

پیشگیری از طلاق آسیب‌زا و پشیمانی پس از طلاق

(مطالعه کیفی از دیدگاه زنان آسیب‌دیده، مشاوران و روانشناسان)*

زهره حاجی‌حیدری**، مه‌سیما پور‌شهریاری***، سیمین حسینیان****، سیده‌منور یزدی****

چکیده

طلاق برای برخی زنان تصمیمی در جهت کاهش آسیب و افزایش سلامت جسمانی و روانی است و برای برخی همراه با پشیمانی و آسیب بیشتر است. پژوهش حاضر با هدف شناخت و پیشگیری از طلاق آسیب‌زا و پشیمانی پس از طلاق زنان، با روش تحلیل محتوا کیفی، مبتنی بر رویکرد تحلیل محتوا متعارف، با استفاده از نمونه‌گیری هدفمند و مثلث‌سازی داده‌ها انجام شد. گردآوری داده‌ها با استفاده از مصاحبه عمیق نیمه ساختار یافته با ۳۷ زن آسیب‌دیده از طلاق و ۱۲ مشاور و روانشناس در تهران انجام شد. طبق یافته‌ها ۲ تم اصلی، ۶ مقوله و ۴۳ زیر مقوله شناسایی شد. طلاق نامعقولانه دربرگیرنده سه مقوله عدم تلاش کافی برای حفظ زندگی، اقدام سریع و هیجانی جهت طلاق و عدم آمادگی لازم برای زندگی پس از طلاق است. یافته‌ها تأکیدی بر ضرورت فرهنگ‌سازی مراجعه به متخصصین سلامت روان در هنگام تعارضات زناشویی و ارجاع از دادگاه خانواده به مشاوره در موارد اقدام به طلاق، جهت کاهش طلاق آسیب‌زا و پشیمانی پس از طلاق است.

واژگان کلیدی

تعارضات زناشویی، خانواده، زنان، طلاق، مشاوره

*. این مقاله برگرفته از رساله دکتری با عنوان «تدوین پروتکل مداخله‌ای روانشناختی بر اساس آسیب‌شناسی طلاق و اثربخشی آن در زنان آسیب‌دیده از طلاق» از دانشگاه الزهراء به راهنمایی اساتید راهنما (خانم دکتر مه‌سیما پور‌شهریاری و خانم دکتر سیمین حسینیان) و استاد مشاور (خانم دکتر سیده‌منور یزدی) است.

** دکتری تخصصی مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه الزهراء، تهران، ایران (نویسنده مسئول) (z.hajihedari@alzahra.ac.ir)

*** دانشیار گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه الزهراء، تهران، ایران (pourshahriari@alzahra.ac.ir)
**** استاد تمام گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه الزهراء، تهران، ایران (hosseinian@alzahra.ac.ir)
**** استاد تمام گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه الزهراء، تهران، ایران (smyazdi@alzahra.ac.ir)

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۴/۱۱ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۶/۲۹

۱. مقدمه و بیان مسئله

طلاق پدیده‌ای روانی، بین فردی و اجتماعی (Guttman, 1993)، واقعیتی جامعه‌شناختی (Ahrons & Rodgers, 1987) و به عنوان یکی از مهم‌ترین آسیب‌های خانوادگی مطرح است (Abbasi & et al, 2017). خانواده اساس فرهنگ و جامعه ایرانی است، به طوری که از روزگار پیشین خانواده‌های سنتی مورد حمایت نهادهای مذهبی و سیاسی بوده‌اند (Dehghani & Ber-nards, 2022). با این وجود، آمار ارائه شده توسط سازمان ثبت احوال کشور (۱۴۰۳) نشان دهنده نرخ بالا طلاق در سال‌های اخیر است.

طلاق موضوعی فرهنگ محور است، به طوری که در هر جامعه‌ای ممکن است به گونه‌های متفاوت درک شود (یاربگرو، ۱۴۰۱).

با توجه به نتایج تحقیقات گذشته دلایل مختلف طلاق در ایران را می‌توان بر اساس ابعاد شخصیتی و سبک دل بستگی (Davarinejad & et al, 2022)، اختلالات جنسی (Safaei & et al, 2023)، ازدواج تحمیلی (میری و همکاران، ۱۴۰۱)، اعتیاد (Habibi & et al, 2016)، تجربیات پیش از ازدواج (Arianfar & et al, 2023)، تغییر ارزش‌ها (Hajiheydari & Pourshahriari, 2024)، چندهمسری (ابراهیمی و محمدلو، ۱۴۰۰)، خیانت (حبیبی عسگرآباد و حاجی حیدری، ۱۳۹۴)، حفظ سلامت خود و فرزندان (خسروانی، ۱۳۹۷)، خشونت (ستوده و همکاران، ۱۴۰۱)، دخالت خانواده (Habibi & et al, 2015)، مسائل اقتصادی (Farzanegan & Gholipour, 2016)، مسئولیت‌گریزی (عبداللهی و همکاران، ۱۴۰۰)، منفعت‌طلبی (Damari & et al, 2022)، نابرابری (Hajiheydari & et al, 2015)، ناتوانی در حل تعارضات (Nakhaee & et al, 2020) دسته‌بندی کرد. اعتیاد، خشونت و خیانت به عنوان علل اصلی طلاق از دیدگاه زنان ایرانی مطرح شده است (حاجی حیدری و همکاران، ۱۴۰۲).

پیامدهای طلاق برای همه افراد یکسان نیست؛ اگرچه اکثر پژوهش‌ها به پیامدهای منفی طلاق مانند افزایش احتمال ابتلا به مولتیپل اسکروزیس (Abdollahpour & et al, 2018)، مشکلات جسمانی و روانی (Sanchez Lopez, 2022)، آسیب به سلامت روان والدین سالمند همسران جدا شده (Doucet & et al, 2022)، تضعیف جایگاه میان اقوام و آشنایان (عبداللهی و همکاران، ۱۳۹۹)، چالش ازدواج مجدد زنان و از دست دادن حضانت فرزند (محمدتقی زاده و همکاران، ۱۴۰۲)، مشکلات اقتصادی (Chanda, 2023)، نابرابری در اشتغال (زارعی و همکاران، ۱۳۹۳) اشاره کرده‌اند؛ برخی پژوهش‌ها نیز پیامدهای مثبت پس از طلاق مانند افزایش سطح توانمندی (Mendoza & et al, 2019)، بازسازی زندگی خود (شیخی و همکاران، ۱۳۹۱)، رشد شخصیت (Lamela & Figueiredo, 2019)

2023)، رضایت بیش‌تر از زندگی (قدرتی و همکاران، ۱۳۹۵)، شناخت بهتر از زندگی (نجفی زاده و همکاران، ۱۴۰۰) و کاهش استرس (خجسته مهر و همکاران، ۱۳۹۹) را گزارش کرده‌اند.

طلاق نه تنها سلامت جسمی و روانی همسران بلکه سلامت روانی فرزندان را نیز تحت تأثیر قرار می‌دهد. بر این اساس، مطالعات متعددی به پیامدهای منفی کوتاه‌مدت و بلندمدت طلاق والدین بر فرزندان پرداخته‌اند (Shumaker & Kelsey, 2020; van Dijk & et al, 2022; Bayaz-Öz- (türk, 2022). فرزندان ممکن است با پیامدهای منفی طلاق از جمله اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای (Farhadi & et al, 2021)، شکل‌گیری الگوهای ناسازگاری در عملکردهای روانی و اجتماعی (Lan & Sun, 2022)، شکل‌گیری دیدگاه‌های بدبینانه (Ramezanzadeh & et al, 2022)، مشکلات تحصیلی (امانی و همکاران، ۱۳۹۸) و مصرف سیگار و الکل (Amiri & et al, 2022)، مواجه شوند. از سوی دیگر، در پژوهش‌ها به موارد مثبتی از جمله خودمختاری و فردیت (آقاجانی و همکاران، ۱۳۹۶)، مسئولیت‌پذیری، پختگی و ازدواج موفق‌تر فرزندان طلاق (یاربرگ‌روش، ۱۴۰۱) اشاره شده است. با مرور پیشینه پژوهشی، می‌توان نتیجه گرفت که طلاق ممکن است برای همسران و فرزندان‌شان همراه با پیامدهای مثبت یا همراه با پیامدهای منفی و به شدت آسیب‌زننده باشد که لازم است از این گونه طلاق‌های آسیب‌زا پیشگیری گردد.

پشیمانی پس از طلاق، موضوع حائز اهمیت دیگر در ضرورت انجام پژوهش حاضر است. دغدغه ذهنی اولیه با توجه به حرفه و حوزه تخصصی نویسندگان و اشاره برخی مراجعان به آسیب‌های شدید پس از طلاق و پشیمانی از طلاق شکل گرفت؛ بنابراین، با در نظر داشتن نرخ بالای طلاق و تبعات منفی آن برای افراد و جامعه و از سوی دیگر بحث پشیمانی پس از طلاق، مطالعه ابعاد پشیمانی پس از طلاق و پیشگیری از طلاق آسیب‌زا ضرورت دارد. کسب دانش کافی در این زمینه به جهت پیچیدگی مسئله و نیاز به درک عمیق و همه‌جانبه، مستلزم بررسی زوایای مختلف از دیدگاه افراد دارای تجربه و صاحب‌نظران حوزه مربوطه در بستر فرهنگی-اجتماعی جامعه مورد پژوهش است. بر این اساس، پژوهش حاضر با هدف شناخت و پیشگیری از طلاق آسیب‌زا و پشیمانی پس از طلاق از دیدگاه زنان، مشاوران و روانشناسان در تهران انجام شده است.

۲. ملاحظات نظری

همان‌طور که (Neuman ۲۰۱۴) اشاره کرده است، اثبات‌گرایی (شناخت مبتنی بر قیاس) و تفسیرگرایی (درک دیدگاه مشارکت‌کنندگان) دو پارادایم اصلی معرفت‌شناسی می‌باشند که در این پژوهش پارادایم تفسیرگرایی که مبتنی بر رویکرد استقرایی و فرایندی اکتشافی است، در نظر

گرفته شد. چرا که هدف پژوهش درک مسئله پیشیمانی و طلاق آسیب‌زا نه بر مبنای نظریه‌های از پیش موجود بلکه از لنز و دیدگاه مشارکت‌کنندگان است. هستی‌شناسی پارادایم تفسیرگرایی بر نسبی‌گرایی که واقعیت را امری ذهنی و از فردی به فرد دیگر متفاوت در نظر می‌گیرد، مبتنی است (Guba & Lincoln, 1994)؛ بنابراین، روش‌شناسی پارادایم تفسیرگرایی بر اساس درک دیدگاه مشارکت‌کنندگان است (Creswell, 2009).

پشیمانی زمانی مطرح می‌گردد که اهداف پیش‌بینی شده به دست نمی‌آیند و برخی از اهداف حتی ممکن است پیامدهای آسیب‌زا داشته باشند (Lecci, 1994)؛ به عبارت دیگر، در این چارچوب مفهومی، اصطلاح پشیمانی به این واقعیت اشاره دارد که دستیابی به اهداف یا پیامدهای آن، آن‌طور که در نظر گرفته شده است، محقق نشده است. در نتیجه، می‌توان انتظار داشت که پشیمانی، منعکس‌کننده نگرانی‌های افراد در مورد راه‌هایی است که مسیرهای پیشرفت آنها آن‌طور که می‌خواستند، پیش نرفته است (Jokisaari, 2003).

افراد وقتی متوجه می‌شوند که باید متفاوت انتخاب می‌کردند، احساس پشیمانی را تجربه می‌کنند (Zeelenberg & Pieters, 2007). افزون بر این، پشیمانی ممکن است منعکس‌کننده تلاش یا آرزویی باشد که پیامدهای آسیب‌زا برای سایر حوزه‌های زندگی داشته است (Emmons & King, 2003). بنابراین، مفهوم پشیمانی پس از طلاق و طلاق آسیب‌زا را می‌توان این‌گونه توضیح داد که با ارزیابی شرایط قبل و پس از طلاق، برخی افراد به این نتیجه می‌رسند که تصمیمشان برای طلاق اشتباه بوده است؛ چرا که زندگی پس از طلاق نه تنها برایشان مزایای بیشتری نداشته است، بلکه همراه با آسیب و پیامدهای منفی متعدد برای خود و فرزندانشان بوده است. افزون بر این، باید در نظر داشت که پشیمانی پس از طلاق، پدیده‌ای مبتنی بر زمینه است که در هر جامعه‌ای تحت تأثیر عوامل فردی، اجتماعی و فرهنگی آن جامعه قرار می‌گیرد (Pirak & et al, 2019).

بر این اساس، بررسی موشکافانه موضوع از دیدگاه افراد دارای تجربه به روشی ژرف‌نگر در بستر فرهنگی-اجتماعی جامعه مورد پژوهش، اگرچه ضروری لیکن کافی به نظر نمی‌رسد؛ چرا که دیدگاه زنانی که پدیده مورد پژوهش را تجربه کرده‌اند، اگرچه سودمند است، ممکن است همه ابعاد مسئله مطرح نگردد. بدین جهت دیدگاه متخصصین نیز در شناخت جامع و ریشه‌ای مسئله می‌تواند راهگشا باشد. بر این اساس، افزون بر مطالعه کیفی دیدگاه زنان دارای تجربه طلاق، دیدگاه متخصصین سلامت روان نیز در نظر گرفته شد.

بدین منظور، روش کیفی با توجه به هدف درک عمیق موضوع، شناخت جامع پدیده در بستر اجتماعی و انعطاف‌پذیری انتخاب گردید. در جهت توضیح همان‌طور که (Corbin, ۲۰۰۸) & Strauss اشاره کرده‌اند، می‌توان بیان کرد که دلیل اصلی انتخاب روش در پژوهش اجتماعی، تابعیت از موضوع پژوهش است. بر این اساس، برخی زمینه‌ها با پژوهش کیفی بیشتر سنخیت دارد. چرا که روش‌های کیفی جهت پرده برداشتن از پدیده‌هایی که کمتر شناخته شده‌اند و دیدن اینکه در پشت آنها چه نهفته است؛ و جهت کسب نگاهی جدید درباره موضوعاتی که میزان کمی آگاهی وجود دارد، کاربرد دارد؛ بنابراین، روش‌های کیفی می‌توانند در دستیابی به جزئیات دقیق از پدیده‌هایی که ارائه آنها با روش کمی مشکل است، مناسب باشند. در میان روش‌های کیفی، رویکرد این پژوهش، تحلیل محتوا متعارف (Elo & Kyngäs, ۲۰۰۸) در نظر گرفته شد و بر خلاف تحلیل محتوا جهت‌دار که با نظریه شروع می‌شود، با مشاهده شروع می‌شود و با رویکرد استقرایی، کدها مستقیماً از داده‌ها به دست می‌آیند و از آنجا که نظریه‌ای در زمینه پشیمانی پس از طلاق یافت نشد، تحلیل محتوا قیاسی انتخاب نگردید. بر این اساس، هدف پژوهش حاضر، بررسی یا آزمون صحت نظریه نیست، بلکه هدف درک حوزه جدیدی است که پیشینه اندکی در آن زمینه وجود دارد و همان‌طور که مؤمنی راد (۱۳۹۲) اشاره کردند، در این شرایط تحلیل محتوا استقرایی مناسب‌ترین انتخاب است؛ چرا که نقطه شروع پژوهش به جای فرضیات از پیش تعیین شده یک نظریه، بر مبنا سؤالات و اهداف پژوهش است. به طور خلاصه، در تحلیل محتوا متعارف به عنوان یک روش استقرایی، زیر مقوله‌ها، مقوله‌ها و تم‌ها از داده‌های متنی به جای نظریه‌های از پیش موجود استخراج می‌شوند و اساساً تحلیل محتوا کیفی در درون پارادایم تفسیری بررسی و تحلیل می‌گردد.

۳۹

۳. روش پژوهش

پژوهش با روش تحلیل محتوا کیفی^۱، رویکرد تحلیل محتوا متعارف^۲ (Elo & Kyngäs, 2008) طراحی شده است؛ بنابراین پژوهش حاضر یک تحلیل محتوی کیفی است که سعی در درک معنا، با تقلیل داده‌های کیفی و طبقه‌بندی آنها دارد که از شهریور ۱۴۰۲ تا اردیبهشت ۱۴۰۳ در شهر تهران و با مصاحبه نیمه ساختاریافته^۳ با زنان دارای تجربه طلاق مراجعه‌کننده به مراکز

1. Qualitative content analysis
2. Conventional content analysis approach
3. Semi-structured

خدمات مشاوره‌ای به‌زیستی و کارشناسان مراکز مربوطه انجام شده است. اطلاعات به دست آمده از مصاحبه‌ها با استفاده از روش تحلیل محتوا کیفی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت؛ چرا که تحلیل محتوا، روشی مناسب به منظور دستیابی به نتایج قابل اعتماد از داده‌های شفاهی و متنی، جهت ارائه بینش‌های جدید و توسعه دانش است (Graneheim & Lundman, 2004). در نهایت به منظور قابلیت اعتماد^۱ چهار معیار اعتبار‌پذیری^۲، انتقال‌پذیری^۳، تایید‌پذیری^۴ و اطمینان‌پذیری^۵ (Guba & Lincoln ۱۹۹۴) در نظر گرفته شد. به منظور اعتبار‌پذیری، زمان کافی جهت ایجاد ارتباط خوب اختصاص داده شد. افزون بر این، از تلفیق منابع گردآوری داده‌ها (مصاحبه با زنان، مشاوران و روانشناسان) استفاده شد. حداکثر تنوع در مشخصات مشارکت‌کنندگان به منظور انتقال‌پذیری در نظر گرفته شد. به منظور تایید‌پذیری مراحل انجام پژوهش به تفصیل توضیح داده شد و به منظور اطمینان‌پذیری، در موارد ابهام، بحث و بازنگری تا حصول توافق انجام شد. فرآیند نمونه‌گیری با سه اصل نمونه‌گیری هدفمند^۶، حداکثر تنوع^۷ و اشباع داده‌ها^۸ انجام شد. با توجه به این‌که نمونه‌گیری هدفمند در ابتدای مطالعه برای جمع‌آوری داده‌های دقیق انتخاب می‌شود (کوئیل و اونیتا، ۲۰۱۶، ترجمه پورشهریاری و همکاران، ۱۴۰۰)؛ زنان با این استدلال که شناخت دیدگاه افراد دارای تجربه طلاق می‌تواند برای درک صحیح کمک‌کننده باشد، به صورت هدفمند انتخاب شدند. به منظور رعایت ملاحظات اخلاقی، رضایت مشارکت‌کنندگان قبل از انجام مصاحبه اخذ شد. مصاحبه با سؤال اصلی و کلی پژوهش «اگر به گذشته برگردید، آیا حاضر به طلاق هستید؟» و «از نظر شما سهم خودتان در رسیدن به مرحله طلاق چه بود؟» شروع و در ادامه فرایند مصاحبه، سؤالات جزئی‌تر در قالب پرسش‌های کاوشی مانند می‌توانید به مثال بزنید؟ منظورتان را بیشتر توضیح می‌دهید؟ به منظور درک عمیق و غنا داده‌ها مطرح گردید. جهت رعایت اصل حداکثر تنوع، زنان در سنین، چرخه زندگی، وضعیت اقتصادی-اجتماعی و تحصیلات مختلف انتخاب شدند. نمونه‌گیری زمانی که پدیده مورد مطالعه به طور کامل درک شد و نقطه‌ای به نام اشباع که در آن مفهوم جدیدی وجود نداشته باشد ادامه یافت (Kuper & et al, 2008).

1. Trustworthiness
2. Credibility
3. Transferability
4. confirmability
5. dependability
6. Purposive sampling
7. Maximum Variation Sampling
8. Data saturation

مشارکت‌کنندگان از نظر محدوده سنی زنان از ۲۰-۶۲ سال و سن همسران سابقشان از ۲۴-۶۸ سال بود. سطح تحصیلات مشارکت‌کنندگان و سطح تحصیلات همسر سابق مشارکت‌کنندگان از بی‌سواد تا دکتری متفاوت بود و ۱۹ مشارکت‌کننده شاغل نبودند و در مورد همسران سابقشان ۴ مورد در زمان طلاق بیکار بودند. مدت تأهل نیز از ۸ ماه تا ۴۶ سال گزارش شد. در بین مشارکت‌کنندگان تعداد فرزندان از ۰ فرزند تا ۴ فرزند وجود داشت که ۱۵ مورد حضانت با مادر و ۶ مورد حضانت با پدر و ۵ مورد نیز فرزندان از سن حضانت خارج شده بودند، ۱۱ مشارکت‌کننده نیز فاقد فرزند بودند. در مرحله دوم نیز با رعایت اصول اصلی مطرح شده، جهت اطمینان از درک جامع موضوع پژوهش، متخصصین سلامت روان که در زمینه مشاوره طلاق تخصص داشتند، به مصاحبه داوطلبانه دعوت شدند. مصاحبه با سؤال اصلی و کلی پژوهش «از دیدگاه شما چه کسانی پس از طلاق پشیمان می‌شوند؟» شروع و در ادامه فرایند مصاحبه سؤالات جزئی‌تر به منظور درک عمیق و غنا داده‌ها مطرح شد. به لحاظ ویژگی‌های جمعیت شناختی مشاوران و روانشناسان از نظر تحصیلات دارای مدرک کارشناسی ارشد یا دکتری بودند. تجربه حرفه‌ای متخصصین از حداقل ۸ ماه تا حداکثر ۳۱ سال متغیر بود.

در نهایت، داده‌های حاصل از مصاحبه‌ها با روش تحلیل محتوا متعارف (Elo & Kyn- ۲۰۰۸) gäs که در آن دسته‌بندی‌های کدگذاری مستقیماً از داده‌های متنی مشتق می‌شوند، تحلیل شد. با توجه به روش تحلیل محتوا استقرایی، مقوله‌ها از داده‌ها استخراج شدند و از کاربرد مقوله‌های از قبل مشخص شده، اجتناب شد. این امکان فراهم شد تا طبقات و نامشان از داده‌ها استخراج گردند. جهت درک کلی، ابتدا کل متن چندین بار خوانده شد و سپس با دقت کلمه به کلمه بررسی گردید تا زیر مقوله‌های اولیه استخراج شوند. سپس بر اساس شباهت‌ها و تفاوت‌ها، مقوله‌ها مشخص و نام‌گذاری شدند. این فرایند به صورت رفت و برگشتی وجود داشت و با مقایسه مستمر داده‌ها اصلاحاتی انجام گردید. در نهایت، طی فرایند طبقه‌بندی منظم، زیر مقوله‌ها، مقوله‌ها و تم‌ها مشخص گردید.

۴. یافته‌های پژوهش

با توجه به تجزیه و تحلیل داده‌های حاصل از مصاحبه‌های انجام شده با ۳۷ زن آسیب‌دیده از طلاق و ۱۲ مشاور و روانشناس، ۲ تم اصلی، ۶ مقوله و ۴۳ زیر مقوله اصلی شناسایی شد. یافته‌ها به صورت مختصر و کلیدی در جدول ۱ آورده شده است.

جدول ۱: نتایج داده‌های حاصل از دیدگاه زنان، مشاوران و روانشناسان

مضمین اصلی	مقوله	زیر مقوله
	عدم تلاش کافی برای حفظ زندگی	از هم پاشیدن زندگی مشترک به علت تعارضات سطحی، انتظارات غیرواقع‌بینانه از همسر و زندگی مشترک، شناخت ناکافی از خود و همسر، عدم صبر و استراتژی نامناسب در برابر مشکلات، تمرکز بر نقاط منفی همسر و بی‌نقص دانستن دیگر مردان، مقصر دانستن همسر در همه تعارضات و نپذیرفتن نقص‌ها و اشتباهات خود، ندادن فرصت بخشش و جبران به همسر سابق خود در گذشته، ناسازگاری و تخریب زندگی مشترک توسط خود به دلایل نامناسب مانند خیانت و آشنایی با فرد دیگری قبل طلاق
طلاق نامعقولانه	اقدام سریع و هیجانی جهت طلاق	به عنوان ابزاری اشتباه جهت ایجاد ترس و تغییر رفتار همسر یا خانواده او، تصویرسازی مثبت از طلاق، در نظر نگرفتن مزایای زندگی مشترک، عدم آگاهی نسبت به پیامدهای طلاق از جمله آسیب‌ها و چالش‌های پس از طلاق برای خود و فرزند، عدم مشورت با متخصصین قبل از طلاق به ویژه در حوزه روان‌شناختی و حقوقی، بخشش حقوق خود از جمله مهریه و نفقه جهت دریافت و کالت طلاق یا حضانت فرزند بدون در نظر گرفتن وضعیت اقتصادی نامناسب خود پس از طلاق، در نظر نگرفتن شرایط مرتبط با فرزند از جمله سن حضانت
	عدم آمادگی لازم برای زندگی پس از طلاق	نداشتن هدف و برنامه برای آینده، عدم تمایل به دریافت کمک و کسب آگاهی، عدم توانایی مواجه شدن با چالش‌ها و مشکلات پس از طلاق از جمله پرداخت هزینه‌های زندگی پس از طلاق، عدم کسب حمایت مالی و عاطفی خانواده، عدم شناخت خود و در نظر نگرفتن ویژگی‌های روان‌شناختی آسیب‌زننده خود (مانند شخصیت وابسته، عدم توانایی تاب‌آوری و تحمل تنهایی)

مضامین اصلی	مقوله	زیر مقوله
طلاق معقولانه	تلاش کافی برای حفظ زندگی	مراجعه به متخصصین سلامت روان در زمان طلاق عاطفی، پذیرفتن نقص‌ها و اشتباهات خود، به‌کارگیری استراتژی‌های مناسب برای حل مشکلات، دادن فرصت بخشش و جبران به همسر سابق خود در گذشته، از هم پاشیدن زندگی مشترک به علت تعارضات شدید و موارد غیرقابل اصلاح، عدم همکاری و تمایل همسر سابق برای ادامه زندگی مشترک
	اقدام صبورانه و خردمندانه جهت طلاق	مراجعه به وکیل و کسب آگاهی حقوقی، مشورت با متخصصین سلامت روان، صبوری در شرایط خاص مثل مشکلات اقتصادی، بارداری و پریرود، در نظر داشتن مزایا و شدت و ابعاد آسیب ادامه زندگی مشترک، در نظر داشتن پیامدهای طلاق، در نظر داشتن شرایط مرتبط با فرزند
	آمادگی کافی برای زندگی پس از طلاق	داشتن هدف و برنامه برای آینده، مراجعه به مشاور و کسب آگاهی، شناخت شرایط و چالش‌های پس از طلاق، کسب مهارت، توانایی مواجه‌شدن با مشکلات پس از طلاق از جمله مسائل مالی، جلب حمایت خانواده و اطرافیان، کاهش فشار کاری، اختصاص وقت به ورزش و سرگرمی، مراجعه به مؤسسات دولتی حمایتگر، شناخت خود و برخورداری از ویژگی‌های روان‌شناختی کاهش‌دهنده آسیب (مانند عزت‌نفس و شفقت به خود، انعطاف‌پذیری، تاب‌آوری و تحمل تنهایی)

مضامین اصلی شامل طلاق نامعقولانه و معقولانه است. جهت افزایش پایایی مطالعه، همان‌طور که (۲۰۰۴) Polit & Beck اشاره کرده‌اند، لازم است ارتباط بین نتایج و داده‌ها ارائه گردد. در نتیجه افزون بر ارائه یافته‌ها، تعدادی از نقل‌قول‌های زنان، مشاوران و روانشناسان نیز ارائه می‌گردد.

۴-۱. طلاق نامعقولانه

طلاق نامعقولانه در برگیرنده سه مقوله عدم تلاش کافی برای حفظ زندگی، اقدام سریع و هیجانی جهت طلاق و عدم آمادگی لازم برای زندگی پس از طلاق است.

۴-۱-۱. عدم تلاش کافی برای حفظ زندگی

عدم تلاش کافی برای حفظ زندگی در برگیرنده ۹ زیر مقوله، از هم پاشیدن زندگی مشترک به علت تعارضات سطحی، انتظارات غیرواقع‌بینانه از همسر و زندگی مشترک، شناخت ناکافی از خود و همسر، عدم صبر و استراتژی نامناسب در برابر مشکلات، تمرکز بر نقاط منفی همسر و بی‌نقص دانستن دیگر مردان، مقصر دانستن همسر در همه تعارضات و نپذیرفتن نقص‌ها و اشتباهات خود، ندادن فرصت بخشش و جبران به همسر سابق خود در گذشته، ناسازگاری و

تخریب زندگی مشترک توسط خود به دلایل نامناسب مانند خیانت و آشنایی با فرد دیگری قبل طلاق است. یکی از زنان مشارکت کننده در این باره می گوید:

«به نظرم شاید می شد زندگی ما به طلاق نرسه، همدیگر دوست داشتیم ولی رفتارامون بالغانه نبود، زندگی کردن بلد نبودیم. خانواده هامونم به جای اینکه کمک کنند، سنگ می انداختند».

یکی از متخصصین حوزه روانشناسی نیز در این باره می گوید:

«گاهی افراد فقط طرف مقابل را مقصر می دانند و تازه بعد از طلاق در ارتباطات بعدی متوجه الگوهای رفتاری مخرب خود می شوند. گاهی اوقات اگر خود خانم تغییراتی ایجاد کند، می تواند مانع طلاق شود. گاهی فکر می کند که اگر جدا شود و با فرد دیگری ازدواج کند، فرد دیگر کامل است، در صورتی که فرد دیگر هم کامل نیست، مثلاً مردی ممکنه وابستگی به مادرش داشته باشد، ممکنه کیس بعدی مشکل جنسی داشته باشد یا کار نکنند. اگر فرد به خودش فرصت یادگیری مهارت های زندگی را بدهد و دنبال این باشد که بینش بیشتری نسبت به سهم خودش و الگویی که خودش در رابطه ایجاد کرده است، به دست بیاورد، نقطه ضعف هایش را پیدا کند و دنبال حل کردن مسائل خودش باشد، کمک بزرگی به خودش کرده است. زندگی علت و معلولی نیست، لازم است فرد سهم خودش را نیز در نظر بگیرد و روی مسائل خودش هم کار کند. اگر فرد صرفاً دیگران را مقصر بداند، بزرگ ترین آسیبی است که به خودش می زند و پس از طلاق نیز افسوس خواهد خورد».

یکی از متخصصین حوزه مشاوره نیز در این باره می گوید:

«کسانی که قبل از طلاق مراجعه به مشاور نداشتند، بیشتر ممکن است دچار خودسرزنی شوند که شاید می شد زندگی مان را نجات می دادیم. البته لازمه قبل از این که دندان به پوسیدگی برسد و مشکل سطحی است بروند پیش مشاوره، نه وقتی دیگر به اعصاب رسیده».

۴-۱-۲. اقدام سریع و هیجانی جهت طلاق

اقدام سریع و هیجانی جهت طلاق دربرگیرنده هفت زیر مقوله، به عنوان ابزاری اشتباه جهت ایجاد ترس و تغییر رفتار همسر یا خانواده او، تصویرسازی مثبت از طلاق، در نظر نگرفتن مزایا زندگی مشترک، عدم آگاهی نسبت به پیامدهای طلاق از جمله آسیب ها و چالش های پس از طلاق برای خود و فرزند، عدم مشورت با متخصصین قبل از طلاق به ویژه در حوزه روان شناختی و حقوقی، بخشش حقوق خود از جمله مهریه و نفقه جهت دریافت و کالت طلاق یا حضانت فرزند

بدون در نظر گرفتن وضعیت اقتصادی نامناسب خود پس از طلاق، در نظر نگرفتن شرایط مرتبط با فرزند از جمله سن حضانت است. مادری که از طلاق خود پشیمان بود در این باره اظهار داشت:

«شب قبلش خونه جاریم مهمون بودیم، خواهر شوهرم بهم بی‌احترامی کرد ولی شوهرم هیچی جوابش نداد. اومدیم خونه گرفت خوابید. منم گوشیشو برداشتم که خواهرش تو گوشیش بلاک کنم، چنان پرتم کرد سرم خورد به دیوار. منم فرداش رفتم برای طلاق اقدام کردم. خانواده شوهرم خیلی اذیتم می‌کردند، با این حال الان پشیمونم، زندگیمو دوست داشتم، دخترام بهونه باباشونو می‌گیرند. خونه داده به ما خودش رفته خونه مامانش، بهش گفتم دوباره با هم زندگی کنیم، قبول نمی‌کنه».

یکی از متخصصین حوزه روانشناسی در این باره می‌گوید:

«بحث پشیمونی به دلایل مختلفی بستگی دارد، مثلاً فرد بدون فکر جدا شده و بعد از طلاق درآمد ندارد و همون مهریه هم نگرفته است، یا اینکه بحث لجبازی بوده، گاهی فرد قصد طلاق ندارد، فقط می‌خواهد با اقدام به طلاق همسر یا خانواده او را بترساند که گاهی دیگر علی‌رغم پشیمانی خانم، شوهر حاضر به پذیرش زنی که برای طلاق اقدام کرده است، نیست».

۴-۱-۳. عدم آمادگی لازم برای زندگی پس از طلاق

عدم آمادگی لازم برای زندگی پس از طلاق در برگیرنده پنج زیر مقوله، نداشتن هدف و برنامه برای آینده، عدم تمایل به دریافت کمک و کسب آگاهی، عدم توانایی مواجه شدن با چالش‌ها و مشکلات پس از طلاق از جمله پرداخت هزینه‌های زندگی پس از طلاق، عدم کسب حمایت مالی و عاطفی خانواده، عدم شناخت خود و در نظر نگرفتن ویژگی‌های روان‌شناختی آسیب‌زنده خود (مانند شخصیت وابسته، عدم توانایی تاب‌آوری و تحمل تنهایی) است. خانم ۵۵ ساله‌ای که از طلاق خود پشیمان بود در این باره اظهار داشت:

«طلاق خیلی سخته. مهم‌تر از همه بیمه‌ام قطع شد. کاش طلاق نگرفته بودم. دستم خیلی خالیه، رفتم خونه برادرم. خجالت می‌کشم. باورتون شاید نشه، یه وعده غذا می‌خورم، یه دکتر نمی‌تونم برم، قرصامو نمی‌تونم بگیرم، یه درمیون می‌خورم، چون واقعا پولم نمی‌رسه».

یکی از متخصصین حوزه روانشناسی نیز مطرح کرد:

«برخی اوایل طلاق به ظاهر برایشان خیلی خوب است، حتی جشن طلاق هم می‌گیرند ولی بعد از مدتی که با مشکلات مواجه می‌شوند، به ویژه اگر بچه‌ای باشد، برای فرزندپروری مشکل پیدا می‌کنند، تازه مراجعه می‌کنند و پشیمان‌اند».

یکی دیگر از متخصصین حوزه مشاوره نیز در این باره می‌گوید:

«اکثر مراجعین قبل از طلاق شرایطشون را در نظر نگرفتند. نگاه به طلاق باید هوشمندانه باشد، اینکه توانمندی‌های فرد چیست، ظرفیت‌های فرد چقدر است، در چه خانواده‌ای رشد کرده است، به کدام ارگان‌ها می‌تواند جهت دریافت حمایت مراجعه کند، حمایت‌های دولتی چقدر خواهد بود. دو موردی که من بیشتر در مراجعان می‌بینم یکی در نظر نگرفتن هزینه‌ها مخصوصاً اگه فرزند هم داشته باشند و دیگری ویژگی‌های شخصیتی خودشون. لازم است که افراد یاد بگیرند و بدانند که بعد از جدایی نیاز به تاب‌آوری و صبوری است».

۴-۲. طلاق معقولانه

طلاق معقولانه دربرگیرنده سه مقوله تلاش کافی برای حفظ زندگی، اقدام صبورانه و خردمندانه جهت طلاق و آمادگی کافی برای زندگی پس از طلاق است.

۴-۲-۱. تلاش کافی برای حفظ زندگی

تلاش کافی برای حفظ زندگی دربرگیرنده شش زیر مقوله مراجعه به متخصصین سلامت روان در زمان طلاق عاطفی، پذیرفتن نقص‌ها و اشتباهات خود، به‌کارگیری استراتژی‌های مناسب برای حل مشکلات، دادن فرصت بخشش و جبران به همسر سابق خود در گذشته، از هم پاشیدن زندگی مشترک به علت تعارضات شدید و موارد غیر قابل اصلاح، عدم همکاری و تمایل همسر سابق برای ادامه زندگی مشترک است. خانم مشارکت‌کننده‌ای بیان می‌کند:

«به خاطر بچم، حتی بعد از خیانتش دو ماه در خانه موندم و بهش فرصت دادم و گفتم ارتباطتو با ایشون قطع کن ولی متأسفانه ادامه دادند. مشکل همسر من فقط خیانت نبود، همسر من قرص مصرف می‌کرد به تعداد خیلی بالا. یه آدمی بود که در خانه افتاده بود و همش خواب بود. اینا باعث شد که من در واقع چاره‌ای نداشتم، من تا تهش رفتم، چه عذاب‌هایی که من کشیدم. از طلاق پشیمون نیستم، کاش زودتر اقدام می‌کردم».

یکی از متخصصین حوزه روانشناسی در این باره می‌گوید:

«کسانی که در شرف طلاق هستند و به ۱۴۸۰ زنگ می‌زنند، موارد مختلفی بررسی می‌کنیم. برای مثال آیا فرد از نظر مالی اصلاً توانمند است؟ اگر نبود ما می‌گوییم در شرایطی که از نظر امنیت جانی بحرانی نیست، طلاق را به تعویق بیندازد و شروع به کار کند و قبل از اقدام به طلاق خودش را توانمند کند. گاهی فرد دچار اختلالات روان‌شناختی شده است، در این صورت ارجاع می‌دهیم به روان‌پزشک که یک دوره دارو مصرف کند، ممکن است با مصرف دارو تعارضاتش با همسرش نیز کاهش یابد و از طلاق منصرف شوند. یا خانم‌هایی که در دوران بارداری هستند یا بچه کوچک دارند، اگر شرایط بحرانی نباشد، می‌گوییم به وقفه کوچک بیندازند، به مشاور بروند، شاید فشار این دوران باعث افزایش تعارضات شده است.»

۴-۲-۲. اقدام صبورانه و خردمندانه جهت طلاق

اقدام صبورانه و خردمندانه جهت طلاق دربرگیرنده شش زیر مقوله مراجعه به وکیل و کسب آگاهی حقوقی، مشورت با متخصصین سلامت روان، صبوری در شرایط خاص مثل مشکلات اقتصادی، بارداری و پریرود، در نظر داشتن مزایا و شدت و ابعاد آسیب ادامه زندگی مشترک، در نظر داشتن پیامدهای طلاق، در نظر داشتن شرایط مرتبط با فرزند است. خانم مشارکت‌کننده‌ای بیان می‌کند:

«نمی‌گم که طلاق سختی نداره، طلاق بی نهایت مشکل ولی با تمام سختیاش، رها شدن از همه اون استرس‌ها بود. از نظر روحی هم من هم دخترم خوب شدیم، اینجور طلاقاً بد نیست.»

یکی از متخصصین حوزه مشاوره مطرح می‌کند:

«کسانی که پیش از جدایی به مشاور مراجعه کرده باشند، مشاور آسیب‌های پس از طلاق را به آنها می‌گوید. در مشاوره قبل از طلاق با هم ارزیابی می‌کنند که اگر جدا شود، کدام یک از اعضای خانواده به او کمک می‌کند، توانمندی خودش چیست، سبک دلبستگیش بررسی می‌شود. این فرد اگر تصمیم به طلاق هم بگیرد با چشمان باز چنین انتخابی داشته است و کمتر ممکن است در آینده دچار پشیمانی و خودسرزنی شود.»

یکی از متخصصین حوزه روانشناسی نیز در این باره می‌گوید:

«لازمه خانم‌ها خیلی خیلی آگاهانه تصمیم به طلاق بگیرند و بسیار مهمه که موضوع رو برای خودشون کاملاً واضح و مشخص بکنند که با موندن در زندگی فعلی با همسرشان

چه چیزهایی را به دست می‌آورند و چه چیزهایی را از دست می‌دهند و اگر جدا بشوند و بخواهند که تنهایی زندگی کنند، چه چیزهایی را به دست می‌آورند و چه چیزهایی را از دست می‌دهند».

۳-۲-۴. آمادگی کافی برای زندگی پس از طلاق

آمادگی کافی برای زندگی پس از طلاق دربرگیرنده ده زیر مقوله داشتن هدف و برنامه برای آینده، مراجعه به مشاور و کسب آگاهی، شناخت شرایط و چالش‌های پس از طلاق، کسب مهارت، توانایی مواجه شدن با مشکلات پس از طلاق از جمله مسائل مالی، جلب حمایت خانواده و اطرافیان، کاهش فشار کاری، اختصاص وقت به ورزش و سرگرمی، مراجعه به موسسات دولتی حمایتگر، شناخت خود و برخورداری از ویژگی‌های روان‌شناختی کاهش‌دهنده آسیب (مانند عزت‌نفس و شفقت به خود، انعطاف‌پذیری، تاب‌آوری و تحمل تنهایی) است. خانم مشارکت‌کننده‌ای در این باره می‌گوید:

«بعضی وقتا طلاق واجبه. قبل طلاق مشاوره رفتیم، الانم با مشاور در ارتباطم. دو قطبی بود، دست خودشم نبود. مشاور می‌گفت اشتباه کردی با این آدم ازدواج کردی، منتها خودمم شخصیتم وابسته بود نمی‌تونستم ازش جدا شم. قبل طلاق رو خودم کار کردم. خانوادمم موافق طلاق بودند، بعدشم حمایتم کردند. الانم شاغلم، دو جا کار می‌کنم».

یکی از متخصصین حوزه روانشناسی در این باره می‌گوید:

«مراجعه‌ای که شرایط بعد از طلاق را فراهم کردند، بعد مدتی سوگ طلاق را پشت سر می‌گذارند. ویژگی‌های شخصیتی مثل تاب‌آوری و پذیرش و حمایت خانواده باعث می‌شود که فرد با طلاق سازگار شود».

یکی از متخصصین حوزه مشاوره نیز در این باره می‌گوید:

«وجود برخی شرایط و ویژگی‌های فرد به سازگاری با طلاق کمک می‌کند. کسی که دلبستگی ایمن و هوش معنوی و مذهبی داشته باشد. در یک خانواده سالم رشد کرده باشد و حمایت خانواده را به دست آورده باشد. دید این افراد نسبت به خودشان مثبت است، عزت‌نفس و شفقت به خود بالایی دارند. امید به یک زندگی بهتر دارد و از روابط آسیب‌زا دوری می‌کنند. دورنمای آینده قوی دارند و امیدم به این ندارند که حتماً باید وارد رابطه شوند. به بهبود حال خود اهمیت می‌دهند، کتاب می‌خوانند. برای کسب مهارت آموزش می‌بینند. در بهزیستی خانمی بود که به زور شوهرش داده بودند، شوهرش پارانویید بود،

خیلی کنتکش زده بود و بعد از دو تا بچه جدا می‌شود. قشر ضعیفی بود ولی چون خانم از نظر شخصیتی قوی بود با وجود تمام زخم‌ها بعد از طلاق شروع به کار می‌کند، برای آموزش رانندگی ثبت نام می‌کند و بعد می‌تواند ماشین بگیرد و سرویس مدارس کار کند. این خانم در گروه درمانی حمایتی پس از طلاق تجربه خیلی خوبی بود برای کسانی که آغاز کار بودند».

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف شناخت و پیشگیری از طلاق آسیب‌زا و پشیمانی پس از طلاق زنان انجام شد. بدین منظور با ۳۷ زن آسیب‌دیده از طلاق و ۱۲ مشاور و روانشناس این حوزه مصاحبه عمیق نیمه ساختاریافته صورت پذیرفت. داده‌ها از طریق رویکرد تحلیل محتوا متعارف (۲۰۰۸) Elo & Kyngäs تجزیه و تحلیل و نتایج گزارش شد. تلاش کافی برای حفظ زندگی، اقدام صبورانه و خردمندانه جهت طلاق و آمادگی کافی برای زندگی پس از طلاق به عنوان سه مقوله تم طلاق معقولانه شناخته شد. عدم تلاش کافی برای حفظ زندگی، اقدام سریع و هیجانی جهت طلاق و عدم آمادگی لازم برای زندگی پس از طلاق به عنوان سه مقوله تم طلاق نامعقولانه شناخته شد که با پشیمانی پس از طلاق همراه خواهد شد.

بر خلاف دیدگاه اکثر مشارکت‌کنندگان زن در این پژوهش، نتایج Pirak et al (۲۰۱۹) نشان داد که اکثر مشارکت‌کنندگان به دلایل مشکلات متعدد اجتماعی، اقتصادی و حمایتی، پس از طلاق نتوانسته بودند که خود را با زندگی وفق دهند و در نتیجه از تصمیم خود برای طلاق پشیمان شده بودند. در پژوهش با اشاره به ۴ دسته اصلی و ۱۲ زیرمجموعه شامل تهدید هویت (انگ، تبدیل شدن به شیء جنسی، تبعیض)، از دست دادن استقلال (وابستگی اقتصادی، عدم استقلال در انتخاب محل زندگی، کنترل شدن)، آینده مبهم (نگرانی در مورد آینده کودکان، احتمال کم ازدواج مجدد مناسب، ترس از تنهایی) و نبود شوهر و نقش او (نیازهای عاطفی و جنسی، نیاز فرزندان به پدر، نیاز به حامی و امنیت)، حمایت‌های اجتماعی و اقتصادی مناسب از زنان پس از طلاق را ضروری دانستند. لازم به توضیح است که پژوهش حاضر با تأکید بر مسئولیت خود فرد در چگونگی پیشگیری از طلاق آسیب‌زا و پشیمانی پس از طلاق انجام شده است. افزون بر این، در تبیین تفاوت نتایج پژوهش حاضر می‌توان به نتایج پژوهش خسروانی (۱۳۹۷)، حاکی از نگرش مثبت‌تر زنان به طلاق و رضایت زنان پس از طلاق نسبت به گذشته اشاره کرد. عنوان شده است که در مقایسه با سال‌های پیش زنان از نقش منفعل خود فاصله گرفته و خود متقاضی

طلاق می‌شوند، به طوری که طلاق را به عنوان راه رهایی از آسیب‌های زندگی مشترک با همسر و راه‌حلی برای بازسازی زندگی خود در نظر می‌گیرند. (Mendoza et al ۲۰۱۹) در کشور مصر نیز با بررسی تجربیات پدیدار شناختی طلاق، بیان کردند که نتایج برای پژوهشگران تعجب‌آور بود؛ چرا که بر خلاف نتایج قبلی، بسیاری از زنان گزارش کردند که در نتیجه فرآیند پس از طلاق، احساس انعطاف‌پذیری و سطح توانمندی بیشتری را تجربه می‌کنند.

بر این اساس، می‌توان استنباط کرد که پشیمانی پس از طلاق تحت تأثیر مقطع زمانی و عوامل مختلف فردی، میان فردی و فرا فردی شکل می‌گیرد، اما آنچه در پژوهش حاضر حائز اهمیت بود، شناخت و پیشگیری از طلاق آسیب‌زا و پشیمانی پس از طلاق زنان با تأکید بر مسئولیت فردی بود. نکته قابل ذکر دیگر این است که پاسخ به «پرسش اگر به گذشته برگردید، آیا حاضر به طلاق هستید؟» یا به طور کلی پشیمانی پس از طلاق از دیدگاه زنان، مشاوران و روانشناسان در مواردی است که حداقل به‌طور نسبی زن نیز تمایل به طلاق داشته است؛ چرا که در مورد زنانی که طلاق به میل و درخواست شوهر بوده است، این موضوع معنا و کاربرد ندارد. در پاسخ به پرسش «از نظر شما سهم خودتان در رسیدن به مرحله طلاق چه بود؟» نیز تمام مشارکت‌کنندگان علت اصلی طلاقشان را مسائل مرتبط با همسر می‌دانستند، اگرچه به بلوغ ناکافی خود و نداشتن مهارت‌های زندگی نیز به عنوان عوامل مؤثر در تعارضات زناشویی اشاره کردند.

در نهایت لازم به ذکر است، متخصصین افزون بر ذکر موارد مرتبط با مسئولیت فرد، به این نکته اشاره کردند که به طور کلی احتمال پشیمانی پس از طلاق در افرادی که حمایت مالی ندارند، دارای فرزند نوجوان هستند یا در مرحله طلاق خاکستری قرار دارند، بیشتر است؛ بنابراین به ویژه در این موارد مراجعه به متخصصین برای بررسی مسائل و حل مشکلات در جهت حفظ زندگی مشترک ضرورت بیشتری می‌یابد. با توجه به این که مشاوران مثال‌هایی از مراجعینشان زدند که بعد از طلاق پشیمان شده بودند ولی شرایط بازگشت نیز وجود نداشت، پیشگیری از طلاق در چنین مواردی با ارجاع به متخصصین سلامت روان با تجربه در حوزه طلاق و در نظر گرفتن میزان جلسات مورد نیاز از طریق دادگاه خانواده، حائز اهمیت است.

تأییدیه اخلاقی

پروپوزال به تأیید کمیته اخلاق دانشگاه الزهراء (کد اخلاقی: IR.ALZAHRA.REC.1402.075)

رسیده است.

تشکر و قدردانی

از همکاری اداره کل بهزیستی و دادگستری استان تهران و مراکز زیرمجموعه، بانوان گرامی، مشاوران و روانشناسان عزیز، صمیمانه تشکر و قدردانی می‌نماییم.

منابع

- ◀ ابراهیمی، لقمان، و محمدلو، مریم (۱۴۰۰). مرور نظام‌مند عوامل زمینه‌ساز طلاق توافقی زوجین دهه اخیر در ایران (۹۸ - ۱۳۸۸). *زن و جامعه*، ۱۲(۴۶)، ۱۶-۲۹.
- ◀ آقاجانی، زهرا، جهانگیری، جهانگیر، و لهسایی‌زاده، عبدالعلی (۱۳۹۶). فرایند برساخت هویت زنان در جریان طلاق: بازاندیشی در تقدس خانواده و قیح طلاق (مطالعه موردی: دانشجویان زن رشته‌های علوم اجتماعی دانشگاه‌های تهران). *توسعه اجتماعی*، ۴۳(۱۱)، ۱۲۹-۱۶۶.
- ◀ امانی، زکیه، زهراکار، کیانوش، و کیامنش، علیرضا (۱۳۹۸). شناسایی پیامدهای طلاق پدر و مادر بر فرزندان؛ مطالعه کیفی. *زنان و خانواده*، ۱۴(۴۷)، ۵۹-۸۱.
- ◀ حاجی حیدری، زهرا، پورشهریاری، مه‌سیما، حسینیان، سیمین، و یزدی، سیده منور (۱۴۰۲). مطالعه‌ی عوامل مداخله‌گر در آسیب‌پذیری زنان پس از طلاق. *مطالعات راهبردی زنان*، ۲۶(۱۰۲)، ۱۵۷-۱۷۸.
- ◀ حبیبی عسگرآباد، مجتبی، و حاجی حیدری، زهرا (۱۳۹۴). علل خیانت زناشویی از دیدگاه زوجین مراجعه‌کننده به دادگاه خانواده: یک مطالعه کیفی. *خانواده پژوهی*، ۱۱(۲)، ۱۶۵-۱۸۶.
- ◀ خجسته مهر، رضا، بهمنی، ابوطالب، سودانی، منصور، و عباسپور، ذبیح اله (۱۳۹۹). تبیین فرایند شکل‌گیری طلاق: یک پژوهش کیفی. *دستاوردهای روان‌شناختی*، ۲۷(۱)، ۲۳-۴۶.
- ◀ خسروانی، فرخنده (۱۳۹۷). *بررسی انگیزه‌های منجر به طلاق زنان مطلقه و وضعیت روان‌شناختی پس از طلاق بر مبنای آن انگیزه‌ها*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه علامه طباطبایی.
- ◀ زارعی، فاطمه، صلحی، مهناز، تقدیسی، محمدحسین، کمالی، محمد، شجاعی زاده، داود، و نجات، سحرناز. (۱۳۹۳). درک تجارب پس از طلاق در زنان: یک پژوهش کیفی. *مجله علوم پزشکی رازی*. ۲۱(۱۲۴)، ۲۶-۱۳.
- ◀ ستوده، نعمت، قربانی، راهب، دارینی، علی، و سوری، زینب (۱۴۰۱). بررسی عوامل مؤثر بر طلاق در متقاضیان طلاق شهرستان سمنان. *کومش*. ۲۴(۳)، ۳۲۷-۳۳۷.
- ◀ شیخی، خالد، خسروی، جمال، غریبی، حسن، قلی‌زاده، زلیخا، و حسین زاده، میکائیل. (۱۳۹۱). درک معنایی طلاق و کشف پیامدهای مثبت آن (مطالعه‌ای کیفی). *مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۱(۲)، ۶۴-۷۸.
- ◀ عبداللهی، اصغر، احدی، حسن، تاجری، بیوک، و حاجی علی‌زاده، کبری. (۱۳۹۹). تجربه‌ی طلاق از منظر زوجین مطلقه در شهر تهران (در پنج سال اول زندگی). *مطالعات راهبردی زنان*، ۲۳(۸۹)،

۱۶۲-۱۴۳.

- ◀ قدرتی، شفیعه، باقری، شهلا، مصطفوی، مریم، و عسگری، مهدی. (۱۳۹۵). معنا کاوی طلاق از نظر زنان مطلقه شهر سبزوار. *مسائل اجتماعی ایران*. ۷(۲)، ۹۷-۱۱۵.
- ◀ کوپل، ادريان و لاینز، اونیتا. (۲۰۱۶). تحلیل داده‌های کیفی در روان‌شناسی و علوم اجتماعی. ترجمه: مه سیما پور شهر یاری، آزاده طاهری و الهام زمان شعار. (۱۴۰۰)، تهران، نشر ساوالان.
- ◀ محمدتقی زاده، مهدیه، کرمی، محمدتقی، و ساوه، فائقه (۱۴۰۲). تجربه‌ی زیسته‌ی مادران مطلقه از حضانت فرزندان با تأکید بر چالش ازدواج مجدد. *مطالعات راهبردی زنان*. ۲۵(۹۹)، ۳۹-۶۲.
- ◀ مؤمنی راد، اکبر (۱۳۹۲). تحلیل محتوای کیفی در آیین پژوهش: ماهیت، مراحل و اعتبار نتایج. *اندازه‌گیری تربیتی*، ۴(۱۴)، ۱۸۷-۲۲۲.
- ◀ میری، سمیه، مقصدی، سپیده، و نیازی، محسن (۱۴۰۱). عوامل مؤثر بر طلاق در جامعه ایرانی؛ الگویابی با استفاده از روش دیمتل. *زنان و خانواده*، ۱۷(۶۱)، ۱۷۵-۱۹۷.
- ◀ نجفی زاده، عاطفه، خدابخش پیرکلانی، روشنگر، و فرح بیجاری، اعظم. (۱۴۰۱). شناسایی عوامل مؤثر بر رشد پس از آسیب زنان مطلقه: یک پژوهش زمینه‌ای. *علوم روان‌شناختی*، ۲۱(۱۱۲)، ۷۰۸-۶۹۳.
- ◀ محمدپور، احمد (۱۳۹۲). روش تحقیق کیفی ضد روش: (مراحل و رویه‌های عملی در روش‌شناسی کیفی)، تهران، نشر جامعه‌شناسان.
- ◀ یاریگروش، محیا (۱۴۰۱). تجربه زیسته زنان از زندگی خود و فرزندانشان پس از طلاق. فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، ۱۳(۵۰)، ۲۵۳-۲۷۴.
- Abbasi, P., Mahmoodi, F., Ziapour, A., Dehghan, F., & Parvane, E. (2017). The effectiveness of group hope therapy training on psychological well-being and resilience in divorced women. *World Family Medicine*, 7 (10), 116-121.
- Abdollahpour, I., Nedjat, S., Mansournia, M. A., Eckert, S., & Weinstein-Guttman, B. (2018). Stress-full life events and multiple sclerosis: A population-based incident case-control study. *Multiple sclerosis and related disorders*, 26, 168-172.
- Ahrons, C. R., & Rodgers, R. H. (1987). *Divorced families: A multidisciplinary developmental view*. Norton & Co.
- Amiri, S., Fathi-Ashtiani, M., Sedghijalal, A., & Fathi-Ashtiani, A. (2021). Parental divorce and offspring smoking and alcohol use: a systematic review and meta-analysis of observational studies. *Journal of Addictive Diseases*, 39(3), 388-416.
- Arianfar, N., Etemadi, O., & Hosseinian, S. (2023). Investigating Premarital

Experiences (Dating, Engagement, and Wedding) in Women With Divorce Tendency: A Qualitative Study. *The Family Journal*, ۳(۱۲).

- ▶ Bayaz-Öztürk, G. (2022). Parental breakup and children's outcomes in the United States. *Family Relations*, 1– 15.
- ▶ Chanda, T. (2023). Economic Wellbeing and Labor Supply Patterns of Subsequently Divorcing Mothers in Wisconsin. *Journal of Family and Economic Issues*, 44(4), 821-835.
- ▶ Corbin, J., & Strauss, A. (2008). Basics of qualitative research (3rd ed.): Techniques and procedures for developing grounded theory. SAGE Publications, Inc.,
- ▶ Creswell, J. W. (2009). *Research design: Qualitative and mixed methods approach*. London and Thousand Oaks: Sage Publications.
- ▶ Damari B, Masoudi Farid H, Hajebi A, Derakhshannia F, Ehsani Chimeh E. (2022). Divorce Indices, Causes, and Implemented Interventions in Iran (Persian). *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, 28(1), 76-89.
- ▶ Davarinejad, O., Ghasemi, A., Hall, S. S., Meyers, L. S., Shirzadifar, M., Shirzadi, M., Mehrabani, A. R., Rostami, T. R., & Shahi, H. (2022). Give yourself a break: Self-compassion mediates insecure attachment and divorce maladjustment among Iranian women. *Journal of Social and Personal Relationships*, 39(8), 2340–2365.
- ▶ Dehghani, M., & Bernards, J. (2022). The effectiveness of structural family therapy in repairing behavioral problems and improving family functioning in single-parent families in Iran. *Journal of Marital and Family Therapy*, 48, 1040– 1058. <https://doi.org/10.1111/jmft.12597>.
- ▶ Doucet, M. H., Delamou, A., Manet, H., & Groleau, D. (2022). Beyond the Sociocultural Rhetoric: Female Genital Mutilation, Cultural Values and the Symbolic Capital (Honor) of Women and Their Family in Conakry, Guinea—A Focused Ethnography Among “Positive Deviants”. *Sexuality & Culture*, 1-27. <https://doi.org/10.1007/s12119-022-09975-5>.
- ▶ Elo, S. and Kyngäs, H. (2008), The qualitative content analysis process. *Journal of Advanced Nursing*, 62(1), 107-115. <https://doi.org/10.1111/j.1365->

2648.2007.04569.x.

- ▶ Emmons, R. A., & King, L. A. (1988). Conflict among personal strivings: immediate and long-term implications for psychological and physical well-being. *Journal of personality and social psychology*, 54(6), 1040-1048.
- ▶ Farhadi, H., Sadr, M., Masaeli, N., & Quratulain, A. (2021). Game Addiction, Experiential Avoidance, Sensation Seeking and Aggression in the Teenagers of Divorced and Non-Divorced Families: A Comparative Study. *International Journal of Early Childhood Special Education*, 13(2), 01-08. <https://doi.org/10.9756/INT-JECSE/V13I2.211032>.
- ▶ Farzanegan, M. R., & Gholipour, H. F. (2016). Divorce and the cost of housing: evidence from Iran. *Review of Economics of the Household*, 14(4), 1029-1054. <https://doi.org/10.1007/s11150-014-9279-0>.
- ▶ Graneheim, U. H., & Lundman, B. (2004). Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse education today*, 24(2), 105–112. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2003.10.001>.
- ▶ Guba, E. G., & Lincoln, Y. S. (1994). *Competing paradigms in qualitative research*. In N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.), *Handbook of qualitative research* (pp. 105–117). Sage Publications, Inc.
- ▶ Guttman, J. (1993). *Divorce in Psychosocial Perspective: Theory and Research*. Psychology Press. <https://doi.org/10.4324/9781410603289>.
- ▶ Habibi, M., Hajiheydari, Z., & Darharaj, M. (2015). Causes of Divorce in the Marriage Phase From the Viewpoint of Couples Referred to Iran's Family Courts, *Journal of Divorce & Remarriage*, 56(1), 43-56, <https://doi.org/10.1080/10502556.2014.972195>.
- ▶ Habibi, M., Hajiheydari, Z., Darharaj, M., & Ghamkharfard, Z. (2016). A qualitative analysis of addiction pathology in the families on the verge of breakdown. *Journal of Substance Use*, 21(3), 298-303. <https://doi.org/10.3109/14659891.2015.1018975>.
- ▶ Hajiheydari, Z., & Pourshahriari, M. (2024). Marriage and Divorce: A Qualitative Study from the Perspective of Iranian Academic Experts, Counselors,

and Clients. *Family Transitions*, 65(5), 381–402. <https://doi.org/10.1080/28375300.2024.2383018>.

► Hajiheydari, Z., Esmaeli, M., & Talebi, A. (2015). Marital Conflict among Couples without Children on the Brink of Divorce: A qualitative study. *Journal of Qualitative Research in Health Sciences*, 4(1), 12-21.

► Jokisaari, M. (2003). Regret appraisals, age, and subjective well-being. *Journal of Research in Personality*, 37(6), 487-503. [https://doi.org/10.1016/S0092-6566\(03\)00033-3](https://doi.org/10.1016/S0092-6566(03)00033-3).

► Kuper, A., Lingard, L., & Levinson, W. (2008). Critically appraising qualitative research. *BMJ. British medical journal (International ed.)*, 337(7671), 687-689. <https://doi.org/10.1136/bmj.a1035>.

► Lamela, D., & Figueiredo, B. (2023). Determinants of personal growth and life satisfaction in divorced adults. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 30(1), 213–224. <https://doi.org/10.1002/cpp.2770>.

► Lan, X., & Sun, Q. (2020). Exploring psychosocial adjustment profiles in Chinese adolescents from divorced families: The interplay of parental attachment and adolescent's gender. *Current Psychology*, 1-17. <https://doi-org.bbibliograficas.ucc.edu.co/10.1007/s12144-020-01097-1>.

► Lecci, L., Okun, M. A., & Karoly, P. (1994). Life regrets and current goals as predictors of psychological adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(4), 731–741. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.66.4.731>.

► Mendoza, J. E., Tolba, M., & Saleh, Y. (2019). Strengthening Marriages in Egypt: Impact of Divorce on Women. *Behavioral sciences (Basel, Switzerland)*, 10(1), 14. <https://doi.org/10.3390/bs10010014>.

► Nakhaee, N., Eslami, M., Yazdanpanah, M., Andalib, P., Rahimi, A., Safizadeh, M., & Dadvar, A. (2020). Reasons for seeking a divorce in Iran. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(10–11), 2863–2870. <https://doi.org/10.1177/0265407520923041>.

► Neuman, W. (2014). *Social research methods: Qualitative and quantitative approaches*. Pearson, Essex, UK.

- ▶ Pirak, A., Negarandeh, R., & Khakbazan, Z. (2019). Post-Divorce Regret among Iranian Women: A Qualitative Study. *International journal of community-based nursing and midwifery*, 7(1), 75–86. <https://doi.org/10.30476/IJCBNM.2019.40848>.
- ▶ Ramezanzadeh, S., Etemadi, O. and Asanjarani, F. (2022), “A constructivist grounded study on children’s perception of loneliness after parental divorce”, *Qualitative Research Journal*, Vol. 22 No. 4, pp. 464-477. <https://doi.org/10.1108/QRJ-02-2022-0027>.
- ▶ Safaei, M., Maasoumi, R., Mahdavi, S. A., & Ghadirian, L. (2023). Perceptions and experiences of Forensic Medicine Department service recipients and providers during male sexual dysfunction assessment following filing for divorce: a qualitative study in Iran: Perceptions and experiences of service recipients and providers during male sexual dysfunction assessment. *International Journal of Medical Toxicology and Forensic Medicine*, 13(1), 39138.
- ▶ Sanchez Lopez, F. (2022). The influence of registered divorces on outbound tourism: empirical evidence from Mexico. *Current Issues in Tourism*, 25(18), 2939-2954.
- ▶ Shumaker, D., & Kelsey, C. (2020). The existential impact of high-conflict divorce on children. *Journal of Person-Centered & Experiential Psychotherapies*. 19(1), 22-37.
- ▶ van Dijk, R., van der Valk, I. E., Buist, K. L., Branje, S., & Deković, M. (2022). Longitudinal associations between sibling relationship quality and child adjustment after divorce. *Journal of Marriage and Family*, 84(2), 393– 414. <https://doi.org/10.1111/jomf.12808>.
- ▶ Zeelenberg, M., & Pieters, R. (2007). A theory of regret regulation 1.0. *Journal of Consumer Psychology*, 17(open in a new window), 3–18. https://10.1207/s15327663jcp1701_3.