



## ارتباط موثر و نقش آن در پیشگیری از طلاق والدین

اکرم عبدالله نژاد،<sup>۱</sup> عزیزالله رودینی،<sup>۲</sup> مصطفی راشکی

<sup>۱</sup>آموزش و پرورش شهرستان چابهار، akram.abdolahnejad@gmail.com

<sup>۲</sup>عضو هیئت علمی پردیس شهید مطهری زاهدان، moalem77@yahoo.com

<sup>۳</sup>مجتمع آموزش عالی سلامت چابهار، rashki.mostafa@gmail.com

### چکیده

در پژوهش حاضر به نقش مشاور مدرسه در آموزش برقراری ارتباط صحیح و موثر والدین با فرزندان و پیشگیری آن از طلاق پرداخته شده است. این پژوهش به روش روایی انجام گرفته است، روشی که بر اساس بازسازی روایت واقعی از زندگی افراد می باشد. نتایج حاصل از این پژوهش نشان می دهد ارتباط صحیح و موثر والدین با یکدیگر و فرزندان آنها منجر به پایداری و تداوم زندگی شده و از طلاق جلوگیری می نماید.

کلمات کلیدی:

طلاق، ارتباط موثر والدین، پژوهش روایی

### ۱- مقدمه

خانواده کوچکترین واحد اجتماعی است که ثبات یا ناپایداری اش بر تمامی اعضاء خانواده و جامعه اثر گذار است و از هم گسستگی این واحد کوچک اثرات بسیار مخربی بر روابط درون خانواده ها دارد. طلاق بر تمامی جوانب و ابعاد جامعه و علی الخصوص خانواده اثر گذار است، از جمله تاثیرات طلاق می توان به اثرات روحی، اقتصادی و فرهنگی اشاره نمود. چنین تغییراتی باعث می شود که کودکان احساس خشم، گناه، ناراحتی، ترس و مشکلات انطباقی را تجربه نمایند<sup>۱</sup>. گذشته از مواردی که ذکر شد در مواردی که زوجین دارای فرزند باشند، اثرات آن گریبان فرزندانشان را نیز خواهد گرفت حتی می توان گفت فرزندان از این پدیده بیشترین ضربه را متحمل شده و نسبت بزه کاری و اعتیاد در خانواده های متلاشی شده از طلاق خیلی بیشتر از خانواده های سالم و بادوام است<sup>۲</sup>. در حقیقت طلاق با ایجاد عقده های روانی در فرزندان والدین جدا شده جنبه منفی آن را خیلی گسترده تر می نماید. تحقیقات نشان داده است که بین مشکلات زناشویی والدین و مشکلات رفتاری کودکان رابطه ی قوی وجود دارد. عواملی که غالباً رشد کودک را به دنبال طلاق کاهش می دهند، شامل: افسردگی، مشکلات رفتاری و پیشرفت تحصیلی می باشد<sup>۳</sup>. از سوی دیگر مطالعات نشان داده که کودکان طلاق مشکلات درونی سازی و برونی سازی شده بیشتری نسبت به سایر کودکان دارند که از جمله اختلالات برونی سازی شده می توان به: اختلال کاستی توجه و بیش فعالی و از جمله موارد درونی سازی شده به: سکوت، اضطراب، افسردگی، ناامیدی و انزوا اشاره نمود.

### هدف و اهمیت پژوهش

آگاهی و شناخت کافی و عمیق از مبانی نحوه ارتباط والدین با فرزندان می تواند ما را در پرورش شخصیت سالم فرزندان در خانواده یاری رساند و روش های مناسب و مؤثر را برای چگونگی و نحوه ارتباط موثر والدین با فرزندان به دست دهد. ارتباط مؤثر والدین با فرزندان شامل: توانایی بیان احساسات، پذیرش احساسات دیگران و احترام به حق دیگران برای بیان احساسات و عواطف، توانایی ارتباط موثر و ابراز وجود می باشد.

### بیان مسئله

مدرسه ای نوساز در دو طبقه دارای هجده کلاس و حیاطی نسبتاً بزرگ، یک آزمایشگاه نسبتاً مجهز، یک کتابخانه، نمازخانه، یک سالن بزرگ امتحانات و سالن ورزشی مجهز به انواع وسایل ورزشی. اینجانب به عنوان مشاور در دبیرستان غیر انتفاعی در دوره دوم متوسطه به مدت ۶ سال است که مشغول به خدمت می باشم. در پایه دهم این مدرسه بنده با دانش آموزی مواجه گردیدم که به علت تازه وارد بودن به مدرسه و عدم موفقیت در برقراری ارتباط با دیگر دانش آموزان و همچنین افت یکباره نمرات تمام دروس توجهم را به خود جلب نمود. الهام دانش آموز مورد نظر از نظر ظاهری دانش آموزی مرتب و با لباس هایی تمیز به نظر می رسید. اما از نظر شرایط تحصیلی جزء دانش آموزان متوسط به پایین و شلوغ کلاس بود. طبق اصول مشاوره شرایطی ایجاد شد تا الهام به اینجانب اعتماد نموده و در نهایت به دفتر مشاوره البته در ظاهر بیشتر به



دلخواه خود، مراجعه نماید. در بدو ورود و در ارزیابی های اولیه این طور استنباط گردید که احتمالاً وی باید با توجه به سن و سال، شخصیتی احساساتی و زود رنج داشته باشد. در ادامه و بر اساس دانش مشاوره<sup>۳</sup> از وی خواستم تا هر چه می خواهد بیان و بازگو نماید. این خواسته من منجر به این گردید که دانش آموز مورد نظر تقریباً یک ساعت در خصوص وضعیت زندگی خود صحبت کند و در کمال تعجب هیچ کدام از حرف ها زده شده نیز تکراری نبود. این موضوع در درجه اول بدین معنا بود که ارزیابی های صورت گرفته اولیه کاملاً صحیح بوده و دانش آموز مورد نظر مدتهاست که با کسی این چنین صحبت نکرده است یا به بیان ساده تر گوش شنوایی برای حرف هایی که در سن وی واقعاً مهم قلمداد می گردد، نبوده است. البته او در پایان از بنده قول گرفت که به هیچ وجه حرف های او به والدینش منتقل نگردد. ضمن گفتگوهای زیادی که با هم داشتیم علت گوشه گیری الهام مشخص شد که عبارت بود از عدم ارتباط موثر با والدین، عدم پایبندی والدین بویژه پدر به زندگی خانوادگی و مشکلات اقتصادی ناشی از عدم پایبندی پدر به زندگی خانوادگی و بالتبع نگرانی او بابت آینده سایر اعضاء خانواده. بعد از شنیدن کامل صحبت های الهام و بر اساس تجربه تصمیم گرفتیم تا در جلسات متعدد، مشاوره فردی به وی ارائه نمایم. طی جلسات بعدی که با همدیگر صحبت می کردیم شرایط روانی و عاطفی او رفته رفته بهتر شد و مشخص بود که بار روانی که بر دوش او سنگینی می کرد کم شده است. بنابراین طی ملاقات های بعدی به او در مورد چگونگی ارتباط برقرار کردن با هر کدام از والدینش صحبت می کردیم و نتیجه را دفعه بعد مورد نقد و بررسی قرار می دادیم. بر این اساس در وحله اول از وی خواسته شد تا رابطه ای دوستانه و صمیمی با مادر خود برقرار نماید و خود را حامی مادر بداند. این ارتباط صمیمانه در مدت کوتاهی منجر به اعتماد مادر به فرزندش شد. بعد از این مرحله بصورت غیر مستقیم و از طریق دانش آموز بدون اینکه مادر متوجه شود با وی ارتباط برقرار نمودم و در ادامه از الهام خواسته شد تا با برادران و خواهران کوچکتر خود نیز ارتباطی دوستانه همانند مادر برقرار نماید. و در مرحله آخر به وی ماموریت داده شد پدر خود را در این ارتباط صمیمانه شکل گرفته در بین اعضای خانواده وارد نماید و خوشبختانه پدر نیز بیش از آنچه که تصور می شد اشتیاق از خود نشان داد.

#### روش تحقیق:

این پژوهش، روایی<sup>۵</sup> است؛ به عبارت دیگر نوعی از پژوهش که پژوهشگر به کمک آن زندگی افراد را مطالعه نموده و از یک یا چند نفر می خواهد که داستان های زندگی خود را بیان نمایند. سپس این اطلاعات توسط پژوهشگر به صورت روایت زمانی بازسازی شده و در پایان پژوهشگر دیدگاه های زندگی راوی را با دیدگاه های واقعی خود در قالب روایت جمعی تلفیق می کند.

انواع ابزارهای گردآوری داده ها و اطلاعات:

یادداشت های میدانی از تجربه های مشترک، دفترچه یادداشت های روزانه، مصاحبه ها، داستان گویی، نامه نگاری.

مراحل پژوهش روایتی:

- ۱- یادداشت کلیه مطالب حاصل از مشاهده، مصاحبه و پویش روایی، ۲- بازنویسی دوباره یادداشت ها، ۳- ویرایش مطالب بازنویسی شده، ۴- کد گذاری داده ها بر اساس منبع داده، ۵- ورود به جدول ثبت داده، ۶- بازیابی مجدد اطلاعات، ۷- تحلیل محتوای داده ها برحسب مضمون و فراوانی آنها، ۸- نتیجه گیری و نگارش گزارش نهایی

#### گردآوری اطلاعات:

تحقیقات نشان می دهد که ارتباط موثر رابطه ای<sup>۱</sup> است که در آن شخص به گونه ای عمل کند که در آن علاوه بر اینکه خودش به خواسته هایش می رسد، افراد مقابل نیز احساس رضایت کنند. از این رو روابط فردی با دیگران را به ۳ دسته تقسیم می کنند<sup>۲</sup>:

۱- ارتباط قدرت مدار خود محور، فردی که چنین رفتاری دارد معمولاً:

می خواهد نظرش را به دیگران تحمیل کند، حوصله گوش دادن به حرف های دیگران را ندارد، حرف، حرف خودش است و دائماً فرمان می دهد، این گونه اشخاص در درون خود اغلب احساس گناه و خجالت دارند و از دیگران واکنش های منفی دریافت می کنند و مقبولیت چندانی ندارند، و غالباً این گونه افراد معمولاً تنها می مانند.

۲- ارتباط منفی و منفعل، در این روش شخص آگاهانه سعی می کند:

از درگیری اجتناب کند، حتی اگر نتیجه اش رنج بردن خودش باشد، به جای عمل عکس العمل نشان می دهد، خواسته های دیگران را بر خواسته های خود ترجیح می دهد و اطرافیان هم از رفتار او سوء استفاده کرده و از طرف آن ها تصمیم می گیرند و سهم آن ها را در رابطه انکار می کنند یا به آن ها کار بیشتری ارجاع می دهند و مطالعات نشان داده که زمینه این گونه رفتارها بیشتر عامل ترس است.

۳- ارتباط مثبت و موثر، شخصی که رفتاری مثبت و تأثیر گذار دارد:

ارتباط موثر رابطه ای است که در آن طرف مقابل پیام شمارا با حداکثر دقت ممکن دریافت و درک کند. اکثر متخصصان ارتباطات بخش اصلی (و گاه تمام) موفقیت ارتباط موثر را بر عهده ای ارسال کننده ی پیام می گذارند. البته این به معنای انکار اهمیت نقش دریافت کننده نیست، بلکه تأکیدی



بر این امر است که فرستنده پیامها، مسئولیت دارد از تمام توان خود برای افزایش اثربخشی ارتباط استفاده کند و به سادگی بی توجهی یا بی دقتی مخاطب را به بهانه‌ای برای کاهش اثربخشی ارتباط تبدیل نکند.

روش های جمع آوری اطلاعات:

- مصاحبه فردی با معلمین:

پس از گذشت چند هفته از سال تحصیلی و برگزاری آزمون های سنجش آزمایشی توسط دبیران متوجه شدم که الهام به طور مستمر از نحوه برگزاری امتحان و چگونگی طرح سوال و تعداد سوالات امتحانات مدام گله و شکایت دارد و مرتباً نمرات درسی او افت می نماید. همچنین شیطنت ها و رفتارهای پر خاشگرانه او موجب پرت شدن حواس سایر هم کلاسی هایش در حین تدریس دروس مختلف می شود که وقتی این موضوع را با دبیران و همکاران دیگر در میان گذاشتم نتیجه برایم یقین حاصل شد که الهام دارای مشکل حادی می باشد که بر رفتار او با معلمین و دانش آموزان نیز تاثیر گذاشته است.

- مصاحبه با والدین الهام:

با توجه به گفته های والدین، الهام اولین فرزند خانواده بود. دارای ۳ خواهر و ۱ برادر کوچکتر بود و والدین الهام به دلیل مشغله های اقتصادی و روحی و روانی و بویژه عدم توجه پدر به خانواده سبب عدم ارتباط درست والدین با هم دیگر و فرزندانشان گردیده بود و بطوریکه زندگی آنها در آستانه گسست قرار داشت و این موضوع سبب شده بود که والدین به هیچ کدام از فرزندان بویژه به الهام که در شرایط ویژه نوجوانی قرار داشت توجه نکنند و موجبات شکست روحی و افت تحصیلی برای وی ایجاد نمایند.

- مطالعات کتب روانشناسی:

مطالعات نشان می دهد که یکی از مشکلات رایج در میان دانش آموزان دبیرستانی مشکل عدم ارتباط مثبت<sup>۶</sup>، موثر و سازنده بین دانش آموزان و اعضای خانواده ایشان می باشد. از این رو با توجه به شرایط ویژه الهام در مرحله اول شرایط گفتگو و همدلی را فراهم نمودم و بجای نصیحت کردن ابتدا از دانش آموز خواستم تا هر چه دل تنگش می خواهد بازگو نماید و همین گفتگو باعث شد تا بار سنگین رازهای ناگفته از دوش او برداشته شود و الهام در مراحل بعدی با روحیه بهتری به من مراجعه نماید. سپس با توجه به دانش روانشناسی<sup>۴</sup> در ابتدا به الهام راه برقراری ارتباط سازنده با تک تک اعضای خانواده بویژه مادرش آموزش داده شد. در جلسات بعدی راه برقراری ارتباط درست و سازنده با سایر اعضای خانواده را به او آموزش دادم و در آخر راه ارتباط موثر با پدر را به او نشان دادم. در واقع با کمک دانش آموز خانواده ای را که در حال فروپاشی بود با دخالت غیرمستقیم از طلاق نجات یافت.

راه های پیشنهادی کسب ارتباط موثر در خانواده<sup>۲</sup>

- تک تک اعضای خانواده را همان گونه که هستند بپذیریم، نه اینکه بخواهیم آنها را در خواسته های خود شکل بدهیم.
- اگر رفتار یکی از اعضای خانواده مثلاً سخن چینی و یا غیبت او برایمان قابل پذیرش نیست، همان رفتار را زیر سوال ببریم نه کل شخصیت او را.
- وقتی مسئله ای به وجود می آید اول مالکیت مسئله را تعیین کنیم که مسئله متوجه چه کسی است یا چه کسی را ناراحت کرده است. مسئولیت و مالکیت خودمان را به عهده بگیریم و آن را با پیام (من) بدون مقصر دانستن یا سرزنش دیگران بیان کنیم و به دیگر اعضای خانواده اجازه و فرصت دهیم که به احساس ما احترام بگذارند و رفتارشان را طوری تغییر دهند که مسئله حل شود.
- راه حلی را انتخاب کنیم که دو طرف برنده باشند، نه اینکه در انتها یک نفر بازنده شود.
- در مقابل مقاومت دیگران آن مقاومت را تائید کنیم. مثلاً بگوییم: (اگر من هم بودم، همین احساس را داشتم) چرا که (این مقاومت ما در مقابل دیگران است که مشکل آفرین است نه مقاومت دیگران به تنهایی).
- چون نگرش و دنیای هر فرد با دیگری متفاوت است یقیناً انسان ها، دنیا را متفاوت درک می کنند پس با آدم های متفاوت بایستی برخورد متفاوت داشت. به تعبیری: (اول باید به دنیای دیگران پا بگذاریم بعد آن ها را به دنیای خود یا دیگری هدایت کنیم).
- بر این باور باشیم که هم من خوبم و هم فردی که با او ارتباط برقرار می کنم تا در ارتباط به تفاهم برسیم، مشکل امروز خانواده ها عدم تفاهم نیست بلکه سوء تفاهم است.

نتیجه گیری:

نتایج حاصل از این پژوهش و پژوهش های مشابه نشان می دهد ارتباط موثر میان والدین و فرزندان مانع از فروپاشی خانواده های در حال طلاق می گردد و این امر موجب پیشگیری از بزه کاری های بعدی نظیر اعتیاد و غیره می گردد.



#### منابع و مأخذ:

۱. هیلز ساندرا، ویوور ریچارد ال، ارتباط موثر، بهزادی مقدم عباس (مترجم)، یحیایی عفت (مترجم)، ارجی رقیه (مترجم)، کاظم زاده فاطمه (مترجم)، تهران، ناشر فراانگیزش، ۱۳۹۲
۲. کیانی آزاده، راهکارهای برقراری ارتباط موثر و بهبود فردی، ۱، تهران، ۱۳۹۵.
۳. شفیع‌آبادی عبد الله، فنون و روش‌های مشاوره، ۱۰، تهران، ترمه و چپر، ۱۳۹۰.
۴. شعاری‌نژاد علی اکبر، مبانی روان‌شناختی تربیت، تهران: پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی، چاپ سوم، ۱۳۷۵
۵. سیف علی اکبر، روانشناسی پژوهشی. تهران، آگاه، چاپ اول از ویرایش پنجم، ۱۳۷۹
۶. بیلر رابرت، توصیه‌های مشاوره‌ای رفتار با دانش آموز (معلم مشاور ۱)، کدیور پروین. تهران، کاربرد روان‌شناسی در آموزش. جلد اول. مرکز نشر دانشگاهی ۱۳۶۷.
۷. (۱۳۸۵).. شکر بیگی عالی، بررسی رابطه بین طلاق و بزهدکاری فرزندان، فصل نامه جامعه‌شناسی، شماره ۵، ۱۸ صفحه - از ۷۵ تا ۹۲ دانشگاه آزاد آشتیان، ۱۳۸۵.
8. Brewer, M. M. The effects of child gender and child age at the time of parental divorce on the development of adult depression. *Family and Conciliation Court Review*, 35, 269-279, 2010.
9. Belsky, J., Lerner, R. M., & Spanier. G. B. *The child in the family*. Reading, MA: Addison- Wesley 1984.

#### Abstract

In the present study, the role of the school counselor in educating the proper and effective communication of parents with their children and preventing them from divorcing is discussed. This research is carried out in a narrative way, a method based on the reconstruction of the actual narrative of people's lives. The results of this study show that the correct and effective relationship between parents with each other and their children leads to the sustainability of life and prevents divorce.

#### Key words:

Divorce, Parents Effective Communication, Validity Research