MEJDS. 2024; 14:76.

Published online 2024 Sep. **Original Article**

Determining an Efficient Parenting Model in Divorced Mothers on Adolescent Psychological Capital

Ghanbari Sh[1], *Bayanfar F[2], Taher M[3]

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 July 2; **Accepted**: 2023 July 29

Abstract

Background & Objectives: The impact of parental divorce on children always has consequences that threaten their lives and future. Adapting to parental divorce is one of the challenges that children of divorce face, and its absence may have adverse consequences for children of divorce and society. One of the damages of divorce on the children of the family is the psychological capital of the children. Psychological capital is a set of resources and internal capital that usually represents a person's positive assessment of the situation and the probability of achieving success based on these resources. Considering the importance of parents' role in children's lives, parent education is sometimes the most effective and common treatment to reduce children's problems. Effective parenting training is one of these kinds of training. This training includes effective parenting training (step by step). Therefore, this research aimed to formulate an efficient parenting model for divorced mothers and determine its effectiveness on the psychological capital of teenagers.

Methods: This quasi–experimental research employed a pretest–posttest design with control and experimental groups. The statistical population of this research included divorced mothers with teenage children who were referred to counseling and psychology centers in Tehran City, Iran. The sample size was determined using the G*Power software so that the study has the necessary power to detect a difference of at least 1 unit in the level of anxiety sensitivity between the experimental and the control groups. Assuming the probability of the first type of error is 5% and the likelihood of the second type of error is 20%, with a standard deviation of 0.9, the number of samples is estimated to be 15 people for each group. Therefore, among the statistical population, 30 qualified volunteers were randomly entered into the study and divided into the experimental and control groups (each group contains 15 people). The inclusion criteria were as follows: being a divorced mother, having a teenage child, bearing at least a diploma level of education, and not participating in other therapeutic interventions at the same time. The exclusion criteria were as follows: absenteeism more than out of three sessions and non–observance of group therapy rules. The implementation method was that after selecting the people of the sample group and before starting the treatment program, the Psychological Capital Questionnaire (Luthans et al., 2007) was distributed between both groups. After that, the effective parenting training program for divorced mothers was implemented in the experimental group (a 90–minute session and each session once a week). The control group was not subjected to any treatment program. In the end, the posttest was done again from both groups. Data analysis was carried out in two parts: descriptive statistics and inferential statistics. At the level of descriptive statistics, mean and standard deviation, and at the level of inferential statistics, univariate analysis of covariance was used. Data analysis was done using SPSS software version 24, and the significance level of the tests was considered to be 0.05.

Results: The results showed that the effect of an efficient parenting model in divorced mothers on the psychological capital components of teenagers, including hope, optimism, resilience, and self–efficacy, was significant ($p<0.001$). Also, the effect size for the components of hope was 0.64, optimism 0.63, resilience 0.51, and self–efficacy 0.68.

Conclusion: According to the findings, the efficient parenting model for divorced mothers is a suitable method for increasing the psychological capital of their teenagers.

Keywords: Efficient parenting model, Psychological capital, Divorced mothers.

Copyright © 2024, MEJDS. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License (http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) which permits copy and redistribute the material just in noncommercial usages, provided the original work is properly cited.

مجله مطالعات ناتوانی ۱۴۰۳؛ (۱۴):۷۶.

انتشار برخط شهریور ۱۴۰۳ مقاله پژوهشی اصیل

تعیین اثربخشی الگوی فرزندپروری کارآمد در مادران مطلقه بر سرمایهٔ روان‌شناختی نوجوانان

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.

***رایانامهٔ نویسندهٔ مسئول:** f.bayanfar@se.pnu.ac.ir

تاریخ دریافت: ۱۱تیر۱۴۰۲؛ **تاریخ پذیرش:** ۷مرداد۱۴۰۲

چکیده

زمینه و هدف: تأثیر طلاق والدین بر کودکان همواره پیامدهایی دارد که زندگی و آیندهٔ آن‌ها را تهدید می‌کند؛ بنابراین پژوهش حاضر باهدف تعیین اثربخشی الگوی فرزندپروری کارآمد در مادران مطلقه بر سرمایهٔ روان‌شناختی نوجوانان انجام شد.

روش‌بررسی: روش پژوهش از نوع نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون همراه با گروه‌های آزمایش و گواه بود. جامعهٔ 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 به‌روش نمونه‌گیری دردسترس وارد مطالعه شدند و به‌طور تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه (هر گروه پانزده نفر) قرار گرفتند. سپس پرسش‌نامهٔ سرمایهٔ روان‌شناختی (لوتانز و همکاران، ۲۰۰۷) توسط هر دو گروه تکمیل شد. در ادامه گروه آزمایش برنامهٔ فرزندپروری کارآمد را دریافت کرد. مجدد هر دو گروه پرسش‌نامهٔ مذکور را تکمیل کردند. داده‌ها بااستفاده از روش تحلیل کوواریانس تک‌متغیری در نرم‌افزار SPSS نسخهٔ ۲۴ تحلیل شدند. سطح معناداری آزمون‌ها ۰/۰۵ بود.

یافته‌ها: نتایج نشان داد، تأثیر الگوی فرزندپروری کارآمد در مادران مطلقه بر مؤلفه‌های سرمایهٔ روان‌شناختی نوجوانان شامل امیدواری، خوش‌بینی، تاب‌آوری و خودکارآمدی معنادار بود (p<۰/۰۰۱)؛ همچنین اندازهٔ اثر برای مؤلفه‌های امیدواری ۰/۶۴، خوش‌بینی ۰/۶۳، تاب‌آوری ۰/۵۱ و خودکارآمدی ۰/۶۸ بود.

نتیجه‌گیری: براساس یافته‌های پژوهش، الگوی فرزندپروری کارآمد برای مادران مطلقه روش مناسبی به‌منظور افزایش سرمایهٔ روان‌شناختی نوجوانان آن‌ها است.

کلیدواژه‌ها: الگوی فرزندپروری کارآمد، سرمایهٔ روان‌شناختی، مادران مطلقه.

حق انتشار محفوظ است © ۱۴۰۳، مجله مطالعات ناتوانی. این یک مقاله با دسترسی آزاد است که تحت مجوز اختیار_غیرتجاری ۴/۰ بین‌المللی (https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.fa) منتشر شده است که به شما اجازه می‌دهد که مواد منتشر شده در این مقاله را با شرط ارجاع مناسب به نسخهٔ اصلی، به‌طور غیرتجاری نسخه‌برداری و توزیع کنید.

۱ مقدمه

خانواده[1] حمایت عاطفی و عشق و احساس تعلق را فراهم می‌کند؛ ازاین‌رو خانواده بسیار مهم است (۱). در سال‌های اخیر، تغییراتی از خانواده‌های سنتی دارای هردو والد پدر و مادر، به انواع متنوعی از ساختارهای خانواده مانند وجود یک والد مجرد به‌دلیل مرگ همسر، طلاق[2] یا جدایی وجود داشته است (۲). در این میان مادران دربرابر طلاق، آسیب‌پذیرتر هستند و به‌دلیل شرایطی که برای آنان بعد از طلاق به‌وجود می‌آید، مشکلات فراوانی ازجمله اضطراب و استرس و افسردگی را تجربه می‌کنند (۳). طلاق والدین آسیب‌های جبران‌ناپذیری به فرزندان وارد می‌کند؛ به‌خصوص زمانی که والدین از فرزندان به‌عنوان اهرم فشار بر یکدیگر استفاده کنند (۴). فرزندان طلاق پس از طلاق والدین به‌راحتی سازگاری اجتماعی[3] را به‌دست نمی‌آورند (۵).

سازگاری با طلاق والدین، از چالش‌هایی است که فرزندان طلاق با آن مواجه هستند و وجودنداشتن آن ممکن است پیامدهای نامطلوبی برای فرزندان طلاق و جامعه به‌دنبال داشته باشد (۶). یکی از آسیب‌های طلاق بر فرزندان خانواده، بحث سرمایهٔ روان‌شناختی[4] فرزندان است؛ زیرا طلاق می‌تواند تجربه‌ای آسیب‌زا برای کودکان باشد و منجربه احساس ازدست‌دادن و ناامنی و اطمینان‌نداشتن دربارهٔ آینده شود (۷). سرمایهٔ روان‌شناختی مجموعه‌ای از منابع و سرمایه‌های درونی است که معمولاً ارزیابی مثبت فرد از شرایط و احتمال دستیابی به موفقیت براساس این منابع را بازنمایی می‌کند. اولین‌بار این مفهوم در حوزهٔ روان‌شناسی و رفتار سازمانی معرفی شد و متشکل از چهار منبع روان‌شناختی مثبت شامل خودکارآمدی[5]، خوش‌بینی[6]، تاب‌آوری[7] و امیدواری[8] است (۸).

سبک‌های فرزندپروری[9] در هر خانواده‌ای منحصربه‌فرد است و عوامل مختلفی مانند عوامل فرهنگی و اقتصادی و اجتماعی بر آن تأثیر دارد (۹). تحقیقات نشان داد، سبک‌های فرزندپروری می‌تواند تأثیر درخورتوجهی بر رشد شخصیت کودک داشته باشد. کودکانی که توسط والدین مستبد بزرگ می‌شوند، ممکن است بیشتر مضطرب و گوشه‌گیر و سازگار باشند؛ اما کودکانی که توسط والدین سهل‌گیر بزرگ می‌شوند، امکان دارد تکانشی‌تر و فاقد کنترل نفس باشند (۱۰). کودکانی که توسط والدین مقتدر بزرگ می‌شوند، با سطوح بالاتری از عزت‌نفس و خودکنترلی و پیشرفت تحصیلی، نتایج مثبت‌تری دارند. فرزندپروری نادیده‌انگارانه با پیامدهای منفی مانند تنظیم عاطفی ضعیف و مشکلات رفتاری همراه است (۱۱). توجه به این نکته مهم است که سبک‌های فرزندپروری بر شخصیت کودک تأثیر می‌گذارد؛ اما تنها عامل نیستند. ژنتیک و خُلق‌وخو و تجربیات زندگی نیز در شکل‌گیری شخصیت کودک نقش دارد (۱۲).

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 (۱۳). آموزش فرزندپروری کارآمد[10] یکی از این آموزش‌ها است. این آموزش شامل آموزش فرزندپروری مؤثر (گام‌به‌گام) و آموزش کارآمدی والدین است. آموزش نظام فرزندپروری کارآمد، برنامهٔ استانداردشدهٔ آموزش والدین است که توسط دینک مایر و مک‌کی[11] بااستفاده از مفاهیم آدلر و درایکورس[12] برای کمک به والدین تدوین شد تا آن‌ها را در درک کودکان و برقراری ارتباط مثبت کارآمد سازد (۱۴). درایکورس اعتقاد داشت، کودک مشکل‌دار چهار ویژگی ضروری زیر را ندارد: ۱. تعلق‌داشتن به دیگران؛ ۲. داشتن توانایی مراقبت از خود؛ ۳. ارزشمندی و ارزش قائل‌شدن دیگران برای فرد؛ ۴. دلگرم‌بودن. این چهار ویژگی ضروری در ادبیات آدلر و درایکورس را نیازهای حیاتی نامیده‌اند؛ زیرا این چهار عامل بنیادی برای پرورش کودکانی است که می‌توانند با چالش‌های دوره‌های زندگی برخورد کنند (به‌نقل از ۱۵). پژوهش مک‌ویتی و بست از تأثیرات مثبت این مدل آموزشی‌درمانی بر کیفیت رابطهٔ والد ـ کودک حمایت کرد. آن‌ها به این نتیجه دست یافتند که آموزش والدین به‌شیوهٔ اداری باعث تغییرات معنادار رفتاری و ارتباطی والد کودک می‌شود (۱۶).

طلاق می‌تواند چالش‌برانگیز و استرس‌زا برای خانواده‌ها باشد؛ به‌ویژه برای مادرانی که مسئولیت‌های عاطفی و عملی والدین را به‌دوش می‌کشند. ارائهٔ حمایت و راهنمایی برای مادران، به‌ویژه آن‌هایی که طلاق گرفته‌اند، بسیار مهم است تا اطمینان حاصل شود آن‌ها قادر هستند به‌طور مؤثر پیچیدگی‌های فرزندپروری را پشت‌سر بگذارند؛ درنتیجه، آموزش مهارت‌های فرزندپروری به مادران مطلقه برای اطمینان از توانایی ایشان در پشت‌سرگذاشتن مؤثر چالش‌های فرزندپروری، ضروری است. با ارائهٔ حمایت و راهنمایی به مادران، می‌توان به تقویت روابط مثبت بین مادر و کودک، کاهش خطر مشکلات رفتاری در کودکان و ارتقای سلامت عاطفی و روانی مادر و کودک کمک کرد؛ بنابراین باتوجه به تأکید مطالعات پیشین بر فرزندپروری و طلاق به‌عنوان عوامل تأثیرگذار بر بهداشت روان فرزندان، این مطالعه باهدف تعیین اثربخشی الگوی فرزندپروری کارآمد در مادران مطلقه بر سرمایهٔ روان‌شناختی نوجوانان انجام شد.

۲ روش‌بررسی

روش پژوهش حاضر از نوع نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون همراه با گروه‌های گواه و آزمایش بود. جامعهٔ آماری پژوهش را مادران مطلقهٔ دارای فرزند نوجوان مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره و روان‌شناسی شهر تهران تشکیل دادند. حجم نمونه ازطریق نرم‌افزار G*Power به‌گونه‌ای تعیین شد که مطالعه توان لازم را برای تشخیص اختلاف حداقل ۱ واحد از میزان سرمایهٔ روان‌شناختی بین گروه آزمایش و گروه گواه و مقایسه داشته باشد. با فرض احتمال خطای نوع اول ۵درصد و احتمال خطای نوع دوم ۲۰درصد و نیز با فرض انحراف

[1]. Family
[2]. Divorce
[3]. Social adjustment
[4]. Psychological capital
[5]. Self-efficacy
[6]. Optimism
[7]. Resilience
[8]. Hope
[9]. Parenting styles
[10]. Effective parenting training
[11]. Dinkmeyer & McKay
[12]. Adler & Dreikurs

معیار ۰/۹، تعداد نمونه حدوداً پانزده نفر برای هر گروه به‌دست آمد؛ لذا از بین جامعهٔ آماری سی نفر داوطلب واجد شرایط وارد مطالعه شدند و به‌طور تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه (هر گروه پانزده نفر) قرار گرفتند. روش اجرا به‌این‌ترتیب بود که پس از انتخاب افراد گروه نمونه و قبل از شروع برنامهٔ درمانی، پرسش‌نامهٔ سرمایهٔ روان‌شناختی[1] (۸) بین دو گروه توزیع شد. پس از آن گروه آزمایش برنامهٔ آموزش فرزندپروری کارآمد را به‌صورت هشت جلسهٔ نوددقیقه‌ای و هر جلسه هفته‌ای یک‌بار دریافت کرد؛ اما برای گروه گواه هیچ برنامهٔ درمانی ارائه نشد. در انتها مجدد در هر دو گروه پس‌آزمون انجام گرفت. همچنین پس از پایان پژوهش به‌منظور حفظ موازین اخلاقی، برنامه‌های درمانی اجراشده در پژوهش، برای گروه گواه اجرا شد. معیارهای ورود آزمودنی‌ها به پژوهش عبارت بود از: مطلقه‌بودن مادر؛ داشتن فرزند نوجوان؛ حداقل سطح تحصیلات دیپلم؛ شرکت‌نکردن هم‌زمان در مداخلات درمانی دیگر. معیارهای خروج آزمودنی‌ها از پژوهش شامل غیبت بیش از سه جلسه و رعایت‌نکردن قوانین گروه درمانی بود.

در این پژوهش موازین اخلاقی شامل اخذ رضایت آگاهانه و تضمین حریم خصوصی و رازداری رعایت شد. همچنین شرکت‌کنندگان در خروج از پژوهش در هر زمان و ارائهٔ اطلاعات فردی مختار بودند. به آن‌ها اطمینان داده شد که اطلاعات محرمانه می‌ماند و این امر نیز کاملاً رعایت شد.

ابزارها و جلسات درمانی زیر در پژوهش به‌کار رفت.

ـ پرسش‌نامهٔ سرمایهٔ روان‌شناختی: برای سنجش سرمایهٔ روان‌شناختی از پرسش‌نامهٔ سرمایهٔ روان‌شناختی لوتانز و همکاران ساخته‌شده در سال ۲۰۰۷ استفاده شد (۸). پرسش‌نامه دارای ۲۴ سؤال و هر خرده‌مقیاس شامل شش سؤال است. آزمودنی به هر گویه در مقیاس شش‌درجه‌ای لیکرت به‌صورت کاملاً موافقم=۶ تا کاملاً مخالفم=۱ پاسخ می‌دهد. خرده‌مقیاس خودکارآمدی با سؤالات ۱تا۶، خرده‌مقیاس امیدواری با سؤالات ۷تا۱۲، خرده‌مقیاس تاب‌آوری با سؤالات ۱۳تا۱۸ و خرده‌مقیاس خوش‌بینی با سؤالات ۱۹تا۲۴ سنجیده می‌شود. برای به‌دست‌آوردن نمرهٔ سرمایهٔ روان‌شناختی، ابتدا نمرهٔ هر خرده‌مقیاس به‌طور جداگانه محاسبه می‌شود. سپس مجموع آن‌ها به‌عنوان نمرهٔ کل سرمایهٔ روان‌شناختی در نظر گرفته خواهد شد. نمرات بیشتر به‌معنای سرمایهٔ روان‌شناختی بیشتر است (۸). آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس‌های امید ۰/۷۲، تاب‌آوری ۰/۷۱، خودکارآمدی ۰/۷۵، خوش‌بینی ۰/۷۴ و درنهایت برای کل مقیاس ۰/۸۸ گزارش شد (۸). به‌منظور بررسی روایی، نتایج مطالعهٔ لوتانز و همکاران مشخص کرد، سرمایهٔ روان‌شناختی با عملکرد شغلی (r=۰/۲۵) و رضایت شغلی (r=۰/۳۹) ارتباط دارد (۸). در پژوهش محسن‌آبادی و همکاران، همسانی درونی به‌روش آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۸۸ بود. پایایی بازآزمایی به فاصلهٔ چهار هفته برای کل پرسش‌نامه ۰/۸۰ به‌دست آمد که نشان داد ابزار پایایی خوبی دارد. برای بررسی روایی همگرا همبستگی نمرهٔ کل پرسش‌نامهٔ سرمایه روان‌شناختی با مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس از لویبوند و لویبوند[2] (۱۹۹۵) برابر با افسردگی ۰/۵۴ـ، اضطراب ۰/۴۹ـ، استرس ۰/۴۰ـ و همچنین با مقیاس رضایت شغلی از مک‌دونالد و مکینتیر[3] (۱۹۹۷) برابر با ۰/۴۹ معنادار بود (۱۷).

ـ درمان فرزندپروری کارآمد: محتوای برنامهٔ آموزشی از پژوهش‌های خجسته‌مهر و همکاران (۱۸) و رستمی و همکاران (۱۹) و زینالی (۲۰) اقتباس شد. روایی محتوایی به‌تأیید پنج نفر از متخصصان در حوزهٔ فرزندپروری رسید و شاخص روایی محتوایی برابر ۰/۹ به‌دست آمد. در جدول ۱ محتوای تفکیک جلسات ارائه شده است.

جدول ۱. جلسات درمانی فرزندپروری کارآمد

جلسه	محتوای جلسات
اول	آشنایی با اعضای گروه و توضیح اجمالی دربارهٔ طلاق و تک‌والدی‌بودن در جلسات آموزشی، توضیح دربارهٔ قوانین اساسی برای گروه و تدوین قوانین اساسی گروه، بحث دربارهٔ علت جدایی زن و شوهرها، چگونگی برخورد پدر و مادرها با طلاق و تأثیر آن بر نحوهٔ عملکرد هیجانی و رفتاری فرزند چه درزمان حال و چه درزمان آینده، شفاف‌سازی واقعیت‌های زندگی و بیان لزوم سازگاری همه‌جانبهٔ مادر و فرزند طلاق، صورت گرفت.
دوم	مرور جلسهٔ پیش، توصیف و تعریف فرزندپروری کارآمد به‌تفصیل، جنبه‌های مهم فرزندپروری کارآمد، آشنایی مادران با بلوک‌های بازسازی زندگی پس از طلاق، شناخت اعضای گروه از اینکه در کدام مرحلهٔ 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 درجهت کمک به فرزندان طلاق برای پذیرش مسئلهٔ طلاق و جدایی پدر و مادر و آشنایی با افکار و هیجانات کودکان پس از جدایی درجهت برقراری ارتباط با آن‌ها، صورت گرفت.
سوم	تقویت رابطهٔ والدـ کودک با ایجاد روابط کارآمد با کودکان عنوان شد. دربارهٔ دیدار با پدر و حضانت فرزند و همچنین اینکه دیدارها را به‌بهترین نحو صورت دهند و به فرزند کمک کنند از دیدار پدر لذت ببرد، صحبت شد. نقش مادر در این امر به‌شکل زیر بیان شد: افزایش آگاهی مادران بااستفاده از این رهنمودها برای اینکه تاچه‌حد باید به اخبار «آنجا» علاقه‌مند باشند؛ باثبات باشند؛ دیدار را واقعاً مؤثر کنند؛ درزمینهٔ سنت‌ها، اعیاد، روزهای تعطیل و روزهای مهم با همسر سابق خود به اتفاق‌نظر برسند؛ چگونه به فرزند خود کمک کنند کشمکش‌های حضانت و ملاقات را از سر بگذراند.
چهارم	بررسی تکالیف و دادن بازخورد صورت گرفت. در ادامهٔ جلسهٔ قبل به افزایش آگاهی مادران دربارهٔ اموری از این قبیل پرداخته شد: با فرزند دربارهٔ محل زندگی پدر صحبت کنند؛ به دلتنگی فرزند گوش دهند و آن را تأیید کنند؛ برای فرزند برنامه‌های مطمئن و مناسبی درجهت حفظ تماس با پدر تنظیم کنند؛ فرزند را بدون‌قیدوشرط تشویق کنند تا قوانین پدر را به‌یاد آورد؛ مطمئن شوند فرزند آن‌ها می‌فهمد در مواقع اضطراری

[1]. Psychological Capital Questionnaire

[2]. Lovibond & Lovibond's Depression Anxiety Stress Scale

[3]. Macdonald & MacIntyre's Job Satisfaction Scale

	یا زمانی که مشکلی پیش می‌آید، باید با پدر و نیز با مادر مشورت کند؛ تغییرات را در موقعیت‌های مختلف در مقام والد بپذیرند و انعطاف‌پذیر باشند؛ همچنین افزایش آگاهی مادران طلاق دربارهٔ این مسائل صورت گرفت که فرزندان آنان در سنین مختلف چه واکنش‌های متعارفی به 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 به‌صورت منطقی برخورد کنند و از زدن برچسب به فرزند خودداری کنند و اعتمادبه‌نفس را به او برگردانند.
پنجم	به افزایش آگاهی مادران طلاق درجهت درک مشکلات هیجانی و رفتاری فرزندان پرداخته شد. درباره راهکارهای همکاری پدر و مادر درجهت مقاوم‌کردن فرزندان طلاق صحبت شد. مادران با راهبردهایی آشنا شدند: مشکلات مربوط به خود و همسر سابقشان را محرمانه نگهدارند؛ موضوعات مربوط به فرزند و طلاق را به‌طور خصوصی مطرح و حل کنند؛ فرزند خود را پیغام‌بر نکنند؛ خبرهایشان را خردمندانه انتخاب کنند؛ با همسر سابقشان رقابت نکنند؛ هنگامی‌که با فرزند دربارهٔ پدرش صحبت می‌کنند، بی‌طرف باشند و از آن رابطه حمایت کنند؛ درصورت امکان توجه کنند فرزند تماس مرتب و زیادی با پدرش داشته باشد. پندهایی نیز برای بقای خانواده ارائه شد.
ششم	متعاقباً مشکلات هیجانی فرزندان بررسی شد. دربارهٔ چگونگی تجربهٔ طلاق در فرزندان در این سنین و امکان بروز حالاتی مانند خشم، سرکشی، دنیای سفید و سیاهی ساخته‌شده توسط فرزند برای خودش، احساس شک دربارهٔ جانب‌داری از پدر و مادر، مشاهدهٔ طلاق به‌عنوان طرد خود، بی‌ثبات‌ترشدن دنیای متغیر فرزند، رشد بیش‌ازحد سریع و تخلیهٔ هیجانی در رابطه با همسالان، به مادران آگاهی داده شد. در ادامه رهنمودهای زیر به مادران برای کمک به فرزندان در این سنین 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 او را حفظ کنند؛ آمادهٔ نشانه‌های فشار روحی باشند؛ فرزند را تشویق کنند دربارهٔ احساساتش صحبت کند؛ با بزرگسالان دیگری که در زندگی فرزند هستند (آموزگاران، والدین، دوستان صمیمی) دربارهٔ 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 تازه‌یافتهٔ فرزند هستند.
هفتم	ضمن مرور مباحث جلسهٔ قبل دربارهٔ درک فرزندان طلاق توضیحات کافی ارائه شد؛ مانند اینکه کودکان هنوز به پدر و مادر نیاز دارند، اما به شیوه‌های دیگر. در ادامه دربارهٔ اینکه چگونه کودکان طلاق آن را تجربه می‌کنند، آگاهی داده شد. موضوعاتی مانند سرزنش پدر و مادر به‌منظور تسلط‌داشتن بر آن‌ها، احساس فروپاشیده‌شدن رؤیاهایش، رشد زودهنگام او، گوشه‌گیری و افسردگی، افت تحصیلی و مشکلات رفتاری و مشکلات یادگیری بررسی شد. درنهایت رهنمودهایی به مادران برای کمک به فرزند داده شد.
هشتم	به‌طور کل دربارهٔ میزان توجه والدین به فرزند پس از طلاق تأکید شد. موضوعات زیر مطرح شد: دخالت پدرها چیست؛ واکنش بچه‌ها در غیاب پدرها چیست؛ درزمینهٔ برخورد عاطفی و چرا مادرها پس از جدایی مثل سابق دردسترس نیستند.

تجزیه‌وتحلیل داده‌ها در دو بخش آمار توصیفی و آمار استنباطی صورت گرفت. در سطح آمار توصیفی، میانگین و انحراف معیار به‌کار رفت. در سطح آمار استنباطی به‌منظور بررسی نرمال‌بودن داده‌ها از آزمون کولموگروف‌اسمیرنف و برای بررسی همگنی واریانس‌ها از آزمون لون و نیز پیش‌فرض همگنی شیب خطوط رگرسیونی با بررسی اثر متقابل گروه ـ پیش‌آزمون در مدل رگرسیون استفاده شد. درنهایت روش تحلیل کوواریانس تک‌متغیری به‌کار رفت. تحلیل داده‌ها در نرم‌افزار SPSS نسخهٔ ۲۴ انجام شد و سطح معناداری آزمون‌ها ۰/۰۵ بود.

۳ یافته‌ها

براساس ویژگی‌های توصیفی سن شرکت‌کنندگان در پژوهش، درمجموع سی آزمودنی (پانزده نفر در گروه آزمایش و پانزده نفر در گروه گواه) در پژوهش شرکت کردند. میانگین سنی و انحراف معیار مادران گروه آزمایش ۳۹/۵±۳/۴ سال و میانگین سنی مادران گروه گواه ۴۰/۸±۳/۷ سال بود.

جدول ۲. ویژگی‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیر	گروه آزمایش				گروه گواه			
	پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
امیدواری	۸/۶	۲/۱	۱۲/۴	۲/۴	۷/۳	۲/۵	۷/۴	۲/۱
خوش‌بینی	۷/۷	۱/۹	۱۱/۳	۲/۳	۸/۵	۲/۶	۸/۱	۲/۴
تاب‌آوری	۹/۵	۲/۵	۱۴/۵	۳/۱	۱۰/۲	۳/۲	۹/۹	۲/۸
خودکارآمدی	۱۲/۷	۲/۷	۱۹/۴	۳/۵	۱۰/۵	۳/۱	۱۱/۳	۳/۴

در جدول ۲ میانگین نمرات گروه‌های آزمایش و گواه قبل و بعد از اجرای الگوی فرزندپروری کارآمد آورده شده است. جدول ۲ نشان می‌دهد، نمرات آزمودنی‌های گروه آزمایش درمقایسه با گروه گواه در مؤلفه‌های متغیر سرمایهٔ روان‌شناختی افزایش یافت؛ اما در گروه گواه تغییر چشمگیری مشاهده نشد.

قبل از اجرای آزمون تحلیل کوواریانس، به‌منظور بررسی رعایت پیش‌فرض‌های لازم، از آزمون‌های کولموگروف‌اسمیرنف و لون استفاده شد. آزمون کولموگروف‌اسمیرنف برای توزیع متغیرهای پژوهش در پس‌آزمون نشان داد، فرض نرمال‌بودن توزیع متغیرها رد نشد ($p>۰/۰۵$). در بررسی پیش‌فرض همگنی واریانس‌های خطا از آزمون لون استفاده شد. نتایج آزمون لون مشخص کرد، فرض همگنی واریانس‌ها رد نشد ($p>۰/۰۵$). بررسی همگنی شیب خطوط

رگرسیونی نشان داد، پیش‌فرض همگنی شیب خطوط رگرسیونی مبنی‌بر معنادارنبودن اثر متقابل گروه ـ پیش‌آزمون رد نشد ($p>۰/۰۵$)؛ بنابراین پیش‌فرض‌های لازم به‌منظور اجرای آزمون تحلیل کوواریانس وجود داشت.

جدول ۳. نتایج آزمون تحلیل کوواریانس برای متغیر سرمایهٔ روان‌شناختی نوجوان

متغیر	مجموع مربعات	مربع میانگین	F	Df۱	Df۲	مقدار احتمال	مجذور اتا
امیدواری	۲۱۴/۳	۲۱۴/۳	۹۷/۷	۱	۲۸	<۰/۰۰۱	۰/۶۴
خوش‌بینی	۱۲۷/۹	۱۲۷/۹	۴۵/۶	۱	۲۸	<۰/۰۰۱	۰/۶۳
تاب‌آوری	۸۱/۹	۸۱/۹	۳۷/۷	۱	۲۸	<۰/۰۰۱	۰/۵۱
خودکارآمدی	۹۷/۹۲۴	۹۷/۹۲۴	۵۷/۵۴۹	۱	۲۸	<۰/۰۰۱	۰/۶۸

نتایج تحلیل کوواریانس برای هریک از مؤلفه‌های سرمایهٔ روان‌شناختی نوجوان نشان داد، در همهٔ مؤلفه‌ها بین دو گروه آزمایش و گواه در پس‌آزمون، بعد از حذف اثر پیش‌آزمون تفاوت معناداری وجود داشت ($p<۰/۰۰۱$).

۴ بحث

هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی الگوی فرزندپروری کارآمد در مادران مطلقه بر سرمایهٔ روان‌شناختی نوجوانان بود. نتایج آزمون تحلیل کوواریانس نشان داد، الگوی فرزندپروری کارآمد موجب بهبود نمرات متغیر سرمایهٔ روان‌شناختی نوجوانان در گروه آزمایش شد. نتایج این پژوهش با پژوهش‌های زیر همسوست: فلاح و همکاران دریافتند، آموزش فرزندپروری مثبت به والدین کودکان پیش‌دبستانی بر افزایش خودکنترلی و خودکارآمدی فرزندان اثربخش است (۲۱)؛ بنانی و همکاران نشان دادند، آموزش فرزندپروری مبتنی‌بر پذیرش و تعهد بر تاب‌آوری و رابطهٔ مادرـ کودک در مادران کودکان دارای اختلال نارسایی توجه/بیش‌فعالی اثربخشی دارد (۲۲).

در تبیین این نتایج می‌توان گفت، نوجوانان دارای والدینی که قادر هستند حمایت و راهنمایی و ساختار مؤثری ارائه دهند، به‌احتمال زیاد خودکارآمدی، خوش‌بینی، امیدواری و انعطاف‌پذیری قوی دارند (۷). مادران مطلقه با یادگیری نحوهٔ برقراری ارتباط مؤثر با نوجوانان خود، تعیین حد و مرز و حمایت عاطفی، می‌توانند به نوجوانان خود در توسعهٔ این منابع مهم روانی کمک کنند. این امر منجربه بهبود نتایج سلامت روان و عملکرد تحصیلی بهتر و افزایش موفقیت در روابط و شغل بعدی در زندگی می‌شود. الگوی فرزندپروری کارآمد چارچوبی است که بر اهمیت استفاده از ارتباطات مؤثر، تعیین مرزها و حمایت عاطفی از کودکان تأکید دارد (۲۳). با آموزش نحوهٔ اجرای این الگو به مادران مطلقه، آن‌ها قادر هستند مهارت‌های فرزندپروری خود را بهبود بخشند و ابزارهای لازم نوجوانان خود را برای ایجاد سرمایهٔ روان‌شناختی قوی در اختیارشان قرار دهند؛ برای مثال، ارتباط مؤثر نوجوانان را یاری می‌کند احساس شنیده‌شدن و درک‌شدن داشته باشند که سبب بهبودی خودکارآمدی و خوش‌بینی آن‌ها می‌شود (۱۴).

تعیین مرزهای مناسب به نوجوانان کمک می‌کند احساس امنیت کنند که این امر تاب‌آوری و امیدواری آن‌ها را بهبود می‌بخشد. ارائه حمایت عاطفی نوجوانان را یاری می‌کند راهبردهای مقابله‌ای مثبتی را توسعه دهند که می‌تواند توانایی آن‌ها را برای مقابله با استرس و ناملایمات بهبود بخشد (۲۴).

آموزش الگوی فرزندپروری کارآمد به مادران مطلقه، آشنایی آن‌ها با تأثیرات طلاق بر شیوه‌های فرزندپروری آن‌ها، فقدان نقش پدر، تنش‌های احتمالی بین مادر و پدر، کاهش اعتمادبه‌نفس در مادر و مشکلات مالی، همهٔ این موضوعات، بروز ناامیدی و مشکلات رفتاری در فرزندان را تحت‌تأثیر قرار می‌دهد. این روش آموزش که مبتنی‌بر توانمندسازی مادران است، با آشناکردن مادران با اثرات سوء طلاق بر خود آن‌ها، کاهش احساس تنهایی، انتقادنکردن از پدر در نزد فرزندان، اجازهٔ ملاقات فرزند با پدر، کمک درجهت افزایش اعتمادبه‌نفس فرزندان، توضیح به فرزندان دربارهٔ طلاق، اطمینان‌خاطر به فرزندان مبنی‌بر ارتباط‌نداشتن علت طلاق با آن‌ها و انتقادنکردن از همسر سابق پیش فرزندان و غیره، باعث می‌شود اثرات سوء طلاق بر مادران و درنتیجه بر فرزندان آن‌ها کاهش یابد و مشکلات روان‌شناختی در این کودکان کم شود (۲۵). همچنین می‌توان بیان کرد، به‌دنبال طلاق و ازهم‌گسیختگی شبکهٔ اجتماعی خانواده، این احساس در فرزند به‌وجود می‌آید که او پذیرش و حمایت و احترام نمی‌شود؛ لذا می‌تواند زمینه را برای مشکلات عاطفی و خُلقی فراهم سازد. کودکان و نوجوانانی که در زندگی خود دارای استرس‌هایی بوده‌اند و حمایت خانوادگی و مادران خوب و نیرومندی نداشته‌اند، دچار عزت‌نفس ضعیف و احساس ناامنی و پندارهای غیرمنطقی می‌شوند که پایه‌ای برای بروز اختلالات در آن‌ها خواهد بود (۲۶). به‌علاوه والدینی که درگیر فرایند طلاق و مسائل حاشیه‌ای آن هستند، حمایت اجتماعی کمتری از فرزندان خود دارند و فرزندان با استرس‌های زندگی و مشکلات خود کمتر می‌توانند برخورد مناسبی داشته باشند؛ پس می‌توان گفت، توانمندسازی مادران طلاق سبب می‌شود آن‌ها باوجود داشتن مسائل و مشکلات بسیار زیاد، حمایتگر مناسبی برای فرزندان خود باشند و محیط خانوادگی گرمی را برای آن‌ها ایجاد کنند و با افزایش اعتمادبه‌نفس، کمک به یادگیری مهارت‌های زندگی به فرزندان و حمایت اجتماعی قوی، از بروز مشکلات خُلقی در آن‌ها جلوگیری کنند (۲۷). با درنظرگرفتن این ویژگی‌ها در آموزش فرزندپروری کارآمد به مادران مطلقه انتظار اثربخشی این درمان بر افزایش سرمایهٔ روان‌شناختی فرزندان امری منطقی به‌نظر می‌رسد؛ زیرا به مادران کمک می‌کند با بهبود کنترل عاطفی، تنظیم هیجان و رفتاری فرزندپروری، تاب‌آوری، امیدواری، خوش‌بینی و خودکارآمدی فرزندان افزایش یابد (۶).

برای دستیابی به تصویر روشن‌تری از یافته‌های پژوهش حاضر به برخی از محدودیت‌های آن اشاره می‌شود. نمونهٔ پژوهش حاضر فقط به مادران مطلقه دارای فرزند نوجوان محدود شد؛ ازاین‌رو، تعمیم نتایج

به گروه‌های دیگر مانند زنان مطلقهٔ بدون‌فرزند نوجوان و... به‌راحتی امکان‌پذیر نیست و باید بااحتیاط صورت گیرد. از دیگر محدودیت‌های پژوهش، استفاده از نمونه‌گیری دردسترس و جمع‌آوری اطلاعات براساس مقیاس‌های خودگزارش‌دهی بود. این گزارش‌ها به‌دلیل دفاع‌های ناخودآگاه و تعصب در پاسخ‌دهی و شیوه‌های معرفی شخصی مستعد تحریف است. همچنین در پژوهش حاضر پیگیری نتایج پژوهش بعد از اجرای پس‌آزمون مقدور نبود و لذا می‌توان به‌عنوان محدودیتی زمانی از آن نام برد؛ ازاین‌رو، پیشنهاد می‌شود در آینده پژوهشی با نمونه‌های بزرگ‌ترانجام شود تا کاستی کم‌بودن حجم نمونهٔ این پژوهش را جبران کند. همچنین انتخاب آزمودنی‌ها از بین سایر شهرها تعمیم‌پذیری نتایج را افزایش می‌دهد. پیشنهاد می‌شود چنین پژوهشی در سایر فرهنگ‌ها به‌ویژه قومیت‌های کرد و لر و بلوچ انجام گیرد.

۵ نتیجه‌گیری

براساس یافته‌های پژوهش حاضر نتیجه گرفته می‌شود، الگوی فرزندپروری کارآمد برای مادران مطلقه روش مناسبی به‌منظور افزایش سرمایهٔ روان‌شناختی نوجوانان است. نوجوانانی که دارای سرمایهٔ روان‌شناختی قوی هستند، به‌احتمال بیشتری نتایج سلامت روانی بهتری دارند، در مدرسه عملکرد بهتری نشان می‌دهند و در زندگی شخصی و حرفه‌ای خود موفقیت بیشتری خواهند داشت؛ بنابراین با آموزش الگوی فرزندپروری کارآمد به مادران مطلقه می‌توان به آن‌ها کمک کرد سرمایه‌های روان‌شناختی نوجوانان خود را بهبود بخشند که مزایای گسترده‌ای خواهد داشت.

۶ تشکر و قدردانی

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

۷ بیانیه‌ها

تأییدیهٔ اخلاقی و رضایت‌نامه از شرکت‌کنندگان

پژوهش حاضر درراستای رعایت اخلاق پژوهش، فرم رضایت‌نامهٔ کتبی امضاشده از افراد دریافت کرد؛ همچنین اطلاعات لازم درزمینهٔ پژوهش به‌صورت مکتوب در اختیار افراد قرار گرفت؛ به‌علاوه افراد داوطلبانه در پژوهش شرکت کردند و به آن‌ها درزمینهٔ رازداری و محفوظ‌ماندن اطلاعات اطمینان داده شد.

رضایت برای انتشار

این امر غیرقابل اجرا است.

در دسترس بودن داده‌ها و مواد

داده‌ها و مواد پژوهش در پیوست رسالهٔ دکتری نویسندهٔ اول در دانشگاه آزاد اسلامی واحد شاهرود، دردسترس است.

تعارض منافع

نویسندگان اعلام می‌کنند، هیچ‌گونه تضاد منافعی ندارند.

منابع مالی

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

مشارکت نویسندگان

مقالهٔ حاضر برگرفته از رسالهٔ دکتری نویسندهٔ اول است. نویسندهٔ اول (دانشجو) با همراهی و راهنمایی‌های اساتید راهنما و مشاور، کل پژوهش را انجام داد.

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. University of the Western Cape; 2017. http://hdl.handle.net/11394/6160
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, Khoshnoodniay Chomachaei B. Comparison of social skills, mental health and academic performance in children with divorced, divorced and normal parents. Journal of Family Research. 2016;12(1):69–92. [Persian] https://jfr.sbu.ac.ir/article_97245.html?lang=en
5. Rosenberg M, Guttmann 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. Cao H, Fine MA, Zhou N. The divorce process and child adaptation trajectory typology (DPCATT) model: the shaping role of predivorce and postdivorce interparental conflict. Clin Child Fam Psychol Rev. 2022;25(3):500–28. https://doi.org/10.1007/s10567-022-00379-3
7. Santisi G, Lodi E, Magnano P, Zarbo R, Zammitti A. Relationship between psychological capital and quality of life: the role of courage. Sustainability. 2020;12(13):5238. http://dx.doi.org/10.3390/su12135238
8. Luthans F, Avolio BJ, Avey JB, Norman SM. Positive psychological capital: measurement and relationship with performance and satisfaction. Personnel Psychology. 2007;60(3):541–72. https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.2007.00083.x

9. Becher ST. Adolescent'self- efficacy toward healthy life style behaviors after attending school–based intervention course focused on physical activity and healthy eating [Thesis for MSc]. [Ohio, USA]: The Ohio State University; 2009.
10. 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
11. Baumrind D. Effective parenting during the early adolescent transition. In: Cowan PA, Hetherington M; editors. Family transitions. Hillsdale NJ: Erlbaum; 1991.
12. Yahyazadeh H, Hamed M. Issues and interventions of children of divorce in Iran: a meta-analysis of articles. Journal of Woman and Family Studies. 2016;3(2):91–120. [Persian] https://jwfs.alzahra.ac.ir/article_2209_en.html
13. 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
14. Mosley SD. Effects of evidence-based Adlerian parent education on culturally diverse parents in Georgia. ProQuest LLC; 2018.
15. 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
16. McVittie J, Best AM. The impact of adlerian-based parenting classes on self-reported parental behavior. The Journal of Individual Psychology. 2009;65(3):264–85.
17. Mohsenabadi H, Fathi-Ashtiani A, Ahmadizadeh MJ. Investigating the psychometric properties of the Persian version of the Psychological Capital Questionnaire-24 (PCQ-24) in a military unit. Journal of Military Medicine. 2021;23(9):738–49. [Persian] https://militarymedj.bmsu.ac.ir/article_1001106.html?lang=en
18. Khojaste Mehr R, Fallahi Khoshknab M, Hajjari S, Sodani M. Parenting after divorces: a qualitative research. J Res Behav Sci. 2017;15(2):239–45. [Persian] https://rbs.mui.ac.ir/article-1-537-en.html
19. 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
20. Zinali M. Effectiveness of educational empowerment of divorced mothers on reducing learning disorders of elementary school boys [Thesis for MSc]. [Tehran, Iran]: Islamic Azad University, Tehran branch; 2014. [Persian]
21. Fallah Sh, Abolmaali Alhusseini Kh, Sabet M. The effectiveness of positive parenting education to parents of preschool children on children's self-control and self-efficacy. Journal of Islamic Life Style. 2022;6(2):260–9. [Persian]
22. Banani M, Amini N, Borjali M, Keykhosravani M. Comparing the effectiveness of parenting education based on acceptance and commitment therapy and parenting based on positive psychology on emotion regulation in mothers of children with attention-deficit/hyperactivity disorder. Middle Eastern Journal of Disability Studies. 2022;12:13. [Persian] http://jdisabilstud.org/article-1-2701-en.html
23. Luecken LJ, Hagan MJ, Mahrer NE, Wolchik SA, Sandler IN, Tein JY. Effects of a prevention program for divorced families on youth cortisol reactivity 15 years later. Psychol Health. 2015;30(7):751–69. https://doi.org/10.1080/08870446.2014.983924
24. Luthar SS, Eisenberg N. Resilient adaptation among at-risk children: harnessing science toward maximizing salutary environments. Child Dev. 2017;88(2):337–49. https://doi.org/10.1111/cdev.12737
25. Stice E, Rohde P, Seeley JR, Gau JM. Brief cognitive-behavioral depression prevention program for high-risk adolescents outperforms two alternative interventions: a randomized efficacy trial. J Consult Clin Psychol. 2008;76(4):595–606. https://doi.org/10.1037/a0012645
26. Golkari T, Kalantari M, Abedi A. The effect of cognitive-behavioral interventions on emotional-behavioral problems in bereaved adolescent girls. Journal of Knowledge & Research in Applied Psychology. 2014;15(3):16–24. [Persian]
27. Mohebi SF. Examining the causes and factors affecting the request for divorce. National Youth Organization; 2014. [Persian]