

پیش‌بینی حالات روان‌شناختی مثبت در سازگاری پس از طلاق زنان مطلقه

مینا آخوندی درزی*

کارشناس ارشد مشاوره، دانشگاه علامه طباطبایی (ره)

معصومه اسمعیلی

دانشیار گروه مشاوره، دانشگاه علامه طباطبایی (ره)

سمیه کاظمیان

استادیار گروه مشاوره، دانشگاه علامه طباطبایی (ره)

چکیده

رشد روزافزون میزان طلاق، آن را به یک معضل مهم اجتماعی تبدیل کرده است و این امر توجه بسیاری از محققان را به بررسی علل و پیامدهای افزایش طلاق و لزوم سازگاری با شرایط پس از آن به خود جلب کرده است. پژوهش حاضر با هدف بررسی پیش‌بینی حالات روان‌شناختی مثبت در سازگاری پس از طلاق زنان مطلقه انجام شد. در پژوهش حاضر روش تحقیق همبستگی بود و داده‌ها از طریق پرسشنامه، مطالعه میدانی و کتابخانه‌ای جمع‌آوری شد. جامعه آماری کلیه زنان مطلقه شهر تهران در سال ۱۳۹۵ بودند و نمونه‌گیری برحسب در دسترس بودن موارد دارای شرایط مورد نظر انجام شد. تعداد نمونه، ۱۵۰ زن مطلقه با دامنه سنی بین ۱۹-۳۰ سال بود. برای گردآوری داده‌ها از پرسشنامه سازگاری پس از طلاق فیشر و پرسشنامه حالات روان‌شناختی مثبت رجایی، خوی‌نژاد و نسائی استفاده شد. از ضریب همبستگی پیرسون و روش رگرسیون چندمتغیره برای تحلیل داده‌ها استفاده شد. یافته‌های حاصل از رگرسیون چندمتغیره نشان داد ضریب همبستگی چندگانه‌ای بین حالات روان‌شناختی مثبت با سازگاری طلاق وجود دارد. از بین حالات روان‌شناختی مثبت، خوش‌بینی، احساس کنترل، امیدواری، معنادار بودن زندگی و رضایت از زندگی می‌توانند ۵۳ درصد از واریانس سازگاری طلاق در زنان مطلقه را پیش‌بینی کنند. به این ترتیب که با افزایش حالات روان‌شناختی همچون خوش‌بینی، احساس کنترل، امیدواری، معنادار بودن زندگی و رضایت از زندگی، میزان سازگاری بعد از طلاق نیز افزایش پیدا می‌کند.

واژگان کلیدی

طلاق، سازگاری پس از طلاق، زنان مطلقه، حالات روان‌شناختی مثبت

*نویسنده مسئول

تاریخ دریافت: ۱۳۹۵/۸/۱۰

تاریخ تصویب: ۱۳۹۶/۶/۱۰

مقدمه و بیان مسئله

جامعه حاضر ایران مدتی است که به عنوان جامعه در روند گذار تاریخی-اجتماعی شناخته می‌شود و در این گذار با مسائل اجتماعی ویژه‌ای مواجه است. این مسائل شامل افزایش اعتیاد، افزایش طلاق، کاهش ازدواج، تغییرات در ارزش‌های خانواده می‌شود. این تغییرات نیازهای جدیدی را در افراد به وجود می‌آورد که آن‌ها را درصدد ارضاء آن به تکاپو فرا می‌خواند. این فرآیند نیاز و ارضاء را فرآیند سازگاری می‌نامند. این سازگاری خود شامل دو جنبه، سازگاری با خویشتن و سازگاری با دیگران می‌شود که در مواجهه با مشکلات زندگی هر دو نوع سازگاری دارای اهمیت است. پدیده طلاق یکی از مسائل پراسترس در جهان امروز از جمله جامعه درحال‌گذر ایران است که نیاز دارد که فرد خود را با آن شرایط سازگار کند.

درباره سازگاری با استرس ناشی از طلاق دو مدل مختلف وجود دارد؛ یک مدل بحران، که در آن فرض می‌شود که پیامدهای منفی طلاق یک پدیده موقت است که اکثر افراد با گذشت زمان با آن سازگار می‌شوند. یکی دیگر مدل فشار مزمن، که برعکس مدل قبلی فرض می‌کند که طلاق با استرس حاد و مزمن همراه است (پریگ چیئلو، هاتچیسون، مورسلی^۱، ۲۰۱۴). سازگاری با طلاق به وضعیت و حالتی گفته می‌شود که در آن افراد مطلقه ارزیابی مثبتی از خود داشته و احساس مدیریت شخصی دارند (نانز، ۱۹۹۹ به نقل از بلالی، ۱۳۹۰). سازگاری یک فرآیند روان‌شناختی است که طی آن فرد با خواسته‌ها و چالش‌های زندگی مقابله می‌کند و یا آن‌ها را به کنترل در می‌آورد (بوث و آماتو، ۱۹۹۱ به نقل از کاظمیان و اسمعیلی، ۱۳۹۱).

در سال‌های اخیر، افزایش آمار روزافزون طلاق، آن را به یک روند و معضل مهم اجتماعی تبدیل کرده است (جرسکی، پانیزن، جاکوبسون، نیل^۲ و همکاران، ۲۰۱۰؛ الیسون، آنتونی، گلن و مارکوات^۳، ۲۰۱۱). با توجه به اینکه طلاق در گذشته نزد مردم به عنوان یک امر مذموم و قبیح و در عین حال وحشت‌آور تلقی می‌شد، ولی امروزه طلاق، ابزار رایجی شده که به مدد آن افراد خود را از وضعیت موجود رها می‌کنند، به طوری که نسل امروز نسبت به گذشته از پدیده طلاق وحشت و استرسی به خود راه نمی‌دهند و این امر خیلی راحت جا افتادن در

-
1. Perrig-chiello, Hutchison & Morselli
 2. Jerskey, Panizzon, Jacobson & Neale
 3. Ellison, Anthony, Glenn & Marquardt



جامعه است (صدرالاشرفی، خنکدار طارسی، شمخانی، یوسفی برافراشته، ۱۳۹۱). البته، طلاق در مواردی باید به عنوان یک ضرورت پذیرفته شود. گاهی زندگی زناشویی دستخوش چنان نابسامانی می‌شود که ادامه زندگی مشترک تحمل‌ناپذیر می‌شود و فرزندان که در چنین فضای مسمومی بزرگ می‌شوند، دچار عقده‌ها و ناراحتی‌های روحی خواهند شد. حتی با اینکه امروزه طلاق به صورت قابل قبول‌تری به کار می‌رود، طلاق را به عنوان یک موقعیت استرس‌زا می‌شناسند که مستلزم ضرر و زیان عمده‌ای است و این تجربه به افراد حس شکست و کاهش اعتمادبه‌نفس می‌دهد که باعث می‌شود در سازگاری با موقعیت جدید خود دچار مشکل شوند (فلیکس، رابینسون و جازینکا، ۲۰۱۳).

بسیاری از بررسی‌های انجام شده نیز از رابطه بین طلاق با اعتیاد، جرم و بزهکاری، روان‌پریشی، عدم تعادل شخصیتی، مسائل آموزشی و تربیتی، خودکشی، جامعه‌ستیزی و نظایر آن حکایت می‌کنند. که بسیاری از آنها مانع توسعه بوده و سیاست‌گذاران مسائل اجتماعی نباید از تأثیرات مستقیم و غیرمستقیم آن غافل شوند. همچنین برخی پژوهش‌ها نشان می‌دهد که اختلالات روانی در بین افراد مجرد، بیوه، جدا شده و طلاق گرفته، بیش از افراد متأهل بوده و خطر طلاق برای ایجاد افسردگی بیشتر از بیوه شدن (مثلاً بر اثر مرگ همسر) است (ظهرالدین و خدایی‌فر، ۱۳۸۲). همچنین تحقیقات صورت گرفته نشان داده که پیامدهای منفی طلاق و مشکل در سازگاری با شرایط پس از طلاق برای زنان بیشتر از مردان است (صادقی فسایی و ایثاری، ۱۳۹۱؛ کلانتری، روشن‌فکر و جواهری، ۱۳۹۰ و اخوان‌تفتی، ۱۳۸۴). بنابراین، با توجه به پیامدهای منفی طلاق، لزوم سازگاری همه جانبه با فرایند طلاق ضرورتی انکارناپذیر است.

مطالعات انجام شده در این رابطه نشان می‌دهد که عواملی با سازگاری پس از طلاق رابطه دارد که می‌توان آن‌ها را در دو دسته عوامل جای داد: تغییرناپذیر که خارج از کنترل فرد است و عواملی که بالقوه تغییرپذیر و اصلاح‌شدنی هستند. به طور کلی این عوامل عبارت هستند از: دارا بودن صمیمیت اجتماعی، امنیت مالی، سبک دلبستگی فرد مطلقه، سلامت روانی، ویژگی‌های شخصیتی، نگرش مذهبی افراد، جنسیت، سن، تعداد و سن بچه‌ها، مدت جدایی، مدت ازدواج، آغازگر بودن برای طلاق، بخشودگی و رابطه مثبت با همسر قبلی، سلامت

جسمانی و نگرش مطلوب به طلاق (بلالی، ۱۳۸۸؛ الشریف، بهرامی و فاتحی زاده، ۱۳۹۱؛ راهه براون^۱، ۲۰۰۵). رایس و رایس^۲ (۱۹۸۶) در مقاله‌ای تحت عنوان «زندگی پس از طلاق» مطرح کردند که ویژگی‌هایی مانند استقلال و عزت‌نفس سازگاری را آسان‌تر می‌کند. یافته‌های پژوهش آن‌ها نشان می‌دهد که ویژگی‌های شخصیتی با ثبات افراد در سازگاری با طلاق ممکن است نسبت به متغیرهایی مثل سن و جنس و مدت زمان طلاق مهم‌تر باشند. افرادی که سازگاری بهتری با طلاق دارند، نسبت به کسانی که کم‌تر سازگارند، به طور ملاحظه‌پذیری نمره بالاتری در مقیاس تسلط، ابراز وجود، اعتماد به نفس، هوش، خلاقیت و جسارت اجتماعی، آزاداندیشی، خودکفایی، قدرت خود و آرامش دارند.

راولینز^۳ (۲۰۱۲) در پژوهش کیفی خود تحت عنوان «راهبردهای مقابله با طلاق در زنان آفریقایی - کانادایی منابع مقابله‌ای آن‌ها» را بررسی کرد و پنج منبع مقابله‌ای برای سازگاری پس از طلاق به دست آورد. این پنج منبع شامل پشتیبانی و حمایت اجتماعی، داشتن دیدگاه و چشم‌انداز آینده مثبت، احساس مسئولیت، معنویت و استقلال بوده است. گری و سیلور (۱۹۹۰) نیز دریافتند که احساس توانایی کنترل بر فرآیند طلاق، تأثیر مثبتی بر سازگاری با آن دارد. این محققان اظهار می‌کنند که سازگاری با طلاق برای طرفی آسان‌تر است که پیشقدم در طلاق باشد (خجسته‌مهر، افشاری، رجبی، ۱۳۹۱). کرومی، ماهونی و پرگامنت^۴ (۲۰۰۹) در مطالعه‌ای تحت عنوان «طلاق و معنویت: نقش معنویت در سازگاری پس از طلاق» ۱۰۰ بزرگسال را بررسی کرده‌اند. و مطابق یافته‌ها مقابله معنوی مثبت از جمله ارزیابی مجدد طلاق به عنوان یک رخداد خیرخواهانه و بالقوه مفید، جستجوی حمایت معنوی، جستجوی مسیر مذهبی، تمرکز مذهبی و جستجوی حمایت از روحانیون با تعالی و سازگاری پس از طلاق ارتباط داشت.

همچنین پژوهش‌ها نشان داده‌اند افرادی که از صفات شخصیتی نیرومند نظیر ابراز وجود، اعتماد به نفس، خلاقیت، جسارت اجتماعی، آزادی‌خواهی، خودکفایی، خودنیرومندی، اجتماعی بودن و بلوغ اجتماعی بهره می‌برند، سازگاری بهتری با طلاق دارند (رایس و رایس،

-
1. Rohe- Brown
 2. Rice & Rice
 3. Rawlins
 4. Krumrei, Mahonej & Pargament



۱۹۸۶ به نقل از بلالی، ۱۳۹۰). بنابراین، طبق مطالعات انجام شده، یکی از عوامل مهم در سازگاری پس از طلاق ویژگی‌های شخصیتی افراد است؛ که حالات روان‌شناختی مثبت می‌تواند جزئی از این ویژگی‌های شخصیتی باشد.

حالات روان‌شناختی مثبت عبارت است از: «قدرت منابع انسانی مثبت و ظرفیت‌های روانی که می‌توانند برای توسعه و پیشرفت عملکرد اندازه‌گیری شوند» (گوگن^۱، ۲۰۱۵). به اعتقاد فردریکسون^۲ (۲۰۰۱) حالات مثبت روان‌شناختی قلمرو دید، شناخت و رفتار را وسعت می‌بخشد و فرد را به منابعی مجهز می‌کند که دست‌یابی به هدف را افزایش می‌دهند یا در آینده برای مقابله با تهدیدهای احتمالی استفاده می‌شوند. این حالات شامل توکل به خدا، خوش‌بینی، احساس کارآمدی، وظیفه‌شناسی، احساس کنترل، هدف‌مندی، امیدواری، معنادار بودن زندگی، رضایت از زندگی، خلق مثبت و شادمان، اجتماعی بودن، عزت نفس و احساس ارزشمندی، احساس آرامش، قدردانی، بخشش است. و پژوهشگران، بارها به رابطه بین مثبت دیدن و استفاده از راهبرد مؤثر در برابر ناتوانی‌ها و مشکلات روانی اشاره کرده‌اند (رجایی، خوی‌نژاد، جوانمرد و عیداله پور، ۱۳۹۴).

با توجه به لزوم سازگاری با شرایط پس از طلاق و اهمیت حالات روان‌شناختی مثبت به عنوان یک راهبرد مؤثر در برابر مشکلات، در این تحقیق سعی شده است تا حالات روان‌شناختی مثبت در سازگاری پس از طلاق زنان مطلقه پیش‌بینی شود.

روش پژوهش

با توجه به اینکه پژوهش حاضر به دنبال بررسی رابطه حالات روان‌شناختی مثبت با سازگاری پس از طلاق بود، از روش همبستگی استفاده شد. در این پژوهش داده‌ها از طریق پرسشنامه و مطالعه میدانی و کتابخانه‌ای جمع‌آوری و تجزیه و تحلیل شد. جامعه آماری پژوهش کلیه زنان مطلقه شهر تهران در سال ۱۳۹۵ بودند. برای انتخاب نمونه به سازمان‌هایی که این زنان به نوعی عضو آن هستند، یعنی مراکز تحت پوشش و حمایتی از جمله سازمان بهزیستی، سازمان تأمین اجتماعی و چند سازمان حمایتی غیردولتی مراجعه شد، که از این میان ۱۵۰ نفر به عنوان

-
1. Goguen
 2. Fredrickson

نمونه، از بین افراد در دسترس دارای شرایط موردنظر، مطالعه شدند. به منظور جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه سازگاری پس از طلاق فیشر (FDAS) و پرسشنامه حالات روان‌شناختی مثبت (PPS) استفاده شد.

پرسشنامه سازگاری پس از طلاق فیشر (FDAS):^۱ فیشر در سال ۱۹۷۶ این مقیاس را ساخت و این مقیاس چندین بار در زمان‌های مختلف مورد تجدیدنظر قرار گرفت. این ابزار شامل ۱۰۰ عبارت است که به صورت لیکرت ۵ نقطه‌ای نمره‌گذاری می‌شود (فیشر و بیرهاوس^۲، ۱۹۹۴). این مقیاس برای ارزیابی سطح سازگاری بعد از پایان یافتن یک رابطه عاشقانه طراحی شده است و نمرات بالا بیان‌کننده سازگاری با طلاق ضعیف و نمرات پایین بیان‌کننده سازگاری بالا با طلاق است. روان‌شناسان بالینی از این مقیاس برای اجرای سمینارهای سازگاری با طلاق و هدایت و گروه‌های حمایتی و اکثر پژوهشگرانی، که درباره طلاق و سازگاری خانواده تحقیق می‌کنند، به‌طور گسترده از این مقیاس استفاده می‌کنند (فلیس^۳، ۲۰۰۱). این مقیاس دارای ۶ خرده مقیاس است که عبارت هستند از (۱) احساس خودارزشی^۴ (۲) رها شدن^۵ (۳) خشم^۶ (۴) سوگ^۷ (۵) صمیمیت اجتماعی^۸ و (۶) خودارزشی اجتماعی^۹ (فیشر و بیرهاوس، ۲۰۰۷). در مطالعات زیادی که در خارج از کشور انجام شده، پایایی و روایی این پرسشنامه محاسبه شده است که نتایج نشان‌دهنده این است که دارای پایایی بالا و روایی مناسبی است (فلیس، ۲۰۰۱ و راهه براون، ۲۰۰۵). فیشر پایایی بازآزمایی این مقیاس را ۰/۹۸ گزارش کرده است و روایی همگرایی آن از طریق همبستگی با مقیاس مفهوم خود تنسی^{۱۰} و پرسشنامه جهت‌گیری شخصیت^{۱۱} بررسی شده است و همچنین

1. Fisher Divorce Adjustment Scale
2. Fisher & Bierhaus
3. Phelps
4. feeling of self worth
5. disentanglement
6. anger
7. grief
8. social trust
9. Social self worth
10. Tennessee Self-Concept
11. Personality Orientation Inventory



روایی محتوا و روایی سازه آن نیز محاسبه شده که همه نشان‌دهنده روایی مناسب این مقیاس است (فلیس، ۲۰۰۱). آلفای کرونباخ کل سؤال‌ها ۰/۸۲۹ و پایایی خرده مقیاس‌ها ۰/۵۱ تا ۰/۹۰ به دست آمد. روایی ملاکی همزمان این مقیاس از طریق تعیین همبستگی آن با نمرات پرسشنامه SCL90 نیز بررسی شده و نشان داد که بین نمرات این مقیاس و ابعاد SCL90 همبستگی معکوس معناداری وجود دارد و روایی محتوای آن را نیز سه نفر از متخصصان گروه مشاوره دانشگاه اصفهان تأیید کرده‌اند (بالالی و همکاران، ۱۳۹۰).

پرسشنامه حالات روان‌شناسی مثبت (PPS): این پرسشنامه را رجایی، خوی‌نژاد، نسائی (۱۳۹۰) تهیه و تدوین کرده‌اند که شامل ۹۶ سؤال بود و در مجموع ۱۵ حالت روان‌شناختی مثبت به شرح: توکل به خدا، خوش‌بینی، احساس کارآمدی، وظیفه‌شناسی، احساس کنترل، هدف‌مندی، امیدواری، معنادار بودن زندگی، رضایت از زندگی، خلق مثبت و شادمان، اجتماعی بودن، عزت‌نفس و احساس ارزشمندی، احساس آرامش، قدردانی، بخشش است. نمره‌گذاری این پرسشنامه براساس طیف لیکرت از ۱ تا ۵ (از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم) است. رجایی، خوی‌نژاد و نسائی، روایی این پرسشنامه را با کسب تأیید اساتید و متخصصان این زمینه در سال ۱۳۹۰ گزارش کرده‌اند. همچنین سازندگان این پرسشنامه برای محاسبه پایایی، از روش آلفای کرونباخ استفاده کرده‌اند. برای این منظور نمونه اولیه پرسشنامه بر روی ۵۰ نفر از دانشجویان (زن / مرد) انجام شد که از طریق بهره‌گیری از نرم‌افزار Spss ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شده برای کل آزمون ۰/۸۳۷ به دست آمد که بیان‌کننده پایایی بالای این آزمون است.

یافته‌های پژوهش

در پژوهش حاضر ۱۵۰ زن مطلقه شرکت کرده‌اند. دامنه سنی افراد شرکت‌کننده بین ۱۹ - ۶۵ سال بود و میانگین سنی افراد شرکت‌کننده نیز ۳۳/۴۷ با انحراف معیار ۱۰/۰۶ بود. همچنین ۷۱ نفر از افراد شرکت‌کننده دارای سطح تحصیلات زیر دیپلم (۴۷/۳ درصد)، ۷۰ نفر دارای سطح تحصیلات دیپلم (۴۶/۷ درصد) و ۹ نفر دارای سطح تحصیلات بالاتر از دیپلم (۶ درصد) بودند. قبل از اجرای آزمون‌های آماری، ابتدا به منظور استفاده از آزمون‌های پارامتریک، پیش فرض آن یعنی نرمال بودن توزیع داده‌ها بررسی شد و نتایج آزمون کولموگروف-اسمیرنوف

نشان داد که پیش فرض نرمال بودن توزیع داده‌ها، در متغیرهای پژوهش برقرار است ($p > 0/05$).

جدول ۱: اطلاعات توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف معیار
سازگاری طلاق	۲۶۴/۸۳	۴۹/۸۴
توکل به خدا	۲۲/۴۷	۴/۳۱
خوش بینی	۳۱/۳۲	۶/۸۰
احساس کارآمدی	۵۰/۹۲	۹/۳۱
وظیفه شناسی	۱۹/۱۲	۲/۸۴
احساس کنترل	۲۶/۲۳	۳/۴۶
هدفمندی	۱۴/۵۹	۳/۱۳
امیدواری	۱۳/۳۹	۳/۰۸
معنادار بودن زندگی	۱۴/۰۷	۳/۴۷
رضایت از زندگی	۲۱/۴۷	۵/۹۰
خلق مثبت و شادمانی	۱۹/۸۲	۴/۷۹
اجتماعی بودن	۱۳/۶۵	۳/۰۲
عزت نفس	۲۶/۶۷	۵/۸۵
احساس آرامش	۱۶/۴۵	۴/۷۵
قدردانی	۲۴/۲۱	۳/۴۸
بخشودگی	۲۴/۸۴	۴/۰۶

یافته‌های جدول فوق اطلاعات توصیفی (میانگین و انحراف معیار) متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد. جدول بعدی همبستگی بین متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.



جدول ۲: همبستگی بین حالات روان شناختی مثبت و سازگاری طلاق

متغیر	سازگاری طلاق
توکل به خدا	۰/۲۸**
خوش بینی	۰/۶۰**
احساس کارآمدی	۰/۴۲**
وظیفه شناسی	۰/۱۱
احساس کنترل	۰/۱۳
هدفمندی	۰/۳۸**
امیدواری	۰/۵۱**
معنادار بودن زندگی	۰/۴۴**
رضایت از زندگی	۰/۵۷**
خلق مثبت و شادمانی	۰/۳۶**
اجتماعی بودن	۰/۲۶**
عزت نفس	۰/۵۲**
احساس آرامش	۰/۴۲**
قدردانی	۰/۰۱
بخشودگی	۰/۰۹

به منظور بررسی رابطه بین متغیرهای تحقیق از روش همبستگی پیرسون استفاده شده است که نتایج در جدول (۲) نشان داده شده است. براساس یافته‌های جدول بالا بین توکل به خدا، خوش بینی، احساس کارآمدی، هدفمندی، امیدواری، معنادار بودن زندگی، رضایت از زندگی، خلق مثبت و شادمانی، اجتماعی بودن، عزت نفس و احساس آرامش با سازگاری طلاق به ترتیب با ضریب همبستگی ۰/۲۸، ۰/۶۰، ۰/۴۲، ۰/۳۸، ۰/۵۱، ۰/۴۴، ۰/۵۷، ۰/۳۶، ۰/۲۶، ۰/۵۲ و ۰/۴۲، ارتباط منفی و معنادار وجود دارد. شایان ذکر است که نمرات سازگاری طلاق به صورت معکوس تفسیر می‌شود و افزایش نمرات در پرسشنامه سازگاری طلاق نشان‌دهنده سازگاری پایین ادراک شده است. بدین ترتیب براساس یافته‌های جدول ۱، با افزایش حالات روان شناختی مثبت میزان سازگاری طلاق نیز افزایش پیدا کند. همچنین همه این ضرایب در سطح ۰/۰۱ معنادار است. از سوی دیگر یافته‌های جدول فوق نشان‌دهنده آن

است که بین حالات روان‌شناختی وظیفه‌شناسی، احساس کنترل، قدردانی و بخشودگی با سازگاری طلاق ارتباط معناداری به دست نیامده است.

جدول ۳: پیش‌بینی سازگاری طلاق بر اساس حالات روان‌شناختی مثبت

متغیرهای پیش‌بین	R	R ²	F	B	β	T	Sig
توکل به خدا				۰/۴۶	۰/۰۴	۰/۳۷	۰/۷۱
خوش‌بینی				-۲/۵۹	-۰/۳۵	-۲/۱۵	۰/۰۱
احساس کارآمدی				۰/۸۲	۰/۱۵	۰/۹۰	۰/۳۶
وظیفه‌شناسی				۲/۳۲	۰/۱۳	۱/۴۴	۰/۱۵
احساس کنترل				-۳/۶۳	-۰/۲۵	-۲/۸۳	۰/۰۱
هدفمندی				۲/۴۳	۰/۱۵	۰/۸۴	۰/۳۹
امیدواری				-۸/۹۵	-۰/۵۵	-۲/۴۱	۰/۰۱
معنادار بودن زندگی	۰/۷۲	۰/۵۳	۱۰/۰۸	۵/۷۶	۰/۴۰	۲/۷۱	۰/۰۱
رضایت از زندگی				-۶/۱۹	-۰/۷۳	-۳/۶۱	۰/۰۱
خلق مثبت				۲/۸۸	۰/۲۷	۰/۵۵	۰/۵۸
اجتماعی بودن				۰/۸۵	۰/۰۵	-۰/۱۶	۰/۸۶
عزت نفس				-۰/۲۲	-۰/۰۲	-۰/۱۶	۰/۸۶
احساس آرامش				۱/۰۰	۰/۰۹	۰/۹۰	۰/۳۶
قدردانی				۳/۰۷	۰/۲۱	۲/۲۷	۰/۰۶
بخشودگی				-۰/۷۶	-۰/۰۶	-۰/۷۶	۰/۴۴

به منظور پیش‌بینی سازگاری طلاق بر اساس حالات روان‌شناختی از روش رگرسیون چند متغیره استفاده شده است که نتایج در جدول (۳) نشان داده شده است. نتایج جدول بالا نشان می‌دهد که ضریب همبستگی چندگانه بین حالات روان‌شناختی مثبت با سازگاری طلاق ۰/۷۲ است ($R=0/72$). همچنین همان‌طور که نتایج نشان می‌دهد از بین حالات روان‌شناختی مثبت، خوش‌بینی، احساس کنترل، امیدواری، معنادار بودن زندگی و رضایت از زندگی با میزان F مشاهده شده ۱۰/۰۸ می‌تواند ۵۳ درصد ($R^2=0/53$) از واریانس سازگاری طلاق در زنان مطلقه را پیش‌بینی کنند. ضرایب بتای منفی نشان‌دهنده آن است که متغیرهای پیش‌بین می‌توانند به صورت منفی و در سطح معناداری ۰/۰۱ سازگاری طلاق را پیش‌بینی کنند و رضایت از



زندگی با بیشترین مقدار بتای مشاهده شده ۰/۷۳- دارای بیشترین توان پیش‌بینی سازگاری طلاق است. با توجه به اینکه نمرات بالا در پرسشنامه سازگاری طلاق نشانه سازگاری طلاق پایین ادراک شده محسوب می‌شود، لذا این یافته به صورت معکوس تفسیر می‌شود، به این ترتیب که با افزایش حالات روان‌شناختی همچون خوش‌بینی، احساس کنترل، امیدواری، معنادار بودن زندگی و رضایت از زندگی میزان سازگاری بعد از طلاق نیز افزایش پیدا می‌کند.

بحث و نتیجه‌گیری

همان‌گونه که گفته شد این پژوهش در صدد پیش‌بینی حالات روان‌شناختی مثبت در سازگاری پس از طلاق زنان مطلقه بود. یافته‌های حاصل از ضریب همبستگی پیرسون (جدول ۲) بین توکل به خدا، خوش‌بینی، احساس کارآمدی، هدفمندی، امیدواری، معنادار بودن زندگی، رضایت از زندگی، خلق مثبت و شادمانی، اجتماعی بودن، عزت نفس و احساس آرامش با سازگاری طلاق ارتباط منفی و معنادار نشان داد. از سوی دیگر یافته‌های جدول فوق نشان‌دهنده آن است که بین حالات روان‌شناختی وظیفه‌شناسی، احساس کنترل، قدردانی و بخشودگی با سازگاری طلاق ارتباط معناداری به دست نیامده است. همچنین یافته‌های حاصل از رگرسیون چند متغیره (جدول ۳)، این فرضیه پژوهش را بررسی کرده که حالات روان‌شناختی مثبت توان پیش‌بینی سازگاری پس از طلاق را دارد، نشان می‌دهد ضریب همبستگی چندگانه‌ای بین حالات روان‌شناختی مثبت با سازگاری طلاق مشاهده شده است. و همان‌طور که نتایج نشان می‌دهد از بین حالات روان‌شناختی مثبت، خوش‌بینی، احساس کنترل، امیدواری، معنادار بودن زندگی و رضایت از زندگی می‌توانند ۵۳ درصد از واریانس سازگاری طلاق در زنان مطلقه را پیش‌بینی کنند.

در تبیین یافته‌های جدول (۲) می‌توان بیان کرد که وقتی افراد به خدا توکل می‌کنند و زندگی را در زیر نظر قدرت برتری می‌دانند که همه امور در دست اوست، در مواجهه با چالش‌ها و سختی‌های زندگی هم قدرت پذیرش بیشتری خواهند داشت و هم سختی‌های پیش رو را با اطمینان بیشتری پشت سر می‌گذارند که داشتن این دیدگاه باعث سازگاری افراد پس از طلاق می‌شود. همچنین افراد خوش‌بین نسبت به سختی‌های زندگی، دیدگاه مثبت‌تر دارند و سعی می‌کنند در مقابل سختی‌ها به جنبه‌های مثبت آن توجه کنند. احساس کارآمدی

نیز باعث می‌شود تا افراد خود را به مقابله با تمام مشکلات مجهز ببینند و توان مقابله با آن را در خود احساس کنند. هدفمندی، امیدواری و معناداربودن زندگی نیز مؤلفه‌هایی هستند که هرکدام به نوعی با پشت کردن به گذشته، نگاه رو به آینده دارند و به افراد پس از طلاق کمک می‌کنند تا بتوانند ورای شرایط فعلی خود بنگرند و از خود فراتر روند و بتوانند سازگار شوند. همچنین بدیهی است که هرچه رضایت فرد از زندگی‌اش بیشتر باشد، قدرت مقابله او برای گذر از سختی‌ها نیز بیشتر است. خلق مثبت و شادمانی نیز از جمله دیگر ویژگی‌های روان‌شناختی است که ارتباط مستقیمی با مقابله موفق با چالش‌های زندگی دارد. افراد دارای خلق مثبت و شادمان همواره سعی می‌کنند از مشکلات خود بزرگ‌تر باشند و آن‌ها را کوچک جلوه دهند. مؤلفه اجتماعی بودن از جمله ویژگی‌هایی است که طرفداران بسیار زیادی در جهت سازگاری با طلاق دارد، زیرا افراد اجتماعی برخلاف کسانی که پس از طلاق در غار تنهایی خود فرو می‌روند و به آنچه اتفاق افتاده می‌اندیشند، با دیگران تعامل کرده و سعی در برقراری ارتباط و کشف و خلق موقعیت‌های تازه هستند که این امر به سازگاری آن‌ها با شرایط پس از طلاق یاری می‌رساند. مؤلفه عزت نفس و احترام به خود نیز همواره می‌تواند یاری‌گر انسان در مواجهه با چالش‌های زندگی باشد، افرادی که از حرمت نفس بهره‌مند هستند، همواره ارزش وجودی خود را می‌دانند و خود را به‌خاطر سختی‌ها و مشکلات سرزنش نکرده و تحقیر نمی‌کنند، مسلماً چنین ویژگی به سازگاری پس از جدایی کمک می‌کند که همواره یکی از مشکلات آن احساس طرد شدگی است. آخرین مؤلفه در این بخش احساس آرامش است که یقیناً حس آرامش در مواجهه با سختی و مشکلات و دوری از اضطراب و تکانش‌گری، قدرت تفکر و بهبود عملکرد شناختی را افزایش می‌دهد و در نتیجه منجر به سازگاری بیشتر با شرایط پس از طلاق می‌شود.

همچنین در تبیین نتایج جدول (۳) می‌توان بیان کرد که با افزایش حالات روان‌شناختی همچون خوش‌بینی، احساس کنترل، امیدواری، معنادار بودن زندگی و رضایت از زندگی میزان سازگاری بعد از طلاق نیز افزایش پیدا می‌کند. نتایج پژوهش حاضر با تحقیقات رایس و رایس (۱۹۸۶)، راولینز (۲۰۱۲)، گری و سیلور (۱۹۹۰)، هترینکتون و کلی (۲۰۰۲) در ارتباط احساس کنترل و امیدواری با سازگاری پس از طلاق همسو بوده است. اما در ارتباط با معنادار بودن زندگی و رضایت از زندگی با سازگاری پس از طلاق، پژوهش مرتبط یافت نشد.



با توجه به یافته‌های پژوهش، توجه به این موضوع حائز اهمیت است که نمونه این پژوهش را باید با احتیاط به سایر زنان مطلقه تعمیم داد، زیرا به علت مشکل در دسترس بودن این قشر آسیب دیده در جامعه، پژوهشگر تنها زنان مطلقه در دسترس و زنان مطلقه تحت پوشش مراکز حمایتی از جمله سازمان بهزیستی، سازمان تأمین اجتماعی و چند سازمان حمایتی غیردولتی را بررسی کرده است. بنابراین، پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های بعدی در این زمینه در صورت امکان زنان مطلقه غیر تحت پوشش مراکز بررسی شوند. نتایج این تحقیق با توجه به افزایش روزافزون طلاق و پیامدهای منفی آن در جامعه، می‌تواند به افرادی که تجربه طلاق را پشت سر گذاشته‌اند و همچنین برای کلیه افرادی که با این قشر آسیب دیده جامعه در ارتباط هستند، مؤثر واقع شود.

منابع

- اخوان تفتی، مهناز (۱۳۸۴). پیامدهای طلاق در گذار از مراحل آن. *مطالعات زنان*، سال ۱(۳): ۱۲۵-۱۵۲.
- بلالی، طیبه؛ اعتمادی، عذرا. (۱۳۸۸). تأثیر جدایی و ناسازگاری پس از طلاق در ایجاد و ادامه تنش در خانواده‌ها. *مجموعه مقالات پنجمین همایش مشاوره اسلامی*. قم: موسسه مطالعاتی مشاوره اسلامی.
- بلالی، طیبه، اعتمادی، عذرا و فاتحی‌زاده، مریم‌السادات (۱۳۹۰). بررسی عوامل رابطه عوامل روانشناختی و جمعیت شناختی پیش‌بینی‌کننده سازگاری پس از طلاق در زنان مطلقه شهر اصفهان، *نشریه فرهنگ مشاوره*، ۲(۵): ۲۹-۵۳.
- خجسته مهر، رضا، افشاری، فرح، رجبی، غلامرضا (۱۳۹۱). بررسی اثربخشی آموزش گذشته بر سازگاری زنان مطلقه. *مجله مطالعات اجتماعی - روان شناختی زنان*، ۱۰(۱): ۳۷-۶۰.
- رجایی، علیرضا، خوی‌نژاد، غلامرضا، جوانمرد، جواد، عبدالله پور، میثم (۱۳۹۴). رابطه حالت‌های روان‌شناختی مثبت با سبک‌های مقابله‌ای، *مجله اصول بهداشت روانی*، ۱۸(۱): ۵۷-۶۳.
- الشریف، مرجان، بهرامی، فاطمه و فاتحی‌زاده، مریم (۱۳۹۱). اثربخشی آموزش گروهی مادران طلاق با رویکرد تلفیقی در شهر اصفهان بر سازگاری آنان، *فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، سال ۳(۱۱): ۲۱-۴۱.
- صادقی‌فسایی، سهیلا و ایناری، مریم (۱۳۹۱). تحلیل جنسیتی از زندگی پس از طلاق: مطالعه کیفی، *زن در توسعه و سیاست*، ۱(۳): ۳۰-۵.
- صدرالاشرفی، مسعود، خندکدارطارسی، معصومه، شمخانی، اژدر، یوسفی‌افراشته، مجید (۱۳۹۱). آسیب‌شناسی طلاق (علل و عوامل) و راهکارهای پیش‌گیری از آن. *مهندسی فرهنگی*، سال ۷(۷۳): ۲۶-۵۳.
- ظهرالدین، علیرضا و خدایی‌فر، فاطمه (۱۳۸۲). بررسی نیم‌رخ‌های شخصیتی مراجعین طلاق



به دادگاه خانواده تهران سال ۱۳۸۰، فصلنامه علمی-پژوهشی فیض، ۲۵: ۱-۷.
 کاظمیان، سمیه و اسماعیلی، معصومه (۱۳۹۱). اثربخشی آموزش خودمتمایزسازی بر افزایش
 سازگاری نوجوانان خانواده‌های طلاق، پژوهش‌های روانشناسی بالینی و مشاوره، ۲
 (۱): ۱۵۲-۱۴۳.

کلانتری، عبدالحسین، روشن فکر، پیام و جواهری، جلوه (۱۳۹۰). آثار و پیامدهای طلاق
 مرور نظام‌مند تحقیقات انجام شده در ایران با تأکید بر ملاحظات جنسیتی (۱۳۷۶-۱۳۹۰)،
 زن در توسعه و سیاست، ۹ (۳): ۱۱۱-۱۳۱.

Akavan Takhti, M. (2005). Divorce consequences in transition of its stages. *Women' study*.1(3): 125-152.

Alsharif, M., & Bahrami, F., & Fatehizadeh, M. (2012). The Effectiveness of Divorce Mothers' Group Training with Integrated Approach on Their adjustment in Isfahan City. *Quarterly Journal of Counseling and Psychotherapy culture*, 3 (11): 21-41.

Balali, T., & Etemadi, O. (2009). Effects of divorce and its maladjustments on developing and continuing tension in families. Collection of the 5th Islamic Consultation Conference. Qom: Islamic Counseling studies institution .

Balali, T., & Etemadi, O., & Fatehizade, M. S. (2011). Investigating the relationship between psychological and demographical post-divorce adjustment predictors among Isfahan divorced women. *Culture of counseling journal*. 2(5): 29-53.

Kalantari, A., & Roshan Fekr, P., & Javaheri, J. (2011). Divorce's effect and consequences Systematic review of research conducted in Iran with emphasis on gender considerations (1376-1390). *Woman in development and politics*. 9(3): 111-131.

Kazamiyan, S., & Esmaeili, M. (2011). Effectiveness of self-differentiation education on increasing divorced families' adolescence compatibility. *Clinical psychology and counseling research*. 2(1): 143-152.

Khojaste Mehr, R., & Afshari, F., & Rajabi, Gh. (2012). Investigating the effectiveness of forgiveness Education on Divorced Woman Adjustment. *Journal of Social-Psychological women's study*. 10 (1): 37-60.

Rajaei, A., & Khoy Nejad, Gh., & Javanmard, J., & Abdollah Pour, M. (2015). Relationship between positive psychological states with coping styles. *Principles*

- of Mental Health journal*. 18(1): 57-63.
- Sadeghi Fasaei, S., & Isari, M. (2012). Gender analysis of post-divorce life: qualitative study. *Woman in development and politics*. 1(3): 5-30.
- Sadrashrafi, M., & Khonokdar Taresi, M., & Shamkhani, A., & Yosefi Ashrafte, M. (2012). Pathology of divorce (causes) and strategies to prevent them. *Cultural Engineering*, 7 (73): 56-53.
- Zahraddin, A., & Khodaeifar, F. (2003). Investigating the Personality Characteristics of Divorce Recipients to Tehran's Family Court in 1380. *Feyz Journal of medical science*, 25, 1-7.
- Faircloth, WB; Schermerhorn, A.C; Mitchell, P.M; Cummings, J.S; & Cummings Em. (2011). Testing the long term efficacy of a prevention program for improving marital conflict in community families. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 32(4): 189-197.
- Felix, D. S., Robinson, W. D., & Jarzynka, K. J. (2013). The influence of divorce on men's health. *Journal of Men's Health*, 10(1): 3-7 .
- Fisher, B. & Bierhaus, J. (1994). Facilitators manual for rebuilding: when your relationship ends. Co: fisher publishing co. (pp 6-25.)
- Fredrickson, B. L. (2001) The role of positive emotions in positive psychology, *American Psychologist*, 56, 218-226.
- Goguen, K. (2015). The Mediating Effects of Positive Psychological States on the Relationships Between Hindrance Stressors and Organizational Citizenship Behaviors: A Multi-Level Approach.
- Jerskey, B.A.; Panizzon, M.S.; Jacobson, K.C; Neale, M.C.; Grant, M.D.; Schultz, M.; Eisen S.A.; Tsuang, M.T. & Lyons, M.J. (2010). *Marriage and divorce: A genetic perspective*. Personality and Individual.
- Krumrei, E. J., Mahoney, A., & Pargament, K. I. (2009). Divorce and the divine: The role of spirituality in adjustment to divorce. *Journal of Marriage and Family*, 71(2), 373-383.
- Langlais, M. R., Anderson, E. R., & Greene, S. M. (2016). Consequences of Dating for Post-Divorce Maternal Well-being. *Journal of Marriage and Family*, 78(4), 1032-1046.
- Mandemakers, J. J.; Monden, C.W.S. & Kalmijn M. (2010). Are the effects of divorce on psychological distress modified by familybackground? *Advances in Life Course Research*.



- Perrig-chiello, P. Hutchison, S and Morselli, D. (2014). Patterns of psychological adaptation to divorce after a long-term marriage, *Journal of Social and Personal Relationships*, 1-20.
- Phleps, C. A. (2001). *Divorce adjustment and the co-parenting relationship: an exploration of the relationships between time, adjustment, communication and interaction*. (Unpublished Dissertation for the degree of doctor of Philosophy school of Social Work).
- Rawlins, R. N. (2012). *African/Caribbean-Canadian women coping with divorce: Family perspectives* (Doctoral dissertation, University of Toronto).
- Rice, J. K. & Rice, D. G. (1986). *Living Through Divorce*. Guilford press. New York. (pp21-25).
- Rohe-brown, J. D. (2005). *The role of forgiveness and spiritual practice in divorce adjustment*. (unpublished doctoral thesis. Fielding graduate university).

نویسندگان

مینا آخوندی درزی

فارغ‌التحصیل کارشناسی روان‌شناسی عمومی از دانشگاه پیام نور بابل، فارغ‌التحصیل کارشناسی ارشد از دانشگاه علامه طباطبایی (ره) تهران با عنوان پایان‌نامه «بررسی عوامل مؤثر در سازگاری پس از طلاق در زنان مطلقه». مؤلف کتاب «زندگی از نو» (راهکارهایی برای زندگی خلاقانه بعد از جدایی)، ۱۳۹۵، نشر ساوالان، با همکاری آقای دکتر میرسعید جعفری و آقای مرتضی نجیمی و مؤلف کتاب «هنر والد خوب بودن»، ۱۳۹۳، نشر ساوالان با همکاری آقای دکتر میرسعید جعفری و آقای مرتضی نجیمی و ترجمه کتاب «نظریه راحل محور کوتاه مدت: ۱۰۰ نکته، ۱۰۰ تکنیک» در مرحله چاپ. برگزاری کارگاه‌های مهارت‌های زندگی پیشرفته برای زنان مطلقه و زنان بدسرپرست در مؤسسه خیریه صدیقین، برگزاری کارگاه‌های مهارت زندگی در کانون هموفیلی‌های ایران.

معصومه اسمعیلی

دانشیار گروه مشاوره، دانشگاه علامه طباطبایی (ره)

سمیه کاظمیان

استادیار گروه مشاوره، دانشگاه علامه طباطبایی (ره)



Predicting Positive Psychological States in Women's Post-Divorce Adjustment

Mina Akhondi Darzi¹
Masome Esmaeili²
Somaye Kazemian³

Abstract

Continuous growing of divorce rate has made it an important social issue and has attracted lots of researcher's attention to divorce increase causes and consequences and necessity of adjustment with post-divorce conditions. This study was conducted with the aim of predicting Positive psychological states in women's post-divorce adjustment. This study uses correlation as research method and data were collected by questionnaire, field study and library research. Statistical population included all divorced women of Tehran in 2016, this study used availability sampling as sampling method. There were 150 divorced women from 19 to 30 years old. In this article Fisher's (1976) Divorce Adjustment Scale (FDAS) and predict Positive psychological states (PPS) by Rajai, KhoyNejad and Nesaei (2011) were used. Pearson correlation and multivariate regression were used for data analysis. Multivariate regression findings showed that there is multiple correlation coefficient between Positive psychological states and post-divorce adjustment. Among positive psychological states, Optimism, control, hope, meaningfulness of life and life satisfaction can predict 53 percent of women's post-divorce adjustment Variance. It means with increasing in psychological states such as Optimism, control, hope, meaningfulness of life and life satisfaction post-divorce adjustment will increase too.

Key words

Divorce, Post-Divorce Adjustment, Divorced Women, Positive psychological States

-
1. MSC of Counseling, Allameh Tabataba'i University.
 2. Associate professor Department of Counseling, Allameh Tabataba'i University
 3. Assistant Professor Department of Counseling, Allameh Tabataba'i University
- DOI: 10.22051/jwsps.2017.12435.1320
Submit Date: 2016-10-31 Accept Date: 2017-09-02