

## اثر بخشی آموزش توانمندسازی اطلاعاتی-انگیزشی در حوزه کارآفرینی بر خودکارآمدی و امید به زندگی زنان سرپرست خانوار

زهرا فتوحی اردکانی\* ، آزاده چوب‌فروش زاده\*\* ، یاسر رضاپور میرصالح\*\*\*

تاریخ دریافت: ۱۳۹۸/۹/۶ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۴/۹

### چکیده

زنان سرپرست خانوار به‌عنوان یک گروه آسیب‌پذیر معمولاً فاقد مهارت شغلی و درآمد کافی برای کنترل و اداره مناسب زندگی خود هستند و این عدم کنترل باعث استرس و اضطراب شده که می‌تواند بر کیفیت کلی زندگی آنان تأثیر بگذارد. این پژوهش با هدف تعیین اثربخشی آموزش توانمندسازی اطلاعاتی-انگیزشی در حوزه کارآفرینی بر خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی و امید به زندگی زنان سرپرست خانوار انجام شد. پژوهش حاضر نیمه آزمایشی و از طرح‌های پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل می‌باشد. تعداد ۲۲ نفر از زنان سرپرست خانوار مراجعه‌کننده به کمیته امداد امام خمینی (ره) اردکان در بهار ۱۳۹۸ به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به‌طور تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند؛ به‌طوری‌که هر گروه شامل ۱۱ نفر بود. گروه آزمایش ۸ جلسه آموزش بر اساس پروتکل مؤلفه‌های توانمندسازی روان‌شناختی بر مبنای نظریه توماس و ولتهوس (۱۹۹۰)، دریافت کردند؛ درحالی‌که به گروه کنترل هیچ مداخله‌ای داده نشد. برای ارزیابی آزمودنی‌ها از پرسشنامه خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی تیلور و بتز (۱۹۸۳) و پرسشنامه امید به زندگی اسنایدر (۱۹۹۱)، استفاده شد. نتایج حاصل از تحلیل کوواریانس نشان داد که آموزش توانمندسازی اطلاعاتی انگیزشی در حوزه کارآفرینی، برافزایش خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی و امید به زندگی زنان سرپرست خانوار، تأثیر معنادار داشته است. از آنجاکه آموزش توانمندسازی اطلاعاتی-انگیزشی در حوزه کارآفرینی، بر خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی و امید به زندگی زنان سرپرست خانوار مؤثر بود؛ اجرای این مداخله برای زنان سرپرست خانوار در نهادهای حمایتی و در ابعاد وسیع‌تر به‌منظور پیشگیری از آسیب بیشتر به این زنان، پیشنهاد می‌شود.

\* دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه اردکان، اردکان، ایران. zahra.fotohe93@gmail.com

\*\* استادیار روانشناسی، دانشگاه اردکان، اردکان، ایران. (نویسنده مسئول). azadechoobforoush@at.ac.ir

\*\*\* استادیار مشاوره دانشگاه اردکان، اردکان، ایران. y.rezapour@ardakan.ac.ir

**واژه‌های کلیدی:** آموزش توانمندسازی اطلاعاتی-انگیزشی، خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی، امید به زندگی، زنان سرپرست خانوار

## مقدمه

زنان سرپرست خانوار زنانی هستند که به دلایل متعدد از جمله فوت همسر، متارکه، طلاق، ازکارافتادگی همسر، مفقودالایر بودن همسر و... سرپرستی خانواده خود را برعهده گرفته‌اند. در طول سه دهه اخیر تعداد این زنان روبه افزایش بوده و در سال ۹۰ به افزایش ۱۲ درصدی رسیده است (رضایی، ۲۰۱۳: ۴۵۲). روند روبه رشد زنان سرپرست خانوار، در حالی است که تعداد زیادی از این زنان به علت کمی درآمد و کمک‌های دریافتی در فقر شدید به سر می‌برند. بررسی میزان آسیب‌پذیری اجتماعی زنان سرپرست خانوار، نشان می‌دهد که میزان آسیب‌پذیری اجتماعی (گرایش به اعتیاد و خودکشی در زنان، انزوایی اجتماعی در زنان، رتبه بالای بزهکاری فرزندان آنان و رتبه پایین‌تر فقر اقتصادی) در زنان سرپرست خانوار نسبت به زنان غیر سرپرست خانوار، بیش تراست (یاری، ۱۳۹۴: ۶۸). بنابراین نبود تضمین برای تأمین نیازهای زندگی مادی و ترس و نگرانی از آینده نامعلوم، زنان سرپرست خانوار را در شرایط استرس‌زا و پرتنشی قرار می‌دهد که می‌تواند بر کیفیت زندگی و امید به زندگی این زنان تأثیر بگذارد.

امید، میزان توانایی و خوش‌بینی فرد برای آغاز و حفظ تلاش‌های ضروری جهت دنبال کردن اهداف خواستنی و رسیدن به موفقیت‌های قابل‌دستیابی است (Snyder, 1989: 570). مقایسه سلامت عمومی و امید به زندگی در زنان سرپرست خانوار تحت پوشش با و بدون بیمه بازنشستگی حاکی از این است که مؤلفه‌های امید به زندگی (قدرت اراده و راه‌یابی) در زنان با بیمه بیشتر از بدون بیمه است (حقانیان، ۱۳۹۵). یکی از عوامل مؤثر در کاهش امید به زندگی زنان سرپرست خانوار، نداشتن شغل و درآمدی مناسب برای زندگی آینده است. بر اساس آمار سازمان بهزیستی کشور، تنها ۱۸ درصد

از زنان سرپرست خانوار شاغل و ۸۲ درصد آنان بیکار بوده‌اند (سازمان بهزیستی کشور، ۱۳۹۴). توانمندسازی زنان سرپرست خانوار منطقه ۵ شهر اصفهان با تأکید بر مؤلفه اشتغال، نشان داد که دو گروه زنان فعال و منفعل وجود دارند که موانع موجود در راه توانمندی خود را فقر اقتصادی، ناامنی در محیط کار، مشکلات جسمی و روانی و عدم حمایت اجتماعی اطرافیان می‌دانند (اکبری ترکمانی و همکاران، ۱۳۹۷: ۳۶). بنابراین انتخاب شغل یکی از مهم‌ترین و اساسی‌ترین انتخاب‌ها در زندگی فرداست (Jiang, 2014: 112). مهم‌ترین بعد در انتخاب شغل، تصمیم‌گیری است. تصمیم‌گیری، مهارت پیچیده‌ای است که با در نظر گرفتن ارزش‌های فرد و جامعه راه‌حل‌های مناسبی را در دسترس فرد، قرار می‌دهد (شفیع‌آبادی، ۱۳۹۳: ۲۷).

یکی از مسائلی که نقش مهمی در تصمیم‌گیری شغلی دارد، خودکارآمدی است. خودکارآمدی میزان اطمینان فرد از کسب موفقیت مورد انتظارش است (Valentine & Barnet, 2009: 191). مفهوم خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی<sup>۱</sup> به معنای اطمینانی است که فرد نسبت به صلاحیت خود در انجام موفقیت‌آمیز اعمال تصمیم‌گیری شغلی مرتبط با خودارزیابی، اطلاعات شغلی، حل مسئله، انتخاب هدف و برنامه‌ریزی برای آینده دارد (Jiang, 2015: 450). در واقع، باور مثبت افراد نسبت به توانایی‌هایشان در ارتباط با کاهش استرس و غلبه بر مشکلات مؤثر است (اعرابیان و همکاران، ۱۳۸۹: ۳۶۰). بنابراین، افزایش خودکارآمدی در زنان سرپرست خانوار می‌تواند باعث افزایش سازش آنان با موقعیت‌های پرتنش و عدم خودکارآمدی آنان باعث احساس تنیدگی آنان در آن موقعیت شود.

با توجه به مباحث ذکرشده، افزایش خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی و امید به زندگی می‌تواند تأثیرات زیادی بر کیفیت زندگی این زنان داشته باشد. همواره پژوهشگران سعی در پیدا کردن راه‌هایی دارند که بتوانند این دو را افزایش دهند. یکی

از راه‌های افزایش خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی افراد، توانمندسازی است. توانمندسازی فرایند افزایش احساس خودکارآمدی افراد از طریق شناسایی و حذف شرایطی که باعث ناتوانی شده است (Conger & Kanungo, 1998: 471). توانمندسازی دارای انواع مختلفی است که برخی از آن‌ها عبارت‌اند از: توانمندسازی روان‌شناختی، توانمندسازی اجتماعی، توانمندسازی سیاسی، توانمندسازی اقتصادی و توانمندسازی شغلی (نیلی، ۱۳۸۸: ۲۳). از بین انواع توانمندسازی، یکی از مهم‌ترین آنها که در سرنوشت فرد اهمیت زیادی دارد، توانمندسازی روانی است. توانمندسازی روانی فرآیند انگیزش درونی است، که دارای چهار بعد احساس معناداری، احساس توانایی و کفایت، احساس خود-تعیین‌گری، احساس اثرگذاری است (Thomas, 2009).

در احساس معناداری، فرد احساس می‌کند که اهداف مهم و باارزشی را دنبال می‌کند و در مسیری قرار گرفته است که زمان و انرژی‌اش ارزشمند است و مأموریتی دارد تا هدف مهمی را دنبال کند. در احساس توانایی و کفایت، فرد توانایی‌هایش را باور دارد؛ و باور دارد که قابلیت‌ها و توانایی‌های لازم برای انجام موفقیت‌آمیز مسئولیت‌ها و وظایف را دارد. احساس کفایت، دربرگیرنده این حس است که فرد کاری را به بهترین صورت و باکیفیت بالا انجام می‌دهد. احساس خود-تعیین‌گری نیز به آزادی عمل و استقلال افراد در تعیین فعالیت‌های لازم برای انجام وظایف اشاره می‌کند. احساس اثرگذاری، بیانگر آن است که فرد بر نتایج و پیامدهای راهبردی، اجتماعی و عملیاتی زندگی خود می‌تواند اثر بگذارد. فرد باور دارد که با تحت تأثیر قرار دادن محیطی که در آن کار می‌کند در نتایجی که تولید می‌شوند، می‌تواند تغییر ایجاد کند (توماس، ۲۰۰۹). آموزش مهارت‌ها و توانمندسازی زنان نشان می‌دهد که دستیابی به تحصیلات و درگیری اقتصادی از عناصر اصلی تأمین توانمندسازی زنان است و فرآیند توسعه بدون مشارکت زنان، که بخش قابل توجهی از جامعه را تشکیل می‌دهند، مورد سوءاستفاده قرار خواهد گرفت (Shetty & Hans, 2019).

یکی از راه‌های توانمندسازی زنان سرپرست خانوار، کارآفرینی<sup>۱</sup> است. کارآفرینی عبارت است از فرآیند ایجاد ارزش از طریق تشکیل مجموعه منحصربه‌فردی از منابع به‌منظور بهره‌گیری بهتر از فرصت‌هاست. طراحی و تبیین مدل پارادایمی کارآفرینی اجتماعی با رویکرد توانمندسازی زنان سرپرست خانوار، نشان می‌دهد که سیاست‌های توانمندسازی به‌منزله پدیده محوری در تعامل با عوامل دیگر موجب شکل‌گیری کارآفرینی اجتماعی می‌شود. (زارع و دشتکی، ۱۳۹۸: ۱۴۷). یکی از موانع کارآفرینی فقدان آگاهی و دانش از اطلاعات بازار کار، شرایط محیط کار، قانون کار، دوره‌های آموزش فنی و حرفه‌ای و عدم آشنایی با مفاهیم کارآفرینی است که باعث کاهش رشد اقتصادی و درآمدی این قشر آسیب‌پذیر شده است و نیازمند توانمندسازی اطلاعاتی است. توانمندسازی اطلاعاتی به معنای افزایش دانش و اطلاعات زنان سرپرست خانوار از بازار کار و دنیای مشاغل است. مانع بعدی بر سر راه کارآفرینی زنان سرپرست خانوار، فقدان اعتماد به نفس و انگیزش کافی برای حضور در فعالیت‌های اجتماعی است که رفع این مانع نیز نیازمند توانمندسازی انگیزشی است. توانمندسازی انگیزشی به معنای بالا بردن انگیزش و علاقه زنان سرپرست خانوار به حضور در اجتماع و انجام فعالیت و رسیدن به خودکفایی است. رویکرد توانمندسازی در کار با زنان بدون سرپرست نشان می‌دهد که توانمندسازی موجب تغییرات موفقیت‌آمیز زنان در بهبود علائم آسیب، افزایش خودکارآمدی و حس قدرت، مشارکت در برنامه‌های اجتماعی و ایجاد حس امید برای آینده شده است (East & Roll, 2015). بر اساس موارد ذکر شده در این پژوهش محقق بر آن است تا به بررسی اثربخشی آموزش توانمندسازی اطلاعاتی-انگیزشی در حوزه کارآفرینی بر خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی و امید به زندگی زنان سرپرست خانوار بپردازد.

## نظریه‌های مرتبط با توانمندسازی زنان

وضعیت زندگی زنان سرپرست خانوار و خانواده‌هایشان مورد توجه جامعه شناسان قرار گرفته که منجر به ارائه نظریاتی در این خصوص گردیده است که بعضی از این نظریه‌ها مستقیماً به عوامل اصلی پیدایش این مسئله پرداخته‌اند و بعضی دیگر به عوامل پیرامونی این مسئله توجه نموده‌اند.

### نظریه سارا لانگه:

سارا لانگه یکی از نظریه‌پردازان فعال توانمندسازی زنان در آفریقا است و معتقد است زنان توانمند نیستند و علت آن بی‌کفایتی خودشان نیست بلکه علتش نابرابری موقعیتی و ساختاری آنان نسبت به مردان است. لانگه معتقد است که توانمندسازی زنان، نیازمند طی کردن پنج مرحله است، که این مراحل شامل: رفاه (رفع نیازهای معیشتی و مادی مانند مردان)، دسترسی (دسترسی به منابع توسعه مانند کار، آموزش، خدمات عمومی و قانون)، آگاهی (باور داشتن برابری)، مشارکت (تصمیم‌گیری برای امور مربوط به خود و برنامه‌ریزی برای آن) و کنترل (در دست گرفتن سرنوشت خود و برابری قدرت با مردان) می‌باشد (لانگه، ۱۳۷۶: ۵).

### نظریه سه عنصری موزر:

این نظریه دارای سه عنصر اصلی شامل: رشد آگاهی همراه با انتقادگری، توسعه ظرفیت‌های برای ایجاد تحول در موقعیت موجود و تقویت سازمان‌های طبقه‌ای یا سازمان‌دهی اقشار گوناگون می‌باشد. بنابراین در جریان توانمندسازی زنان، سطح آگاهی منتقدانه زنان نسبت به واقعیات بیرونی بیشتر شده و متوجه تأثیر توانمندی درونی خود بر رفاه زندگی‌شان می‌شوند و در این فرآیند، ارزش‌ها و هنجارهایی خلق می‌شود که تضمین‌کننده برابری جنسیتی در سطوح مختلف فردی، خانوادگی، اجتماعی و سیاسی است (موزر، ۱۳۷۲: ۶۱).

### نظریه طبقاتی و ناتوانی دولت‌ها:

طرفداران این نظریه معتقدند که آسیب‌های اجتماعی و فقر، یک مقوله طبقاتی هستند نه جنسیتی. به عبارت دیگر، تمام زنان سرپرست خانوار در معرض آسیب و فقر نیستند بلکه گروهی از آنان که در طبقات پایین جامعه قرار دارند بیشتر در معرض آسیب هستند. مهم‌ترین شاخص‌های تعیین طبقه افراد شامل: درآمد، تحصیلات و شغل است به این معنی که همه زنان سرپرست خانوار فقیر و آسیب‌پذیر نیستند بلکه فقط آنانی که درآمد کمتر، سواد کمتر و شغل کم منزلت تر دارند و بدین‌وسیله در طبقات پایین جامعه قرار گرفته‌اند، آسیب‌پذیرترند. به صورت کلی، طرفداران نظریه طبقاتی، فقر زنان سرپرست خانوار را عمومی و مشترک نمی‌دانند و مسبب اصلی آن را به‌نظام اقتصادی نابرابر می‌دانند (محمدی، ۱۳۸۵).

### دیدگاه اشتغال و سلامت:

در این دیدگاه، موضوع اشتغال و سلامت دو رویکرد مثبت و منفی را به وجود می‌آورد:

#### رویکرد مثبت:

در این رویکرد، اشتغال تأثیر منفی بر سلامت روانی و جسمانی زنان نداشته است و در واقع اشتغال، هم سلامت زنان متأهل و هم زنان مجردی که نگرش مثبتی به شغل دارند را افزایش می‌دهد زیرا زنان شاغل حمایت‌های اجتماعی را از گروه همکاران خود کسب می‌کنند. در راستای این رویکرد می‌توان به ۳ نظریه اعتلای نقش، بسط نقش و تجمع نقش اشاره کرد. منظور از نظریه اعتلای نقش این است که مشارکت زنان و مردان در فعالیت‌های ارزشمند اجتماعی، باعث افزایش عزت‌نفس و سلامت افراد می‌شود (Bartly, 1992: 313). از آنجاکه ایفای نقش همسری، مادری یا پدری به همراه ایفای نقش‌های شغلی هرکدام در جایگاه اجتماعی، ارزشمند هستند، هرچقدر که افراد

این نقش‌ها را بیشتر بر عهده بگیرند از سلامت اجتماعی بیشتری نیز برخوردار خواهند شد (احمدنیا، ۱۳۸۰: ۷۱). نظریه بسط نقش به معنای این است که کثرت نقش‌ها با امتیازاتی چون افزایش اعتمادبه‌نفس، پاداش و درآمد ناشی از شغل همراه است (Denerstein, 1995: 7).

دانشجویان معتقد است که اشتغال می‌تواند روابط اجتماعی افراد را گسترش دهند و زنان شاغل می‌توانند از حمایت‌های اجتماعی همکارانشان بهره‌مند شوند و از نقش و شغل یکنواخت خانه‌داری رها شوند. بنابراین اشتغال، هم از نظر مادی و هم از نظر عاطفی باعث افزایش سلامت و خوشنودی افراد می‌شود. نظریه پردازان نظریه تجمع نقش، معتقد که اشتغال زنان باعث می‌شود که به‌عنوان یک نقش اضافه، زنان مسئولیت‌های بیشتری را قبول کنند سپس با جایگاه شغلی خود پاداشی را دریافت کنند که در نتیجه می‌تواند اثری مثبت بر شرایط زندگی خود و خانواده‌هایشان بگذارد (Arber, 1991).

### رویکرد منفی:

طرفداران این رویکرد معتقدند که زنان دارای رسالت مشترکی هستند که آن هم خانه‌داری و رسیدگی به امور فرزندان است و پدر خانواده با داشتن شغل و درآمد، رهبر خانواده به حساب می‌آید و در صورتی که زنان هم شاغل باشد، خطر رقابت با شوهر به وجود می‌آید که به زیان همبستگی و وحدت خانواده است (شکریگی، ۱۳۸۶). در راستای این رویکرد منفی نسبت به اشتغال زنان، می‌توان از نظریه کمیابی نام برد. نظریه کمیابی: فرض اصلی این نظریه بر این استوار است که هر انسانی میزان ثابتی انرژی دارد و هر نقشی از این مخزن انرژی در خواست‌هایی دارد، به عبارت ساده‌تر با تعدد نقش‌ها، فشار ناشی از مسئولیت نقش‌ها بیشتر شده و اثرات منفی بیشتری بر سلامت افراد دارد (Barnet, 1993: 427). ایفای چند نقش به صورت هم‌زمان باعث از



بین رفتن و کاهش انرژی محدود فرد می‌شود و با وجود ناتوانی و کمبود انرژی، سلامت فرد به خطر می‌افتد (امینی یخدانی، ۱۳۸۸).

### دیدگاه اسلام:

در این دیدگاه، زن و شوهر در همه امورات، از حقوق برابر و یکسانی برخوردارند. مسئله مدیریت یکی از مسائل اساسی در جامعه بشری است و از تفاوت‌های حقوقی زن و شوهر در مدیریت است. قرآن کریم مدیریت خانواده را بر عهده مردان گذاشته و زنان را مسئول تربیت نسل که مسئولیت عظیم و بزرگی است قرار داده است (مقدادی، ۱۳۸۵). از دیدگاه اسلام ساختار جسمانی و ظرافت زنان با نقش تربیت فرزندان و گرم نگه‌داشتن محیط خانواده بیشتر هماهنگ است و اگرچه زنان به‌ناچار مجبور به تأمین امور مالی خانواده و ایفای نقش اقتصادی پدر بپردازند، دچار تعدد نقش شده و اگر قوانین حمایت‌کننده‌ای برای آنان نباشد، مشکلات جدی را برایشان به وجود خواهد آورد (کتاب زنان، ۱۳۸۵).

### پیشینه پژوهش

پژوهش زارع و دشتکی (۱۳۹۸)، با عنوان طراحی و تبیین مدل پارادایمی کارآفرینی اجتماعی با رویکرد توانمندسازی زنان سرپرست خانوار (مطالعه موردی: کمیته امداد امام خمینی (ره) استان فارس)، انجام شد. در این پژوهش با ۱۸ نفر از متخصصان دانشگاهی و مددکاران خانواده کمیته امداد امام خمینی (ره) در استان فارس به‌عنوان نمونه مصاحبه شد و سپس تحلیل گردید. نتایج نشان داد سیاست‌های توانمندسازی به‌منزله پدیده محوری در تعامل با عوامل دیگر موجب شکل‌گیری کارآفرینی اجتماعی می‌شود.

پژوهش اکبری ترکمانی و همکاران (۱۳۹۷)، با عنوان توانمندسازی زنان سرپرست خانوار منطقه ۵ شهر اصفهان با تأکید بر مؤلفه اشتغال، انجام شد. نمونه‌ای با حجم ۱۱ نفر با روش نمونه‌گیری همگن انتخاب شدند و آموزش توانمندسازی در ۵ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای برای آنان انجام شد و علاوه بر آن جلسات مشاوره فردی و گروهی و مهارت‌های زندگی و ارتباطی برای بالا بردن قدرت حل مسئله نیز، اجرا شد. نتایج حاصل از این پژوهش نشان داد که دو گروه زنان فعال و منفعل وجود دارند که موانع موجود در راه توانمندی خود را فقر اقتصادی، ناامنی در محیط کار، مشکلات جسمی و روانی و عدم حمایت اجتماعی اطرافیان می‌دانند که بعد از مقابله با موانع، راهکارهای دستیابی به توانمندسازی به آنان ارائه شد.

در پژوهش ترابی مؤمن و همکاران (۱۳۹۶)، با هدف بررسی اثربخشی مداخله مددکاری اجتماعی گروهی با رویکرد توسعه بر توانمندسازی روانی و اجتماعی زنان سرپرست خانوار، نمونه‌ای با حجم ۶۰ نفر از زنان سرپرست خانوار انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه مداخله و کنترل قرار گرفتند. برنامه آموزشی مداخله مددکاری اجتماعی گروهی با رویکرد توسعه در ۱۰ جلسه و هر جلسه ۹۰ دقیقه برای گروه آزمایش انجام گرفت و گروه کنترل مداخله‌ای دریافت نکردند. نتایج این پژوهش نشان داد، بین توانمندی روانی و اجتماعی زنان سرپرست خانوار قبل و بعد از مداخله تفاوت آماری معناداری وجود داشت. بنابراین، برگزاری جلسات مداخله مددکاری اجتماعی گروهی با رویکرد توسعه بر توانمندسازی روانی و اجتماعی زنان سرپرست خانوار مؤثر بود.

پژوهش نرگس مقدس (۱۳۹۵)، با عنوان اثربخشی مشاوره شغلی روایتی بر خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی و جهت‌گیری آینده دانشجویان، انجام شد. تعداد اعضای نمونه پژوهش به صورت هدفمند و از میان دانشجویان ترم اول کارشناسی ارشد مستقر در خوابگاه که در پرسشنامه‌های خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی و جهت‌گیری آینده نمره آزمون‌هایشان از خط برش پایین‌تر بود انتخاب شدند و به‌طور

تصادفی در دو گروه کنترل و آزمایش جایگزین شدند. سپس مشاوره شغلی روایتی به صورت ۸ جلسه ۳۹ دقیقه‌ای برای اعضای گروه آزمایش اجرا شد. نتایج حاصل از این پژوهش نشان داد، مشاوره شغلی روایتی بر خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی و جهت‌گیری آینده دانشجویان دختر، مؤثر بود.

پژوهش قیم (۱۳۹۵)، با عنوان اثربخشی آموزش کارآفرینی بر خودکارآمدی عمومی و انگیزه پیشرفت افراد جویای کار مراجعه‌کننده به مراکز کاریابی شهر ماهشهر، انجام شد و نمونه‌ای با حجم ۶۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند. نتایج حاصل از این پژوهش نشان داد آموزش کارآفرینی بر خودکارآمدی و انگیزه پیشرفت افراد جویای کار مراجعه‌کننده به مراکز کاریابی شهر ماهشهر، تأثیر معناداری داشته و موجب افزایش خودکارآمدی عمومی و افزایش انگیزه پیشرفت در افراد جویای کار در گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل شده بود.

پژوهش شتی و هانس (۲۰۱۹)، با عنوان آموزش مهارت‌ها و توانمندسازی زنان، انجام شد. در این پژوهش به بررسی نقش آموزش و پرورش در توسعه مهارت و توانمندسازی زنان، پرداخته شد. نتایج حاصل از این تحقیق نشان داد، دستیابی به تحصیلات و درگیری اقتصادی از عناصر اصلی تأمین توانمندسازی زنان است و فرآیند توسعه بدون مشارکت زنان، که بخش قابل توجهی از جامعه را تشکیل می‌دهند، مورد سوءاستفاده قرار خواهد گرفت. از طریق آموزش و پرورش می‌توان، نابرابری‌ها و تعصبات جنسیتی را کاهش داد و زنان را ترغیب کرد تا یک جامعه خوب را تشکیل دهند و به فعال‌ترین بخش اقتصاد، تبدیل شوند. آموزش به زنان این توانایی را می‌دهد تا بتوانند توانایی لازم را برای کشف جهان و مشارکت کامل در فرآیند توسعه فراهم کنند.

پژوهش ریاض و پرایز (۲۰۱۸)، با عنوان تأثیر آموزش و اشتغال زنان بر توانمندسازی آنها (شواهد تجربی از نظرسنجی در سطح خانوار)، انجام شد. در این

پژوهش به بررسی تأثیر آموزش و اشتغال بر توانمندسازی زنان کشور پاکستان بین سال‌های ۲۰۱۳-۲۰۱۲ به‌عنوان نماینده توانمندسازی زنان، پرداخته شد. نتایج حاصل از این پژوهش نشان داد که هم تحصیلات و هم اشتغال زنان، نقش مهمی در توانمندسازی آن‌ها دارد. زنان تحصیل کرده به‌احتمال بیشتر در مقایسه با زنان بی‌سواد، در تصمیم‌گیری در مورد مراقبت‌های بهداشتی خود، خرید عمده خانه، بازدید از خانواده و نزدیکان، هزینه‌های درآمد خانواده و تصمیم‌گیری در مورد استفاده از بارداری شرکت می‌کنند. اشتغال زنان همچنین با مشارکت آنها در تصمیمات مربوط به مراقبت‌های بهداشتی خود، خرید عمده خانواده، مراجعه به خانواده یا اقوام و هزینه‌های مربوط به درآمد خانواده همراه است.

پژوهش تروملروا<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۱۵)، با عنوان عوامل توانمندسازی در یک قابلیت مبتنی بر رویکرد فقر، انجام شد. در این تحقیق عواملی چون سن، جنسیت، وضعیت تأهل، ملیت و فعالیت‌های آموزشی مورد بررسی قرار گرفت و نقش آنان در توانمندسازی به اثبات رسید. نتایج یافته‌های این پژوهش نشان داد که مردان نسبت به زنان در سلامت بهتری بودند و از نظر سنی، افراد جوان، نسبت به بقیه اقشار جامعه سالم‌تر و دارای فعالیت اقتصادی بیشتری بودند.

## روش‌شناسی

پژوهش حاضر از نظر هدف کاربردی و به لحاظ روش پژوهش، نیمه آزمایشی و از طرح‌های پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل می‌باشد. جامعه آماری در این پژوهش شامل کلیه زنان سرپرست خانوار مراجعه‌کننده به کمیته امداد امام خمینی (ره) شهرستان اردکان در بهار ۱۳۹۸، می‌باشد. از بین جامعه آماری، نمونه‌ای به حجم ۲۲ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به‌صورت تصادفی در گروه‌های آزمایش و کنترل قرار

گرفتند، به طوری که هر گروه شامل ۱۱ نفر بودند. پس از گرفتن رضایت‌نامه کتبی از هر گروه، پیش‌آزمون به عمل آمد و سپس گروه آزمایشی ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای آموزش، بر اساس پروتکل مؤلفه‌های توانمندسازی روان‌شناختی بر مبنای نظریه توماس و ولتهوس (۱۹۹۰) دریافت کردند، این در حالی بود که به گروه کنترل هیچ مداخله‌ای داده نشد.

### ساختار جلسات آموزشی

جلسات	هدف و شرح مختصر جلسه
جلسه اول	معارفه و آشنایی اعضا با یکدیگر، آشنایی با ساختار و قوانین گروه، آشنایی با رویکرد توانمندسازی و ابعاد آن. برای فراگیران توضیح داده می‌شود که توانمندسازی روان‌شناختی به معنای فرآیند افزایش انگیزش درونی برای انجام وظایف است و هر چهار بعد آن توضیح داده می‌شود.
جلسه دوم	آشنایی با احساس معناداری در زندگی به‌عنوان اولین بعد توانمندسازی، انتخاب و تعیین معنا و فلسفه برای زندگی، آشنایی با ضرورت داشتن هدف و هدفمندی در زندگی، ایجاد حس معناداری از طریق ساختن تصویری هیجان‌انگیز نسبت به شغل و به‌دوراز هرگونه بدبینی و منفی‌بافی. برای فراگیران توضیح داده خواهد شد که هرچند ارتباط با افرادی که به پرورش اشتیاق‌ها کمک می‌کنند و در واقع حمایت‌کننده هستند بیشتر باشد باعث می‌شود انگیزه و تحرک شما برای انجام کارها بیشتر شود.
جلسه سوم	آشنایی با احساس اثرگذاری به‌عنوان دومین بعد توانمندسازی، آشنایی با چگونگی اثرگذاری بر زندگی و تغییر مسیر، آشنایی با داشتن احساس کنترل فعال بر امور زندگی. برای فراگیران توضیح داده خواهد شد که چگونه با مشخص کردن منبع کنترل بیرونی و درونی، می‌توانیم متوجه نحوه اثرگذاری بشویم.
جلسه چهارم	آشنایی با احساس شایستگی و توانایی به‌عنوان سومین بعد از توانمندسازی، آشنایی با احساس خودکارآمدی و باور به انجام کارها، آشنایی با راهکار تقویت اعتماد نفس و تأثر آن بر خودکارآمدی. بدین منظور مربی به بحث درباره اعتمادبه‌نفس و باورهای خود افراد در شکل‌گیری احساس شایستگی می‌پردازد و با ارائه چند تکلیف به افزایش اعتمادبه‌نفس فراگیران کمک می‌کند.

<p>آشنایی با احساس خود تعیین گری به عنوان چهارمین و آخرین بعد از توانمندسازی، آشنایی با احساس آزادی انتخاب در انتخاب فعالیت‌های مهم فردی، ایجاد احساس خود تعیین گری از طریق تقویت حس مسئولیت‌پذیری و تعهد. بدین منظور مربی برای فراگیران توضیح می‌دهد که وقتی احساس کنیم در مورد شغل و زندگی خودمان تصمیم‌گیرنده هستیم انگیزه بیشتری برای کار کردن داریم.</p>	<p>جلسه پنجم</p>
<p>آشنایی با مفهوم انگیزه و انگیزش و موانع آن، آشنایی با نقش هدفمندی در کسب موفقیت در شغل، تقویت و ایجاد انگیزش شغلی از طریق راهکارهای هدف‌گذاری واقعی و هوشمندانه. بدین منظور مربی قبل از پرداختن به راهکارهای افزایش انگیزش کارآفرینان، به موضوع هدفمندی به عنوان مهم‌ترین اصل در افزایش انگیزش می‌پردازد.</p>	<p>جلسه ششم</p>
<p>آشنایی اعضا با مفهوم کارآفرینی و تفاوت آن با خود آفرینی، آشنایی اعضا با مراحل آموزش شغلی و ایجاد شغل، آشنایی اعضا با ایده‌های کار در منزل. مربی برای فراگیران توضیح می‌دهد که بعضی از این ایده‌ها نیاز به سرمایه‌دارند و بعضی از آنها نیاز به مهارت و توانایی خاصی دارند.</p>	<p>جلسه هفتم</p>
<p>جمع‌بندی مطالب، اجرای پس‌آزمون. از فراگیران خواسته می‌شود جمع‌بندی خود را از هفت جلسه گذشته بیان کنند. سپس مدرس مطالب عنوان‌شده توسط اعضا را خلاصه نموده جمع‌بندی نهایی را ارائه می‌دهد. پس‌آزمون اجرا می‌شود. از حضور و همکاری اعضا تشکر و قدردانی می‌شود. پایان کلاس اعلام می‌شود.</p>	<p>جلسه هشتم</p>

در این پژوهش از پرسشنامه خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی تیلور و بتز (۱۹۸۳) و پرسشنامه امید به زندگی اشنايدر (۱۹۹۱) استفاده شد (پیوست). پرسشنامه خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی توسط تیلور و بتز در سال ۱۹۸۳ تهیه شده است که دارای ۲۵ سؤال بوده و از پاسخ‌دهندگان درخواست می‌شود تا مشخص کنند در انجام وظایف مرتبط با شغل چقدر اعتماد به نفس دارند. شیوه نمره‌گذاری آن بر اساس طیف لیکرت ۵ گزینه‌ای از فاقد اعتماد به نفس تا اعتماد به نفس کامل نمره‌گذاری می‌شود. این پرسشنامه پنج شایستگی در زمینه انتخاب شغل را بر اساس مدل کرایتس (۱۹۷۸) ارزیابی می‌کند که عبارت‌اند از: ارزیابی مناسب از خود، اطلاعات شغلی، انتخاب

هدف، برنامه‌ریزی و حل مسئله. در پژوهش باوی و همکاران (۱۳۸۸) نیز پایایی این پرسشنامه با روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۹۳ و روایی آن ۰/۷۶ به دست آمده است. پرسشنامه امیدواری که توسط اسنایدر، هاریس، اندرسون، هولران، ایرونیک و همکاران (۱۹۹۱) تهیه شده است دارای ۱۲ سؤال بوده و هدف آن ارزیابی میزان امید به زندگی در افراد می‌باشد که به صورت خود سنجی اجرا می‌شود. شیوه نمره‌گذاری آن بر اساس طیف لیکرت ۵ گزینه‌ای است و دو مؤلفه تفکر عاملی و تفکر راهبردی را اندازه می‌گیرد. ۴ عبارت برای سنجش تفکر عاملی، ۴ عبارت برای سنجش تفکر راهبردی و ۴ عبارت انحرافی است. نمره بین ۱۲ تا ۲۴: میزان امید به زندگی پایین است. نمره بین ۲۴ تا ۳۶: میزان امید به زندگی بالا است. روایی و پایایی این پرسشنامه توسط استادان رشته مدیریت و مطالعه آزمایشی دانشگاه مشهد و تربیت‌معلم مورد بررسی و تأیید قرار گرفته است (کریمیان، ۱۳۹۱). برایانت و ونگروس (۲۰۰۱) همسانی درونی کل آزمون را ۰/۷۹۱ تا ۰/۷۱۱ به دست آورده‌اند.

## تحلیل داده‌ها

پس از تهیه و تنظیم پرسشنامه‌ها، با توجه به گروه هدف یعنی زنان سرپرست خانوار، به کمیته امداد امام خمینی (ره) مراجعه شد. و نمونه‌ها در دو گروه آزمایش و گواه قرار گرفتند. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها، از روش‌های آمار توصیفی (شاخص‌های گرایش به مرکز و شاخص‌های پراکندگی) و آمار استنباطی (آزمون کلوموگروف اسمیرنف و کوواریانس) به کمک نرم‌افزار Spss نسخه ۲۴ استفاده شد.

## یافته‌ها

در این پژوهش، سن (۴۵/۵ درصد) از هر دو گروه آزمایش و گواه ۳۱ تا ۴۰ سال می‌باشد و میزان تحصیلات (۳۶/۴ درصد) از افراد گروه آزمایش و (۴۵/۵ درصد) از گروه گواه، ابتدایی می‌باشد. از نظر وضعیت شغل و درآمد (۹۰/۹ درصد) در گروه آزمایش (۸۱/۸ درصد) در گروه گواه شغل و درآمدی ندارند. بیشترین علت سرپرستی خانواده در دو گروه آزمایش و گواه مربوط به فوت همسر و طلاق از همسر می‌باشد. بیشترین تعداد فرزندان در هر دو گروه بین ۲-۰ نفر می‌باشد. بیشترین مدت‌زمان سرپرستی خانواده در گروه آزمایش (۴۵/۵ درصد) ۵-۱۰ سال، و در گروه گواه مدت سرپرستی (۵۴/۵ درصد) ۱۱-۱۵ سال، می‌باشد.

### پیش‌فرض‌های تحلیل کوواریانس

#### ۱) هم‌خطی چندگانه:

هنگامی که متغیرهای کمکی (کوواریت) با یکدیگر همبستگی بالایی در حد  $r^2 = 0.700$  دارند، شرایطی ایجاد می‌گردد که هم‌خطی چندگانه نامیده می‌شود. این پدیده مهمی است که در آزمون‌های تحلیل چندمتغیری باید از آن اجتناب کرد. در این پژوهش، پیش‌آزمون‌های خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی و امید به زندگی، به‌عنوان متغیرهای کمکی (کوواریت) تلقی شدند.

جدول ۱- آماره‌های آزمون همبستگی بین پیش‌آزمون‌های متغیرها

پیرسون		آزمون
مقدار p	ضریب همبستگی	متغیر
۰/۰۰۲	۰/۶۲۷	پیش‌آزمون خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی
		پیش‌آزمون امید به زندگی



با توجه به جدول ۱، ضریب همبستگی بین پیش‌آزمون‌های متغیرها کمتر از ۰/۷۰۰ است. با توجه به همبستگی به‌دست‌آمده، از مفروضه هم‌خطی چندگانه بین متغیرهای کمکی (کوواریت‌ها)، اجتناب شده است.

## ۲) همگنی واریانس‌ها:

تحلیل کوواریانس دارای این فرض است که واریانس درون هر خانه از جدول داده‌ها یکسان باشد. اندازه نامساوی خانه مسئله جدی ایجاد نمی‌کند، اما نباید مقدار هر خانه بیشتر از چهار برابر کوچک‌ترین خانه باشد. اگر چنین شد (به دلیل افت آزمودنی‌ها و...) واریانس‌های خانه‌ها باید مورد بررسی قرار گیرند تا اطمینان حاصل شود که هیچ خانه‌ای واریانس به بزرگی ۱۰ برابر اندازه کوچک‌ترین واریانس نداشته باشد. در این پژوهش قبل از تحلیل داده‌ها برای بررسی همگنی واریانس متغیرها (پیش‌آزمون‌ها)، از آزمون لون استفاده شد.

جدول ۲- نتایج آزمون لون جهت برابری واریانس خطای متغیرهای خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی و امید به زندگی در گروه‌های آزمایشی و گواه

آزمون لون برای برابری واریانس‌ها		متغیرها
مقدار p	F	
۰/۵۳۵	۰/۳۹۹	پیش‌آزمون خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی
۰/۳۶۴	۰/۸۶۳	پیش‌آزمون امید به زندگی

نتایج مندرج در جدول ۲، نشان می‌دهند که p - مقدار آزمون لون در متغیرهای خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی و امید به زندگی معنی‌دار می‌باشند. بنابراین، واریانس خطای پیش‌آزمون دو گروه آزمایشی و گواه در خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی و امید به زندگی به‌طور معنی‌داری متفاوت نیستند و فرض همگنی واریانس‌ها تأیید می‌شود.

جدول ۳- آماره‌های تحلیل کوواریانس

مجدور اتای جزئی	توان آزمون	سطح معناداری	درجه آزادی	F	ارزش لامبدای ویلکس	نوع آزمون
۰/۷۲۱	۱	۰۰۰	۲	۲۱/۹۴۳	۰/۲۷۹	پیش‌آزمون خودکارآمدی
۰/۳۰۸	۰/۶۰۸	۰/۰۴۴	۲	۳/۷۸۳	۰/۶۹۲	پیش‌آزمون امید به زندگی
۰/۴۷۱	۰/۸۹۹	۰/۰۴۴	۲	۷/۵۶۸	۰/۵۲۹	گروه‌ها

با توجه به جدول ۳، نتایج تحلیل کوواریانس از هر دو متغیر خودکارآمدی و امید به زندگی با کنترل اثر پیش‌آزمون، نشان می‌دهد که ارزش لامبدای ویلکس که برابر با ۰/۵۲۹ در سطح معناداری آزمون برابر ۰/۰۴۴ است که کمتر از ۰/۰۵ و توان آزمون برابر با ۰/۸۹۹ و مجدور اتای جزئی برابر با ۰/۴۷۱ می‌باشد، لذا فرض تحقیق تأیید می‌شود بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که آموزش توانمندسازی اطلاعاتی-انگیزشی در حوزه کارآفرینی بر افزایش خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی و امید به زندگی زنان سرپرست خانوار تأثیر مثبت و معنادار دارد.

### بحث و نتیجه‌گیری

همان‌طور که نتایج نشان داد، شرکت در جلسات آموزشی توانمندسازی باعث افزایش خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی زنان سرپرست خانوار و همچنین افزایش امید به زندگی آن‌ها می‌شود. این یافته پژوهش همسو با مطالعات مقدس (۱۳۹۵)، قیم (۱۳۹۵)، مطالعات حقانیان (۱۳۹۵)، سفیری و خادم (۱۳۹۲)، ایست و رول (۲۰۱۵) و گایت و

همکاران (۲۰۱۳) می‌باشد. با این نگرش که توانمندسازی و آموزش کارآفرینی موجب افزایش انگیزه پیشرفت و خودکارآمدی و افزایش امید به زندگی در زنان سرپرست خانوار و افراد جویای کار می‌شود.

آموزش توانمندسازی اطلاعاتی-انگیزشی در حوزه کارآفرینی بر افزایش خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی زنان سرپرست خانوار، تأثیر معنادار دارد. در تبیین این یافته پژوهش می‌توان بر ۲ بعد توانمندسازی: یعنی احساس توانایی و کفایت و احساس خود-تعیین‌گری اشاره کرد. زمانی که افراد به این باور برسند که توانایی و شایستگی لازم را برای انجام موفقیت‌آمیز کارها دارند، احساس استقلال و آزادی عمل داشته و خودشان را تصمیم‌گیرنده و تعیین‌کننده فعالیت‌ها بدانند، باعث می‌شود سازگاری بیشتری با مشکلات خود داشته و انگیزه خود را برای تصمیم‌گیری در انتخاب و داشتن شغل، بالا برده و همچنین در مقابل آن احساس مسئولیت و تعهد کنند. در واقع ما با ایجاد احساس توانایی و خودتعیین‌گری، این باور را در زنان سرپرست خانوار، به وجود آورده‌ایم که به‌اندازه افراد بالغ تصمیم‌گیرنده هستند و در مقابل باید مسئولیت‌پذیر هم باشند، که در نتیجه انگیزه آنان برای کار کردن و ایجاد یک شغل افزایش یافته است. در نتیجه با آموزش توانمندسازی و بالا رفتن میزان اعتماد این زنان به توانایی‌های خود، افزایش خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی در این پژوهش، اثربخش شده است. علاوه بر آن طبق نظر لنت و همکاران (۱۹۹۴)، خودکارآمدی زمانی رشد می‌کند و پرورش می‌یابد که اهدافی برای یک دوره زمانی گذاشته شود و دنبال گردد، بنابراین علت این اثربخشی را می‌توان به تعیین دقیق اهداف شغلی و اهمیت آن در تصمیم‌گیری شغلی، افزایش اطلاعات از بازار کار و برنامه‌ریزی دقیق، نسبت داد که تمام این موارد در آموزش توانمندسازی اطلاعاتی-انگیزشی مورد ملاحظه قرار گرفته است.

در این پژوهش با توجه به اهمیت خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی برای زنان به‌خصوص زنان سرپرست خانوار، برای داشتن عملکرد شغلی موفق در زندگی؛

آموزش توانمندسازی اطلاعاتی-انگیزشی در حوزه کارآفرینی توانست خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی را در زنان سرپرست خانوار افزایش دهد؛ بنابراین یافته اول پژوهش که آموزش توانمندسازی اطلاعاتی-انگیزشی در حوزه کارآفرینی بر خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی زنان سرپرست خانوار، تأثیر مثبت و معنادار دارد، تأیید می‌گردد. همچنین در تبیین دیگر این یافته پژوهش که آموزش توانمندسازی اطلاعاتی-انگیزشی در حوزه کارآفرینی بر افزایش امید به زندگی زنان سرپرست خانوار، تأثیر معنادار دارد، می‌توان بر ۲ بعد دیگر توانمندسازی، یعنی احساس معنی‌داری و احساس مؤثر بودن، اشاره کرد. احساس معنی‌داری به افراد انرژی و پتانسیل لازم برای ادامه زندگی را می‌دهد و انسان را وادار می‌کند با وجود مشکلات به راهش ادامه دهد. در واقع زمانی که فرد احساس معنی‌داری برای زندگی خودش داشته باشد کارها را با انگیزه بیشتری به پیش می‌برد و در نتیجه امید به زندگی در فرد هم بیشتر می‌شود. از طرف دیگر زمانی که فرد برای کارهایش، معنی‌داری خاصی را پیدا نکند، انگیزه لازم را برای کار کردن نمی‌یابد و با برآورده نشدن نیاز شغلی و اقتصادی، امید به زندگی فرد به خطر می‌افتد. زیرا بیکاری و ناامنی شغلی موجب ابتلای فرد به بیماری‌های ناشی از استرس شده که با فراهم شدن رفاه مادی، رفاه معنوی و احساس امنیت خاطر نیز، فراهم می‌شود که نتیجه آن افزایش امید به زندگی، خواهد بود. همچنین، با ایجاد احساس مؤثر بودن باعث می‌شود که فرد به این باور برسد که می‌تواند با تحت تأثیر قرار دادن محیطی که در اختیار دارد، تغییر ایجاد کند و موانع بیرونی هم نمی‌توانند فعالیت‌های او را کنترل کنند در نتیجه محیط با خواسته‌های فرد همسو می‌شود و امید به زندگی فرد هم افزایش می‌یابد. همچنین مطابق با نظریه اسنایدر (۱۹۹۴)، امید فرایندی است که فرد طی آن، هدف‌های خود را تعیین می‌کند و راهکار رسیدن به آنها را می‌سازد و انگیزه لازم را برای این راهکارها ایجاد و در طول مسیر حفظ می‌کند.

بنابراین علت دیگر این اثربخشی را می‌توان به آشنایی افراد با اهمیت تعیین اهداف دقیق شغلی و تقویت انگیزش شغلی، نسبت داد که تمام این موارد در آموزش

توانمندسازی اطلاعاتی-انگیزشی در حوزه کارآفرینی مورد ملاحظه قرار گرفته است. در این پژوهش با توجه به اهمیت امید به زندگی برای زنان به‌خصوص زنان سرپرست خانوار؛ برای داشتن آینده شغلی مناسب، آموزش توانمندسازی اطلاعاتی-انگیزشی در حوزه کارآفرینی به زنان سرپرست خانوار، توانست امید به زندگی را در آنها افزایش دهد؛ بنابراین یافته فرعی دوم پژوهش که آموزش توانمندسازی اطلاعاتی-انگیزشی در حوزه کارآفرینی بر امید به زندگی زنان سرپرست خانوار، تأثیر مثبت و معنادار دارد، تأیید می‌گردد. با توجه به این یافته‌ها می‌توان نتیجه گرفت آموزش توانمندسازی اطلاعاتی-انگیزشی در حوزه کارآفرینی بر افزایش خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی و امید به زندگی زنان سرپرست خانوار، تأثیر مثبت معنادار دارد و با افزایش توانمندسازی، خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی و امید به زندگی زنان سرپرست خانوار افزایش می‌یابد.

### پیشنهادهای کاربردی

پیشنهاد می‌شود سازمان‌های پوشش‌دهنده، برای بالا بردن مهارت‌های فنی حرفه‌ای و خوداشتغالی در زنان سرپرست خانوار، طرحی مبتنی بر توانمندسازی روان‌شناختی و اقتصادی در نظرگیرند و کارگاه‌های آموزشی لازم را با همکاری سایر مؤسسات و ارگان‌های مربوطه، برگزار کنند. همچنین با توجه به آموزش‌های مربوط به کارآفرینی برای زنان سرپرست خانوار، پیشنهاد می‌شود که بانک‌ها با همکاری سازمان‌های پوشش‌دهنده، بتوانند با تسهیل شرایط اعطای وام، زمینه را برای کارآفرینی و خوداشتغالی این زنان، فراهم کنند و بدین منظور سازمان‌های پوشش‌دهنده بتوانند بازارچه‌های خیریه برای عرضه و معرفی محصولات تولیدشده توسط زنان سرپرست خانوار، برگزار کنند.

### پیشنهاد‌های پژوهشی

پیشنهاد می‌شود این پژوهش، برای زنان سرپرست خانوار در سایر نهادها مانند سازمان بهزیستی، بنیاد شهید و همچنین در ابعاد وسیع‌تر و سایر استان‌ها انجام گیرد تا از آسیب بیشتر به این زنان، پیشگیری شود. همچنین با توجه به اینکه این پژوهش فقط بر روی زنان سرپرست خانوار انجام شده پیشنهاد می‌گردد که پژوهش‌هایی مشابه برای تمام اعضای خانواده زنان سرپرست خانوار، انجام شود و نیز با توجه به کمبود پژوهش در مورد امید به زندگی زنان سرپرست خانوار، پیشنهاد می‌شود پژوهشی با موضوع امید به زندگی و همچنین مقایسه امید به زندگی در زنان سرپرست خانوار شهری و روستایی، انجام شود.

## منابع

- احمدنیا، شیرین. (۱۳۸۰)، «برخی عوامل فرهنگی-اجتماعی مؤثر بر مشارکت زنان»، نامه انجمن جامعه‌شناسی، سال سوم، شماره ۴: ۷۱-۸۳.
- اعرابیان، اقدس؛ خدا پناهی، محمد کریم؛ حیدری، محمود و صالح صدق پور، بهرام. (۱۳۸۹)، «بررسی رابطه باورهای خودکارآمدی بر سلامت روانی و موفقیت تحصیلی دانشجویان»، مجله روان‌شناسی، سال هشتم، شماره ۳۲: ۳۶۰-۳۷۱.
- اکبری ترکمانی، نسرین؛ قاسمی، وحید و آقا بابایی، احسان. (۱۳۹۷)، «توانمندسازی زنان سرپرست خانوار منطقه ۵ شهر اصفهان با تأکید بر مؤلفه اشتغال»، *مطالعات اجتماعی روان‌شناختی زنان*، سال شانزدهم، شماره ۳: ۷-۳۶.
- امینی یخدانی، مریم. (۱۳۸۴)، «نقش اشتغال در سلامت زنان سرپرست خانوار»، *دومین همایش توانمندسازی زنان و توان‌افزایی زنان سرپرست خانوار*، تهران: گروه فرهنگی-هنری تبلیغات شهری.
- باوی، ساسان؛ کریمی، جواد؛ شیرالی نیا، خدیجه و ایمانی، مهدی. (۱۳۸۸)، «بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های تصمیم‌گیری شغلی بر خودکارآمدی تصمیم‌گیری شغلی و بی‌تصمیمی شغلی دانشجویان»، *مجله روانشناسی اجتماعی*، سال پنجم، شماره ۱۳: ۵۳-۶۵.
- ترابی مؤمن، الهام؛ راهب، غنچه؛ علی پور، فردین و بیگلریان، اکبر. (۱۳۹۶)، «بررسی اثربخشی مداخله مددکاری اجتماعی گروهی با رویکرد توسعه بر توانمندسازی روانی و اجتماعی زنان سرپرست خانوار»، *نشریه توانبخشی*، سال هیجدهم، شماره ۳: ۲۴۲-۲۵۳.
- قانیان، شهناز. (۱۳۹۵)، «مقایسه سلامت عمومی و امید به زندگی در زنان سرپرست خانوار تحت پوشش با و بدون بیمه بازنشستگی تأمین اجتماعی»، *پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته روانشناسی عمومی*، دانشگاه آزاد واحد شهر قدس.
- زارع، رضا و دشتکی، محمد صفری. (۱۳۹۸)، «طراحی و تبیین مدل پارادایمی کارآفرینی اجتماعی با رویکرد توانمندسازی زنان سرپرست خانوار»، *زن در توسعه و سیاست*، سال هفدهم، شماره ۱: ۱۴۷-۱۷۱.
- سازمان بهزیستی کشور. (۱۳۹۴)، *گزارش آماری فعالیت‌های سازمان بهزیستی کشور*.
- سفیری، خدیجه و خادم، رسول. (۱۳۹۲)، «بررسی وضعیت امید به زندگی زنان بی‌خانمان شهر تهران»، *مجله مطالعات توسعه اجتماعی ایران*، سال ششم، شماره ۱: ۵۱-۷۰.

- شفیق‌آبادی، عبدالله. (۱۳۹۳)، «راهنمایی و مشاوره شغلی و نظریه‌های انتخاب شغل با تجدیدنظر کلی و اضافات»، تهران: نشر رشد.
- شکر بیگی، مهناز. (۱۳۸۶)، «بررسی تأثیر وضعیت اشتغال بر سلامت روانی زنان»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه علامه طباطبائی.
- قیم، حسن. (۱۳۹۵)، «اثر بخشی آموزش کارآفرینی بر خودکارآمدی عمومی و انگیزه پیشرفت افراد جویای کار مراجعه‌کننده به مراکز کاریابی شهر ماهشهر»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته: مشاوره و راهنمایی، دانشگاه شهید چمران اهواز.
- کتاب زنان (۱۳۸۵)، پیشینه نظری و تجربی زنان سرپرست خانوار، شماره ۳۴.
- لانگه، سارا. (۱۳۷۶)، «نقش زنان در توسعه، دفتر امور زنان ریاست جمهوری صندوق کودکان سازمان ملل»، تهران: انتشارات روشنگران، چاپ دوم.
- محمدی، زهرا. (۱۳۸۵)، «زنان سرپرست خانوار»، تهران: نشر شورای فرهنگی - اجتماعی زنان.
- مقدادی، محمدمهدی. (۱۳۸۵)، «ریاست خانواده»، تهران: روابط عمومی شورای فرهنگی - اجتماعی زنان.
- مقدس، نرگس. (۱۳۹۵)، «اثر بخشی مشاوره شغلی روایتی بر خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی و جهت‌گیری آینده»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، رشته مشاوره شغلی، دانشگاه علامه طباطبائی.
- موزر، کارولین. (۱۳۷۲)، «برنامه‌ریزی برحسب جنسیت در جهان سوم»، در نقش زنان در توسعه، تهران: نشر روشنگران، ۶۱-۱۲۳.
- نیلی، محمدرضا. (۱۳۸۸)، «نقش تلویزیون در تقویت خودگردانی و خودکارآمدی زنان سرپرست خانوارها»، دومین همایش توانمندسازی زنان و توان‌افزایی زنان سرپرست خانوار، شهرداری تهران: امور بانوان.
- الهیاری، طلعت و اسدی، سیما. (۱۳۹۳)، «اثر بخشی خدمات ارائه‌شده توسط سازمان بهزیستی بر میزان توانمندی زنان سرپرست خانوار»، فصلنامه علوم اجتماعی، سال بیست و دوم، شماره ۶۸: ۷۹-۱۵۰.

- Barnet, RC. (1993). "Multiple roles, gender and psychological distress". pp.427- 445. In L.goldenberger and s. breznitz (eds) handbook of stress: theoretical and clinical aspects(2nd ed) new York: the free press.



- Bartley, M. Popey, J. Plewis, I. (1992). "**Domestic Condition, Paid Employment, and Women's Experience of Ill-Health**". *Sciology of Health and Illness* 14(3).313-343.
- Bryant, F. B. & Cvengros, J. A. (2004). "Distinguishing hope and optimism: Two sides of a coin, or two separate coins?". *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23, 273-302.
- Conger, J.A. and R.N. Kanungo (1988). "**The Empowerment process: Integrating Theory and Practice: Academy of Management Review**", No.482-471,16.
- Dennerstein, L., Astbury, J. & Morrow, M. (1995). "**Teaching women health**", The Eleventh Commonwealth Health Ministers Meeting, 7-11, December, Cape Town, South Africa.
- Gati I, Ryzhik T, Vertsberger D. (2013). "The effects of workshop on career decision- Making difficulties and self-efficacy". *Journal of vocational Behavior*, 83: 373- 385
- Jiang, Z. (2014). "Emotional intelligence and career decision-making self-efficacy: National and gender differences". *Journal of Employment Counseling*, 51(3), 112-124.
- Jiang, Z. (2015). "Core self-evaluation and career decision self-efficacy: A mediation model of value orientations". *Personality and Individual Differences*, 86, 450-454.
- Lent, R. W., Brown, S. D., & Gorge, P. A. (1997). "Discriminate and predictive validity of academic self-concept, academic self-efficacy, and mathematics-specific self-efficacy". *Journal of Counseling Psychology*, 44, 307-315.
- Rezaei M. (2013). "**Problems of femaleheaded households in Sistan Baluchistan province, Iran**". *J Res Health*; 3: 452-7.
- Riaz, S., Pervaiz, Z. (2018). "**The impact of women's education and employment on their empowerment: an empirical evidence from household level survey**". Article in *Quality and Quantity* 52(12).
- Shetty, S., Hans, V. (2019). "Education For Skill Development and Women Empowerment". *EPRA International Journal of Economic and Business Review- Peer Reviewed Journal*.
- Snyder, C.R., Harris, C., Anderson, J.R., Holleran, S.A., Irving, S.A., Sigmon, S., & etal. (1991). "**The will and the ways: Development and validation of an individual differences measure of hope**". *J Pers Soc Psychol*, 60 (4): 570-85.

- Thomas, K. (2009). "*Intrinsic motivation at work*": what really drives employee engagement. Stan fracisco-Berrett-koheler publishers,INC.
- Trommlerová, S. K., Klasen, S., & Leßmann, O. (2015). "Determinants of Empowerment in a Capability-Based Poverty Approach: Evidence from The Gambia". *World Development*, 66, 1-15.
- Valentine S, Barnett T. (2002). "Ethics codes and sales professionals' perceptions of their organizations ethical value". *Journal of Business Ethics*; 40(2): 191-200.

## پیوست

### پرسشنامه خودکارآمدی در تصمیم‌گیری شغلی

نام و نام خانوادگی: سن: تحصیلات: تعداد فرزندان:  
چند سال است که سرپرستی خانواده را برعهده گرفته‌اید؟ وضعیت اشتغال و مقدار درآمد:  
علت سرپرستی: فوت همسر طلاق متواری شدن همسر از کارافتادگی و  
یا معلولیت همسر اعتیاد

با سلام خدمت پاسخ‌دهنده عزیز

لطفاً جملات زیر را با دقت بخوانید و یکی از گزینه‌ها را با علامت ضربدر مشخص  
نمایید. از مشارکت و همراهی شما سپاس‌گذاریم.

ردیف	عبارات	فائق اعتماد به‌نفس	اعتماد به‌نفس پایین	اعتماد به‌متوسط نفس	اعتماد به‌نفس بالا	اعتماد به‌نفس کامل
۱	یافتن اطلاعات در کتابخانه و سایت‌ها درباره‌ مشاغلی که به آن علاقه‌مند هستید.					
۲	انتخاب یک‌رشته تحصیلی از بین لیست رشته‌های تحصیلی					
۳	برنامه‌ریزی کردن برای اهداف خود در ۵ سال آینده					
۴	مشخص کردن گام‌هایی که لازم است در مواقع مواجه شدن با یک مشکل در حیطه تحصیلی تان برداشته شود.					
۵	ارزیابی صحیح توانایی هایتان					

					۶	انتخاب کردن یک شغل از بین لیست مشاغل
					۷	مشخص کردن مراحل که برای به انجام رساندن موفقیت‌آمیز یک رشته تحصیلی لازم است.
					۸	با جدیت کار کردن در زمینه رشته تحصیلی با شغل خود حتی زمانی که با شکست مواجه شوید.
					۹	تعیین کردن شغل ایده آل خود
					۱۰	یافتن روندهای ورود به یک شغل در طی ۱۰ سال آینده
					۱۱	انتخاب کردن شغلی که متناسب با سبک زندگی شما باشد.
					۱۲	آماده کردن یک رزومه خوب
					۱۳	تغییر دادن رشته تحصیلی خود در صورتی که رشته تحصیلی خود را دوست نداشته باشید.
					۱۴	مشخص کردن باارزش‌ترین موضوع در یک شغل
					۱۵	تعیین درآمد سالانه افرادی که در یک شغل خاص مشغول به کارند.
					۱۶	انتخاب یک شغل و سپس عدم نگرانی درباره درست یا نادرست بودن تصمیم خود
					۱۷	تغییر دادن شغل خود در صورت ناراضی بودن از آن
					۱۸	مشخص کردن چیزهایی که برای رسیدن به اهداف شغلی خود حاضرید از آنها بگذرید و چیزهایی که حاضر نیستید از آنها بگذرید.
					۱۹	صحبت کردن با فردی که در زمینه کار موردعلاقه شما مشغول به کار است.

					انتخاب شغل یا رشته‌ای که متناسب با رغبت‌های شماست	۲۰
					شناسایی کردن کارفرماها، شرکت‌ها و مؤسسات مرتبط با شغل احتمالی خود	۲۱
					مشخص کردن سبک زندگی که دوست دارید داشته باشید.	۲۲
					یافتن اطلاعات درباره مؤسسات آموزش عالی یا مدارس و مراکز فنی و حرفه‌ای	۲۳
					طی کردن یک مصاحبه شغلی با موفقیت	۲۴
					شناسایی تعدادی مشاغل معقول یا شغل‌های جایگزین در صورتی که نتوانید به انتخاب اول خود برسید.	۲۵

پرسشنامه امید به زندگی اشنايدر

ردیف	سؤالات	کاملاً مخالفم	مخالفم	نظری ندارم	موافقم	کاملاً موافقم
۱	به نظر من راه‌های زیادی برای رهایی از فشارها وجود دارد.					
۲	من انرژی زیادی برای رسیدن به هدفم دارم.					
۳	من بیشتر اوقات احساس خستگی می‌کنم.					
۴	راه‌های زیادی پیرامون حل مشکل وجود دارد.					
۵	من در یک استدلال به‌آسانی کوتاه می‌آیم.					
۶	به نظر من راه‌های زیادی برای رسیدن به چیزهایی که در زندگی‌ام مهم است وجود دارد.					
۷	من در مورد سلامتی‌ام ناراحتم.					
۸	می‌دانم که توان پیدا کردن راه‌حلی برای حل هر مشکلی را دارم.					
۹	تجربه‌های گذشته من برای آینده من مناسب‌اند.					
۱۰	من در زندگی‌ام موفقیت زیبایی به دست آوردم.					
۱۱	من معمولاً در خودم نگرانی‌هایی درباره بعضی چیزها پیدا می‌کنم.					
۱۲	من به همه اهدافی که مدنظر دارم می‌رسم.					