

## Effectiveness of attributional retraining on mental health of male middle school students with divorced parents

Milad Qorbani-Vanajemi. M.A.

Department of Counseling, University of Tehran, Tehran, Iran.

Javad Ejei. Ph.D.

Professor, Department of Counseling, University of Tehran, Tehran, Iran.

Masoud Gholamali-Lavasani. Ph.D.

Associate Professor, Department of Counseling, University of Tehran, Tehran, Iran.

### Abstract

The purpose of this study was to investigate the effectiveness of attributional retraining on mental health of children of divorced parents. The study utilized a quasi-experimental design with pre-test post-test and control group. The population included male children of divorced parents who studied in middle schools in Sari (2016). The sample comprised of 34 individuals who were selected through convenience sampling method, and assigned into two groups of 17 (experimental and control groups). Both groups completed General Health Questionnaire (GHQ). Then, the experimental group received attributional retraining educational package for 11 sessions of 45-minutes. After the intervention, both groups were assessed once more. The data were analysed through multivariate analysis of covariance. The findings demonstrated that attributional retraining significantly improves all components of mental health (psychosomatic symptoms, anxiety, social functioning problems, and depression symptoms) in the experimental group members.

**Keywords:** attributional retraining, mental health, divorce, sons of divorce, middle school.

## اثربخشی بازآموزی اسنادی بر سلامت روان فرزندان<sup>۱</sup> طلاق پسر مقطع متوسطه اول

میلاذ قربانی وناجمی

کارشناس ارشد مشاوره خانواده دانشگاه تهران، تهران، ایران.

جواد اژه‌ای\*

استاد گروه مشاوره دانشگاه تهران، تهران، ایران.

مسعود غلامعلی لواسانی

دانشیار گروه مشاوره دانشگاه تهران، تهران، ایران.

### چکیده

هدف از این مطالعه، تعیین اثربخشی آموزش بازآموزی اسنادی بر سلامت روان فرزندان طلاق بوده است. روش پژوهش از نوع نیمه‌آزمایشی با طرح تحقیق پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش را کلیه فرزندان طلاق پسر شهر ساری که در مقطع متوسطه اول مدارس این شهر در سال ۹۵ مشغول به تحصیل بوده‌اند، تشکیل می‌دادند. نمونه مورد مطالعه شامل ۳۴ نفر از این جامعه بود که به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و در دو گروه ۱۷ نفری (آزمایش و کنترل) قرار گرفتند. اعضای هر دو گروه نسبت به تکمیل مقیاس سلامت عمومی (گلدبرگ، ۱۹۷۹) اقدام نمودند. در ادامه، یازده جلسه ۴۵ دقیقه‌ای آموزش بازآموزی اسنادی برای گروه آزمایش برگزار شد. پس از پایان آموزش، هر دو گروه مجدداً ارزیابی شدند. داده‌ها با استفاده از روش تحلیل کوواریانس چندمتغیره تحلیل گردید. یافته‌های پژوهش نشان دادند که آموزش بازآموزی اسنادی به صورت معناداری موجب بهبود کلیه مؤلفه‌های سلامت روان (نشانه‌های جسمانی، اضطراب، اختلال در کارکرد اجتماعی، علائم افسردگی) در اعضای گروه آزمایش شده است.

**واژه‌های کلیدی:** بازآموزی اسنادی، سلامت روانی، طلاق،

فرزندان طلاق پسر، مقطع متوسطه اول

۱. این مقاله مستخرج از پایان‌نامه کارشناسی ارشد میلاذ قربانی وناجمی با عنوان «اثربخشی بازآموزی اسنادی بر سلامت روان و درماندگی

آموخته‌شده فرزندان طلاق» می‌باشد.

\* نویسنده مسئول: javadejei@ut.ac.ir

پذیرش: ۹۷/۱۰/۲۹

وصول: ۹۶/۰۸/۰۲

## مقدمه

فرزندان طلاق به‌ویژه در سنین نوجوانی که با بحران‌های شدید جسمانی، احساسی و تحولات اجتماعی روبرو هستند، نسبت به همسالان خود آسیب‌پذیرترند و ممکن است با نوسان‌های شدید روحی روبرو شوند (یونسی، معین و شمشیری‌نیا، ۱۳۸۹). مطالعات روان‌پزشکان حاکی از آن است که طلاق و جدایی والدین از عمده‌ترین علل بیماری روانی فرزندان طلاق است (قمری گیوی و خشنودنیای جم‌چایی، ۱۳۹۵).

یکی از مداخلاتی که احتمالاً می‌تواند این کودکان را در کشف منابع درونی خویش یاری کند و آن‌ها را از وضعیت نامطلوب روانی رها سازد، آموزش بازآموزی اسنادی است. در مداخلات بازآموزی اسنادی با استفاده از تغییر اسنادها و جایگزینی آن‌ها با اسنادهای خوش‌بینانه، برای بهبود وضعیت روان‌شناختی افراد تلاش می‌شود (هال، پری، گوئتز، راسیگ، استپنیسکی و همکاران<sup>۷</sup>، ۲۰۰۷؛ یحیایی، پورمحمدرضای تجربی، ساجدی و بیگلریان، ۱۳۹۳). در حقیقت بازآموزی اسنادی یکی از تکنیک‌های درمان‌شناختی است که هدفش آموزش سبک‌های تبیینی خوش‌بینانه از طریق آموزش، اصلاح شناختی، ارائه مدل، تمرین شناخت و رفتار، بازخورد و در صورت لزوم تغییر برنامه و تکالیف است. این روش به‌ویژه در مدارس و کلینیک‌ها در ارتباط با دانش‌آموزان در معرض خطر به‌منظور ارتقای سلامت روان (نجفی‌فرد، عباسی، پورصدوقی، یوسفی، محمدی ملک‌آبادی و همکاران، ۱۳۹۴)، برطرف کردن مشکلات انگیزشی (مک داول<sup>۸</sup>، ۲۰۰۹)، کاهش درماندگی آموخته شده (فیروزی، ۱۳۸۷) و پیشرفت تحصیلی از طریق ایجاد احساس کنترل بیشتر (پری و هال، ۲۰۰۷) به کار گرفته می‌شود. در این برنامه بر نقاط قوت و مثبت افراد تأکید می‌شود و توجه آن‌ها از نقاط منفی و ضعف‌ها منحرف می‌گردد که این امر باعث تغییر سبک اسناد بدبینانه به خوش‌بینانه شده و از این طریق افراد می‌توانند شکست‌ها را به عوامل بیرونی، ناپایدار و اختصاصی نسبت دهند و عوامل درونی، پایدار و کلی را علت موفقیت در نظر بگیرند و در نتیجه سلامت روانی-اجتماعی و نیز جسمانی آن‌ها ارتقاء یابد (صالحی و حقیقت،

خانواده اولین بافتی است که فرزندان در آن فکر، احساس و رفتار می‌کنند، یاد می‌گیرند و رشد می‌یابند (موتاتیانو<sup>۱</sup>، ۲۰۱۵). محیط گرم و پرعاطفه خانواده از طریق عواملی مانند دعوها و تعارض‌های درون‌خانوادگی و نیز طلاق و جدایی والدین می‌تواند تهدید شود (برهانی‌نایینی، ۱۳۹۱). طلاق رویداد پیچیده‌ای است که از هم‌پاشیدگی بنیان خانواده، تأثیرات کوتاه‌مدت و بلندمدت مالی، قانونی، فردی و اجتماعی برای فرزندان و بزرگسالان را به همراه دارد (الدار-آودان، حاج-یحیی و گرینبام<sup>۲</sup>، ۲۰۰۹) و از مهم‌ترین پدیده‌های حیات انسانی به شمار می‌آید که نه تنها تعادل روانی دو انسان، بلکه تعادل روانی فرزندان، بستگان، دوستان و نزدیکان را نیز به هم می‌ریزد (اسمیر<sup>۳</sup>، ۲۰۱۳؛ آماتو<sup>۴</sup>، ۲۰۱۰؛ مرادی، ۱۳۹۲)؛ علیرغم پیامدهای فوق، یافته‌های پژوهشی نشان می‌دهند که طلاق روند صعودی به خود گرفته و نسبت آن به ازدواج رشد نگران‌کننده‌ای داشته است (شعبانی و تات، ۱۳۹۶). در ایران طبق گزارش سازمان ثبت‌احوال در سال ۱۳۷۵، ۷/۸۹ مورد طلاق در مقابل هر صد ازدواج ثبت شده است اما در ۹ ماهه نخست سال ۱۳۹۵، ۲۵/۳ مورد طلاق در برابر هر صد ازدواج به ثبت رسیده است.

در این میان یکی از قربانیان اصلی پیامدهای ناشی از طلاق والدین، فرزندان آن‌ها هستند. اگرچه پیامدهای مخرب طلاق در جوامع با فراوانی گوناگون طلاق متفاوت است (اسمیت و کلارک<sup>۵</sup>، ۲۰۱۷)، اما نتایج یک مطالعه فراتحلیل نشان می‌دهد که فرزندان خانواده‌های طلاق نسبت به همسالان غیر خانواده‌های طلاق مشکلات عاطفی و رفتاری بیشتری دارند و از سلامت روان کمتر رنج می‌برند (برنتانو و کلارک-استوارت<sup>۶</sup>، ۲۰۰۷). سلامت روانی، صرفاً بیمار نبودن نیست؛ بلکه حالتی از بهزیستی است که در آن فرد توانایی‌های خود را می‌شناسد، می‌تواند با فشارهای روانی بهنجار زندگی مقابله نماید و در برابر مشکلات و حوادث زندگی قدرت سازگاری دارد (رجب‌تبار درویشی، یحیی‌زاده و حسینی، ۱۳۹۵).

1. Motataianu

3. Schmeer

5. Smith &amp; Clark

7. Hall, Perry, Goetz, Ruthig, Stupnisky et al

2. Eldar-Avidan, Haj-Yahia, &amp; Grinbam

4. Amato

6. Brentano &amp; Clarke-Stewart

8. Mc Dowell

## روش

روش پژوهش، جامعه آماری و نمونه: این پژوهش از نظر هدف جزو طرح‌های کاربردی و از نظر شیوه گردآوری داده‌ها از نوع طرح‌های نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه است. جامعه آماری این پژوهش کلیه فرزندان طلاق پسر شهر ساری در مقطع متوسطه اول سال ۹۵ بود. نمونه مورد مطالعه شامل ۳۴ نفر از این جامعه بود که با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه ۱۷ نفره آزمایش و کنترل گمارده شده‌اند. معیارهای ورود اعضای نمونه در پژوهش شامل این موارد بود: فرزند طلاق، پسر، مشغول به تحصیل در مقطع متوسطه اول و عدم ابتلا به اختلالات روان‌پریشی مزمن؛ تنها معیار خروج از پژوهش غیبت در بیش از دو جلسه برنامه بازآموزی اسنادی بوده است.

## ابزار سنجش

پرسشنامه سلامت عمومی<sup>۶</sup> (GHQ): هدف از طراحی این پرسشنامه که اولین بار توسط گلدبرگ<sup>۷</sup> (۱۹۷۹) تنظیم شده است، کشف و شناسایی اختلالات روانی در مراکز درمانی و موقعیت‌های مختلف بوده است. پرسشنامه‌ای که در این پژوهش از آن استفاده شده است، فرم ۲۸ سؤالی است که گلدبرگ (۱۹۷۹) در آن ۴ بعد تشخیصی را مورد بررسی قرار می‌دهد. چهار خرده‌آزمون این پرسشنامه عبارت است از: نشانه‌های جسمانی، اضطراب، کارکرد اجتماعی و علائم افسردگی. سؤالات هر خرده‌آزمون به ترتیب پشت سر هم آمده است، به گونه‌ای که از سؤال ۱ تا ۷ مربوط به مقیاس جسمانی‌سازی علائم، از سؤال ۸ تا ۱۴ مربوط به مقیاس اضطراب، از سؤال ۱۵ تا ۲۱ مربوط به مقیاس اختلال در عملکرد اجتماعی و از سؤال ۲۲ الی ۲۸ مربوط به مقیاس افسردگی می‌باشد. روش نمره‌گذاری به صورت ۰ تا ۳ می‌باشد و حداقل نمره آزمودنی در این مقیاس صفر و حداکثر ۸۴ خواهد بود. نقطه برش این آزمون بر اساس روش نمره‌گذاری لیکرت، ۲۳ است (یعقوبی، نصر و شاه‌محمدی، ۱۳۷۴). پایایی پرسشنامه GHQ-28 با استفاده از روش بازآزمایی با فاصله زمانی یک هفته پس از اجرای اولیه

۱۳۸۷؛ سپهوند، گیلانی و زمانی، ۱۳۸۵). بازآموزی اسنادی در واقع روشی برای تغییر الگوهای اسنادی ناسازگارانه به الگوهای سازگارانه‌تر است (وانگ، ژانگ، ژانگ، ژانگ، یانگ و همکاران<sup>۱</sup>، ۲۰۱۳)؛ یعنی آموختن کشف و به چالش کشیدن اسنادهای بدبینانه و جایگزین کردن آن‌ها با اسنادهای خوش‌بینانه (کار<sup>۲</sup>، ۱۳۸۵).

پژوهش‌های روان‌شناسان مثبت‌گرا نیز حاکی از آن است که اسناد خوش‌بینانه و مثبت‌اندیشیدن - به‌عنوان یک مکانیزم خودتنظیمی - که در برنامه بازآموزی اسنادی بر آن‌ها تأکید می‌شود، می‌تواند تاب‌آوری و خودکارآمدی افراد را در مواجهه با شرایط دشوار ارتقا دهد که این عوامل نقش برجسته‌ای در حفظ و بهبود سلامت روان افراد دارند (یوان و وانگ<sup>۳</sup>، ۲۰۱۶؛ خدایاری‌فرد، غباری بناب، اکبری زردخانه، زندی، زمان‌پور و همکاران<sup>۴</sup>، ۲۰۱۶؛ خدایاری‌فرد، زندی، حاج‌حسینی و غباری بناب، ۱۳۹۵).

نرخ روزافزون طلاق و آسیب‌های متعاقب آن، ضرورت انجام مداخلاتی مؤثر برای فرزندان جامانده از این رویداد را خاطر نشان می‌سازد. علیرغم این‌که پژوهش‌های مختلف حاکی از تأثیر سبک اسناد بر پیامدهای جسمانی و روانی حاصل از رویدادهای منفی زندگی بوده‌اند (لاریش، اشویکات، ورشینگ و فریش<sup>۵</sup>، ۲۰۰۴؛ نجفی‌فرد، ۱۳۹۳)، اما تاکنون کمتر پژوهشی به بررسی کارآمدی مداخلات بازآموزی اسنادی بر وضعیت روانی فرزندان طلاق پرداخته است. با توجه به موارد فوق، این پژوهش با هدف تعیین اثربخشی آموزش گروهی بازآموزی اسنادی بر سلامت روان فرزندان طلاق انجام پذیرفت و درصدد دستیابی به آزمون فرضیه‌های زیر بود:

۱. آموزش بازآموزی اسنادی بر بهبود نشانه‌های جسمانی فرزندان طلاق مؤثر است.
۲. آموزش بازآموزی اسنادی بر کاهش اضطراب فرزندان طلاق مؤثر است.
۳. آموزش بازآموزی اسنادی بر کاهش اختلال در کارکرد اجتماعی فرزندان طلاق مؤثر است.
۴. آموزش بازآموزی اسنادی بر کاهش علائم افسردگی فرزندان طلاق مؤثر است.

1. Zhang, Zhang, Zhang, Yang et al

3. Yuan & Wang

5. Larisch, Schweickhardt, Wirsching, & Fritzsche

7. Goldber

2. Carr

4. Khodayarifard, Ghabari-Bonab, Akbari-Zardkhaneh, Zandi, Zamanpour et al

6. General Health Questionnaire

## روش اجرا و تحلیل داده‌ها

۳۴ نفر از فرزندان طلاق پس از تکمیل پرسشنامه سلامت عمومی، به صورت تصادفی به دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم شدند. گروه آزمایش طی ۱۱ جلسه ۴۵ دقیقه‌ای (هفته‌ای ۲ جلسه) در برنامه بازآموزی اسنادی شرکت کردند، در حالی که دانش‌آموزان گروه کنترل در این برنامه شرکت نداشتند. پس از اتمام جلسات آموزش، پرسشنامه مذکور مجدداً توسط دانش‌آموزان هر دو گروه تکمیل شد. در پایان، تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون‌های آماری انجام گرفته است و محاسبات به کمک نرم‌افزار SPSS22 انجام شد.

## برنامه مداخله

در مطالعه حاضر، از بسته آموزشی بازآموزی اسنادی (یحيایی و همکاران، ۱۳۹۳) به عنوان محتوای مداخله استفاده گردید. هدف و محتوای برنامه به تفکیک هر جلسه در جدول ۱ آمده است.

مورد ارزیابی مجدد قرار گرفته است، میزان همبستگی  $r=0/85$  به دست آمد (نوربالا، باقری‌یزدی و محمد، ۱۳۸۰). همچنین ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه در پژوهش هاشمی (۱۳۸۴) که روی نوجوانان انجام گرفت، ۰/۸۷ گزارش شده است. ضرایب آلفای کرونباخ این پژوهش برای کل و خرده‌مقیاس‌های علائم جسمانی، اضطراب، کارکرد اجتماعی و علائم افسردگی برابر با ۰/۸۵، ۰/۷۴، ۰/۷۳، ۰/۷۸ و ۰/۸۲ گزارش شده است. نتایج مربوط به بررسی روایی ملاکی (اعتبار همزمان) این پرسشنامه و SCL-90 دلالت بر آن دارد که ضریب همبستگی بین دو سری نمرات ۹۰ نفر از افراد مورد مطالعه در مقیاس علائم جسمانی، اضطراب و افسردگی دو پرسشنامه و نمره کل افراد در دو پرسشنامه در سطح  $p < 0/001$  معنادار می‌باشد (نوربالا و همکاران، ۱۳۸۰). قابل ذکر است که نمره‌گذاری این پرسشنامه به گونه‌ای است که نمره پایین‌تر بیانگر سلامت روان بهتر آزمودنی است و هرچه نمره فرد بالاتر باشد از مشکلات روانی بیشتر رنج می‌برد. یک نمونه از سؤالات این ابزار عبارت است از: «آیا از یک ماه گذشته تا به امروز کاملاً احساس کرده‌اید که خوب و سالم هستید؟»

جدول ۱. محتوای آموزشی جلسات مداخله

جلسه	هدف	محتوا و فعالیت‌ها
۱	معرفه با اعضا و بیان اهداف آموزش	آشنایی با اعضا و بحث پیرامون اهداف آموزش و ترغیب دانش‌آموزان به انجام تمرین‌های لازم در طی جلسات آموزشی آتی برای دستیابی به اسنادهای سازگارانه همراه با صبر و شکیبایی.
۲	آموزش گفتگوی درونی	آموزش گفتگوی درونی از طریق ارائه مثال و گفتگو در مورد نوع اسنادهای شرکت‌کنندگان و میزان تعمیم آن به حوزه‌های مختلف و پایداری اسنادها یا گذرا بودن آن؛ این امر به منظور آگاه‌ساختن دانش‌آموزان نسبت به تأثیر گفته‌های خود در مورد رویدادهای ناخوشایند صورت گرفته است.
۳	تبیین مدل فعالیت، باور، پیامد (ABC)	بیان روش تحلیل رویدادها، به وجود آوردن محیطی آکنده از کنجکاوی و آموزش کنجکاو بودن در مورد رویدادهایی که برای دانش‌آموزان اتفاق می‌افتد. ارائه تکلیف مبتنی بر شناسایی هیجان‌های نیرومند در خود و آموزش الگوی ABC (A: فعالیت، B: باور و C: پیامد) به زبان ساده و همراه با مثال.
۴	تبیین سبک اسناد و اشاره به سه بعد آن	تغییر سبک تبیین دانش‌آموزان با ارائه توضیح در مورد سبک اسناد و اشاره به سه بعد آن (درونی - بیرونی، کلی - اختصاصی، پایدار - ناپایدار) و توصیف ویژگی‌های اسنادهای بدبینانه و خوش‌بینانه نسبت به علل رویدادها با توجه به سه بعد مذکور و پرسش از دانش‌آموزان در مورد توصیف و توضیح ویژگی‌های افراد خوش‌بین و بدبین.
۵	ارزیابی درک دانش‌آموزان از ویژگی‌های اسنادهای بدبینانه و خوش‌بینانه	اطمینان یافتن از فهم دانش‌آموزان نسبت به تفاوت ویژگی‌های افراد خوش‌بین و بدبین، آموزش به دانش‌آموزان در خصوص ارزیابی باورها،

	- توضیح مفهوم مسئولیت‌پذیری شخصی	توضیح مفهوم مسئولیت شخصی (آموزش این نکته که دانش‌آموزان به‌جای سرزنش عوامل خارج از کنترل خود برای علت رویدادها، مسئولیت خود را در آن رویداد بپذیرند).
۶	- تشخیص سبک سرزنش خود - آشنایی با تفکر مطلق‌اندیشی و احساس گناه	آشنا ساختن دانش‌آموزان با تفکر مطلق‌اندیشی، احساس گناه و تأثیر آن‌ها در افسردگی و تشدید بدبینی با استفاده از مثال. توضیح در مورد علل درونی و بیرونی رویدادها، پیدا کردن الگوی مقصر دانستن و سرزنش خود به‌منظور ارزیابی پیامدهای این الگو.
۷	آموزش دانش‌آموزان برای یافتن دلایل احتمالی متعدد برای یک رویداد	کیک بازی؛ توصیف رویداد ناراحت‌کننده، تقاضا از دانش‌آموزان برای ثبت علل احتمالی رویداد و تفسیر آن بر اساس ابعاد اسناد.
۸	آموزش مجادله و مقابله با نگرش‌های فاجعه‌پندارانه.	انتقاد و موشکافی دیدگاه فرد در مورد خویشتن به‌منظور مقابله با منفی‌نگری و بدبینی، نپذیرفتن کورکورانه سرزنش‌هایی که متوجه خویشتن هستند، بازنگری ذهنی این سرزنش‌ها، اقدام در زمینه تغییر خویشتن یا بخشی از آن، توصیف عبارت‌های فاجعه‌آمیز، بررسی نادرستی آن‌ها، ارائه الگویی از مجادله اثربخش و مقابله مؤثر با افکار بدبینانه.
۹	تبیین فعالیت، باور، پیامد، زیر سؤال بردن باورهای نامعقول، انرژی‌زایی، احساسات مناسب و منطقی.	شرح ABCDEF به زبان ساده با ارائه مثال‌هایی از طریق بیان داستان و تقاضا از دانش‌آموزان برای ارائه فرض‌ها و اسنادهای واقع‌بینانه‌تر به‌جای اسنادهای منفی و بدبینانه.
۱۰	اجتناب از فاجعه‌پنداری	آموزش شیوه‌های دیگر تفکر در زمان رویارویی با رویداد ناراحت‌کننده از طریق آموزش اندیشیدن در ۳ مورد بدترین، بهترین و احتمالی‌ترین وضعی که ممکن است رخ دهد.
۱۱	آموزش مجادله با افکار نادرست و جایگزینی آن‌ها با افکار خوش‌بینانه	بازی ذهنی؛ در این جلسه پژوهشگر در طی بازی وانمودی، افکار بدبینانه‌ای را ارائه داده است. کودکان باید ضمن بیان علل نادرست بودن افکار و مجادله با آن، افکار خوش‌بینانه‌تری را جایگزین می‌کردند.

### یافته‌های پژوهش

یافته‌های توصیفی حاصل از متغیرهای مورد پژوهش به تفکیک دو گروه آزمایش و کنترل و مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲. خلاصه یافته‌های توصیفی گروه نمونه در مؤلفه‌های سلامت روان

متغیرها	گروه	پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
		انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین
نشانه‌های جسمانی	کنترل	۰/۳۴	۱/۴۷	۰/۳۶	۱/۷۸
	آزمایش	۰/۲۹	۱/۱۱	۰/۲۳	۰/۶۷
اضطراب	کنترل	۰/۴	۱/۷۲	۰/۳۵	۲/۰۳
	آزمایش	۰/۴۴	۱/۴	۰/۲۷	۰/۷
اختلال در کارکرد اجتماعی	کنترل	۰/۲۸	۲/۰۸	۰/۲۸	۲/۳۹
	آزمایش	۰/۱۷	۲/۰۳	۰/۳۳	۱/۵۴
علائم افسردگی	کنترل	۰/۴۶	۱/۱۱	۰/۵۲	۱/۳۵
	آزمایش	۰/۴۱	۰/۷۹	۰/۲۳	۰/۳۱

افزایش روبرو شد. به منظور بررسی معناداری آماری این تفاوت‌ها از آزمون‌های آمار استنباطی استفاده شد. به منظور بررسی نرمال بودن داده‌ها، با توجه به حجم پایین گروه نمونه از آزمون شاپیرو-ویلک<sup>۱</sup> استفاده شده است که عدم معناداری آماره‌های آزمون شاپیرو-ویلک ( $P > 0/05$ ) حاکی از برقراری مفروضه توزیع نرمال داده‌ها بوده است. برای بررسی تفاوت گروه‌ها از آزمون تحلیل کوواریانس استفاده شده است که نتایج تحلیل کوواریانس نشان داده است میانگین نمرات پس‌آزمون مؤلفه‌های سلامت روان گروه آزمایش و کنترل تفاوت آماری معنادار دارند ( $P < 0/0005$ ). به منظور مشخص نمودن این امر که تفاوت گروه‌ها در کدام یک از مؤلفه‌های مورد پژوهش است، از آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیری<sup>۲</sup> استفاده شد.

جدول ۳. نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیری برای مؤلفه‌های سلامت روان

منبع تغییرات	متغیرها	F(df)	سطح معناداری	اندازه اثر
گروه‌ها	نشانه‌های جسمانی	۹۲/۱ (۱ و ۲۸)	۰/۰۰۰۵	۰/۷۶
	اضطراب	۲۵۹/۸ (۱ و ۲۸)	۰/۰۰۰۵	۰/۹
	اختلال در کارکرد اجتماعی	۴۸/۳ (۱ و ۲۸)	۰/۰۰۰۵	۰/۶۳
	علائم افسردگی	۸۷/۲ (۱ و ۲۸)	۰/۰۰۰۵	۰/۷۵

مبنی بر اثربخشی آموزش بازآموزی اسنادی بر کاهش علائم افسردگی فرزندان طلاق تأیید گردید.

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف این مطالعه، تعیین اثربخشی آموزش بازآموزی اسنادی در ارتقای سلامت روان فرزندان طلاق بود. نخستین یافته پژوهش مبین آن بود که نشانه‌های جسمانی فرزندان طلاق پس از شرکت در جلسات بازآموزی اسنادی بهبود یافته است؛ این امر بدان معنا است که آموزش بازآموزی اسنادی تغییرات مثبت در نشانه‌های جسمانی گروه آزمایش را موجب شده است. این یافته با نتایج پژوهش‌های لاریش و همکاران (۲۰۰۴) و نجفی فرد و همکاران (۱۳۹۴) که نشان دادند آموزش بازآموزی اسنادی موجب کاهش نشانه‌های جسمانی افراد می‌شود، همخوان است. در تبیین این یافته می‌توان گفت از آنجایی که فرزندان طلاق خودادراکی منفی بیشتری را نسبت به همسالان خود تجربه می‌کنند، تأکید

جدول ۲ که میانگین دو گروه آزمایش و کنترل را در مؤلفه‌های سلامت روان شامل می‌شود، نشانگر کاهش میانگین نشانه‌های جسمانی مربوط به گروه آزمایشی پس از دوره آموزش است. در حالی که نمره نشانه‌های جسمانی گروه کنترل افزایش داشته است. علاوه بر این، نمره اضطراب گروه آزمایش پس از دوره آموزش با کاهش روبرو بوده است. این در حالی است که اضطراب گروه کنترل با افزایش روبرو شد. همچنین جدول ۲ نشانگر کاهش اختلال در کارکرد اجتماعی مربوط به گروه آزمایش در مرحله پس‌آزمون است. در حالی که اعضای گروه کنترل با افزایش اختلال در کارکرد اجتماعی مواجه بوده‌اند. علاوه بر این، نمره علائم افسردگی گروه آزمایش پس از دوره آموزش با کاهش روبرو بوده است. این در حالی است که علائم افسردگی گروه کنترل با

با توجه به نتایج جدول ۳، آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیری نشان داد پس از حذف اثر پیش‌آزمون، بین دو گروه آزمایش و کنترل در میزان نشانه‌های جسمانی تفاوت معنی‌دار وجود دارد ( $P < 0/0005$ )؛ بنابراین، فرض اول پژوهش مبنی بر اثربخشی آموزش بازآموزی اسنادی بر بهبود نشانه‌های جسمانی فرزندان طلاق تأیید گردید. همچنین، بین نمره اضطراب دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معنی‌دار وجود دارد ( $P < 0/0005$ )؛ لذا، فرض دوم پژوهش مبنی بر اثربخشی آموزش بازآموزی اسنادی بر کاهش اضطراب فرزندان طلاق تأیید گردید. همچنین، نمره اختلال در کارکرد اجتماعی گروه‌های آزمایش و کنترل تفاوت معنی‌دار دارند ( $P < 0/0005$ )؛ لذا، فرض سوم پژوهش مبنی بر اثربخشی آموزش بازآموزی اسنادی بر کاهش اختلال در کارکرد اجتماعی فرزندان طلاق تأیید گردید. علاوه بر این، در میزان علائم افسردگی گروه‌های آزمایش و کنترل تفاوت معنی‌دار وجود دارد ( $P < 0/0005$ )؛ بنابراین، فرض چهارم پژوهش

1. Shapiro-Wilk

2. Univariate Analysis of Variance



افسرده و تحریک‌پذیری زیادی رنج می‌برند که موجب بروز مشکلاتی در کارکردهای اجتماعی و تحصیلی آن‌ها می‌شود و در روابط بین فردی این افراد نیز مشکلاتی را به وجود می‌آورد. آموزش بازآموزی اسنادی می‌تواند از طریق اصلاح افکار منفی و باورهای زیربنایی ناکارآمد، در ارتقای سلامت روانی فرزندان طلاق نقش مؤثری ایفا کند که این امر زمینه بهبود کارکردهای اجتماعی افراد را فراهم می‌کند. در مقابل نیز، انجام بهتر تکالیف و فعالیت‌ها، به صورت غیرمستقیم زمینه بهبود وضعیت روانی آن‌ها را فراهم می‌آورد.

با توجه به یافته‌های پژوهش حاضر، می‌توان با گنجاندن روش بازآموزی اسنادی در مداخلات درمانی و آموزشی فرزندان طلاق به آن‌ها کمک کرد تا از شکل‌گیری ادراک‌های منفی نسبت به خود و موقعیت‌های پیرامونی خود و نیز احساس عدم کنترل بر امور جلوگیری نمایند تا از ناسازگاری‌های روان‌شناختی کمتری رنج ببرند. پیشنهاد می‌گردد این بسته آموزشی برای بهبود وضعیت روانی و بهزیستی فرزندان طلاق در مدارس، سازمان بهزیستی و دیگر مراکز مرتبط با این افراد مورد استفاده قرار گیرد. قابل ذکر است یافته‌های به دست آمده از این پژوهش محدود به جامعه فرزندان طلاق پسر شهر ساری در مقطع متوسطه اول است و تعمیم آن به جوامع و گروه‌های دیگر باید با احتیاط صورت گیرد.

### منابع

آرین‌پور، م.، شهابی‌زاده، ف. و بحرینیان، ع. (۱۳۹۴). الگوی پیش‌بینی هوش معنوی بر پایه سبک‌های اسنادی و خودکنترلی. *روان‌شناسی و دین*، ۸(۱)، ۵-۲۴.

برهانی‌نایینی، پ. (۱۳۹۱). *مقایسه آسیب‌پذیری در برابر اعتیاد در فرزندان طلاق، فرزندان خانواده‌های پرتعارض و عادی در شهرستان نائین*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی.

بهروز، ب.، محمدی، ف.، علی‌آبادی، ش.، کجباف، م.، حیدری‌زاده، ن. و بهروز، ب. (۱۳۹۳). *مقایسه ویژگی‌های شخصیتی و سبک‌های اسنادی در زوج‌های عادی و متقاضی طلاق*. *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، ۱۵(۱)، ۵۲-۶۱.

خدایاری‌فرد، م.، زندی، س.، حاج‌حسینی، م. و غباریناب، ب. (۱۳۹۵). *اثربخشی آموزش مبتنی بر مثبت‌اندیشی بر فرآیند*

برنامه بازآموزی اسنادی بر تغییر سبک اسناد بدبینانه به خوش‌بینانه موجب شده است افراد رویدادها و موقعیت‌های ناخوشایند را به عوامل ناپایدار، اختصاصی و بیرونی نسبت دهند و نشانه‌های جسمانی کمتری را تجربه کنند.

یافته دیگر پژوهش، بهبود علائم اضطراب و افسردگی فرزندان طلاق پس از شرکت در جلسات بازآموزی اسنادی بود. این یافته با نتایج پژوهش‌های یحیایی و همکاران (۱۳۹۳)، لاریش و همکاران (۲۰۰۴) و شریفی و همکاران<sup>۱</sup> (۲۰۱۳) که نشان داده‌اند مداخلات بازآموزی اسنادی موجب بهبود علائم اضطراب و افسردگی افراد می‌شود، همخوان است. در تبیین یافته فوق می‌توان گفت فرزندان طلاق به دلیل ادراک تجارب منفی در گذشته خود، به تدریج به سوی درماندگی و انفعال کشیده می‌شوند و نگرانی از سوءبرداشت‌های دیگران آن‌ها را از تجارب مثبت زیادی بازمی‌دارد. مداخلات بازآموزی اسنادی از طریق اصلاح افکار منفی و باورهای زیربنایی ناکارآمد و آگاه ساختن آن‌ها، منجر به افزایش احساس مثبت و سازگارانه و در نتیجه کاهش اضطراب و افسردگی در فرزندان طلاق شده است.

از سوی دیگر، در دیدگاه شناختی، چنانچه فردی در اجرای پردازش اطلاعات عملکرد سالمی نداشته باشد، دچار خطای شناختی شده و در نتیجه به ناراحتی‌ها و اختلالات روان‌شناختی مبتلا می‌گردد (وطن‌خواه و همکاران، ۱۳۹۰). در جریان این پژوهش، آموزش بازآموزی اسنادی به فرزندان طلاق موجب شد تا خطاهای شناختی آن‌ها شناسایی شده و به تفکرات غیرمنطقی و تفسیر غلط خود از رویدادها آگاهی یافته و تلاش خود را در جهت اصلاح تفکر نادرست متمرکز سازند تا به این ترتیب، فرایند شناختی مناسب را بازگردانند و با شناخت واقعیت خود احساس ارزشمندی کنند و عملکرد روانی بهتری را تجربه کنند.

یافته دیگر این پژوهش نشان داد که اختلال در کارکرد اجتماعی فرزندان طلاق پس از مشارکت در جلسات بازآموزی اسنادی کاهش یافته است. این یافته با نتایج پژوهش‌های صالحی و حقیقت (۱۳۸۷) و صالح‌زاده، نجفی و ابراهیمی (۱۳۹۰) مبنی بر این که مداخلات بازآموزی اسنادی موجب بهبود در کارکردهای اجتماعی افراد می‌شود، همخوان است. فرزندان طلاق به دلیل تجربه تلخ طلاق، غالباً از خلق

## اثربخشی بازآموزی اسنادی بر سلامت روان فرزندان طلاق پسر مقطع متوسطه اول / ۳۳

- خانواده و بهزیستی ذهنی زنان سرپرست خانوار. *خانواده‌پژوهی*، ۱۲(۴)، ۵۹۳-۶۱۲.
- رجب‌تبار درویشی، ف.، یحیی‌زاده، س. و حسینی، ح. (۱۳۹۵). رابطه بین سبک‌های فرزندپروری با نگرش مذهبی و سلامت روانی دانش‌آموزان دختر. *دین و سلامت*، ۴(۱)، ۵۷-۶۴.
- رجبی، غ. و شهینی ییلاق، م. (۱۳۸۴). اثرات جنسیت و رشته تحصیلی بر سبک‌های اسنادی دانش‌آموزان دبیرستانی شهر اهواز و یافته‌های روان‌سنجی مقیاس. *مجله علوم اجتماعی و انسانی دانشگاه شیراز*، ۲۲(۴)، ۱۵-۳۲.
- سپهوند، ت.، گیلانی، ب. و زمانی، ر. (۱۳۸۵). رابطه سبک‌های اسنادی با رخدادهای استرس‌زای زندگی و سلامت عمومی، *پژوهش‌های روان‌شناختی*، ۹(۳ و ۴)، ۳۳-۴۶.
- شعبانی، ج و تات، م. (۱۳۹۶). مقایسه نیم‌رخ روانی میان دانش‌آموزان دختر خانواده‌های طلاق و عادی دبیرستان‌های شهرستان گرگان. *خانواده و پژوهش*، ۱۴(۳۶)، ۹۱-۱۰۶.
- شولتز، د. و شولتز، س. (۱۳۹۶). *نظریه‌های شخصیت*، ترجمه یحیی سید محمدی. تهران: ویرایش. (سال انتشار به زبان اصلی: ۲۰۱۲).
- صالح‌زاده، م.، نجفی، م. و ابراهیمی، ا. (۱۳۹۰). اثربخشی درمان شناختی-رفتاری بر نگرش‌های ناکارآمد در بیماران مبتلا به صرع. *مجله علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد*، ۲(۱۹)، ۳۸۷-۳۷۷.
- صالحی، م. و حقیقت، س. (۱۳۸۷). تأثیر بازآموزی اسنادی بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دختر ناموفق. *فصلنامه تحقیقات روان‌شناختی*، ۱(۱)، ۷۸-۸۹.
- فیروزی، ک. (۱۳۸۷). *تأثیر بازآموزی اسنادی به روش ABCDE بر کاهش درماندگی آموخته شده در بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی (سما) واحد مهاباد*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تهران.
- قمری گیوی، ح. و خشنودنیای چماچایی، ب. (۱۳۹۵). مقایسه مهارت‌های اجتماعی، سلامت روانی و عملکرد تحصیلی در فرزندان با والدین مطلقه، متقاضی طلاق و عادی. *فصلنامه خانواده‌پژوهی*، ۱۲(۴۵)، ۶۹-۹۲.
- کار، آ. (۱۳۸۵). *روان‌شناسی مثبت (علم شادمانی و نیرومندی‌های انسان)*. ترجمه حسن پاشاشریفی و همکاران. تهران: نشر سخن (سال انتشار به زبان اصلی: ۲۰۰۴).
- کدخدایی، م. (۱۳۸۵). *بررسی تأثیر آموزش خودآموزی کلامی بر کاهش درماندگی آموخته شده*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی.
- مرادی، امید (۱۳۹۲). مقایسه خصوصیات جمعیت‌شناختی، ویژگی‌های شخصیتی و کیفیت زندگی در زوج‌های عادی و زوج‌های در آستانه طلاق. *پژوهش‌های مشاوره*، ۱۲(۴۵)، ۱۶۵-۱۹۰.
- نجفی‌فرد، ط. (۱۳۹۳). *اثربخشی بازآموزی اسنادی بر سلامت روان کودکان مصروع*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی.
- نجفی‌فرد، ط.، عباسی، س.، پورصدوقی، ا.، یوسفی، ص.، محمدی ملک‌آبادی، آ. و دلاور کسمایی، ح. (۱۳۹۳). اثربخشی بازآموزی اسنادی بر سلامت روان کودکان پسر با اختلال صرع. *مجله روان‌شناسی و روان‌پزشکی شناخت*، ۲(۴)، ۶۹-۸۱.
- نوربالا، آ.، باقری یزدی، ع. و محمد، ک. (۱۳۸۰). اعتباریابی پرسشنامه ۲۸ سؤالی سلامت عمومی به‌عنوان ابزار غربالگری اختلالات روان‌پزشکی در شهر تهران. *مجله پژوهشی حکیم*، ۱۱(۴)، ۴۷-۵۳.
- واضحی آشتیانی، آ. (۱۳۸۲). اثربخشی بازآموزی اسنادی بر سبک اسناد، عزت‌نفس و پشت‌کار در درس ریاضی دانش‌آموزان. پایان‌نامه دکتری، دانشگاه علوم پزشکی ایران.
- هاشمی، ژ. (۱۳۸۴). *طبقه‌بندی رفتارهای بهنجار نوجوانان ایرانی با استفاده از پرسشنامه طبقه‌بندی رفتار*. پایان‌نامه دکتری، دانشگاه علامه طباطبایی.
- یحیایی، م.، پورمحمدرضای تجربی، م.، ساجدی، ف. و بیگلریان، ا. (۱۳۹۳). تأثیر برنامه گروهی بازآموزی اسنادی بر افسردگی دانش‌آموزان دارای ناتوانی‌های یادگیری. *روان‌شناسی تحولی: روان‌شناسان ایرانی*، ۱۰(۳۹)، ۲۷۴-۲۶۳.
- یعقوبی، ن.، نصر، م. و شاه‌محمدی، د. (۱۳۷۴). بررسی همه‌گیرشناسی اختلالات روانی در مناطق شهری و روستایی شهرستان صومعه‌سرا. *مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی*، ۱(۴)، ۵۵-۶۵.
- یونسی، ف.، معین، ل. و شمشیری‌نیا، ت. (۱۳۸۹). مقایسه سلامت روان، عزت‌نفس و مسئولیت‌پذیری دانش‌آموزان دختر مقطع راهنمایی خانواده‌های طلاق و عادی شهرستان فیروزآباد سال تحصیلی ۸۷-۸۸. *فصلنامه زن و جامعه*، ۲(۱)، ۷۹-۹۶.
- Amato, Paul R. (2010). Research on divorce: Continuing trends and new developments. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 650-666.
- Behrad, M., Kalantari, M., & Molavi, H. (2012). Efficacy of training optimism on general health. *Zahedan Journal of Research in Medical Sciences*, 14(9), 107-110.
- Brentano, C., & Clarke-Stewart, A. (2007). *Divorce: Causes and consequences* (Current perspectives



- in psychology) (1 ed.). New Haven: Yale University Press.
- Comer, R. J. (2004). *Abnormal Psychology (5<sup>th</sup> edition)*. New York: Worth Publishers.
- Eldar-Avidan, D., Haj-Yahia, M. M., & Grinbam, W. (2009). Divorce is a part of my life... resilience, survival, and vulnerability: Young adults' perception of the implications of parental divorce. *Journal of Marital and Family Therapy*, 35, 30-46.
- Hall, N. C., Perry, R. P., Goetz, T., Ruthig, J. C., Stupnisky, R. H., & Newall, N. E. (2007). Attributional retraining and elaborative learning: Improving academic development through writing-based interventions. *Learning and Individual Differences*, 17, 280-290.
- Jeon, I. H., Kim, K. R., Kim, H. H., Park, J. Y., Lee, M., Jo, H. H., Koo, S. J., Jeong, Y. J., Song, Y. Y., Kang, J. I., Lee, S. Y., Lee, E., & An, S. K. (2013). Attributional style in healthy persons: Its association with 'Theory of Mind' skills. *Psychiatry Investigation*, 10(1), 34-40.
- Khodayarifard, M., Ghobari-Bonab, B., Akbari-Zardkhaneh, S., Zandi, S., Zamanpour, E., & Derakhshan, M. (2016). Positive psychology from Islamic perspective. *International Journal of Behavioral Sciences*, 10(2), 77-83.
- Larisch, A., Schweickhardt, A., Wirsching, M., & Fritzsche, K. (2004). Psychosocial interventions for somatising patients by the general practitioner. *Journal of Psychosomatic Research*, 57(6), 507-514.
- MC Dowell, J. (2009). The impact of attribution retraining for increasing student motivation. Unpublished master's thesis. United States, Ann Arbor: northern Michigan University.
- Motataianu, I. R. (2015). The relation between anger and emotional synchronization in children from divorced families. *Social and Behavioral Sciences*, 203, 158-162.
- Perry, R. P., & Hall, N. C. (2007). Attributional retraining. Retrieved October 22, 2011, from <http://www.education.com>.
- Schmeer, K. K. (2013). Family structure and child anemia in Mexico. *Social Science Medicine*, 95, 16-23.
- Sharifi, M., Hajiheidari, M., Khorvash, F., & Mirabdollah, M. A. (2013). Effectiveness of attribution retraining on women's depression and anxiety after miscarriage. *International Journal of Prevention Medicine*, 4(2), 239-244.
- Smith, E., & Clark, S. (2017). Variation in the link between parental divorce and children's health disadvantage in low and high divorce settings.
- Song, L., Che, W., Min-wei, W., Murakami, Y., & Matsumoto, K. (2006). Impairment of the spatial learning and memory induced by learned helplessness and chronic mild stress pharmacology. *Biochemistry and Behaviour*, 83, 186-193.
- Wang, C., Zhang, J., Li, J., Zhang, N., & Zhang, Y. (2011). Attribution retraining group therapy for outpatients with major depression disorder, generalized anxiety disorder, and obsessive-compulsive disorder: A pilot study. *Journal of Biomedical Research*, 25(5), 348-355.
- Wang, C., Zhang, N., Zhang, Y. L., Zhang, J., Yang, H., & Timothy, T. C. (2013). Comparison of the neurobiological effects of attribution retraining group therapy with those of selective serotonin reuptake inhibitors. *Brazilian Journal of Medical and Biological Research*, 46(3), 318-326.
- Yuan, W., & Wang, L. (2016). Optimism and attributional style impact on the relationship between general insecurity and mental health. *Personality and Individual Differences*, 101, 312-317.