

نقش فرسودگی والدینی در بدرفتاری با دانش‌آموزان ابتدایی در همه‌گیری کووید-۱۹^۱

مهدی شمالی احمدآبادی^۲، عاطفه برخوردار احمدآبادی^۳
لیلا آریانیپور^۴

چکیده

کووید-۱۹ یکی از بیماری‌هایی است که در سرتاسر دنیا از جمله ایران گسترش یافته و باعث تغییرات قابل توجهی در همه جوانب زندگی روزمره شده است. این تغییرات، والدین را بیشتر در معرض خطر فرسودگی والدینی و بدرفتاری با فرزندان قرار می‌دهد. هدف از پژوهش حاضر، بازبینی مفهوم کلی فرسودگی والدینی و بحث بر روی آن در زمینه همه‌گیری فعلی کووید-۱۹ است و تمرکز آن مخصوصاً روی اثرات آن بر کودک آزاری در خصوص دانش‌آموزان ابتدایی است. روش پژوهش حاضر از نوع مطالعات مروری بود که به شیوه نظام‌مند انجام شد. جامعه آماری شامل کلیه مقالاتی بود که در مجلات علمی-پژوهشی فارسی و انگلیسی که در پایگاه‌های SID، Google scholar، Elmnet، Iranmedex، Noormag و Magiran نمایه‌سازی شده بودند و در زمینه فرسودگی والدینی، دانش‌آموزان، بدرفتاری با فرزندان و کووید-۱۹ بوده و در عین حال از ویژگی‌های پژوهشی مناسب مانند روایی و پایایی معین و مناسب، روش نمونه‌گیری و جامعه آماری مطلوب، فرضیه‌ها و سئوالات متناسب با موضوع برخوردار بودند. در این پژوهش، محدودیت زمانی خاصی در نظر گرفته نشد اما سعی بر این بود که از مقالات جدیدتر بهره گرفته شود. واژه‌های کلیدی مورد استفاده جهت انتخاب مقالات شامل: فرسودگی والدینی، بدرفتاری با فرزندان، کودک‌آزاری، استرس والدگری، کووید-۱۹ بود که در نهایت از مجموع ۴۷ مقاله مرور شده، ۱۷ مقاله داخلی و خارجی واجد اطلاعات مرتبط و منطبق با معیارهای ورود در این مطالعه تشخیص داده شد. یافته‌های پژوهش نشان‌دهنده عواملی چون مشکلات اقتصادی، بیکاری و خستگی از عوامل مرتبط با فرسودگی والدینی در همه‌گیری کووید-۱۹ است، همه‌گیری کووید-۱۹ خطر افزایش فرسودگی والدینی را تشدید می‌نماید، فرسودگی والدینی ناشی از همه‌گیری کووید-۱۹ احتمال غفلت والدینی مرتبط با دانش‌آموزان ابتدایی را افزایش می‌دهد و فرسودگی والدینی ناشی از همه‌گیری کووید-۱۹ احتمال کودک‌آزاری را در دانش‌آموزان ابتدایی را افزایش می‌دهد. بر اساس یافته‌های پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که کووید-۱۹ از عوامل موثر در بروز فرسودگی والدینی بوده و این مساله احتمال بدرفتاری با دانش‌آموزان ابتدایی را افزایش می‌دهد.

۱- تاریخ وصول: ۱۴۰۰/۰۲/۲۲

تأیید نهایی: ۱۴۰۰/۰۷/۱۳

۲- گروه روانشناسی، دانشگاه پیام نور، واحد اردکان، یزد، ایران. (نویسنده مسئول) Mahdi_shomali@yahoo.com

۳- کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه پیام نور، واحد میبد، یزد، ایران.

۴- مترجم زبان انگلیسی، آموزش و پرورش اردکان، یزد، ایران.

واژه های کلیدی: فرسودگی والدینی، بدرفتاری با فرزندان، دانش آموزان ابتدایی، کووید-۱۹.

۱. مقدمه

کووید-۱۹^۱ نام یکی از جدیدترین بیماری های ناشی از کرونا ویروس^۲ است که اولین بار در دسامبر ۲۰۱۹ در ووهان چین^۳ مشاهده و در مدت بسیار کوتاهی به نقاط مختلف دنیا از جمله ایران گسترش یافت. کووید-۱۹ که با عفونت های تنفسی شدیدی همراه است، با پیامدهای مخربی از جمله مرگ مبتلایان همراه بوده (سازمان جهانی بهداشت^۴، ۲۰۲۰)، به طوری که بر اساس آمارهای ارائه شده از وزارت بهداشت ایران، پس از ورود کووید-۱۹ به کشور در اوایل اسفند ۱۳۹۸ تا شهریور ۱۴۰۰ نزدیک به دو میلیون نفر مبتلا و مجموع جان باختگان این بیماری نیز بیش از ۷۰ هزار نفر گزارش شده است (گزارش وزارت بهداشت ایران، ۱۴۰۰). در آمریکا نیز ویروس کرونا باعث آلوده شدن تقریباً دو میلیون نفر و مرگ بیش از ۱۱۰۰۰۰ نفر (تا ۹ ژوئن ۲۰۲۰) شد و بیش از ۹۶ درصد مردم آمریکا مجبورند در قرنطینه خانگی بمانند. (مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری^۵، ۲۰۲۰). شرایطی که در ایران و بسیاری از کشورهای دیگر نیز اعمال شد. قرنطینه خانگی بدین معنی است که مردم تا حد امکان در خانه بمانند و فقط برای فعالیت های ضروری مانند خرید خواروبار، مراجعه به پزشک و یا کار در یک بخش ضروری، محل زندگیشان را ترک کنند (اداره امنیت آمریکا^۶، ۲۰۲۰). همچنین در ایران نیز همانند کشورهای چینی، انگلیس و آمریکا فاصله گذاری اجتماعی، محدودیت رفت و آمد، ممنوعیت تردد بین استان ها، تعطیلی ادارات، مدارس و دانشگاه ها از جمله مواردی بود که دولت برای کنترل کرونا انجام داد (شمالی احمدآبادی و همکاران، ۱۳۹۹).

این محدودیت ها باعث تغییرات قابل توجهی در شیوع کووید-۱۹ (وزارت بهداشت، ۱۳۹۹)، و در عین حال تغییرات زیادی در زندگی شهروندان شد (گریفیت^۷، ۲۰۲۰)؛ برای مثال با تعطیلی مشاغل غیرضروری، بسیاری از افراد در تامین معاش خانواده و دچار مشکلات زیادی شده اند. در یک مطالعه، ۹۱ درصد از بزرگسالان اظهار داشتند از شروع همه گیری کووید-۱۹، شرایط سختی در زندگیشان رخ داده و حدوداً ۴۴ درصد از آنها نیز گفتند که زندگی آن ها با تغییرات منفی زیادی همراه بوده است (مرکز تحقیقات پیو^۸، ۲۰۲۰a). در مطالعه ای دیگر بیش از ۲۸٪ درصد از بزرگسالان شرکت کننده گزارش دادند که حداقل یکی از اعضای خانواده شان شغلش را از دست داده یا دچار در شغلش تعلیق شده است، ۳۳ درصد نیز گزارش کردند که دچار کاهش درآمد زیادی شده اند (مرکز تحقیقات پیو، ۲۰۲۰b). این موضوع از آنجایی نگران کننده است که بیش از نیمی (۵۳ درصد)، از این افراد گزارش کرده اند که آنها حتی پس انداز اضطراری که مصارف اساسی زندگی شان را پوشش بدهد را نیز ندارند، آنها نگران بودند که برای پرداخت هزینه های خود دچار مشکل خواهند شد (مرکز تحقیقات پیو، ۲۰۲۰a,b). از سوی دیگر بیش از ۳۵ درصد والدینی که به کار کردن ادامه دادند، گزارش دادند که برای مدیریت مسئولیت های مراقبت از فرزندان شان دچار مشکل شده اند (مرکز تحقیقات پیو، ۲۰۲۰b). همچنین احتمال دارد افرادی که مجبورند بیرون از خانه و در مکان هایی مانند

1 . COVID-19

2 . Coronaviruses

3 . Wuhan China

4 . World Health Organization

5 . Centers for Disease Control and Prevention(CDC)

6 . U.S. Department of Homeland Security

7 . Griffith

8 . Pew Research Center

بیمارستان‌ها، کلینیک‌ها، خواروبارفروشی‌ها و داروسازی‌ها کار کنند، در معرض خطر ابتلا به کووید-۱۹ قرار گیرند، برای مثال بر اساس آمارهای ارائه شده تعدادی از کادر درمان به علت ابتلا به کووید-۱۹ جان خود را از دست داده‌اند (وزارت بهداشت، ۱۳۹۹). این عوامل می‌تواند با استرس زیاد در فضای خانواده همراه باشد. از سوی دیگر اخبار عامیانه و رسمی راجع به سلامت و مسائل اقتصادی نیز با میزان زیادی از ترس و عدم اطمینان همراه است؛ به طوریکه تقریباً سه چهارم شهروندان آمریکا احساس می‌کنند که هنوز چیزهای بدتری در انتظار آنهاست (مرکز تحقیقات پیو، ۲۰۲۰).

در این شرایط بسیاری از افراد در حالی که در خانه دورکاری می‌کنند، مجبورند برای برقراری یک تعادل جدید بین فرزندپروری تمام‌وقت و تحصیل فرزندان در خانه تلاش کنند و این مساله در خصوص دانش‌آموزان ابتدایی که نیازمند مساعدت بیشتر والدین در امور تحصیلی خود هستند بیشتر است. دانش‌آموزان ابتدایی و بخصوص دانش‌آموزان پایه اول (در مقایسه با دانش‌آموزان سال‌های بالاتر) هنوز توانایی انجام فعالیت‌های درسی خود را نداشته و نیازمند حمایت معلمند و این در حالی است که در آموزش مجازی نقش فیزیکی معلم حذف و این وظیفه برعهده والدین و به خصوص مادر است. پریشانی والدین به دلیل مشکلات ناشی از شیوع کووید-۱۹ و در کنار آن درماندگی در آموزش دروس به فرزندان با توجه به نداشتن تخصص لازم می‌تواند تبعات منفی زیادی را در پی داشته باشد. پیامدهای آنچه گفته شد می‌تواند نتایج منفی زیادی چون فرسودگی والدینی^۱ را در پی داشته باشد. فرسودگی والدینی یک وضعیت مزمن است که از سطح بالای استرس فرزندپروری به دلیل عدم تطابق بین مواد مورد نیاز برای فرزندپروری و منابع در دسترس خانواده‌ها، برای رفع این نیازها ایجاد شده است (گریفیت، ۲۰۲۰). فرسودگی والدینی فقط مربوط به همه‌گیری کووید-۱۹ نیست و حتی در بهترین شرایط و اوقاتی که جهان درگیر یک همه‌گیری نیست، بسیاری از والدین مخصوصاً در رابطه با نقش خود به عنوان پدر یا مادر، استرس زیادی را تجربه می‌کنند (عابدین^۲، ۱۹۹۷؛ رافائل^۳ و همکاران، ۲۰۱۰). نتایج مطالعه‌ای در مالزی نشان می‌دهد که در همه‌گیری کووید-۱۹، والدین بیشتر در معرض فرسودگی والدینی هستند (مانجا^۴ و همکاران، ۲۰۲۰). پرهیدکو، لانگ و ویتون^۵ (۲۰۲۰)، نیز در پژوهش خود نتایج مشابهی را گزارش کردند. بروز فرسودگی والدینی می‌تواند محتمل باشد چراکه وقتی پای دانش‌آموزان ابتدایی به میان می‌آید، نگرانی والدین در مورد مسائل رفتاری یا بهداشتی، مشکلات آموزشی و حتی کارهای روزمره آنها، می‌تواند والدین را به سمت استرس بیشتر سوق دهد (شیخ‌الاسلامی، محمدی و سیداسماعیلی قمی، ۱۳۹۵). برای بیشتر والدین، استرس مربوط به فرزندپروری و رسیدگی به امور تحصیلی فرزندان خود گذرا است و منجر به تأثیرات قابل توجهی در زندگی نمی‌شود؛ با این حال، برای حدود ۲۰ درصد از والدین، سطح استرس مربوط به فرزندپروری و مسائل مرتبط با آن می‌تواند به فرسودگی والدینی منجر شود (روزکام، بریاندا و میکولایچاک^۶، ۲۰۱۸؛ سجونره^۷ و همکاران ۲۰۱۸).

1 . Parental Burnout

2 . Abidin

3 . Raphael

4 . Manja

5 . Prikhidko, Long & Wheaton

6 . Roskam, Brianda & Mikolajczak

7 . Séjourné

فرسودگی والدینی می‌تواند پیامدهای منفی زیادی در پی داشته باشد. بدرفتاری با دانش‌آموزان ابتدایی یکی از نگرانی‌هایی است که برخی از متخصصان در خصوص پیامدهای مخرب همه‌گیری کووید-۱۹، از جمله فرسودگی والدینی دارند. نتیجه مطالعه‌ای نشان می‌دهد والدین دارای فرسودگی والدینی، خستگی‌های جسمی و ذهنی مانند ناراحتی‌های جسمی و کاهش کیفیت خواب، فاصله گرفتن عاطفی از فرزندان و احساس بی‌کفایتی به عنوان یک والد را تجربه می‌کنند (میکولایچاک^۱ و همکاران ۲۰۱۸b؛ روزکام و همکاران، ۲۰۱۸) و این موارد می‌تواند به تحریک‌پذیری خلقی زیاد و اضطراب (شمالی و برخوردار، ۱۳۹۹) منجر شود. از آنجاکه والدین دارای دانش‌آموزان ابتدایی مجبورند وظایف معلم در آموزش به فرزند خود را بعهده گیرند و در بسیاری از موارد نیز تخصص و تبحر کافی را در این زمینه ندارند. لذا. برخی از والدین احساس گرفتار شدن در یک موقعیت ناراحت‌کننده و بدون هیچ راه فراری را گزارش می‌دهند که با پریشانی روان‌شناختی همراه است (هوبرت و اوجولات^۲، ۲۰۱۸) و این شرایط می‌تواند با بدرفتاری با فرزندان همراه باشد. محققان دریافته‌اند که والدین با فرسودگی والدینی بالاتر، در فرار و خودکشی نیز نمرات بالاتری دارند، با شریک زندگی‌شان بیشتر درگیر می‌شوند، احساس بیگانگی بیشتری به خانواده دارند و سطوح بالاتری از کودک‌آزاری و بی‌توجهی عاطفی دارند (گریفیت، ۲۰۲۰). به طور کلی صاحب‌نظران حوزه خانواده به اتفاق بر نقش فرسودگی والدینی در بروز رفتارهای مخرب چون بدرفتاری با فرزندان در خانواده تاکید دارند (جیمز^۳ و همکاران، ۲۰۲۰). از آنجاکه فرسودگی والدینی در وضعیت همه‌گیری کووید-۱۹ می‌تواند افزایش یابد و مطالعه در خصوص آن می‌تواند به ایجاد و بهبود برنامه‌های موثر آموزشی منجر شود، مطالعه در خصوص فرسودگی والدینی، پیامدهای احتمالی و شناخت ابعاد آن دارای اهمیت است. حال آنکه بررسی پیشینه پژوهش نشان می‌دهد این مساله مورد توجه پژوهشگران نبوده و مطالعه‌ای در این خصوص در دسترس قرار نگرفت. بر این اساس مطالعه حاضر با هدف بررسی نقش فرسودگی والدینی در بدرفتاری با دانش‌آموزان ابتدایی در همه‌گیری کووید-۱۹ انجام و سوالات زیر مورد بررسی قرار گرفت:

- ۱- عوامل مرتبط با فرسودگی والدینی در همه‌گیری کووید-۱۹ چیست؟
- ۲- آیا همه‌گیری کووید-۱۹ به افزایش فرسودگی والدینی منجر می‌شود؟
- ۳- آیا فرسودگی والدینی ناشی از همه‌گیری کووید-۱۹ احتمال غفلت والدینی مرتبط با دانش‌آموزان ابتدایی را افزایش می‌دهد؟
- ۴- آیا فرسودگی والدینی ناشی از همه‌گیری کووید-۱۹ احتمال کودک‌آزاری را در دانش‌آموزان ابتدایی را افزایش می‌دهد؟

۱-۱ روش پژوهش

مطالعه حاضر یک مطالعه مروری به شیوه نظام‌مند است. بدین‌منظور از میان مقالات منتشره در مجلات علمی- پژوهشی فارسی و انگلیسی که در پایگاه‌های SID، Google scholar، Elmnet، Noormag، Magiran و Iranmedex نمایه‌سازی شده بود، مقالات مرتبط با موضوع پژوهش مورد بررسی قرار گرفت. جامعه آماری این مطالعه شامل کلیه مقالات در زمینه فرسودگی والدینی، دانش‌آموزان، بدرفتاری با فرزندان و کووید-۱۹ بوده و در عین حال از ویژگی‌های پژوهشی مناسب مانند روایی و پایایی معین و مناسب، روش

1 . Mikolajczak

2 . Hubert & Aujoulat

3 . James

نمونه‌گیری و جامعه آماری مطلوب، فرضیه‌ها و سئوالات متناسب با موضوع برخوردار بودند. در این پژوهش، محدودیت زمانی خاصی در نظر گرفته نشد اما سعی بر این بود که از مقالات جدیدتر بهره گرفته شود. واژه‌های کلیدی مورد استفاده جهت انتخاب مقالات شامل: فرسودگی والدینی، بدرفتاری با فرزندان، کودک‌آزاری، استرس والدگری، کووید-۱۹ بود که در نهایت از مجموع ۴۷ مقاله مرور شده، ۱۷ مقاله داخلی و خارجی واجد اطلاعات مرتبط و منطبق با معیارهای ورود در این مطالعه تشخیص داده شد.

۲. یافته‌ها

۲-۱. فرسودگی والدینی

فرسودگی والدینی به استرس مربوط به فرزندپروری شباهت دارد و یک اختلال مربوط به استرس است؛ با این حال، فرسودگی والدینی بسیار فراتر از استرس معمول مربوط به فرزندپروری می‌رود (میکولاچاک و همکاران، ۲۰۱۸a). فرسودگی والدینی خصوصاً به صورت «یک پاسخ طولانی‌مدت به استرس مزمن و طاقت‌فرسای فرزندپروری» تعریف می‌شود (میکولاچاک و همکاران، ۲۰۱۹). نظریه تعادل بین مخاطره‌ها و منابع برای توضیح علت فرسودگی والدینی ادعا می‌کند که، فرسودگی والدینی به علت تناسب نداشتن توقعات مربوط به فرزندپروری در ذهن والدین است که شامل انتظارات والدین از خود و مسئولیت‌هایشان و در دسترس نبودن منابع برای پاسخگویی به این انتظارات می‌شود. (هالی^۱ و همکاران، ۲۰۱۹؛ روزکام و همکاران، ۲۰۱۸) در این نظریه، تقاضا یا نیاز به عنوان عامل مخاطره‌آمیزی شناسایی می‌شود که سطح استرس والدین را افزایش می‌دهد، در حالی که منابع به عنوان عوامل محافظتی در نظر گرفته می‌شوند که می‌توانند به کاهش استرس کمک کنند (گریفیت، ۲۰۲۰). همه والدین به نوبه خودشان سطوح متفاوتی از نیازها را تجربه می‌کنند و به منابع مختلفی دسترسی خواهند داشت. وقتی یک عدم تعادل مزمن بین نیازها و منابع وجود دارد، به صورتی که نیازها نسبت به منابع بزرگتر و طولانی‌تر نشان داده شوند، می‌تواند فرسودگی والدینی را در پی داشته باشد (روزکام و همکاران، ۲۰۱۸).

۲-۲. عوامل مرتبط با فرسودگی والدینی در همه‌گیری کووید-۱۹

پژوهش‌ها در مورد عوامل پیش‌بینی‌کننده فرسودگی والدینی، چند عامل که به دوران همه‌گیری کووید-۱۹ مرتبط هستند را معرفی می‌کنند. عواملی چون بیکاری والدین، نداشتن امنیت مالی، سطح پایین حمایت از طرف خانواده و دوستان، و کمبود وقت آزاد، می‌تواند خطر فرسودگی والدینی را افزایش دهد (سورکیلا و اونولا^۲، ۲۰۲۰؛ پارکز و همکاران، ۲۰۱۵؛ لیندستروم، امان و نوربرگ^۳، ۲۰۱۱). این شرایط عواملی هستند که در دوران فعلی قرنطینه‌خانی به طور قابل توجهی افزایش داشته‌اند و از آنجا که اکثر مشاغل مجبور به تعطیلی یا کاهش چشمگیر خدمات خود شده‌اند، بسیاری از خانواده‌ها با تعلیق یا اخراج از کار مواجه شده‌اند و این مساله باعث بیکاری، ناامنی مالی و عدم اطمینان از ثبات کاری در آینده شده است (گریفیت، ۲۰۲۰). علاوه بر آن، منابعی مانند وعده‌های غذایی رایگان یا با قیمت پایین در مدارس و محیط‌های شغلی، در بسیاری از موارد محدود یا حذف شده است و بسیاری از افراد نیز به علت شرایط خاص ادارات در این دوران

1 . Holly

2 . Sorkkila & Aunola

3 . Lindström, Åman & Norberg

مشکلات دسترسی به بیمه بیکاری یا سایر برنامه‌های حمایتی دولتی را گزارش کرده‌اند (ساموئلز^۱، ۲۰۲۰). علاوه بر افزایش سطح بیکاری و ناامنی مالی، سطح پایین حمایت اجتماعی از طرف خانواده و دوستان و کمبود اوقات فراغت، همه باعث افزایش خطر فرسودگی والدینی می‌شود (سورکیلا و اونولا، ۲۰۲۰؛ پارکز و همکاران، ۲۰۱۵؛ لیندستروم و همکاران، ۲۰۱۱)، این شرایط همان شرایطی است که در طول قرنطینه خانگی به طور قابل توجهی افزایش یافته است. علاوه بر افزایش سطح بیکاری و ناامنی مالی، وضعیت موجود به طور خصوصی منحصر به فرد است، زیرا دسترسی به حمایت‌های اجتماعی سنتی از طرف خانواده یا دوستان محدود شده است. برای مثال، بسیاری از والدین معمولاً به حمایت‌های پدربزرگ و مادربزرگ‌ها و یا سایر اعضای خانواده برای مراقبت از کودکان خود یا کمک به فرزندپروری تکیه می‌کردند، ولی در حال حاضر با توجه به نیاز به فاصله‌گذاری اجتماعی، دیگر این امکان برای آن‌ها وجود ندارد (گریفیت، ۲۰۲۰). چراکه بسیاری از پدربزرگ‌ها و مادربزرگ‌ها به دلیل کهولت سن یا وجود بیماری‌های زمینه‌ای ممکن است در گروه "در معرض خطر" بیماری‌های مرتبط با کووید-۱۹ یا حتی خطر مرگ قرار بگیرند (آرونسون^۲، ۲۰۲۰). اگرچه در این شرایط می‌توان از طریق روش‌های مجازی مانند تماس ویدئویی با خانواده ارتباط برقرار کرد، اما به نظر می‌رسد تقریباً در هیچ دوره دیگری از تاریخ، حمایت‌های خانوادگی برای تعداد زیادی از جمعیت تا این حد کاهش نیافته بوده است. در حالی که کاهش گسترده حمایت سنتی خانواده به این شکل بی‌سابقه است، اما این موضوع به ویژه به دلیل تحقیقاتی که اهمیت حمایت‌های اجتماعی برای رفاه والدین را نشان داده است و اینکه تماس مکرر با پدربزرگ و مادربزرگ می‌تواند خطر فرسودگی والدینی را کاهش دهد، نگران کننده است (پارکز و همکاران، ۲۰۱۵).

از آنجا که در همه‌گیری کووید-۱۹ دسترسی به حمایت‌های اجتماعی کاهش یافته است، جای تعجب نیست که والدین برای فعالیت‌های آزاد، کمبود وقت را هم تجربه کنند. از آنجا که در شرایط فعلی، کودکان ۲۴ ساعت شبانه روز و ۷ روز هفته را در خانه هستند، وظایف والدین به طور چشمگیری افزایش یافته است، چراکه والدین علاوه بر مشکلات مالی و شغلی خود، درگیر آموزش غیرحضوری فرزندان و فعالیت‌های آموزش مجازی آنان به طور همزمان هستند. ایجاد تعادل در برنامه‌های خانواده، ممکن است وقت زیادی را در طول روز از والدین بگیرد و آنها را ملزم به انجام کارهای بیشتر در خارج از ساعات کار معمول خود کند (دیویس و گرین^۳، ۲۰۲۰). علاوه بر این، بسیاری از والدین دسترسی به فعالیت‌های اوقات فراغت، مانند شرکت در مراکز اجتماعی، مراسم‌های مذهبی، برنامه‌های ورزشی و تعاملات شخصی با دوستانشان را از دست داده‌اند و این تغییرات ممکن است والدین را در معرض خطر بیشتر فرسودگی والدینی قرار دهد، زیرا آنها در ایجاد وقت برای خودشان و یافتن تعادل بین مسئولیت‌های شخصی، شغلی و والدینی خود، دچار مشکل می‌شوند (پارکز و همکاران، ۲۰۱۵).

علاوه بر آنچه اشاره شد، فرسودگی والدینی به ترکیبی از کمال‌گرایی خودمحور^۲ و متاثر از جبر اجتماع^۳ نیز مربوط است (سورکیلا و اونولا، ۲۰۲۰). کمال‌گرایی خودمحور به توقعات والدین از خودشان، خصوصاً توقعات بالایی که آنها برای آنچه که فکر می‌کنند باید انجام دهند و به عنوان والدین به دست آورند از خودشان دارند، باز می‌گردد؛ در حالی که کمال‌گرایی متاثر از جبر اجتماع به درک والدین از انتظارات دیگران

1 . Samuels

2 . Aronson

3 . Davis & Green

نسبت به خود برمی‌گردد، به ویژه فکر کردن به اینکه دیگران درباره فرزندپروریشان قضاوت منفی دارند، یعنی فکر کردن به اینکه که آنها به اندازه کافی خوب نیستند یا به اندازه کافی تلاش نمی‌کنند (هیویت و فلت^۱، ۱۹۹۱). در شرایط همه‌گیری کنونی، در حالی که والدین در تلاشند تعادلی بین نیازهای معمول فرزندپروری و با نیاز غیرمعمول قرنطینه خانگی و همچنین درجات بالای ترس و عدم اطمینان مربوط به مسائل مالی و بهداشتی برقرارکنند (مرکز تحقیقات پیو، ۲۰۲۰C)، ممکن است برخی از والدینی که برای دستیابی به سطوح بالاتری از کمال‌گرایی خودمحور و متاثر از جبر اجتماع تلاش کنند، در معرض خطر بیشتری برای تکامل فرسودگی والدینی باشند (گریفیت، ۲۰۲۰).

۲-۲. اثرات فرسودگی والدینی در همه‌گیری کووید-۱۹

از آنجا که پیامدهای منفی مرتبط با فرسودگی والدینی در طی همه‌گیری کووید-۱۹ افزایش یافته است، درک اهمیت اینکه تأثیرات فرسودگی والدینی بر والدین و خانواده‌ها چه می‌تواند باشد، مهم است. اگرچه تحقیقات کمی برای بررسی تأثیرات فرسودگی والدینی وجود دارد، اما مطالعات اولیه نشان داده است که فرسودگی والدینی، می‌تواند تأثیر بسزایی در روابط زناشویی و سلامت عمومی والدین و فرزندان آنها داشته باشد (میکولایچزاک و همکاران، ۲۰۱۸ b,a؛ میکولایچزاک و همکاران، ۲۰۱۹). محققان گزارش کردند که حتی وقتی خانواده‌ها از تحصیلات بالا، سطح درآمد کافی نیز برخوردار باشند، فرسودگی والدینی می‌تواند با کودک‌آزاری همراه باشد، این مساله نشان می‌دهد، در هر شرایطی فرسودگی والدینی در هر خانواده‌ای می‌تواند بر روابط والد-فرزند تأثیر منفی داشته باشد (میکولایچزاک و همکاران، ۲۰۱۹). این نتایج بدیهی به نظر می‌رسد چراکه پژوهش‌های قبلی نیز نشان داده است که استرس‌های والدین به طور کلی یک عامل خطر برای خشونت خانگی و بالاخص کودک‌آزاری است و با افزایش سطح استرس والدین، خطر سوء رفتارهای والدین در تربیت فرزندان نیز افزایش می‌یابد (عابدین، ۱۹۹۷) و والدینی که سوء رفتار دارند، به احتمال زیاد سبک فرزندپروری استبدادی را در پیش می‌گیرند (رودریگز^۲، ۲۰۱۰). از سوی دیگر هرچه میزان فرسودگی والدینی بالاتر باشد، سطح بالاتری از کودک‌آزاری و بی‌توجهی عاطفی به فرزندان وجود دارد؛ از این‌رو ضرورت دارد تا با انجام مداخلات سطح فرسودگی والدینی، کودک‌آزاری و بی‌توجهی عاطفی به کودک را کاهش داد (بریاندا و همکاران، ۲۰۲۰).

همچنین اگرچه تحقیقات مرتبط با اثرات فرسودگی والدینی محدود بوده و هنوز تحقیقات بیشتری لازم است، اما تحقیقات مقدماتی انجام شده حاکی از آن است که والدین دچار فرسودگی والدینی، علی‌رغم استفاده از سبک‌های سخت‌تنبیهی، آن را تأیید نمی‌کنند و اغلب هنگام استفاده از آن احساس گناه می‌کنند، و برای امنیت فرزندانشان هنگامی که آنها تحت مراقبتشان هستند، احساس ترس دارند (میکولایچزاک و همکاران، ۲۰۱۸b). در این رابطه گزارش‌های مشابهی در رابطه با فرزندپروری سهل‌انگانه و رفتارهای غفلت‌آمیز والدین نیز ارائه شده است. این یافته‌ها نشان می‌دهد که ویژگی‌های فرسودگی والدین، یعنی خستگی جسمی و روانشناختی و فاصله عاطفی، بدون توجه به سبک‌های فرزندپروری والدین، ممکن است

نقش مهمی در سوء رفتار و غفلت برای این افراد ایفا کند. این واقعیت با این ایده همسو است که والدین در شرایط خاص ممکن است با فرزندان خود سوء رفتار داشته باشند (کورتیس، میلر و بری^۱، ۲۰۰۰).

۲-۴. پیامدهای کودک‌آزاری در دوران در همه‌گیری کووید-۱۹

از آنجاکه همه‌گیری کنونی کووید-۱۹ ممکن است منجر به افزایش خطرات مرتبط با فرسودگی والدینی شود و والدینی که فرسودگی را تجربه می‌کنند بیشتر در معرض کودک‌آزاری و بی‌توجهی عاطفی به کودک قرار گیرند، اهمیت دارد که پیامدهای بدرفتاری کودک بررسی شود. کودک‌آزاری و بی‌توجهی عاطفی در کوتاه‌مدت می‌تواند منجر به بیماری‌های جسمی و آسیب‌دیدگی فیزیکی (به عنوان مثال، کوفتگی و شکستگی استخوان) و همچنین مشکلات روانشناختی (به عنوان مثال، اختلال استرس پس از سانحه و اضطراب) در کودکان شود (فورتسون^۲ و همکاران ۲۰۱۶). تحقیقات نشان داده است که در درازمدت، این تأثیرات جسمی و روانشناختی غالباً به بزرگسالی منتقل می‌شوند و بخش‌های مختلف زندگی را تحت تأثیر قرار می‌دهند (حاج یحیی، سوکار، حسن-عباس و ملکا^۳، ۲۰۱۹؛ نورمن و همکاران^۴، ۲۰۱۲). بزرگسالانی که در کودکی بدرفتاری و غفلت والدینی را تجربه کرده‌اند، بیشتر در معرض مشکلات روانشناختی و اعتیاد می‌شوند و خطر خودکشی، رفتارهای جنسی پرخطر و بیماری‌های مقاربتی نیز در آن‌ها بیشتر دیده می‌شود (نورمن و همکاران، ۲۰۱۲). احتمال ترک تحصیل، بیکاری، درآمد پایین‌تر، مشکلات اقتصادی بیشتر، در این افراد در مقایسه با افراد عادی بیشتر است (کوری و اسپاتز ویدوم^۵، ۲۰۱۰). همچنین بزرگسالانی که در کودکی بدرفتاری والدینی را تجربه کرده‌اند بیشتر در معرض خطر اقدام به خشونت و یا قربانی خشونت بودن قرار دارند (ویدوم، سزاجا و داتون^۶، ۲۰۱۴) و خود نیز پتانسیل بیشتری برای کودک‌آزاری دارند (فینزی-دوتان و هارل^۷، ۲۰۱۴). این خطرات ممکن است برای کودکانی که اثرات همه‌گیری کووید-۱۹ را هم تجربه می‌کنند، تشدید شود (گریفیت، ۲۰۲۰).

محققانی که اثرات بلایای آنی و پایدار انسانی یا طبیعی (چون شیوع کووید-۱۹) که باعث می‌شود گروه‌هایی از افراد عوامل استرس‌زایی از جمله خطر مرگ، سوگواری، اختلال در سیستم حمایت اجتماعی و احساس عدم امنیت را در زمینه نیازهای اساسی مانند غذا، آب، مسکن و دسترسی به اعضای نزدیک خانواده را تجربه کنند، بررسی می‌کنند، نشان داده‌اند که کودکان به میزان بیشتری تحت تأثیر این شرایط قرار می‌گیرند (بکر-بلیز، ترنر و فینکلهور^۸، ۲۰۱۰) و تأثیرات جسمی و روانشناختی در حین و بعد از بلایایی آنی و پایدار انسانی یا طبیعی بر روی کودکان بیشتر است (نوریس^۹ و همکاران، ۲۰۰۲؛ روبنس، فلیکس و

- 1 . Curtis, Miller & Berry
- 2 . Fortson
- 3 . Haj-Yahia, Sokar, Hassan-Abbas & Malka
- 4 . Norman
- 5 . Currie & Spatz Widom
- 6 . Widom, Czaja & Dutton
- 7 . Finzi-Dottan & Harel
- 8 . Becker-Blease, Turner & Finkelhor
- 9 . Norris

هامبریک^۱، ۲۰۱۸). در حالی که کودکان ممکن است کمتر در معرض علائم جسمی کووید-۱۹ باشند اما ممکن است آن‌ها طیف وسیعی از علائم روانشناختی را به دلیل از دست دادن خانواده یا دوستان، تعطیلی مدارس و لغو فعالیت‌های فوق برنامه تجربه کنند (سینها^۲ و همکاران، ۲۰۲۰). یافته‌های پژوهشی حاکی از آن است که می‌توان با تربیت مثبت و بهبود حمایت والدین، اثرات منفی جسمی و روانشناختی بلایایی چون کووید-۱۹ را کاهش داد (فلیکس، یو و کانین^۳، ۲۰۱۵؛ اسپراگو^۴ و همکاران، ۲۰۱۵)، اما متأسفانه بدرفتاری و بی‌توجهی عاطفی به کودک که در طی کووید-۱۹ افزایش می‌یابد، خود مانع بزرگی در تربیت مثبت و حمایت والدینی است (بکر-بلیز و همکاران، ۲۰۱۰؛ کورتیس و همکاران، ۲۰۰۰؛ اسنایدر، والدفولگ و بروکس-گان^۵، ۲۰۱۷).

۲-۵. کاربردها

اگرچه تحقیقات و کارهای بالینی زیادی به طور کلی در زمینه استرس والدین انجام شده است (به عنوان مثال، عابدین، ۱۹۹۷؛ هالی و همکاران، ۲۰۱۹)، توجه به مساله فرسودگی والدینی سابقه زیادی ندارد (میکولایچاک و همکاران، ۲۰۱۹). در حالی که تحقیقات بر روی فرسودگی والدینی طی دو سال گذشته به میزان قابل توجهی افزایش یافته است و در چندین کشور انجام شده است (موسوی، ۱۳۹۸؛ سورکیلا و اونولا، ۲۰۲۰؛ چن^۶ و همکاران، ۲۰۲۰). هنوز این موضوع به طور گسترده شناخته شده نیست. بسیاری از والدین ممکن است با مفهوم فرسودگی والدینی، چگونگی ایجاد آن و پیامدهای مخربی که دارد، آشنا نباشند. همچنین حتی ممکن است متخصصان و روانشناسان نیز از فرسودگی والدینی بی‌اطلاع باشند (گرفت، ۲۰۲۰). بدین ترتیب، دو پیامد اصلی برای متخصصان وجود دارند که می‌توانند در زمینه درمان و حمایت از خانواده‌ها آنها را یاری کنند. نخست اینکه متخصصان باید با ساختار فرسودگی والدینی، روش‌های موجود برای ارزیابی آن و گزینه‌های درمان آن آشنا شوند. دوم اینکه آنها باید احتمال فرسودگی والدینی را در هنگام کار با والدین، فرزندان و خانواده‌ها در نظر بگیرند و درک کنند که تأثیرات همه‌گیری کووید-۱۹ ممکن است آن را تشدید کند. (کورتیس و همکاران، ۲۰۰۰).

۲-۶. ارزیابی فرسودگی والدینی

دو معیار برای ارزیابی فرسودگی والدینی شامل پرسشنامه فرسودگی والدین^۷ (روزکام و همکاران، ۲۰۱۷) و ارزیابی فرسودگی والدین^۸ (روزکام و همکاران، ۲۰۱۸؛ موسوی، ۱۳۹۸) هستند و هر کدام می‌توانند والدینی را که فرسودگی والدین را تجربه می‌کنند یا در معرض خطر آن هستند را شناسایی کنند (روزکام و همکاران، ۲۰۱۸؛ روزکام و همکاران، ۲۰۱۷؛ ون باگل، ون آنگن و پیترز^۹، ۲۰۱۸). همچنین این ابزارها قابلیت تمایز فرسودگی والدینی از سایر انواع فرسودگی (مانند فرسودگی شغلی) و پریشانی روانی را نیز دارند و علی‌رغم

- 1 . Rubens, Felix & Hambrick
- 2 . Sinha
- 3 . Felix, You & Canino
- 4 . Sprague
- 5 . Schneider, Waldfogel & Brooks-Gunn
- 6 . Chen
- 7 . Parental Burnout Inventory (PBI)
- 8 . Parental Burnout Assessment
- 9 . Van Bagel, Van Engen & Peters

شبهات‌ها و همپوشانی‌های این دو پرسشنامه، مولفان استفاده از ارزیابی فرسودگی والدین را بیشتر توصیه می‌کنند (روزکام و همکاران، ۲۰۱۸). نظر آنها این است که هنگام مقایسه فرسودگی در زمینه‌های مختلف (مانند کار و خانواده) بهتر است از فرسودگی والدین و در بقیه مواقع (مانند روش بالینی) ارزیابی فرسودگی والدین گزینه بهتری است. قرار دادن این ابزارها در یک فرآیند ارزیابی ممکن است به متخصصان کمک کند تا والدینی را که احتمال دارد به فرسودگی والدینی دچار شوند یا در معرض خطر باشند، شناسایی کنند؛ با این حال، اگرچه پرسشنامه فرسودگی والدین و ارزیابی فرسودگی والدین به ترتیب با داشتن ۲۲ و ۲۳ مورد نسبتاً سریع تکمیل می‌شوند، اما ممکن است برای استفاده در غربالگری‌های عمومی بسیار وقت‌گیر باشند. برای رفع این مشکل، مقیاس کوتاه فرسودگی والدین^۱ (اونولا، سورکیلا و تولوانن^۲، ۲۰۲۰a)، ارائه شد که سوالات آن از فرم ارزیابی فرسودگی شغلی والدین ساخته شده است، اما فقط از ۵ گویه تشکیل شده است، بنابراین می‌توان آن را به سرعت و به راحتی تکمیل کرد. تحقیقات اولیه نشان می‌دهد که مقیاس کوتاه فرسودگی والدین می‌تواند والدینی را که دچار فرسودگی والدینی هستند را به درستی شناسایی کند (گریفیت، ۲۰۲۰).

آخرین مساله‌ای که باید مورد توجه قرار گیرد، پرسشنامه تعادل بین مخاطره‌ها و منابع^۳ است (میکولایچاک و روزکام، ۲۰۱۸). پرسشنامه تعادل بین مخاطره‌ها و منابع، یک ابزار ۴۰ ماده‌ای است که می‌تواند با اندازه‌گیری تعادل بین تجارب یا درک والدین از مخاطره‌ها (یا نیازها) و میزان دسترسی به منابع، برای شناسایی عوامل خطری که ممکن است والدین را تهدید کند، مورد استفاده قرار گیرد. تحقیقات در مورد پرسشنامه تعادل بین مخاطره‌ها و منابع نشان داده است که بین نمرات پرسشنامه تعادل بین مخاطره‌ها و منابع و فرسودگی والدین رابطه خطی قوی‌ای وجود دارد. استفاده از تعادل بین مخاطره‌ها و منابع ممکن است به والدین و متخصصان بالینی کمک کند تا فاکتورهای خاصی را که در فرسودگی والدینی نقش دارند را شناسایی کنند و امکان مداخله خاص و هدفمند را فراهم کنند. در فعالیت‌های بالینی، توصیه می‌شود مقیاس کوتاه فرسودگی والدین به عنوان یک غربالگر جهانی برای شناسایی افرادی که نیاز به ارزیابی بیشتر دارند، در خصوص والدین انجام شود. و سپس به دنبال آن، ارزیابی فرسودگی والدین می‌تواند برای تأیید وجود فرسودگی والدینی انجام شود. سرانجام می‌توان از پرسشنامه تعادل بین مخاطره‌ها و منابع برای شناسایی خطرات و منابع خاص در دسترس والدین، برای کمک به توسعه یک مداخله موثر استفاده شود (گریفیت، ۲۰۲۰).

۲-۷. درمان فرسودگی والدینی

پژوهش‌های مرتبط با فرسودگی والدینی هنوز در حال انجام هستند و در مطالعات کمی در مورد بررسی تأثیرات مداخله‌ای متمرکز بر پیشگیری یا درمان آن وجود دارد (بریاندا و همکاران، ۲۰۲۰)؛ با این حال، یک مطالعه اولیه انجام شده توسط بریاندا و همکاران (۲۰۲۰)، نشان می‌دهد هم مداخلات درمانی مستقیم و هم غیرمستقیم در کاهش میزان فرسودگی والدینی موثر است. ترک^۴ (۲۰۲۰)، نیز نشان داد آموزش مهارت‌های مقابله‌ای و مهارت‌های مرتبط با هوش هیجانی در بهبود فرسودگی والدینی موثر است. از آنجا که بهبود

1 . Brief Parental Burnout Scale

2 . Tolvanen

3 . Balances Between Risks and Resources (BR2)

4 . Turk

مشکلات روانشناختی در همه‌گیری کووید-۱۹ نیز می‌تواند با کاهش فرسودگی والدینی همراه باشد، مداخلاتی که بتواند این مشکلات را کاهش دهد نیز می‌تواند مورد توجه قرار گیرد. بررسی‌های صورت گرفته نشان می‌دهد برنامه‌هایی چون آرام‌سازی (لیو و همکاران^۱، ۲۰۲۰)، کمک‌طلبی حرفه‌ای روانشناختی (شمالی احمدآبادی و همکاران، ۱۳۹۹)، درمان شناختی‌رفتاری (جانی و همکاران، ۱۳۹۹)، واقعیت‌درمانی (شمالی احمدآبادی و برخوردار احمدآبادی، ۱۳۹۹) در کاهش مشکلات روانشناختی کووید-۱۹ موثر است. همچنین نتایج مطالعات مختلف نشان می‌دهد بهبود شبکه‌های عاطفی (بلانچارد، روزکام، میکولایچاک و هیرن^۲، ۲۰۲۱)، حمایت اجتماعی (آردیک^۳، ۲۰۲۰) و آموزش مهارت‌های فرزندپروری (سودی و همکاران^۴، ۲۰۲۰) در کاهش فرسودگی والدینی موثر است.

۳. بحث و نتیجه‌گیری

مردم کشورهای مختلف و از جمله ایران در حال حاضر در دوره‌ای کم‌سابقه زندگی می‌کنند و همه‌گیری کووید-۱۹ با پیامدهای منفی زیادی برای آن‌ها به همراه بوده و منجر به تغییرات چشمگیری در همه جنبه‌های زندگی روزمره و از جمله مسائل تحصیلی دانش‌آموزان شده است. دانش‌آموزان ابتدایی در حالی که نیازمند حضور در کلاس‌های حقیقی و دریافت حمایت‌های عاطفی معلمند، مجبور به فراگیری دروس را در یک محیط مجازی هستند. از سوی دیگر والدین در حالی مسئولیت آموزش فرزندان نوپای خود را بر عهده دارند که تخصص لازم را در این زمینه نداشته و فشار روانی زیادی را در این رابطه متحمل می‌شوند. بسیاری از این تغییرات با خطر افزایش فرسودگی والدینی همراه است و این مسئله نگرانی‌های زیادی را به همراه دارد، چراکه در این شرایط احتمال کودک‌آزاری (به خصوص در مورد دانش‌آموزان ابتدایی) و بی‌توجهی عاطفی در والدینی که فرسودگی والدینی را تجربه می‌کنند، افزایش می‌یابد. از اینرو مطالعه حاضر با هدف بررسی نقش فرسودگی والدینی در بدرفتاری با دانش‌آموزان ابتدایی در همه‌گیری کووید-۱۹ انجام شد. در این مطالعه ۴ سوال اصلی مورد بررسی قرار گرفت و در پایان نیز پیشنهادهاتی در خصوص کاهش فرسودگی والدینی و بدرفتاری با دانش‌آموزان ابتدایی مطرح شد. نخستین سوال پژوهش در خصوص عوامل مرتبط با فرسودگی والدینی در همه‌گیری کووید-۱۹ بود. کیفیت (۲۰۲۰) معتقد است فرسودگی والدینی در نتیجه سطح بالای استرس فرزندپروری، عدم تطابق بین منابع لازم برای تربیت فرزندان و آنچه خانواده‌ها بدین منظور نیاز دارند، ایجاد می‌شود. در همین راستا نتایج مطالعات سورکیلا و اونولا (۲۰۲۰)، پارکز و همکاران (۲۰۱۵) و لیندستروم، امان و نوربرگ (۲۰۱۱)، نشان داد مشکلاتی چون بیکاری والدین، نداشتن امنیت مالی، سطح پایین حمایت از طرف خانواده و دوستان و نداشتن وقت کافی، می‌تواند خطر فرسودگی والدینی را افزایش دهد و این درحالی است که در همه‌گیری کووید-۱۹، مشکلات خانواده‌ها در این حوزه‌ها افزایش یافته است. در پاسخ به این سوال که آیا همه‌گیری کووید-۱۹ منجر به افزایش فرسودگی والدینی می‌شود؟ می‌توان گفت که بر اساس مطالعات انجام شده (و تشدید مشکلات متعدد خانواده‌ها در خصوص استرس فرزندپروری و منابع مادی و غیرمادی مورد نیاز برای تربیت فرزندان، در همه‌گیری کووید-۱۹) شیوع این بیماری‌زا می‌تواند فرسودگی والدینی را افزایش دهد. مانجا و همکاران (۲۰۲۰) نیز نشان دادند که در همه‌گیری کووید-۱۹،

1 . Liu

2 . Blanchard, Roskam, Mikolajczak & Heeren

3 . Ardic

4 . Sodi

والدین به دلیل تشدید مشکلات، بیشتر در معرض فرسودگی والدینی هستند. همچنین نتایج مطالعات پرهیدکو، لانگ و ویتون (۲۰۲۰)، شیخ‌الاسلامی، محمدی و سیداسماعیلی قمی (۱۳۹۵)، روزکام، بریاند و میکولایچاک (۲۰۱۸) و سجویه و همکاران (۲۰۱۸) در راستای نتایج این بخش از پژوهش است. مطالعه حاضر همچنین به دنبال پاسخ به این سوال بود که آیا فرسودگی والدینی ناشی از همه‌گیری کووید-۱۹ احتمال غفلت والدینی مرتبط با دانش‌آموزان ابتدایی را افزایش می‌دهد یا خیر؟ پاسخ به این سوال را می‌توان اینگونه توضیح داد که براساس یافته‌های بدست آمده حاصل از مرور پیشینه پژوهش، عواملی چون تجربه بدرفتاری و غفلت والدینی در کودکی (نورمن و همکاران، ۲۰۱۲)، قربانی خشونت بودن (ویدوم، سزاجا و داتون، ۲۰۱۴) و تجربه مکرر فشارهای روانی و اقتصادی (گریفیت، ۲۰۲۰)، در بروز و تشدید غفلت والدینی نقش دارد و از آنجاکه این مشکلات در همه‌گیری کووید-۱۹، تشدید شده است (دیویس و گرین، ۲۰۲۰)، احتمال غفلت والدینی نیز افزایش خواهد یافت. همچنین مطالعه حاضر به دنبال پاسخ به این سوال بود که آیا فرسودگی والدینی ناشی از همه‌گیری کووید-۱۹ احتمال بدرفتاری (کودک آزاری) را در دانش‌آموزان ابتدایی را افزایش می‌دهد؟ در پاسخ به این سوال می‌توان به این مساله اشاره نمود که بر اساس مطالعات انجام شده، فرسودگی والدینی خطر بزرگی بر سلامت روان والدین بوده (میکولایچاک و همکاران، ۲۰۱۹) و با کاهش سلامت روانی نیز، خطر بروز مشکلاتی چون افسردگی، اضطراب و خشونت افزایش یافته و این مساله می‌تواند به رفتارهایی چون بدرفتاری (کودک آزاری) منجر شود. پژوهش‌های قبلی نیز نشان داده است که استرس‌های والدین یک عامل خطر ساز برای خشونت خانگی و بالاخص بدرفتاری (کودک آزاری) است و با افزایش سطح استرس در والدین، خطر سوء رفتارهای والدین در تربیت فرزندان نیز افزایش می‌یابد (عابدین، ۱۹۹۷؛ رودریگز، ۲۰۱۰). همچنین با توجه به پیامدهای منفی بدرفتاری (کودک آزاری) در دوران در همه‌گیری کووید-۱۹، مانند بروز مشکلات روانشناختی (فورتسون و همکاران ۲۰۱۶). مشکلات جسمی (حاج یحیی، سوکار، حسن-عباس و ملکا، ۲۰۱۹؛ نورمن و همکاران، ۲۰۱۲). اعتیاد، خطر خودکشی و رفتارهای جنسی پرخطر (نورمن و همکاران، ۲۰۱۲). و احتمال ترک تحصیل (کوری و اسپاتز ویدوم، ۲۰۱۰)، ضرورت توجه به مساله فرسودگی والدینی در همه‌گیری کووید-۱۹ و انجام مداخلات مناسب در جهت کاهش آن بیش از پیش احساس می‌شود. به منظور انجام مداخلات موثر در خصوص فرسودگی والدینی در همه‌گیری کووید-۱۹، نخستین مرحله ارزیابی فرسودگی والدینی است. بدین منظور مطالعه حاضر، بر اساس مطالعات انجام شده دو معیار را برای ارزیابی فرسودگی والدینی پیشنهاد داد، نخست استفاده از فرم کوتاه فرسودگی والدین برای غربالگری اولیه (روزکام و همکاران، ۲۰۱۷) و دوم استفاده از فرم بلند ارزیابی فرسودگی والدین (روزکام و همکاران، ۲۰۱۸) به منظور بررسی دقیق‌تر میزان فرسودگی والدین. همچنین پژوهش حاضر مداخلاتی چون آموزش مهارت‌های مقابله‌ای و هوش هیجانی (ترک، ۲۰۲۰)، آرام‌سازی (لیو و همکاران، ۲۰۲۰)، کمک‌طلبی حرفه‌ای روانشناختی (شمالی احمدآبادی و همکاران، ۱۳۹۹)، درمان شناختی رفتاری (جانی و همکاران، ۱۳۹۹)، واقعیت‌درمانی (شمالی احمدآبادی و برخوردار احمدآبادی، ۱۳۹۹) را در جهت کاهش مشکلات روانشناختی کووید-۱۹ و از جمله فرسودگی والدینی و بدرفتاری (کودک آزاری) پیشنهاد داد. به طور کلی بر اساس یافته‌های پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که کووید-۱۹ از عوامل موثر در بروز فرسودگی والدینی بوده و این مساله می‌تواند احتمال بدرفتاری (کودک آزاری) با دانش‌آموزان ابتدایی را افزایش دهد. بر اساس یافته‌های پژوهش حاضر پیشنهاد می‌شود آموزش و پرورش، مشاوران

مدارس و روانشناسان حوزه تعلیم و تربیت در کنار رسیدگی به سایر مشکلات روانشناختی دانش‌آموزان، وجود فرسودگی والدینی در خانواده‌های دارای دانش‌آموزان ابتدایی را بیشتر مورد توجه قرار داده، با ابزارهایی معرفی شده در این مطالعه، وجود این آسیب‌ها را بررسی و مداخلات متناسب با آن را انجام دهند. همچنین پیشنهاد می‌شود مسئولین آموزش و پرورش، رسانه‌ها و صدا و سیما برنامه‌های آموزشی در جهت کاهش فرسودگی والدینی به مردم ارائه دهند تا شاهد پیامدهای منفی آن همچون بدرفتاری (کودک آزاری)، بی‌توجهی عاطفی و بدرفتاری با فرزندان نباشیم.

منابع

- جانی، ستاره، میکائیلی، نیلوفر و رحیمی، پریسا. (۱۳۹۹). اثربخشی درمان شناختی رفتاری از طریق اینترنت بر کاهش اضطراب کرونا در کارکنان مراقبتهای بهداشتی و درمانی شهرستان پارس آباد. *فصلنامه فن آوری اطلاعات و ارتباطات در علوم تربیتی*، ۱۰(۴)، ۱۲۹-۱۴۵.
- شمالی احمدآبادی مهدی و برخوردار احمدآبادی عاطفه. (۱۳۹۹). اثربخشی واقعیت‌درمانی موردی به شیوه مجازی بر اضطراب کرونا، *رویش روان‌شناسی*، ۹(۷)، ۱۶۳-۱۷۰.
- شمالی احمدآبادی، مهدی، پورجانب الهی، منصوره، بهجت، آریتا و برخوردار احمدآبادی، عاطفه. (۱۳۹۹). نقش اجتناب تجربه‌ای و جهت‌گیری به کمک‌طلبی حرفه‌ای در پیش‌بینی اضطراب کووید-۱۹. *فصلنامه تعالی مشاوره و روان‌درمانی*، ۹(۳۶)، ۶۷-۷۸.
- شیخ‌الاسلامی، علی، محمدی، نسیم و سیداسماعیلی قمی، نسترن. (۱۳۹۵). مقایسه‌ی استرس والدگری، شادکامی و انعطاف‌پذیری شناختی مادران دارای فرزند کم‌توان‌ذهنی و ناتوان یادگیری. *ناتوانی‌های یادگیری*، ۵(۴)، ۲۵-۴۲.
- موسوی، سیده فاطمه. (۱۳۹۸). فرسودگی و خستگی ناشی از وظایف والدینی: نقش متغیرهای زمینه‌ای والد-فرزند. *مجله مطالعات ناتوانی*، ۹(۲)، ۱۲۳-۱۲۳.
- Abidin, R. R. (1997). Parenting stress index: A measure of the parent child system. In C. Zalaquett & R. Woods (Eds.), *Evaluating stress: A book of resources* (pp. 277-291). Lanham: Scarecrow Press, Inc.
- Ardic, A. (2020). Relationship between Parental Burnout Level and Perceived Social Support Levels of Parents of Children with Autism Spectrum Disorder. *International Journal of Educational Methodology*, 6(3), 533-543.
- Aronson, L. (2020). Age, complexity, and crisis: A prescription for progress in pandemic. *New England Journal of Medicine*. <https://doi.org/10.1056/NEJMp2006115>.
- Aunola, K., Sorkkila, M., & Tolvanen, A. (2020a). Validity of the Finnish version of the Parental Burnout Assessment (PBA). *Scandinavian Journal of Psychology*. Early view. . <https://doi.org/10.1111/sjop.12654>.
- Becker-Blease, K., Turner, H. A., & Finkelhor, D. (2010). Disasters, victimization, and children's mental health. *Child Development*, 81(4), 1040-1052.
- Blanchard, M. A., Roskam, I., Mikolajczak, M., & Heeren, A. (2021). A network approach to parental burnout. *Child Abuse & Neglect*, 111, 104826.
- Brianda, M. E., Roskam, I., Gross, J. J., Franssen, A., Kapala, F., Gerard, F., & Mikolajczak, M. (2020). Treating parental burnout: Impact of two treatment modalities on burnout symptoms, emotions, hair cortisol, and parental neglect and violence. *Psychotherapy and Psychosomatics*. Advanced online publication.
- Center for Disease Control and Prevention. (2020). Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): Cases in the U.S. Retrieved from <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/cases-updates/cases-in-us.html>.
- Chen, H., Wang, W., Wang, S., Li, Y., Liu, X., & Youngxin, L. (2020). Validation of a Chinese version of the parental burnout assessment (PBA). *Frontiers in Psychology*, 11, 321.

- Currie, J., & Spatz Widom, C. (2010). Long-term consequences of child abuse and neglect on adult economic well-being. *Child Maltreatment, 15*(2), 111–120.
- Curtis, T., Miller, B. C., & Berry, E. H. (2000). Changes in reports and incidence of child abuse following natural disasters. *Child Abuse & Neglect, 24*(9), 1151–1162.
- Davis, M. F., & Green, J. (2020). Three hours longer, the pandemic workday has obliterated work-life balance. *Bloomberg Business*. Retrieved from <https://www.bloomberg.com/news/articles/2020-04-23/working-from-home-in-covid-era-means-three-more-hours-on-the-job?srnd=premium>
- Felix, E. D., You, S., & Canino, G. (2015). Family influences on the relationship between hurricane exposure and *ataques de nervios*. *Journal of Child and Family Studies, 24*(8), 2229–2240.
- Finzi-Dottan, R., & Harel, G. (2014). Parents' potential for child abuse: an intergenerational perspective. *Journal of Family Violence, 29*(4), 397–408.
- Fortson, B. L., Klevins, J., Merrick, M. T., Gibert, L. K., & Alexander, S. P. (2016). *Preventing child abuse and neglect: A technical package for policy, norm, and programmatic activities*. Atlanta: National Center for Injury Prevention and Control, Center for Disease Control and Prevention.
- Griffith, A. K. (2020). Parental burnout and child maltreatment during the COVID-19 pandemic. *Journal of family violence, 1-7*.
- Haj-Yahia, M., Sokar, S., Hassan-Abbas, N., & Malka, M. (2019). The relationship between exposure to family violence in childhood and post-traumatic stress symptoms in young adulthood: the mediating role of social support. *Child Abuse & Neglect, 92*, 126–138.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology, 60*(3), 456–470.
- Holly, L. E., Fenley, A. R., Kritikos, T. K., Merson, R. A., Abidin, R. R., & Langer, D. A. (2019). Evidence-base update for parenting stress measures in clinical samples. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology, 48*(5), 685–705. <https://behdasht.gov.ir>
- Hubert, S., & Aujoulat, I. (2018). Parental burnout: when exhausted mothers open up. *Frontiers in Psychology, 9*, .
- James, M. E. B. I. R., Grossb, J., Kapala, A. F. F., Gérard, F., & Mikolajczaka, M. (2020). Treating parental burnout: Impact of two treatment modalities on burnout symptoms, emotions, hair cortisol, and parental neglect and violence. *Balance, 28*(70.31), 0-91.
- Lindström, C., Åman, J., & Norberg, A. L. (2011). Parental burnout in relation to sociodemographic, psychosocial and personality factors as well as disease duration and glycaemic control in children with type 1 diabetes mellitus. *Acta Paediatrica, 100*(7), 1011–1017.
- Liu, K., Chen, Y., Wu, D., Lin, R., Wang, Z., & Pan, L. (2020). Effects of progressive muscle relaxation on anxiety and sleep quality in patients with COVID-19. *Complementary Therapies in Clinical Practice, 39*, 101132.
- Manja, S. A., Mohamad, I., Ismail, H., & Yusof, N. I. (2020). Covid-19: The Investigation On The Emotional Parental Burnout During Movement Control Order In Malaysia. *European Journal of Molecular & Clinical Medicine, 7*(2), 4912-4929.
- Mikolajczak, M., & Roskam, I. (2018). A theoretical and clinical framework for parental burnout: the balance between risks and resources (BR²). *Frontiers in Psychology, 9*, 886.
- Mikolajczak, M., Brianda, M. E., Avalosse, H., & Roskam, I. (2018a). Consequences of parental burnout: its specific effect on child neglect and violence. *Child Abuse & Neglect, 80*, 134–145.
- Mikolajczak, M., Gross, J. J., & Roskam, I. (2019). Parental burnout: what is it, and why does it matter? *Clinical Psychological Science, 7*(6), 1319–1329.

- Mikolajczak, M., Raes, M., Avalosse, H., & Roskam, I. (2018b). Exhausted parents: sociodemographic, child-related, parent-related, parenting and family-functioning correlates of parental burnout. *Journal of Child and Family Studies*, 27(2), 602–614.
- Norman, R. E., Byambaa, M., De, R., Butchart, A., Scott, J., & Vos, T. (2012). The long-term health consequences of child physical abuse, emotional abuse, and neglect: a systematic review and meta-analysis. *PLoS Medicine*, 9(11), e1001349.
- Norris, F. H., Friedman, M. J., Watson, P. J., Byrne, C. M., Diaz, E., & Kaniasty, K. (2002). 60,000 disaster victims speak: Part I. An empirical review of the empirical literature, 1981–2001. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*, 65(3), 207–239.
- Parkes, A., Sweeting, H., & Wight, D. (2015). Parenting stress and parent support among mothers with high and low education. *Journal of Family Psychology*, 29(6), 907–918.
- Pew Research Center. (2020a). *Most Americans Say Coronavirus Outbreak Has Impacted Their Lives*. Retrieved from https://www.pewsocialtrends.org/wp-content/uploads/sites/3/2020/03/PSDT_03.30.20_W64-COVID-19.Personal-impact-FULL-REPORT.pdf
- Pew Research Center. (2020b). *About Half of Lower Income Americans Report Household Wage or Job Loss Due to COVID-19*. Retrieved from <https://www.pewsocialtrends.org/2020/04/21/about-half-of-lower-income-americans-report-household-job-or-wage-loss-due-to-covid-19/>
- Pew Research Center. (2020c). *Most Americans Say that Trump Was Too Slow in Initial Response to Coronavirus Threat*. Retrieved from <https://www.people-press.org/2020/04/16/most-americans-say-trump-was-too-slow-in-initial-response-to-coronavirus-threat/>
- Prikhidko, A., Long, H., & Wheaton, M. G. (2020). The Effect of Concerns About COVID-19 on Anxiety, Stress, Parental Burnout, and Emotion Regulation: The Role of Susceptibility to Digital Emotion Contagion. *Frontiers in public health*, 8, 894.
- Raphael, J. L., Zhang, Y., Liu, H., & Giardino, A. P. (2010). Parenting stress in US families: implications for pediatric healthcare utilization. *Child: Care, Health and Development*, 36(2), 216–224.
- Rodriguez, C. M. (2010). Parent-child aggression: association with child abuse potential and parenting styles. *Violence and Victims*, 25(6), 728–741.
- Roskam, I., Brianda, M. E., & Mikolajczak, M. (2018). A step forward in the conceptualization and measurement of parental burnout: the parental burnout assessment (PBA). *Frontiers in Psychology*, 9, 758.
- Roskam, I., Raes, M.-E., & Mikolajczak, M. (2017). Exhausted parents: development and preliminary validation of parental burnout inventory. *Frontiers in Psychology*, 8, 163.
- Rubens, S. L., Felix, E. D., & Hambrick, E. P. (2018). A meta-analysis of the impact of natural disasters on internalizing and externalizing problems in youth. *Journal of Traumatic Stress*, 31(3), 332–341.
- Samuels, A. (2020). For millions of people, relief from the COVID-19 stimulus package remains out of reach. *TIME*. Retrieved from
- Schneider, W., Waldfogel, J., & Brooks-Gunn, J. (2017). The great recession and risk for child abuse and neglect. *Children and Youth Services Review*, 72, 71–81.
- Séjourné, N., Sanchez-Rodriguez, R., Leboullenger, A., & Callahan, S. (2018). Maternal burnout: an exploratory study. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 36(3), 276–288.
- Sinha, I. P., Harwood, R., Semple, M. G., Hawcutt, D. B., Thursfield, R., Narayan, O., Kenny, S. E., Viner, R., Langton Hewer, S., & Southern, K. W. (2020). COVID-19 infection in children. *The Lancet*, 8, 446–447.
- Sodi, T., Kpassagou, L. B., Hatta, O., Ndayizigiye, A., Ndayipfukamiye, J. M., Tenkué, J. N., ... & Sezibera, V. (2020). Parenting and parental burnout in Africa. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 2020(174), 101–117.
- Sorkkila, M., & Aunola, K. (2020). Risk factors for parental burnout among Finnish parents: the role of socially prescribed perfectionism. *Journal of Child and Family Studies*, 29, 648–659.

- Sprague, C. M., Kia-Keating, M., Felix, E., Afifi, T., Reyes, G., & Afifi, W. (2015). Youth psychosocial adjustment following wildfire: the role of family resilience, emotional support, and concrete support. *Child & Youth Care Forum, 44*(3), 433–450.
- Turk, B. A. (2020). *The Relationship of Coping Style and Emotional Intelligence on Parental Burnout* (Doctoral dissertation, Northcentral University).
- U.S. Department of Homeland Security (2020). *Shelter*. Retrieved from
- Van Bagel, H., Van Engen, M., & Peters, P. (2018). Validity of the parental burnout inventory among Dutch employees. *Frontiers in Psychology, 23*, 697.
- Widom, C. S., Czaja, S., & Dutton, M. A. (2014). Child abuse and neglect and intimate partner violence victimization and perpetration: a prospective investigation. *Child Abuse & Neglect, 38*(4), 650–663.
- World Health Organization. Coronavirus disease 2019 (COVID-19) situation report–34. Geneva, Switzerland: World Health Organization; 2020.