

کمک های اولیه روانشناختی برای کودکان طلاق :  
یک مطالعه مروری

**Psychological First Aid for Children of Divorce: A  
Literature Review**

میناکاویان

کارشناس ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه آزاد واحد قوچان

امیر خجسته کاشانی

دانشجوی دکتری روانشناسی سلامت، دانشگاه آزاد واحد مشهد

الهام تهامی

کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه فردوسی مشهد

**Mina kavian**

Azad-e-Islami University, Ghochan, Iran

**Amir khojaste kashani**

Azad-e-Islami University, Mashhad, Iran: Khojaste.amir@gmail.com

**Elham Tahami**

Ferdousi University, Mashhad, Iran

**Abstract**

**Background and purpose:** There are several consequences of divorce increases. Of the consequences of the damage biological, psychological, social, community figures on children who will build the future. So researchers are looking for ways to reduce injuries in children have this dilemma. This study reviews the literature related to psychological first aid for children of divorce is done. Search research is presented in three parts. These are the children of divorce definitions injuries, first aid proper and effective outlines the most effective measures to reduce damage to children of divorce.

**analysis method:** This study is descriptive (the review). For a comprehensive review of research in the field of psychological injuries and first aid to children of divorce were analyzed several sources. In this regard, in addition to external sources of information, resources and databases inside Iran are also investigated. In the first phase, a total of 25 articles, 35 articles in English and Farsi

**چکیده**

زمینه و هدف: افزایش طلاق تبعات متعددی در پی دارد، از مهمترین پیامدهای آن آسیب های زیستی، روانی، اجتماعی بر کودکانی است که پیکره جامعه آینده را خواهند ساخت. از اینرو پژوهشگران بدنبال راهکاری برای کاهش آسیب های این معضل در کودکان بوده اند. پژوهش حاضر با بررسی مروری مقالات مرتبط با کمک های اولیه روانشناختی برای کودکان طلاق صورت پذیرفته است. براینند جستجوی پژوهش ها در بخش های سه گانه تعاریف آسیب های فرزندان طلاق، کمک های اولیه مناسب نسبت به فرزندان و تشریح بیشترین و اثربخش ترین اقدامات موثر در کاهش آسیب های فرزندان طلاق ارائه گردیده است.

**روش بررسی:** مطالعه حاضر توصیفی (از نوع مروری) می باشد. بمنظور بررسی جامع پژوهش های صورت پذیرفته در حوزه آسیب ها و کمک های اولیه روانشناختی به فرزندان طلاق منابع متعددی بررسی گردید. در این راستا علاوه بر بررسی منابع اطلاعاتی خارجی، منابع و پایگاه های اطلاعاتی داخل ایران نیز بررسی شده است. در مرحله اول، مجموعاً تعداد ۲۵ مقاله انگلیسی و تعداد ۳۵ مقاله فارسی ثبت شده، ذخیره گردید. بعد از

recorded, saved. Article 30 of the articles were selected after a final review that took 17 articles in Persian and English Article 13.

Results: Studies show that children of divorce damage in individual functional areas (academic, cognitive, emotional, etc.), interpersonal, family been made. If the investigation continues into adulthood. In this regard, the effectiveness of self-segregation interventions such as education, differentiation, life skills training, cognitive-behavioral family therapy, bibliotherapy and play activities centered on reducing the damage has been effective.

Conclusions: Although divorced multiple injuries to children. But psychological intervention approaches, especially with higher efficiency can be profound and lasting impact these injuries are preventable.

**Keywords:** first aid, psychological, Trauma, children, divorce.

بررسی نهایی ۳۰ مقاله از این مقالات منتخب گردیده که تعداد ۱۷ مقاله فارسی و تعداد ۱۳ مقاله انگلیسی را در برداشتند.

یافته ها: مطالعات انجام شده بیانگر آن است که آسیب های فرزندان خانواده های طلاق در حوزه های عملکردی فردی (تحصیلی، شناختی، عاطفی، هیجانی و ...)، میان فردی، خانوادگی نمود یافته، در صورت عدم رسیدگی تا بزرگسالی ادامه می یابد. در این راستا اثربخشی مداخلاتی همچون آموزش تفکیک خویشتن، خودتمایزسازی، آموزش مهارت های زندگی، خانواده درمانی شناختی رفتاری، کتاب درمانی و فعالیت های بازی محور در کاهش آسیب های مذکور موثر بوده است.

نتیجه گیری نهایی: هرچند که طلاق آسیب های متعددی برای کودکان دارد، لیکن مداخلات روانشناختی بالاخص رویکردهای چندگانه با اثربخشی بالاتری می تواند از تاثیرات عمیق و ماندگار این آسیب ها پیشگیری نمایند.

**واژه های کلیدی:** کمک های اولیه، روانشناختی، آسیب، کودک، طلاق.

## مقدمه

کمک های اولیه روانشناختی<sup>۱</sup> (PFA) رویکردی برای کمک به افرادی است که تحت تاثیر رویداد فوری، آسیب زا یا بلایا قرار گرفته اند. این کمک ها می تواند شامل اصولی اساسی برای تقویت بهبودی باشد. این رویکرد به افراد کمک می کند تا احساس امنیت کنند، با دیگران ارتباط برقرار نمایند، آرام و مفید باشند، به حمایت های جسمی، عاطفی و اجتماعی دسترسی پیدا کنند و این احساس ایجاد شود که می توانند به خودشان کمک نمایند. کمک های اولیه روانشناختی بر مبنای گذر از مراحل چهارگانه واکنش استرس دار بحران ها (فاز بحرانی، واکنش، اصلاح و بازیابی مجدد)<sup>۲</sup> و اینکه فرد در کدامیک از این مراحل قرار دارد بایستی به فرد ارائه شود (باقری یزدی، ۱۳۸۴). کمک های اولیه روانشناختی بر این درک استوار است که افراد متاثر از بلایا یا بحران دامنه ای از واکنش های اولیه (جسمی، روانشناختی، عاطفی و رفتاری) را تجربه می کنند که این واکنش ها ممکن است با توانایی آن ها برای مقابله با استرس تداخل پیدا کند. این واکنش ها طبیعی هستند و تجارب افراد را قابل فهم می سازد. بهبودی ممکن است با ارائه همین کمک های اولیه روانشناختی تحقق یابد. باین حال برخی افراد ممکن است، نیازمند دریافت خدمات و حمایت های روانشناختی بیشتری باشند.

هدف کمک های اولیه روانشناختی کاهش پریشانی اولیه، برآورده کردن نیازهای جاری، تقویت روش های مقابله ای منعطف و بهبود سازگاری فرد است. کمک های اولیه روانشناختی با کمک به افراد در تعیین نیازهای فوری آن ها، نقاط قوت و توانایی هایشان برای برآورده ساختن این نیازها، از بهبود حمایت می کنند. نتایج تحقیقات نشان می دهند که باورهای فرد در توانایی انطباق و مقابله با استرس می تواند پیامدها

۱. فاز بحرانی (چند دقیقه ، چند ساعت یا چند روز)، فاز واکنش (به مدت یک تا شش هفته)، فاز

اصلاح (یک تا شش ماه)، فاز بازیابی یا سازماندهی مجدد (حدود ماه ششم به بعد)

را پیش‌بینی کند (سان‌انگ<sup>۱</sup>، ۲۰۱۶). به‌طور معمول افرادی که پس از سانحه بهتر عمل می‌کنند، آن‌هایی هستند که خوش‌بین، مثبت و با اعتماد هستند و بر این باورند که زندگی قابل‌پیش‌بینی است (آخوندی، ۱۳۸۲). کمک‌های اولیه روانشناختی اهدافی از قبیل آرام کردن افراد، کاهش سطح پریشانی، ایجاد احساس امنیت و اطمینان، تعیین و کمک به نیازهای اخیر، برقراری ارتباط انسانی، تسهیل حمایت اجتماعی، کمک برای درک موقعیت یا مصیبت، کمک برای شناخت نقاط قوت و توانایی‌های مقابله‌ای خود، پرورش باور به توانایی افراد در مقابله و سازگاری با استرس، امید دادن، کمک به غربالگری افراد نیازمند کمک حرفه‌ای، تقویت عملکرد سازگاران، قرار دادن افراد در مسیر بهبودی، کاهش عوامل خطر ایجاد اختلالاتی مثل استرس پس از سانحه (ptsd) را دنبال می‌کند (باقری یزدی، ۱۳۸۴).

عناصر پنج‌گانه اصلی کمک‌های اولیه روانشناختی در زمینه کمک‌های اولیه عبارتند از امنیت، آرامش، پیوند و ارتباط، خودکارآمدی فردی و گروهی و امید. سازمان بهداشت جهانی سه راهکار عملی برای ارائه کمک‌های اولیه روانشناختی و تحقق عناصر پنج‌گانه اصلی مطرح نموده است. اصول سه‌گانه مشاهده، گوش دادن و پیوند مقدمات راهنمایی را فراهم می‌کند تا چگونه یک موقعیت مورد آسیب را شناسایی نموده و به آن وارد شویم (مشاهده) سپس نیاز افراد متأثر از حادثه را درک کرده (گوش دادن) و در نهایت دسترسی آن‌ها به اطلاعات و حمایت‌های عملی مورد نیاز را ممکن سازیم (پیوند) (رزاقی، ۱۳۹۳، به نقل از Australian Psychological Society، ۲۰۱۳).

خانواده اولین هسته اجتماع و اساسی‌ترین بنیان جامعه است که نقش مهمی در بهداشت روانی فرزندان و اعضای جامعه دارد. خانواده امروزه دچار آسیب‌های متعددی گردیده است، که یکی از عمده‌ترین آن‌ها طلاق است (حسینی یزدی و همکاران، ۱۳۹۴). طلاق والدین یکی از عمده‌ترین رویدادهای استرس‌زایی است که کودکان و نوجوانان با آن مواجه می‌شوند و اثرات کوتاه‌مدت و بلندمدت اقتصادی،

<sup>۱</sup>. Sun, Ang

اجتماعی، عاطفی و هیجانی در بزرگسالان و کودکان برجای می گذارد. در این میان کودکان طلاق به خاطر سن پایین تر و مهارت های ناکارآمد بیشترین آسیب را متحمل می شوند (فاگان و چرچیل<sup>۱</sup>، ۲۰۱۲).

طلاق والدین مجموعه ای وسیعی از تغییرات و سازماندهی های مجدد را در خانواده ایجاد می کند که در طول زمان بر سازگاری کودک تاثیر می گذارند. این تغییرات شامل تغییر محل سکونت، روابط خانوادگی و استانداردهای زندگی می شود که نه تنها سازگاری زوجین بلکه تعادل روانی فرزندان و اطرافیان آن ها را نیز به خطر می اندازد. در این میان اصلی ترین قربانی تصمیم والدین، کودکان هستند. (جرمی<sup>۲</sup>، ۲۰۱۵) بنابراین طلاق علاوه بر اینکه مشکلات اقتصادی، اجتماعی و روانی را برای خانواده به همراه دارد. در کودکان احساس خشم، گناه، ناراحتی، ترس و مشکلات انطباقی را به دنبال دارد. (بریور<sup>۳</sup>، ۲۰۱۰) بطور کلی می توان بیان نمود که پدیده طلاق بسیار پیچیده است و باعث دگرگونی های عمده ای در مسیر زندگی می شود و اثرات شخصی و اجتماعی کوتاه مدت و بلند مدت زیادی دارد. این مساله الگوهای رابطه ای جدیدی را می طلبد (آماتو<sup>۴</sup>، ۲۰۰۰؛ هترینگتون و کلی<sup>۵</sup>، ۲۰۰۲). پژوهش های متعددی نشان داده اند که مشکلات زناشویی والدین بر فرزندان و کیفیت روابط آن ها تاثیر می گذارد و بین تعارضات زناشویی و مشکلات رفتاری کودکان رابطه مثبت وجود دارد. (استوزمن و همکاران<sup>۶</sup>، ۲۰۱۱؛ به نقل از بشارت، دهقانی و تولائی، ۱۳۹۳). در همین راستا و با توجه به آمار طلاق در ایران، که در چند سال اخیر مرز هشدار را نیز گذرانده است و با اشاره به این مهم که طبق آمار رسمی در ایران از هر هزار مورد ازدواج حدود دویست مورد به طلاق منجر می شود (بهاری، به نقل از فاریابی و زارعی محمودآبادی، ۱۳۹۵) و آمار طلاق در ایران در رتبه چهارم جهان قرار

1 . Fagan & Churchill

2 . Jeremy

3 . Brewer

4 . Amato

5 . Hetherington & Kelly

6 . stewesman and et al

دارد(رنجبر، ۱۳۹۳). مداخلات، طرح ها، برنامه ها و اقدامات، متنوع، گوناگون روانشناختی برای کاهش آسیب فرزندان طلاق عنوان و بررسی گردیده است. در این بررسی نویسنده با هدف بررسی و فهرست نمودن آسیب ها و مداخلات موجود، در صدد پاسخگویی به این سؤال نیز می باشد که کدامیک از روش های موجود کمک های اولیه روانشناختی برای کودکان طلاق بازخوردهای بیشتری در مقالات دریافت نموده و اثربخش تر ارزیابی می گردد.

### روش بررسی

بمنظور بررسی همه جانبه پژوهش های صورت پذیرفته با عنوان مشابه یا در حوزه آسیب ها و کمک های اولیه روانشناختی به فرزندان طلاق پژوهشگر منابع متعددی را مورد بررسی قرار داده است. در این راستا علاوه بر بررسی منابع اطلاعاتی خارجی که در ذیل به توضیح آن پرداخته شده است، منابع و پایگاه های اطلاعاتی داخل ایران نیز مورد بررسی قرار گرفته است. مدلاین دارای بیش از ۱۹ میلیون منبع مربوط به مقالات مجله ای از سال ۱۹۶۶ تاکنون می باشد که بیشتر آن ها در ایالات متحده به چاپ می رسند و پایگاه هایی نظیر pubmed و Ebsco از جمله درگاه های دریافت اطلاعات از مدلاین می باشند. ام بیس نیز شامل بیش از ۲۵ میلیون مدارک به ثبت رسیده از سال ۱۹۴۷ تاکنون می باشد و هر ساله بیش از یک میلیون سند به آن افزوده می شود. این پایگاه اطلاعات بیش از ۷۶۰۰ مجله زیست پزشکی را از حدود ۹۰ کشور در سراسر دنیا از طریق برخی پایگاه های اطلاعاتی نظیر Elsevier و Ovid در اختیار کاربران قرار می دهد. از آنجایی که انجام یک جستجوی جامع برای شناسایی حداکثر مطالعات قابل بازیابی موجب به حداقل رساندن تورش انتخاب می گردد. اگر فقط از یک موتور جستجو استفاده شود، کافی نیست، زیرا بررسی ها نشان می دهند که تنها ۳۰ تا ۸۰٪ همه کارآزمایی های بالینی تصادفی شده از طریق مدلاین قابل شناسایی هستند. با توجه به همپوشانی پایگاه هایی نظیر مدلاین و ام بیس حدود ۳۴٪ برآورد می شود، استفاده از حداقل دو موتور جستجو برای اطمینان از نتایج جامع تر لازم بنظر می

رسد (گرین<sup>۱</sup>، ۲۰۱۳). به این منظور در انجام پژوهش حاضر از سه پایگاه اطلاعاتی خارجی به نام های مدلاین، ام بیس و ساینس دایرکت استفاده گردیده است. علاوه بر جستجوی مقالات منتشر شده در مجلات داوری شده ممکن است، لازم باشد جستجوهای دستی و اینترنتی، ردیابی مراجع موجود در مقالات برای رسیدن به مقالات بیشتر و ارزیابی مجلات مرتبط نیز صورت گیرد. اگرچه ممکن است مرورهای توصیفی، خلاصه مقالات کنفرانس ها و کتب مرجع از فرایند کار مربوط به استخراج شواهد و داده ها کنار گذاشته شوند، لیکن می بایست مورد توجه قرار گیرند، زیرا می توانند شامل اطلاعاتی برای کشف منابع مربوط به مطالعات اصلی قابل استفاده در فرایند مرور باشند (نیکلسون<sup>۲</sup>، ۲۰۰۷). به منظور تحقق این هدف و برای جستجوی مقالات فارسی علاوه بر جستجو در گوگل اسکولار در پایگاه جهاد دانشگاهی (SID)، مگ ایران و نور مگز نیز جستاری صورت پذیرفت. پژوهشگر مرور بر مطالعات انجام شده را با سئوالات زیر شروع کرد:

۱. آسیب های روانی فرزندان خانواده های طلاق کدام است؟
  ۲. چگونگی مواجهه فرزندان با طلاق والدین به کاهش آسیب های روانی ایشان کمک می کند؟
  ۳. کدامین کمک های اولیه بیشترین فراوانی در مورد فرزندان طلاق داشته اند؟
  ۴. اثربخش ترین اقدامات در کاهش آسیب روانی فرزندان طلاق کدام بوده است؟
- نتیجه بررسی های صورت پذیرفته، مجموعاً تعداد ۲۵ مقاله انگلیسی و ۳۵ تعداد مقاله فارسی ثبت شده، ذخیره گردید. بعد از بررسی نهایی تعداد ۳۰ از این مقالات کنار گذاشته شد و در نهایت تعداد ۱۷ مقاله فارسی و تعداد ۱۳ مقاله انگلیسی بررسی گردید.

1. green

2. Nicholson



## یافته ها

نتایج جستجوی پژوهش ها در بخش های سه گانه تعاریف و تبیین آسیب های فرزندان خانواده های طلاق، کمک های اولیه مناسب در بحران طلاق نسبت به فرزندان و تشریح بیشترین و اثربخش ترین اقدامات موثر در کاهش آسیب های فرزندان طلاق ارائه گردیده است.

## آسیب های فرزندان طلاق

اغلب تحقیقات روی کودکان طلاق در دهه ۱۹۷۰ آغاز شده است. کلی و والراشتاین اولین پیشگامان این حیطه از طلاق به عنوان عاملی بالقوه در مشکلات تحولی کودکان یاد کرده اند. از جمله این تاثیرات در کودکان پیش دبستانی می توان از کاهش در عملکرد مدرسه، مشکلات سازشی مزمن مانند افسردگی و عزت نفس پایین و مشکلات تعاملی با همسالان بویژه در کلاس های بالاتر نام برد (فریمان<sup>۱</sup>، ۱۹۹۴). کال، بیر و بیر نشان دادند، کودکان طلاق معدل پایین تری نسبت به کودکانی که متعلق به خانواده های سالم هستند دارند (کورتز<sup>۲</sup>، ۱۹۹۴) و ایتمن دریافت که اغلب کودکان طلاق فرایند سوگ را مشابه آنچه در مرگ اتفاق می افتد درک می کنند. (انکار، خشم، چانه زنی، افسردگی و پذیرش) طی کردن این فرایند، حدود دو سال به طول می انجامد (وایتمن<sup>۳</sup>، ۱۹۹۱). ریچمن<sup>۴</sup> (۱۹۸۸) واکنش های گوناگونی را نسبت به طلاق والدین در کودکان پیش دبستانی همچون احساس غم و اندوه، انزوا، اضطراب، بداخلاقی، اضطراب شدید نسبت به جدایی از والد باقی، ترس از جدایی، کابوس، مشکلات تغذیه و خواب توصیف نموده است. (ریچمن به نقل از کلاتری، ۱۳۷۲)

<sup>1</sup> . Frieman

<sup>2</sup> . Kurtz

<sup>3</sup> . Whiteman

<sup>4</sup> . richeman

همچنین بالدوین<sup>۱</sup>، کال هام<sup>۲</sup> و برس<sup>۳</sup> به اختلالات رفتاری متاثر از طلاق در کودکان اشاره کرده اند (به نقل از کجیاف، آقایی و کاویانی، ۱۳۸۳).

عدم فهم و ادراک جدا زندگی کردن والدین (بانکی، ۱۳۸۸)، بهداشت روانی پایین تر و استفاده بیشتر از شیوه مقابله هیجانی و اجتنابی (قمری و فکور، ۱۳۸۹)، پرخاشگری بیشتر (یعقوبی، سهرابی و مفیدی، ۱۳۹۰)، ترس کودک از طرد شدگی، تغییرات در شرایط زندگی، خجالت، گناه، نگرانی در رابطه با جدایی های بعدی و ترس ماندگار از مشکل ناشناخته بعدی، اعتماد به نفس پایین از اضطراب نشات می گیرد، که در آینده ای نزدیک در کمین نشسته است. (میلر<sup>۴</sup>، ۲۰۰۶). اضطراب در این سنین عواقب متعددی را به دنبال دارد، از جمله اینکه موجب بروز افسردگی و بیماری های جسمی گوناگون می شود (کاظمیان، کلاتر هرزی، ۱۳۹۱). اضطراب (بموراس<sup>۵</sup>، ۲۰۰۳؛ فاطمی، ۱۳۸۳؛ سید محمدی، ۱۳۸۱)، پرخاشگری (کاهنی و حسن آبادی، ۱۳۷۹)، روانپریشی، بدگمانی، افسردگی، ترس مرضی، تنیدگی، (چاوشی فر، رسول زاده، ۱۳۷۹) و در نهایت اعتیاد (آخوندی، ۱۳۸۲؛ برهانی، ۱۳۹۱)، از جمله آسیب های متعددی است که بسته به سن و عوامل دیگر در فرزندان طلاق و حتی فرزندان طلاق عاطفی (ارجمند، ۱۳۹۳) سالیان بسیار زیادی با آن درگیر هستند. برخی نیز بر این عقیده اند که یک سوم کودکان طلاق از اثرات آن بهبودی نمی یابند. به خوبی مراحل کوبلر راس را طی نموده و همچنان خشمگین یا افسرده باقی می مانند. در نتیجه از شکست در مدرسه و مشکلات پیچیده تر در بزرگسالی رنج خواهند برد. (وایتمن، ۱۹۹۱) و حتی تا بعد از ۲۵ سال از این واقعه شکست های بیشتری در ازدواج، مسائل اقتصادی، تحصیلی، اجتماعی و روانی تجربه می کنند. (والرشتاین و روزنتال<sup>۶</sup>، ۲۰۱۳).

<sup>1</sup>. baldvin

<sup>2</sup>. bress

<sup>3</sup>. kalham

<sup>4</sup>. Millar

<sup>5</sup>. Begmuaras

<sup>6</sup>. Wallerstein & Rosenthal

### کمک های اولیه به فرزندان طلاق

در راستای کمک های اولیه روانشناختی به فرزندان طلاق مداخلاتی صورت گرفته که در ذیل به چندی از آنها اشاره شده است:

در بررسی آموزش تفکیک خویشتن برمبنای نظریه بوون بر کاهش میزان اضطراب و افزایش اعتماد به نفس دانش آموزان دبیرستانی خانواده های طلاق کاظمیان و کلانتر هرمزی با تاکید بر مفهوم خود متمایز سازی در نظریه بوون برای کاهش اضطراب که نه تنها فرایند درمانی است بلکه تکنیک درمانی نیز محسوب می شود، راهکاری نوین برای کاهش مسایل روانشناختی کودکان طلاق را بررسی و تایید نمودند. (کاظمیان و کلانتر هرمزی، ۱۳۹۱)

در پژوهشی دیگر با عنوان جلسات مشاوره حضوری آموزش مهارت های زندگی بر سلامت روان فرزندان خانواده های طلاق رئیسی و همکاران با انجام مداخله ای در ۶۰ کودک طلاق در شهرستان شهرکرد، برگزاری جلسات حضوری و گروهی آموزش مهارت های زندگی با تاکید بر مشکلات کودکان طلاق را در بازسازی سلامت روانی ایشان موثر دانستند. (رئیسی، گنجی، شاهمرادی، ۱۳۹۱)

در پژوهش کاظمیان و اسماعیلی با عنوان آموزش خود متمایز سازی بر کاهش اضطراب فرزندان خانواده های طلاق ضمن آموزش ده جلسه ای به ۱۶ دانش آموز در دو گروه عنوان نمودند آموزش خود متمایز سازی بر کاهش میزان اضطراب فرزندان خانواده های طلاق با ضریب اطمینان ۹۵٪ موثر بوده است. (کاظمیان و اسماعیلی، ۱۳۹۱)

خانواده درمانی شناختی - رفتاری بر مشکلات رفتاری کودکان خانواده های در معرض طلاق عنوان پژوهش کجباف و همکاران می باشد که ضمن آموزش ۸ جلسه ای به دوازده خانواده متقاضی طلاق، با انجام پیش آزمون و پس آزمون بر فرزندان ایشان مداخله شناختی رفتاری را دارای اثربخشی مناسبی برآورد نمود. (کجباف و همکاران، ۱۳۹۰)

اثربخشی کتاب درمانی گروهی بر میزان اضطراب جدایی و افسردگی در کودکان والدین طلاق گرفته با بررسی بانکی و همکاران صورت پذیرفت، نتایج موید آن بودند که کتاب درمانی گروهی بر نمرات افسردگی، اضطراب جدایی این کودکان حتی در پیگیری موثر بود. (بانکی، امیری، اسعدی، ۱۳۸۸)

اثربخشی گشتالت درمانی گروهی بر میزان اضطراب و عزت نفس دانش آموزان طلاق با بررسی ۳۰ دانش آموز در دو گروه در پژوهش اعتمادی و همکاران صورت پذیرفت. نتایج موید تاثیر گذاری این مداخله بر کاهش اضطراب، افزایش حرمت خود بوده است. (اعتمادی، حاجی حسنی، نادعلی پور، نظری، ۱۳۹۳)

اثربخشی مشاوره گروهی با رویکرد شناختی رفتاری در کاهش افسردگی کودکان طلاق عنوان پژوهش کرمی و همکاران است که مداخله ای ۸ جلسه ای برای ۲۰ کودک طلاق را ترتیب داده و کاهش افسردگی و احساس بی کفایتی را در ایشان آشکار نموده است. (کرمی، فخر آذری، قاسم زاده، ۱۳۹۲)

مقالات انگلیسی مورد بررسی در پژوهش حاضر در ادامه بیان گردیده است. تاثیر گروه درمانی شناختی-رفتاری بر کاهش افسردگی کودکان طلاق (کرمی و همکاران، ۲۰۱۲)؛ بر طبق نتایج این مقاله آموزش گروه درمانی شناختی-رفتاری در کاهش افسردگی کودکان طلاق موثر بوده است.

تاثیر فعالیت بازی محور والدین بر کاهش ارتباط بین خشم و گسیختگی عاطفی در کودکان طلاق (رادو، ۲۰۱۵) نشان می دهد که کودکان طلاق احساس رضایت و شادکامی پایینی دارند و پس از طلاق والدین، احساسات خشم و گسیختگی عاطفی در ارتباط با هم دلبستگی ضعیف و نایمنی را در آنها ایجاد می کند و والدین باید طی فعالیت بازی محور این کودکان را حمایت کنند تا بر عواقب ترومای طلاق آسان تر فائق آیند.

نتایج تحقیق هشیاری عاطفی- کلیدی برای برخورد مناسب با فرزندان طلاق در مدارس (وینبرگ، ۲۰۱۵)، نشان می دهد که بسیاری از معلمان نقش خودشان را در زندگی دانش آموزانشان بسیار حائز اهمیت می دانند و این تاثیر گذاری را از طریق

درگیری با زندگی دانش آموزانشان، ارتقاء دستاوردهای تحصیلی در مدرسه و مطمئن شدن از سلامتی دانش آموزانشان منعکس می کنند. همچنین بهبود هشیاری عاطفی و ادراکات کارکنان مدرسه در برخورد با فرزندان طلاق از دیدگاه آموزشی اهمیت بسیار بالایی دارد.

نتایج تحقیق وضعیت تاهل، طلاق و رشد کودک (گلیبن<sup>۱</sup>، ۲۰۱۵) نشان می دهد که بخش قابل توجهی از کودکان و نوجوانان که طلاق والدین را تجربه می کنند و همچنین تحقیقات زیادی که بر تاثیر طلاق بر پیامدهای سازگاری کودکان متمرکز شده است، نشان می دهد که انجام مداخلات به منظور جلوگیری یا کاهش مشکلات سازگاری پس از طلاق برای کودکان موثر و مفید است.

نتایج پژوهش تاثیر شرایط آموزشی و رفاهی پدر و مادر بر کیفیت زندگی کودکان پس از طلاق (جورنت<sup>۲</sup>، ۲۰۱۴) نشان دهنده این است که تا چه حد منابع والدین (نمرات آزمون های دانشگاهی و وضعیت اقتصادی) در سلامت روانی کودکان پس از طلاق تاثیر گذار است. کودکان مادران برخوردار از تحصیلات بالاتر کمتر از پیامدهای طلاق رنج می برند چون مادران با آموزش بهتر، ممکن است بهتر قادر به ارائه یک محیط امن و پایدار برای کودکان پس از طلاق باشند و همچنین اثرات طلاق برای خانواده هایی با منابع اقتصادی بهتر، بیشتر کاهش می یابد. اما برای پدران با تحصیلات بیشتر این تاثیر مثبت کاهش می یابد.

## بحث و نتیجه گیری

بحث پیرامون پدیده طلاق از گستردگی بسیاری برخوردار است اما نتیجه گیری و جمع بندی از مقالات و پژوهش های انجام شده در این زمینه نشان می دهد که تبیین آسیب های فرزندان خانواده های طلاق گواه از کاهش در عملکرد مدرسه، مشکلات سازشی مزمن مانند افسردگی و عزت نفس پایین و مشکلات تعاملی با همسالان بویژه

<sup>1</sup>. Colleen

<sup>2</sup>. Jornt

در کلاس های بالانترودرکودکان پیش دبستانی همچون احساس غم و اندوه، انزوا، اضطراب، بداخلاقی، اضطراب شدید نسبت به جدایی از والد باقی، ترس از جدایی، کابوس، مشکلات تغذیه و خواب توصیف نموده است

عدم فهم و ادراک جدا زندگی کردن والدین ، بهداشت روانی پایین تر و استفاده بیشتر از شیوه مقابله هیجانی و اجتنابی ، پرخاشگری بیشتر ترس کودک از طرد شدگی، تغییرات در شرایط زندگی، خجالت، گناه، نگرانی در رابطه با جدایی های بعدی و ترس ماندگار از مشکل ناشناخته بعدی، اعتماد به نفس پایین از اضطراب نشات می گیرد، که در آینده ای نزدیک در کمین نشسته است. اضطراب در این سنین عواقب متعددی را به دنبال دارد، از جمله اینکه موجب بروز افسردگی و بیماری های جسمی گوناگون می شود. اضطراب، پرخاشگری، روانپریشی، بدگمانی، افسردگی، ترس مرضی، تنیدگی، و در نهایت اعتیاد، از جمله آسیب های متعددی است که بسته به سن و عوامل دیگر در فرزندان طلاق و حتی فرزندان طلاق عاطفی سالیان بسیار زیادی با آن درگیر هستند. برخی نیز بر این عقیده اند که یک سوم کودکان طلاق از اثرات آن بهبودی نمی یابند. به خوبی مراحل کوبلر راس را طی نموده و همچنان خشمگین یا افسرده باقی می مانند. در نتیجه از شکست در مدرسه و مشکلات پیچیده تر در بزرگسالی رنج خواهند بردو حتی تا بعد از ۲۵ سال از این واقعه شکست های بیشتری در ازدواج، مسائل اقتصادی، تحصیلی، اجتماعی و روانی تجربه می کنند. و در بخش درمانی و انجام اثربخش ترین مداخلات صورت گرفته اثربخشی آموزش تفکیک خویشتن برمبنای نظریه بوون بر کاهش میزان اضطراب و افزایش اعتماد به نفس جلسات مشاوره حضوری آموزش مهارت های زندگی بر سلامت روان فرزندان خانواده های طلاق، آموزش خود متمایز سازی بر کاهش اضطراب فرزندان خانواده های طلاق، خانواده درمانی شناختی - رفتاری بر مشکلات رفتاری کودکان خانواده های در معرض طلاق، اثربخشی کتاب درمانی گروهی بر میزان اضطراب جدایی و افسردگی در کودکان والدین طلاق گرفته و تاثیر فعالیت بازی محور والدین بر کاهش ارتباط بین خشم و گسیختگی عاطفی در کودکان طلاق را تایید کرده است. و در نهایت

اینکه هنوز مداخلات بیشماری را می توان برای کمک به بچه های طلاق می توان انجام داد تا از آسیب پذیری بیشتر آنها جلوگیری کرد.

## منابع

ارجمند سیاه پوش، اسحاق؛ پیرامون، ندا. (۱۳۹۳). بررسی آسیب شناختی طلاق عاطفی از دید زنان (۲۰ تا ۳۹ ساله) و پیامدهای آن بر فرزندان ساکن در شهرک بعثت شهرستان ماهشهر. فصلنامه مطالعات جامعه شناختی جوانان. سال پنجم، شماره ۱۴، صص ۹-۲۲.

اعتمادی، حسن؛ حاجی حسنی، احمد؛ نادعلی پور، مهرداد و نظری، حسن. (۱۳۹۳). اثربخشی گشتالت درمانی گروهی بر میزان اضطراب و عزت نفس دانش آموزان طلاق. مجله روانشناسی، ۷۲، سال هجدهم، شماره ۴.

آخوندی، نیلا. (۱۳۸۲) مطالعه وضعیت اعتیاد در فرزندان طلاق ارجاع داده شده به مرکز اصلاح و تربیت تهران (۱۳۸۲-۱۳۷۹). پیک نور، سال پنجم، شماره اول.

باقری یزدی، عباس. (۱۳۸۴) کمک های اولیه روانشناختی در بلایا. دومین همایش علمی مدیریت امداد و نجات.

بانکی، یاسمن؛ امیری، شعله و اسعدی، سمانه. (۱۳۸۸). اثربخشی کتاب درمانی گروهی بر میزان اضطراب جدایی و افسردگی در کودکان والدین طلاق گرفته. دو ماهنامه علمی - پژوهشی دانشگاه شاهد (دانش و رفتار). سال شانزدهم، شماره ۳۷،

برهانی، پریا. (۱۳۹۱). مقایسه بین میزان گرایش به اعتیاد در سه گروه فرزندان خانواده های طلاق، پرتعارض و عادی در شهرستان نایین. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه نیمه حضوری علامه طباطبایی تهران

بشارت، محمد علی؛ دهقانی، سپیده و تولائی، فهیمه سادات. (۱۳۹۳). نقش واسطه ای روانسازه های ناسازگار اولیه در رابطه بین سبک های والدگری و مشکلات زناشویی، روانشناسی خانواده ۱، ۳

حسینی یزدی، سیده عاطفه؛ مشهدی، علی؛ کیمیایی، سید علی و عاصمی، زهرا. (۱۳۹۴). اثربخشی برنامه مداخله ای ویژه کودکان طلاق بر مشکلات برونی سازی شده کودکان طلاق. روانشناسی خانواده، دوره ۲، شماره ۱.

- چاوشی فر، جلال؛ رسول زاده طباطبائی، سید کاظم. (۱۳۷۹) بررسی مقایسه ای عوامل تنیدگی زا و شیوه های رویارویی در نوجوانان مراکز شبانه روزی و نوجوانان دارای والدین. مجله روانشناسی، مجله روانشناسی، دوره ۴ (شماره ۲) (پیاپی ۱۴).
- سید محمدی، یحیی، (۱۳۸۱). نظریه های رواندرمانی. تهران: انتشارات رشد.
- رئیس، رویا؛ گنجی، فروزان؛ شاهمرادی، رضوان (۱۳۹۱). جلسات مشاوره حضوری آموزش مهارت های زندگی بر سلامت روان فرزندان خانواده های طلاق؛ مجله دانشگاه علوم پزشکی شهرکرد، دوره ۱۴، شماره ۴، مهر و آبان ۱۳۹۱.
- رنجبر، خیرالنساء. (۱۳۹۳). طلاق؛ چالش ها و راهکارها. گزارش منتشر شده از دفتر حمایت از زنان و کودکان، دادگستری کل استان بوشهر.
- فاریابی، ظهیرالدین؛ زارعی محمود آبادی، حسن (۱۳۹۵) بررسی و مقایسه سازگاری زناشویی، شادکامی و میل به طلاق در ازدواج های سنتی و غیر سنتی شهر یزد. طلوع بهداشت. دو ماهنامه علمی پژوهشی دانشکده بهداشت یزد، سال چهاردهم.
- فاطمی، نعیمه. (۱۳۸۳) طلاق والدین و مشکلات کودکان. چکیده مقالات کنگره آسیب شناسی خانواده در ایران، دانشگاه شهید بهشتی.
- قمری، محمد و فکور، احسان. (۱۳۸۹). مقایسه شیوه های مقابله با استرس و بهداشت روان و رابطه این متغیرها در بین دانش آموزان طلاق و غیر طلاق. فصلنامه علوم رفتاری، ۲، ۱.
- کاظمیان، سمیه؛ کلانتر هرمزی، آتوسا (۱۳۹۱). آموزش تفکیک خویشتن بر مبنای نظریه بوون بر کاهش میزان اضطراب و افزایش اعتماد به نفس دانش آموزان دبیرستانی خانواده های طلاق، یافته های نو در روانشناسی، سال هفتم، شماره ۲۲.
- کاظمیان، سمیه؛ اسمعیلی، معصومه. (۱۳۹۱). اثربخشی آموزش خود متمایزسازی بر کاهش اضطراب فرزندان خانواده های طلاق. فصلنامه علمی پژوهشی، پژوهش در سلامت روانشناختی، دوره ششم، شماره چهارم.
- کاهنی، سیما، حسن آبادی، محسن (۱۳۷۹). بررسی اضطراب، افسردگی، پرخاشگری و بزهکاری نوجوانان ۱۹-۱۲ سال در خانواده های گسسته و پیوسته. فصلنامه دانشگاه علوم پزشکی سبزوار، دوره ۷، شماره ۴.
- کجباف، محمد باقر؛ عربی، حمیدرضا؛ امیری، شعله و کهنوجی، رخساره (۱۳۹۰). خانواده



- درمانی شناختی - رفتاری بر مشکلات رفتاری کودکان خانواده های در معرض طلاق؛ فصلنامه علمی و پژوهشی دانشگاه شاهد، سال سوم، شماره ۴
- کجباف، محمد باقر؛ آقایی اصغر؛ کاویانی، رویا. (۱۳۸۳) بررسی رابطه بین رضایت زناشویی والدین و بروز اختلالات رفتاری دختران. مطالعات اجتماعی روانشناختی زنان، بهار ۱۳۸۳، دوره ۲، شماره ۴.
- کریمی، سهیلا؛ فخر آذری، صفورا؛ قاسم زاده، عزیز رضا(۱۳۹۲). اثربخشی مشاوره گروهی با رویکرد شناختی رفتاری در کاهش افسردگی کودکان طلاق؛ مجله علمی سازمان ن ظام پزشکی جمهوری اسلامی ایران، دوره ۳۱، شماره ۳، پاییز ۱۳۹۲.
- کلانتری، مهرداد (۱۳۷۲). شناخت و درمان مشکلات رفتاری کودکان، اصفهان، انتشارات کنکاش.
- یعقوبی، کژال؛ سهرابی، فرامرز؛ مفیدی، فرخنده. (۱۳۹۰). بررسی و مقایسه پرخاشگری کودکان طلاق وعادی، مطالعات روانشناختی. ۱، ۷.

- Amato, P. R. (2000). The consequences of divorce for adults and children. *Journal of Marriage and the Family*, 62.
- Australian Psychological Society (2013) Psychological First Aid An Australian guide to supporting people affected by disaster. Australian Red Cross
- Begmumaras , E. (2003) . The effects of separation, divorce and conflict on Turkish children. The Chicago School of Professional Psychology
- Brewer, M. M. (2010). The effects of child gender and child age at the time of parental .*Childhood Education Journal*, Vol. 26, No. 2.
- Colleen M. Carr, Sharlene A. Wolchik.(2015). Marital Status, Divorce, and Child Development. *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences (Second Edition)*.
- divorce on the development of adult depression. *Family and Conciliation Court Review*, 35, 269-279.
- Fagan, P.F., & Churchill, A. (2012).The effect of divorce on children. *Marriage and religion research*, 12.
- Frieman, B. (1994). Children of divorced parents:Action steps for the counselor to involve fathers.*Elementary School Guidance and Counseling*, 28,.
- Green S, Higgins J, eds(2013). Locating and selecting studies for review.

- Cochrane handbook for systematic reviews of interventions. 4.2.6. [database on the Internet].. Section 5. [cited 2013-5-23]. Available from: <http://www.cochrane.org/resources/handbook/>
- Hetherington, E. M., & Kelly, J. (2002). For *better or worse*. New York: Norton.
- Jeremy, A. (2015). The temporal effects of divorces and separations on children's academic achievement and problem behavior. *Journal of Divorce and Remarriage*, 56.
- Jornt J. Mandemakers, Matthijs Kalmijn.(2014). Do mother s and father s education condition the impact of parental divorce on child well-being?. Original Research Article. *Social Science Research*, Volume 44.
- Kurtz, L. (1994). Teacher Assessments of Coping Styles in Children of Divorce. ERIC Document Reproduction Service ,No. ED 368
- Millar , P. (2006). Anxiety in children of divorce. *The Whitman Journal of Psychology*, 10, 1.
- Nicholson PJ(2007). How to undertake a systematic review in an occupational setting. *Occup Environ Med*. 2007 May;64(5).
- Sun, Ang, Zhao, Yaohui (2016).Divorce, abortion, and the child sex ratio: The impact of divorce reform in China. *Journal of Development Economics*, Volume 120.
- Wallerstein, J., Lewis, J., & Packer Rosenthal, S. (2013). Mothers and their children after divorce:<em> Report from a 25-year longitudinal study</em>. *Psychoanalytic Psychology*, 30(2),
- Whiteman, T. (1991). Innocent victims: Helping children cope with divorce. Fresh Start Publications.

