ همچنین افراد داوطلبانه

References

1. Widmer ED, Kempf N, Sapin M, Galli-Carminati G. Family beyond parents? an exploration of family configurations and psychological adjustment in young adults with intellectual disabilities. *Res Dev Disabil*. 2013;34(1):207–17. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2012.07.006>
2. Cable G. Fathers experiences of single parenting [Thesis for MSc]. [South Africa]: University of the Western Cape; 2017.
3. Hald GM, Ciprić A, Øverup CS, Štulhofer A, Lange T, Sander S, et al. Randomized controlled trial study of the effects of an online divorce platform on anxiety, depression, and somatization. *J Fam Psychol*. 2020;34(6):740–51. <https://doi.org/10.1037/fam0000635>
4. Ghamari Givi H, Khoshnoodniai Chomachaei B. Comparison of social skills, mental health and academic performance in children with divorced, divorcing and intact parents. *Family Research*. 2015;12(1):69–92. [Persian] https://jfr.sbu.ac.ir/article_97245.html?lang=en
5. Rosenberg M, Guttman J. Structural boundaries of single-parent families and children's adjustment. *J Divorce*. 2001;36(1–2):83–98. https://doi.org/10.1300/J087v36n01_05
6. Baumrind D. The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *The Journal of Early Adolescence*. 1991;11:56–95. <http://dx.doi.org/10.1177/0272431691111004>
7. Abedini Baltork M, Mir Shamsi FS. Correlation between resilience and mental health with lifestyle and parenting styles of veterans' spouses a case study of Ardakan city. *Iran J War Public Health*. 2019;11(3):161–7. [Persian] <http://dx.doi.org/10.29252/ijwph.11.3.161>
8. Baumrind D. Effective parenting during the early adolescent transition. In: Cowan PA, Hetherington EM; editors. *Family transitions*. Lawrence Erlbaum Associates, Inc; 1991.
9. Yahyazadeh H, Hamed M. Issues and interventions of children of divorce in Iran: a meta-analysis of articles. *Journal of Woman and Family Studies*. 2015;3(2):91–120.
10. Alyanak B, Kılınçaslan A, Harmancı HS, Demirkaya SK, Yurtbay T, Vehid HE. Parental adjustment, parenting attitudes and emotional and behavioral problems in children with selective mutism. *J Anxiety Disord*. 2013;27(1):9–15. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2012.10.001>
11. Rostami S, Toozandehjani H, Nejat H. The comparison of the effectiveness of parent-child interaction training and Adler-Dreikurs parenting training on improving the quality of the parent-child relationship in divorced mother's children. *Journal of North Khorasan University of Medical Sciences*. 2019;11(3):46–55. [Persian] <http://dx.doi.org/10.52547/nkums.11.3.46>
12. O'Connell LK, Davis MM, Bauer NS. Assessing parenting behaviors to improve child outcomes. *Pediatrics*. 2015;135(2):e286–8. <https://doi.org/10.1542/peds.2014-2497>
13. Aslani K, Hatefnia K, Shiralinia K. Predicting aggression in children according to mental health and dimensions of violence against mothers. *J Mazandaran Univ Med Sci*. 2014;25(130):164–8. [Persian] <http://jmums.mazums.ac.ir/article-1-6398-en.html>

14. Khanjani Z, Peymannia B, Hashemi T. Predicting the quality of mother-child interaction with anxiety disorders in primary school children based on Iranian mothers' cultural characteristics. *New Thoughts on Education*. 2016;12(2):239–60. [Persian] https://jontoe.alzahra.ac.ir/article_2398_en.html
15. Loutzenhiser L, Mcauslan P, Sharpe DP. The trajectory of maternal and paternal fatigue and factors associated with fatigue across the transition to parenthood. *Clinical Psychologist*. 2015;19(1):15–27. <https://doi.org/10.1111/cp.12048>
16. Finzi-Dottan R, Dayan-Gazith E, Borosh T, Golubchik P. Involvement and warmth of fathers with mental illness: the role of the caregiving system, parental self-efficacy, social support and child characteristics. *Community Ment Health J*. 2016;52(8):972–82. <https://doi.org/10.1007/s10597-016-0011-9>
17. Hassall R, Rose J, McDonald J. Parenting stress in mothers of children with an intellectual disability: the effects of parental cognitions in relation to child characteristics and family support. *J Intellect Disabil Res*. 2005;49(6):405–18. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2788.2005.00673.x>
18. Gilmore L, Cuskelly M. Factor structure of the parenting sense of competence scale using a normative sample. *Child Care Health Dev*. 2009;35(1):48–55. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2214.2008.00867.x>
19. Sabatelli RM, Waldron RJ. Measurement issues in the assessment of the experiences of parenthood. *J Marriage Fam*. 1995;57(4):969. <https://doi.org/10.2307/353416>
20. Johnston C, Mash EJ. A measure of parenting satisfaction and efficacy. *Journal of Clinical Child Psychology*. 1989;18(2):167–75. https://doi.org/10.1207/s15374424jccp1802_8
21. Skreitule-Pikse I, Sebre S, Lubenko J. Child behavior and mother-child emotional availability in response to parent training program: moderators of outcome. *Procedia Soc Behav Sci*. 2010;5:1418–24. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.299>
22. Mosley SD. Effects of evidence-based Adlerian parent education on culturally diverse parents in Georgia [PhD dissertation]. Capella University; 2018.
23. Kennedy SC, Kim JS, Tripodi SJ, Brown SM, Gowdy G. Does parent-child interaction therapy reduce future physical abuse? a meta-analysis. *Res Soc Work Pract*. 2016;26(2):147–56. <https://doi.org/10.1177/1049731514543024>
24. McVittie J, Best AM. The impact of Adlerian-based parenting classes on self-reported parental behavior. *J Individ Psychol*. 2009;65(3):264–85.
25. Fine MA, Moreland JR, Schwebel AI. Long-term effects of divorce on parent-child relationships. *Dev Psychol*. 1983;19(5):703–13. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.19.5.703>
26. Gibaud-Wallston J, Wandersman LP. Parenting Sense of Competence Scale [Internet]. 1978. <https://doi.org/10.1037/t01311-000>
27. Hosein Khanzadeh A, Mirzaei Kootanaei F. The role of family cohesion and parent-child interaction in students' self-esteem. *New Thoughts on Education*. 2017;13(1):115–36. [Persian] https://jontoe.alzahra.ac.ir/article_2823.html?lang=en
28. Rashid Kh, Hosseini Nazarlou M. Investigating the effect of sex education on enhancing parents' sexual knowledge and their sense of competence. *Instruction and Evaluation*. 2017;10(37):143–62. [Persian] https://jinev.tabriz.iau.ir/article_530997.html?lang=en
29. Khojasteh-Mehr R, Fallahi-Khoshkhnab M, Hajjari S, Sodani M. Parenting after divorces: a qualitative research. *J Res Behav Sci*. 2017;15(2):239–45. [Persian] <http://rbs.mui.ac.ir/article-1-537-en.html>
30. Zinali M. Teaching parenting methods to divorced mothers with children with learning disabilities [Master's thesis]. [Tehran]: Islamic Azad University, Tehran Branch; 2014.
31. Yamaguchi R, Randel B. Evaluation of an on-line parenting and divorce course: effects of parent knowledge and skills among court-mandated parents of divorce. *Journal of Divorce & Remarriage*. 2021;62(6):431–49. <https://doi.org/10.1080/10502556.2021.1921442>
32. Laumann GM. The impact of a school-based intervention program on the divorce adjustment of latency-aged children: an evaluation of the rainbows program [PhD dissertation]. [Illinois, US]: University of Illinois at Urbana, Champaign; 2002.
33. Akinboye JO. Correlates of testing time, age and sex in the Nigerians' performance on the torrance test of creativity. *Journal of Psychological Researches*. 1982;26(1):1–5.
34. Jones TL, Prinz RJ. Potential roles of parental self-efficacy in parent and child adjustment: a review. *Clin Psychol Rev* 2005;25(3):341–63. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2004.12.004>
35. Mohammadpanah Ardakan A, Bakefayat F, Shafieziade R. Effect of child-rearing education on the formation of self-restraint on parenting self-efficacy in mothers. *Journal of Pediatric Nursing*. 2020;7(1):31–40. [Persian] <http://jpen.ir/article-1-423-en.html>
36. Bodenmann G, Cina A, Ledermann T, Sanders MR. The efficacy of the triple P-Positive parenting program in improving parenting and child behavior: a comparison with two other treatment conditions. *Behav Res Ther*. 2008;46(4):411–27. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2008.01.001>