

## **Spiritual encountering of divorced women in adjusting to the divorce phenomenon: A qualitative study**

**Zare S. MSc<sup>1</sup>, Agular-Vafaie M. PhD<sup>✉</sup>, Ahmadi F. PhD<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> *Psychology Department, Humanities Faculty, Tarbiat Modares University, Tehran, Iran*

<sup>✉</sup> *Psychology Department, Humanities Faculty, Tarbiat Modares University, Tehran, Iran*

<sup>2</sup> *Nursing Department, Faculty of Medical Sciences, Tarbiat Modares University, Tehran, Iran*

Received: 2014.8.25

Accepted: 2014.12.27

### **Abstract**

**Introduction:** Considering the stressful nature of the phenomenon of divorce, its unpleasant consequences particularly for women, and furthermore the increasing emphasis on the role of religious and spiritual beliefs in coping with stressful life events, the present study aimed to explore the personal experience by which divorced women cope with divorce via religious / spiritual beliefs.

**Method:** A qualitative study using content analysis approach, was conducted. Deep-interviews were held with 18 divorced women. In this study a purposeful data sampling method was applied. For the analysis of the data, the Graneheim's model of content analysis was applied containing verbatim transcription, reading interviews several times to obtain a sense of the whole, division of the text into meaning units and coding them, categorization of the codes into sub- categories and categories, and finally formulation of the latent content into a theme.

**Results:** Four categories were obtained from data that included: "Turning to God", "Believe in divine support", "Doing religious practice", and "Spiritual surrender". Among these categories, the theme "Spiritual encounter" emerged as an effective strategy.

**Conclusions:** In agreement with the perceived efficacy of spiritual encountering in these women, it is suggested that specialists should pay more attention to divorced women's religious and spiritual beliefs, integrate them in their supportive programs and help divorced individuals towards a better adjustment.

**Keywords:** Divorce, Adjustment, Content Analysis, Spiritual/ Religious Beliefs, Qualitative Research

## رویارویی معنوی زنان مطلقه در سازگاری با پدیده طلاق: یک مطالعه کیفی

سمیه زارع<sup>۱</sup>، ماریا آگیلار وفایی<sup>۲</sup>، فضل اله احمدی<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup> گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران  
<sup>۲</sup> گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران  
<sup>۳</sup> گروه پرستاری، دانشکده علوم پزشکی دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران

تاریخ دریافت: ۱۳۹۳/۶/۳ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۳/۱۰/۶

### چکیده

**مقدمه:** با توجه به ماهیت تنش‌زای پدیده‌ی طلاق و پیامدهای ناگوار آن به ویژه برای زنان و همچنین تاکید روزافزون بر نقش باورهای مذهبی و معنوی در مقابله با رخدادهای تنش‌زا، پژوهش حاضر با هدف کشف چگونگی مقابله معنوی/ مذهبی در زنان مطلقه طراحی گردید. **روش:** این پژوهش با روش کیفی از نوع آنالیز محتوی و با کاربست تکنیک مصاحبه عمیق بدون ساختار با ۱۸ زن مطلقه که به صورت هدفمند انتخاب شده بودند، انجام شد. تحلیل داده‌ها همزمان با جمع‌آوری داده‌ها با توجه به مراحل پیشنهادی گرانهایم و لودمن انجام گرفت که شامل: پیاده کردن نوار مصاحبه به صورت کلمه به کلمه، چندین بار خواندن کل متن برای به دست آوردن درک کلی از محتوای آن، تقسیم متن به واحدهای معنایی، استخراج خلاصه‌ای از واحدهای معنایی و کدگذاری آن‌ها، طبقه‌بندی کدهای اولیه درون زیرطبقات و طبقات بر اساس شباهت‌ها و تفاوت‌های آن‌ها، و استخراج کردن درون‌مایه (تم) نهایی به عنوان محتوای نهفته در داده‌ها بود. **یافته‌ها:** در این پژوهش چهار گروه از داده‌ها به دست آمد که شامل "توکل به خدا"، "باور به حمایت خدا"، "انجام مناسک مذهبی" و "تسلیم معنوی" بود، که از این طبقات درون‌مایه (تم) "رویارویی معنوی" به عنوان یک راهبرد غالب و موثر در زنان مطلقه در مواجهه و سازگاری با پدیده طلاق استخراج گردید.

**نتیجه‌گیری:** با توجه به غلبه و کارآمدی ادراک شده‌ی مقابله معنوی و مذهبی در این زنان، لازم است که متخصصین امر از جمله روانشناسان، مشاوران و مددکاران به باورهای دینی و الهی افراد توجه بیشتری مبذول داشته، از آن برای تقویت برنامه‌های حمایتی و مراقبتی خود بهره گرفته و این افراد را به سمت سازگاری بهتر رهنمون سازند.

**کلیدواژه‌ها:** طلاق، سازگاری، تحلیل محتوا، باورهای معنوی/ مذهبی، پژوهش کیفی

## مقدمه

با در نظر گرفتن این مساله که روابط نزدیک و ازدواج برای بیشتر افراد منبع شادی و رضایت محسوب می‌شود، انحلال این رابطه می‌تواند یکی از استرس‌زاترین اتفاقات زندگی باشد [۱]. طلاق عامل از هم‌گسیختگی بنیادی‌ترین بخش جامعه یعنی خانواده و یکی از فقدان‌های عمده‌ی زندگی خانوادگی است و بعد از مرگ همسر، نیازمند بیشترین تغییر برای سازگاری مجدد در افراد درگیر است. تجربه‌ی طلاق، سازگاری زوجین و فرزندان آن‌ها را در تمام ابعاد روانشناختی، جسمانی، اجتماعی و هیجانی تحت تاثیر قرار می‌دهد و باعث کاهش عملکرد و ناکارآمدی اعضای خانواده پس از طلاق می‌شود [۲، ۳].

نرخ جهانی طلاق در کشورهای صنعتی شده به طور قابل ملاحظه‌ای در حال افزایش است. در ایالات متحده، ۵۰ درصد از اولین ازدواج‌ها به طلاق منجر می‌شود [۴]. مطابق با آمار سازمان ثبت احوال کشور [۵] آمار طلاق از سال ۱۳۸۵ تا سال ۱۳۹۲، بیش از ۱۶ درصد افزایش داشته است. در ادبیات طلاق، به پیامدهای منفی بسیاری نظیر: مشکلات اقتصادی (بیشتر برای زنان)، فقدان حمایت اجتماعی (به ویژه از طرف خانواده‌ی همسر و دوستان مشترک با همسر)، افزایش سوء مصرف الکل، کاهش سلامت روان، تنش‌های والدینی و مشکلات تغییر نقش، افسردگی، احساس عدم سلامت جسمی، افت کیفیت زندگی در همه ابعاد، اشاره کرده‌اند [۱، ۶-۱۲]. در پژوهش‌های بسیاری، به بیشتر بودن برخی پیامدهای منفی طلاق در زنان مطلقه از جمله فشارهای ذهنی، کاهش سلامت روان، افسردگی و فرسودگی روانی، اشاره شده است [۴، ۶]. چندین پژوهش انجام شده بر روی پیامدهای طلاق در ایران نیز نشان دهنده‌ی مشکلات و چالش‌های بیشتر زنان مطلقه در ابعاد اقتصادی، عاطفی، اجتماعی و به تبع آن روانشناختی، بودند [۱۲، ۱۳].

این پیامدها می‌تواند منجر به احساساتی نظیر شکست، یاس و ناامیدی، غمگینی و خشم در این افراد شود و همچنین ممکن است آن‌ها در طول چالش‌های شروع دوباره‌ی زندگی، از لحاظ اقتصادی، هیجانی و اجتماعی، دچار اضطراب و عدم قطعیت شوند. به همین دلیل این افراد نسبت به افسردگی و درماندگی آسیب پذیرترند [۱۴].

بسیاری از مطالعات طلاق با این فرض آغاز شده‌اند که انحلال رابطه‌ی زناشویی یک مرحله انتقال در زندگی است که به دلیل تنشی که ایجاد می‌کند لزوم سازگاری بزرگسالان و کودکان با این پدیده را موجب می‌شود [۱۵] و اکثر پژوهشگران کار خود را در چهارچوب دیدگاه استرس بنا نهاده‌اند [۱۶]. همه این نظریات، بر نقش عواملی چون میزان انباشتگی عوامل استرس‌زا و میزان تاب‌آوری افراد و شیوه ارزیابی افراد از پدیده طلاق، که می‌تواند متاثر از منابع مقابله‌ای بین فردی و ساختاری و همچنین عوامل بافتاری نظیر نژاد، قومیت و فرهنگ باشد، به عنوان عوامل موثر در سازگاری با طلاق تاکید کرده‌اند [۶، ۱۰، ۱۶]. آلدوین [۱۷]، به

تاثیر گسترده و همه‌جانبه‌ی فرهنگ- به عنوان یکی از عوامل مهم بافتاری- بر روی استرس و فرآیندهای مقابله اشاره می‌کند. در قرن بیست و یکم، جریان فرارونده‌ای در توجه به مذهب و معنویت، که عنصر بسیار مهمی در بسیاری از فرهنگ‌ها به شمار می‌آید، به ویژه ارتباط بین معنویت و مذهب با سلامتی، بین روانشناسان به وجود آمده است [۱۸]. روانشناسان برجسته جهت گیری‌های نسبتاً متفاوتی در برابر مذهب داشته‌اند. اما گذشته از اندکی از روانشناسان نظیر فروید و الیس که ارزیابی منفی از مذهب و تاثیر آن بر سلامت روان و رفتار انسان داشته‌اند، افراد دیگری همچون جیمز، یونگ، آلپورت، مازلو، آدلر و فروم با نگرشی مثبت از تاثیرات سودمند اعتقادات مذهبی سخن گفته‌اند [۱۹].

پارگامنت، انسینگ، فالگوت، اولسن، ریلی، هیتسما و همکاران [۲۰] نشان دادند که تلاش‌های مقابله مذهبی مثبت از جمله باور به خدای عادل و مهربان، تلقی از خدا به عنوان یار حمایتگر، درگیر بودن با مراسم مذهبی و تلاش برای حمایت معنوی و شخصی، به طور معنادار با پیامدهای بهتر نظیر وضعیت سلامت روان بهتر و رشد و تعالی معنوی ارتباط دارد. پارگامنت، کویینگ و پرز [۲۱] راهبردهای مقابله مذهبی در افراد را بررسی نموده و پنج کارکرد کلیدی مذهب را اینگونه شناسایی کردند: یافتن معنا، دستیابی به احساس کنترل، آسایش معنوی، تسهیل صمیمیت و معنویت و در نهایت تسهیل تغییرات عمیق زندگی. پارگامنت نظریه‌ی کلاسیک استرس و مقابله لازاروس و فولکمن (۱۹۸۴) را با مطرح کردن مفهوم مقابله معنوی و بررسی نقش‌های مفید و مضر معنویت در فرآیند ارزیابی و مقابله با رخدادهای تنش‌زای زندگی گسترش داد [۲۲].

آنو و واسکونسلز [۲۳]، در یک فراتحلیل، ۱۰۴ مقاله مربوط به رابطه‌ی بین مقابله مذهبی و سازگاری روانشناختی را مورد مطالعه قرار دادند. نتایج این مطالعه نشان‌دهنده‌ی ارتباط معنادار راهبردهای مقابله مذهبی و سازگاری با استرس بود. در بسیاری از پژوهش‌ها، مقابله مذهبی به عنوان یکی از قدرتمندترین راهبردهای مقابله شناخته شده است [۲۲، ۲۴]. در ایران نیز مطالعاتی در زمینه‌ی معنویت انجام شده است. مطالعه‌ی مداح، الهی و فتحی آشتیانی [۲۵] نقش معنویت در پیش‌بینی بهزیستی روانشناختی در دانشجویان بومی و غیر بومی را ثابت کرد. مومنی و شهبازی راد [۲۶] نیز در مطالعه خود ارتباط مثبت معنویت و کیفیت زندگی دانشجویان را نشان دادند. علیرغم رشد روزافزون مطالعات در زمینه‌ی اهمیت معنویت و مذهب در روانشناسی، مطالعات اندکی مقابله مذهبی افراد مطلقه در سازگاری با طلاق را مورد بررسی قرار داده‌اند [۲۴] و در ایران نیز پژوهشی در این زمینه یافت نشد. این مطالعات اندک انجام شده نشان می‌دهند که مقابله مذهبی مثبت و سازگارانه می‌تواند سازگاری با طلاق را تقویت کند [۲۲]. اما باید توجه داشت که گوناگونی بافتارهایی که پدیده‌ی طلاق در آن رخ می‌دهد منجر به ایجاد طیف گسترده‌ای

مشارکت‌کنندگان و راحتی آن‌ها متفاوت بود و در مکان‌های متعددی از جمله منزل مشارکت‌کننده یا پژوهشگر، محل کار مشارکت‌کننده و یا در کلینیک‌ها و مراکز مشاوره انجام گرفت. پس از کمی آشنایی، پژوهشگر مصاحبه را با سوال کلی "خب، حالا شروع کن و برام از زندگی بعد از طلاقت بگو" شروع می‌کرد. با این سوال مشارکت‌کننده وارد داستان زندگی بعد از طلاق، مشکلات خود و چگونگی مقابله با آن‌ها می‌شد. به تدریج با پیش رفتن مصاحبه، مطابق با هدف پژوهش، سوالاتی نظیر "چه احساسی داری؟"، "چطور با این مشکلات برخورد می‌کنی؟"، "چطور با این مشکل کنار می‌آیی؟"، "چطور با نگرانی‌ها کنار می‌آیی؟" و ... بر اساس پاسخ‌های افراد و به منظور کاوش بیشتر هیجانات و راهکارهای آن‌ها، مطرح شدند طول مدت مصاحبه‌ها بسته به مشارکت‌کننده بین ۳۰ تا ۹۰ دقیقه متفاوت بود.

هم‌زمان با جمع‌آوری داده‌ها تجزیه و تحلیل داده‌ها نیز انجام می‌گرفت و برای این کار از روش پیشنهادی گرانهاپیم و لودمن [۳۱] استفاده‌شد که پنج مرحله را برای تحلیل داده‌های کیفی به شرح ذیل پیشنهاد کرده‌اند: ۱- مکتوب کردن کل مصاحبه بلافاصله بعد از انجام هر مصاحبه، ۲- خواندن کل متن مصاحبه برای رسیدن به درک کلی از محتوای آن، ۳- تعیین واحدهای معنا و کدهای اولیه، ۴- طبقه‌بندی کدهای اولیه مشابه در طبقات جامع‌تر و ۵- تعیین محتوای نهفته در داده‌ها و استخراج تم اصلی. لذا در این مطالعه نیز بلافاصله بعد از مصاحبه، متن دست‌نویس و تایپ می‌گردید و چندین بار خوانده می‌شد. کدهای اولیه استخراج، سپس کدها ادغام و براساس شباهت‌ها طبقه‌بندی می‌گردید و در نهایت مفهوم و محتوای نهفته در داده‌ها در قالب یک تم اصلی استخراج‌شد جهت اطمینان از صحت و استحکام داده‌ها، مطابق نظر لینکلن و گوبا، از چهار معیار اعتبار، تأییدپذیری، قابلیت اعتماد و انتقال‌پذیری استفاده گردید [۳۲]. بدین منظور محقق با مشارکت‌کنندگان ارتباط طولانی مدت داشت که به جلب اعتماد شرکت‌کنندگان و نیز درک بهتر تجارب آن‌ها کمک کرد. از بازنگری مشارکت‌کنندگان نیز برای تأیید صحت داده‌ها و کدها استفاده شد، یعنی بعد از کدگذاری متن مصاحبه به شرکت‌کننده بازگردانده می‌شد تا از صحت کدها و تفاسیر اطمینان حاصل شود. همچنین سعی شد تا برای ایجاد حداکثر تنوع، مشارکت‌کنندگان از نظر سن، سطح تحصیلات، محل زندگی، مدت زمان زندگی مشترک، مدت سپری‌شده پس از طلاق، نوع طلاق متنوع باشند. متن مصاحبه‌ها و کدها و طبقات استخراج شده مورد بازنگری ناظران قرار گرفت.

این مقاله بخشی از نتایج یک پایان‌نامه ارشد دانشگاه تربیت مدرس می‌باشد که به تصویب شورای پژوهشی دانشگاه رسیده و قبل از شروع مطالعه موافقت مسئولان مربوطه اخذ گردید. برای رعایت ملاحظات اخلاقی، در ابتدای مصاحبه‌ها به

از تجارب متفاوت می‌گردد [۸] و تفاوت بین سنت‌های مذهبی مختلف، نگرش‌ها و رفتارهای متفاوتی را پیرامون پدیده طلاق، موجب می‌شود [۲۷]. از این رو ممکن است در فرهنگ‌های مختلف، تجربه‌ی طلاق و همچنین ارزش سازگاران‌هی راهبردهای مقابله متفاوت باشد و تعمیم یافته‌های مطالعات انجام شده به بافتارهای متفاوت باید محتاطانه صورت بگیرد. از طرفی با توجه به اینکه در سال‌های اخیر باورهای مذهبی در فرآیندهای مقابله، محوریت و اهمیت بیشتری پیدا کرده است [۲۳] انتظار می‌رود در فرهنگ‌هایی از جمله فرهنگ ایرانی، که مذهب به عنوان یک شیوه‌ی زندگی تفسیر می‌شود، باورهای مذهبی در مقابله با رویدادهای تنش‌زا نفوذ کرده باشد. همه‌ی این موارد لزوم بررسی عمیق این نوع مقابله را در زنان مطلقه ایرانی آشکار می‌کند. لذا این مطالعه با هدف بررسی درک چگونگی مقابله مذهبی / معنوی زنان مطلقه در مواجهه و سازگاری با پدیده طلاق طراحی گردیده است که بتوان با درک بهتر آن، تدابیر حمایتی و آموزشی لازم و مفیدی را بر این اساس برای این افراد برنامه ریزی نمود و از آن برای تسهیل سازگاری آنان با پیامدهای طلاق بهره گرفت. لذا این پژوهش در پی پاسخ به این سوال است که: مقابله مذهبی / معنوی زنان مطلقه در مواجهه و سازگاری با پدیده طلاق چگونه است؟

## روش

با توجه به سؤال پژوهش، از روش تحقیق کیفی با رویکرد آنالیز محتوا استفاده شد. روشهای تحقیق کیفی در صدد کشف و درک دنیای درونی افراد هستند و از آن‌جا که تجارب، ساختار حقیقت را برای هر فرد تشکیل می‌دهند، محقق فقط با وارد شدن به دنیای تجربیات افراد می‌تواند معنای پدیده‌ها را از زاویه دید آن‌ها کشف نماید [۲۸]. مطالعه با نمونه‌گیری هدفمند شروع و تا اشیاع داده‌ها ادامه پیدا کرد [۲۹]. مشارکت‌کنندگان در این مطالعه، زنان مطلقه‌ای بودند که یک بار طلاق گرفته، در زمان مطالعه مطلقه بوده و مایل به همکاری در بیان تجارب خود بودند. مشارکت‌کنندگان از طریق مراجعه به کلینیک‌های مددکاری و مشاوره، و همچنین از طریق دوستان و آشنایان، در چند شهر مختلف شناسایی شدند. پژوهشگر (س. ز.) پس از یافتن مشارکت‌کنندگان و تماس با آن‌ها، هدف مطالعه را به آن‌ها توضیح داده و پس از جلب رضایت و اعلام شفاهی آنان برای شرکت در مطالعه، محل مصاحبه را با نظر مشارکت‌کنندگان تعیین می‌کرد.

روش جمع‌آوری داده‌ها، مصاحبه عمیق بدون ساختار بود [۳۰] و انجام مصاحبه تا اشیاع داده‌ها ادامه یافت. اشیاع عبارت است از این که با ادامه جمع‌آوری داده‌ها، داده‌های جمع‌آوری شده تکرار داده‌های قبلی باشد و اطلاعات جدیدی حاصل نگردد [۲۸]. داده‌ها از طریق انجام ۱۸ مصاحبه با ۱۸ مشارکت‌کننده جمع‌آوری شدند. مکان مصاحبه در این مطالعه بسته به شرایط

### یافته‌ها

تعداد ۱۸ نفر از زنان مطلقه در این تحقیق شرکت داشتند. سن آن‌ها بین ۲۴ تا ۵۵ سال با میانگین ۳۷/۵ سال، سطح تحصیلات از بی سواد تا فوق لیسانس، مدت زمان زندگی مشترک ۲ ماه تا ۳۰ سال با میانگین ۸/۶ و مدت زمان سپری شده از طلاق قانونی ۴ ماه تا ۲۳ سال با میانگین ۵/۹۲ بود. شرح مبسوط مشخصات این مشارکت‌کنندگان در جدول زیر آمده است:

جدول ۱. مشخصات مشارکت‌کنندگان

شماره مشارکت‌کنندگان	سن	تحصیلات	محل زندگی	مدت زمان زندگی متاهلی	مدت زمان سپری شده از طلاق قانونی	متقاضی طلاق	فرزند حضانت
۱	۴۴	دیپلم	شهر	۱۲ سال	۸ سال	زن	۲ دارد
۲	۲۵	لیسانس	روستا	۵ سال	۴ ماه	زن	-
۳	۴۰	دیپلم	شهر	۱۰ سال	۲ سال	مرد	۳ ندارد
۴	۴۸	بی سواد	روستا	۴ سال	۱۲ سال	زن	۱ دارد
۵	۳۶	فوق دیپلم	روستا	۳ سال	۱۸ سال	زن(مرد متواری / غیابی)	۱ دارد
۶	۲۵	دیپلم	شهر	۲ سال	۵ سال	زن	۱ دارد
۷	۳۳	فوق لیسانس	شهر	۳ سال	۴ سال	زن (توافقی)	-
۸	۲۴	لیسانس	شهر	۲ ماه	۳ سال	مرد	-
۹	۳۲	لیسانس	شهر	۴ سال	۴ ماه	زن	۱ موقت
۱۰	۳۴	فوق لیسانس	شهر	۸ سال	۲ سال	زن	-
۱۱	۵۵	سوم راهنمایی	شهر	۱۷ سال	۲۳ سال	زن	۵ دارد
۱۲	۴۴	پنجم ابتدایی	روستا	۱۲ سال	۸ سال	زن	۲ ندارد
۱۳	۳۴	فوق دیپلم	شهر	۶ سال	۵ سال	زن (حق طلاق)	۱ دارد
۱۴	۳۳	لیسانس	شهر	۱۲ سال	۶ سال	زن (توافقی)	۱ دارد
۱۵	۳۳	لیسانس	شهر	۳ سال	۲ سال	زن (توافقی)	-
۱۶	۵۰	پنجم ابتدایی	شهر	۳۰ سال	۲ سال	زن (مرد متواری / غیابی)	۳ دارد
۱۷	۴۰	دیپلم	شهر	۹ سال	۱ سال	زن	۱ موقت
۱۸	۳۵	لیسانس	شهر	۵ سال	۵ سال	زن (حق طلاق)	-
میانگین	۳۷/۵	-	-	۸/۶	۵/۹۲	-	-

مشارکت‌کنندگان هدف تحقیق، روش مصاحبه، محرمانه ماندن داده‌ها و آزادی آن‌ها برای ورود یا خروج از مطالعه توضیح داده شد و رضایت شفاهی آن‌ها برای شرکت در مطالعه و اجازه ضبط مصاحبه‌ها کسب شد. زمان و مکان مصاحبه‌ها نیز با مشارکت‌کنندگان هماهنگ شد به صورتی که با تنظیم برنامه‌های خود فرصت کافی برای صحبت و شرکت در مصاحبه داشته باشند.

کمک از خدا چنین گفت: "گفتم خدایا من دیگه فکر نمی‌کنم راهی گذاشته باشی که من بخوام برگردم، جا نیست که من برم باز دوباره اونجا ولی خدایا یه طاقتی هم به من بده که این این همه اذیت می‌کنه (همسر سابق) یه روزی خودش خسته بشه دیگه نیاد سراغ من" و مشارکت‌کننده ۱۳ نیز در این مورد چنین گفت: "من همیشه از خدا اینو خواستم که با آبرو زندگی بکنم. همیشه آرزو می‌کنم دعا می‌کنم برای تمام زنایی که از شوهرشون جدا می‌شن، می‌گم خدایا بهشون یه نیرویی بده که خیلی قشنگ، خیلی سالم نیازهاشونو تو این جامعه برآورده کنن". مشارکت‌کننده ۱۶ این مساله را این گونه بیان کرد: "نیازمو درشو گذاشتم. چون واقعا از حرف مردم خیلی می‌ترسم. بعد هم خودم معتقدم. بالاخره آدم یا باید ازدواج کنه یا باید همین جوری باشه دیگه. فقط می‌گم خدایا پروردگارا من پاک باشم". مشارکت‌کننده ۱۴ نیز در این باره اینگونه گفت: "خب من یه سری اعتقادات برای خودم دارم. همون حریمی که دارم برای خودم. پشت خط قرمز. مثلا می‌گم نمی‌ذارم فکرم فراتر از این بره. یه جور خوبشننداری که

تجزیه و تحلیل داده‌ها در مورد مقابله معنوی زنان مطلقه در مواجهه با پدیده طلاق چهار گروه از داده‌ها را مشخص نمود که عبارتند از: "توکل به خدا"، "باور به حمایت خدا"، "انجام مناسک مذهبی" و "تسلیم معنوی". از این چهار گروه از داده‌ها، یک درون‌مایه (تم) کلی تر "رویارویی معنوی" به عنوان یک استراتژی غالب در مواجهه‌ی زنان مطلقه با پدیده طلاق حاصل شد. در زیر شرح هر کدام از آن‌ها آورده شده است.

یکی از راهبردهایی که در گفته‌های مشارکت‌کنندگان تکرار شده بود "توکل به خدا" است. علیرغم همه تلاش‌های این مشارکت‌کنندگان برای مدیریت و تحمل مشکلات و نیازها، آن‌ها گاهی احساس استیصال می‌کردند. دشواری‌ها، توان ادامه زندگی را از آن‌ها سلب می‌کرد و وجود آن‌ها را از هراس لغزش و فروپاشی آکنده می‌کرد. در این شرایط، آن‌ها با توسل به خدا و پناه بردن بردن به او، درخواست ملتسمانه‌ی کمک از خدا برای صبوری و توان مقابله و گاهی با توکل و باور به بزرگی خدا بر ترس‌ها و تنش‌های خود غلبه می‌کردند. مشارکت‌کننده ۱۱ درباره درخواست

می‌شن موقعیتهایی قرار می‌ده که مواظب خودشون باشن، مجبور نشن خیلی کارا بکنن".

انجام مناسب مذهب یکی دیگر از راهبردهایی بود که این مشارکت‌کنندگان به کار می‌گرفتند. آنها به دلایل مختلف از جمله برآورده شدن آرزوها، رهایی از تنش‌ها و دستیابی به حال خوش به انجام فعالیت‌های مذهبی مختلف روی می‌آوردند که شامل اعمالی نظیر دعا و مناجات، عبادت کردن خدا، انجام کار خیر، شرکت در مراسم مذهبی و قربانی کردن می‌شد. مشارکت‌کننده ۵ در این باره چنین گفت: "من همیشه به این فکر می‌کردم می‌گفتم خدا یا خب من که تو زندگی اولم این همه زجر کشیدم، خدایا یعنی میشه یه زندگی مجددی شروع کنم. خوب باشه. خیلی دعا می‌کردم. یعنی نماز شب، دعا، اینقدر کارا می‌کردم که زندگیم از نو شروع بشه". مشارکت‌کننده ۱۴ نیز در این باره اینگونه گفت: "توی مجلس بودن آدم روش تاثیر می‌ذاره. منظورم مجالس معنویه. کمکم می‌کنه که با این فشارا کنار بیام. بتونم تحملشون کنم". مشارکت‌کننده ۱۲ این مساله را اینگونه بیان کرد: "می‌گفتم اگر خدا یه انرژی داده به من بنابر خدمت کنم، خدمت کنم تا حال خودم خوب بشه". مشارکت‌کننده ۱۳ نیز از تجربه خود اینگونه می‌گوید: "احساس گناه شدید می‌کردم. یه زمانی فقط در حال فقط تسبیح گفتن بودم، در حال استغفار بودم. خیلی به قرآن رو آورده بودم". مشارکت‌کننده ۹ می‌گفت: "من همیشه احساس میکنم زود می‌میرم و بچم تنها میشه. بعضیا میگن برات دعا خوندن. منم واسه بچم قربونی کردم. گوشتش دادم غریبه‌ها". مشارکت‌کننده ۱۸ راجع به برخورداری از دعای خیر دیگران اینگونه گفت: "یه کلاس ورزشی داشتم که یه سری خانوم‌های میانسال یه سری خانوم‌هایی که حالا مشکلات کمر درد زانو درد اینطوری داشتن اون کلاسی که من داشتم مخصوص این افراد بود کلاس حرکات اصلاحی. اینا بعد از کلاس اینقدر حالشون خوب بود که اینقدر از اینا من انرژی مثبت می‌گرفتم همیشه دعای خیر داشتن احساس می‌کنم خیلی جاها پیشرفت هام خیلی از چیزام به خاطر دعای خیر اوناست".

تسلیم معنوی از راهبردهای دیگر این مشارکت‌کنندگان بود. گاهی رخداد طلاق و پیامدهای آن برای این افراد آنقدر طاقت فرسا و تنش‌زا بود که آن‌ها راهی به جز تسلیم نمی‌دیدند. آنها با نسبت دادن مشکلات به خواست و تقدیر الهی و همچنین پذیرش شرایط و سپردن او ضاع به دست خدا از تنش‌های خود کم می‌کردند. مشارکت‌کننده ۴ در این باره چنین گفت: "خواهرام دلشون می‌سوزه. الان من سه تا برادر دارم. دوتاش خیلی سختشونه. می‌گم خب چیکار کنم. دیگه قسمت بوده". مشارکت‌کننده ۵ نیز در این باره اینگونه می‌گوید: "من می‌خوام ستمش عاشقش بودم (خواه‌سنگار)، ولی نشد. شاید تقدیر باشه نمی‌دونم، ولی بعداً به این نتیجه رسیدم که اینا تقدیر و قسمت آدم‌هاست که اینجوری رقم می‌خوره". مشارکت‌کننده

بخوام هی حس کنم نیاز دارم می‌دونی چی می‌گم، بیشتر سعی می‌کنم متوسل بشم". مشارکت‌کننده ۳ از اعتماد و توکل به خدا این‌گونه گفت: "گفتم دیگه بچه هم بزرگ میشه. من تا اینجا بچه بزرگ کردم. ناراحتیشو کشیدم. الان که از آب و گل در اومدن تحویل شوهرم دادم. خدایون بزرگه". مشارکت‌کننده ۱۱ نیز در این باره می‌گفت: "من فقط اینو می‌گم با تجربه‌ای که تو این زندگی داشتم بعد از طلاق الان حدود هشت ساله که من جدا شدم دیگه، فقط باید توکلت به خدا باشه. درسته حمایت مالی هم آدم می‌خواد. ولی بیشترین چیزی که آدم نیاز داره اینه که توکلش به خدا باشه و راه راست رو بره. آدم باید متوکل به خدا باشه و همیشه از خدا بخواد که یه مرتبه پاش لغزش نداشته باشه تو زندگیش". مشارکت‌کننده ۱۸ نیز چنین گفت: "می‌گم که اگر من به کسی بدی نکنم بقیه هم بدی کردنشون روی من هیچ تاثیری نداره. سعی می‌کنم با این دید زندگی کنم من کاری به کار کسی ندارم بقیه هم پس کاری به کار من ندارن. من برای بقیه بد نمی‌خوام. بقیه هم برای من بد نمی‌خوان یا حتی اگر بخوان موثر نخواهد شد تو زندگیم و همینم شده".

یکی دیگر از راهبردهای استفاده‌شده که در این افراد دیده می‌شد "باور به حمایت خدا" بود. باور به خدا به عنوان یک حامی قدرتمند و توانا برای انجام هر کاری، یار و همراه بودن او، احساس دوست داشته شدن توسط او و حس کردن و مشاهده کمک‌های او، آن‌ها را از حس تنهایی، بی‌کسی و بی‌پناهی در امان نگه می‌داشت و به آن‌ها آرامش خاطر می‌بخشید. مشارکت‌کننده ۲ در این باره اینگونه گفت: "من احساس می‌کنم تنها نبودم. خدا با من بود، با من می‌ومد، با من بر می‌گشت. منو همراهی می‌کرد. معجزاتش رو خیلی می‌دیدم. کمک‌هاش رو خیلی می‌دیدم. امدادهای غیبی رو خیلی می‌دیدم". مشارکت‌کننده ۱۱ نیز چنین گفت: "همیشه هم خدا باهام بوده. شاید مو شدم ولی هنوز پاره نشدم تو زندگیم. هیچ وقت هم نمی‌خوام نون حرام بیاد تو خونمون. نخواستم و نیومده هم تا حالا. اگر یه تومن اگه صد تومن بگیرم از این حقوقی که می‌گیرم شاید یعنی اینقدر خدا برکت تو ش می‌ذاره که من اصلانمی‌فهمم این کی تموم بشه".

مشارکت‌کننده ۱۲ نیز تجربه خود از کمک خداوند را اینگونه بیان می‌کند: "ادم وقتی که خالصانه صادقانه از خدای خودش کمک بخواد خیلی قشنگ خدا کمکش می‌کنه. باورت نمی‌شه اینقدر خدا منو صبورم کرده در مقابل بچه‌هام که مثلاً اینجوری ازم گرفته بودن، اینقدر صبورم کرده که به دخترام می‌گم فکر کنین خارجین بیست سال دیگه سی سال دیگه می‌خوایم همو ببینیم. منتظر امروز و فردا نباشین". مشارکت‌کننده ۶ راجع به دوست داشته شدن توسط خدا اینگونه گفت: "آیا خدا همه رو مثل من دوست داره، آیا برای همه زنایی که جدا

مختلف روی می‌آوردند. برای رهایی از استرس های دشواری راه به او توکل می‌کردند و با باور به حمایت و دوست داشته شدن تو سطر خدا بر حس بی‌پناهی خود غلبه می‌کردند و این احساس داشتن یار و همراه همیشگی توان آن‌ها برای مقابله با مشکلات را تقویت می‌کرد. گاهی نیز با بازتعریف رخداد طلاق خود به عنوان تقدیر الهی و سرنوشت خود را تسلیم خداوند کرده و این‌گونه به آرامش دست می‌یافتند که همه این‌ها نشان از کارآمدی این راهبرد برای تسلی یافتن، احیای توان و قدرت مبارزه با مشکلات و احساس برآمدن از عهده مشکلات بود.

پارگامنت در گسترش مفهوم مقابله‌ی معنوی خود به دو نوع مقابله‌ی معنوی مثبت و منفی اشاره کرده و مقیاس چهارده آیتی سنجش مقابله مذهبی خود (RCOPE) طراحی کرد. در این مقیاس هر چهارده آیت، پنج کارکرد کلیدی مذهب در مقابله شامل یافتن معنا، دستیابی به احساس کنترل، آسایش معنوی، تسهیل صمیمیت و معنویت و در نهایت تسهیل تغییرات عمیق زندگی را در دو قالب انواع مقابله مذهبی مثبت (نظیر ارزیابی مذهبی خیرخواهانه، مقابله مذهبی مبتنی بر همکاری با خدا، جستجوی حمایت معنوی، بخشایش مذهبی، خلوص مذهبی) و انواع مقابله مذهبی منفی (نظیر ناخشنودی مذهبی، ارزیابی خدای تنبیه‌گر، نارضایتی مذهبی بین فردی، ارزیابی مجدد منفی از قدرت و توانایی خدا و ارزیابی شیطانی) اندازه‌گیری می‌کند [۲۱]. نتایج مطالعه حاضر نشان داد که راهبردهای مقابله‌ای این زنان به نوعی با خرده مقیاس‌هایی از این مقیاس که بیانگر مقابله‌ی مثبت بودند، همخوانی دارد. از سویی نتیجه‌ی این پژوهش مبنی بر کارآمدی رویارویی معنوی در سازگاری زنان مطلقه با طلاق و اثر مثبت مذهب و معنویت بر سازگار شدن آن‌ها، هم‌سو با نظریات روان‌شناختی همچون آلپورت، فروم و مازلو است که نگرشی مثبت به مذهب داشته و بر نقش مثبت مذهب در سلامت روان و رفتار افراد تأکید دارند [۱۹].

۱۲ نیز چنین گفت: "می‌گم خدایا نمی‌خوام پافشاری کنم که هرچی دل خودم خواست بشه. قسمت باشه ازدواج کنم می‌کنم. راضی هم به رضای خودت. منتظر کسی هم نیستم. می‌گم اگه قسمت باشه خدا خودش می‌فرسته". مشارکت‌کننده ۱۵ از سرنوشت و تقدیر این‌گونه می‌گوید: "فکر کنم همه اونایی هم که طلاق گرفتن این سوال رو بپرسن. چرا من؟ چرا؟ من که همه وظایف زنانگی رو انجام می‌دم. چرا باید این اتفاق برام بیفته. همش هم می‌ذاریم به پای تقدیر و سرنوشت". مشارکت‌کننده ۴ از پذیرش شرایط و خواست خدا این‌گونه گفت: "یه مدتی هم رضا شدم که ازدواج کنم برم. یه نفر رفته بود گفته بود این ازدواج کرده یه پسری داره ضربه‌خورده دیگه فایده‌ای نداره. دیگه رفت که رفت. حالا خونه بابام نشستیم تا ببینیم چطور می‌شه ببینیم خدا چی می‌خواد". مشارکت‌کننده ۱۲ نیز راجع به پذیرش چنین گفت: "دیگه الان بعضی وقتا اینجوری می‌گم، می‌گم هر چی خدا خواست همون می‌شه. یعنی اگه بخوای بشینی وسوسه بیفته تو سرت آدم اصلا روانی می‌شه".

## بحث

این مطالعه با هدف درک چگونگی مقابله مذهبی/معنوی زنان مطلقه در مواجهه و سازگاری با پدیده طلاق انجام شده است. در این مطالعه، بنا بر گفته‌های مشارکت‌کنندگان، رویارویی معنوی یکی از راهبردهای غالب و کارآمد مقابله با تنش‌های پس از طلاق بود. آن‌ها در رویارویی با دشواری‌های زندگی پس از طلاق به ویژه در موقعیت‌هایی که مقابله با آن‌ها توان و قدرت زیادی را می‌طلبید و آن‌ها خود را در مقابل فشارهای ناشی از آن ناتوان می‌دیدند به خدا پناه می‌بردند. از او برای قدرت ادامه مسیر زندگی و توان تحمل و صبوری درخواست کمک می‌کردند. برای کاهش اضطراب و تنش خود به انجام فعالیت‌های مذهبی

جدول ۲. نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل مصاحبه‌ها

کدهای اولیه	زیرطبققات	درون‌مایه (تم) اصلی
درخواست کمک		
توسل به خدا و پناه بردن به او	توکل به خدا	
اعتماد و توکل به خدا		
همراهی و یاری خدا و دوست داشته شدن توسط او	باور به حمایت خدا	
امدادهای الهی	(حمایت الهی)	
دعا و مناجات		رویارویی معنوی
عبادت خدا و خواندن قرآن		
انجام کار خیر		
شرکت در مراسم مذهبی	انجام مناسک مذهبی	
قربانی کردن		
باور به تقدیر الهی		
پذیرش	تسلیم معنوی	

مقابله مذهبی مثبت (از جمله تلاش برای درس گرفتن از خدا، تلاش به همراهی خدا برای کاهش نگرانی‌ها، متوسل شدن به خدا برای یافتن مسیری جدید در زندگی، درخواست آرامش از خدا، عبادت کردن برای فراموش کردن مشکلات و درخواست از دیگران برای دعا کردن برای فرد) پیش‌بینی‌کننده‌ی تعالی پس‌ضربه‌ای بیشتر با گذشت زمان بود. البته در این مطالعه نیز مقابله مذهبی منفی (از جمله باور به تنبیه شدن به خاطر گناهان، تردید در قدرت خدا، تسلیم، عدم تلاش و سپردن حل مشکلات به خدا، حس ترک شدن توسط خدا و ...) باعث تشدید نشانه‌های افسردگی شد. اگرچه در این مطالعه تسلیم به عنوان مقابله منفی، با افسردگی بیشتر رابطه داشتند، ولی با توجه به اینکه مشارکت‌کنندگان مطالعه‌ی حاضر برخی مشکلات را بدون راه حل ادراک می‌کردند و مطابق با ویتالیانو، دیوولف، دیورا، ماورو، روسو و کاتن [۳۶] که راهبردهای اجتنابی نظیر پذیرش و تسلیم را در موقعیت‌هایی که به صورت غیرقابل مهار ادراک می‌شوند، سازگارانه‌تر می‌دانند، شاید بتوان گفت که به این دلیل راهبرد تسلیم برای مشارکت‌کنندگان این مطالعه سازگارانه بود. راولینز [۳۷] در پژوهش کیفی خود به مطالعه‌ی راهبردهای مقابله با طلاق در زنان آفریقایی-کانادایی پرداخت. یکی از پنج منابع استخراج شده در این پژوهش معنویت بود. در این مطالعه نیمی از مشارکت‌کنندگان معنویت را به عنوان یک راهبرد مقابله توصیف کردند که برای آن‌ها قدرت و حمایت اجتماعی فراهم می‌کرد و به آن‌ها در رویارویی با چالش‌های بعد از طلاق کمک می‌کرد. آن‌ها همچنین برای حفظ آرامش خدا را عبادت کرده و کتاب مقدس را مطالعه می‌کردند. آن‌ها به واسطه‌ی ایمان به خدا، اعتقاد داشتند که یک قدرت برتر به آن‌ها کمک خواهد کرد تا با سخت‌ترین چالش‌ها روبرو شوند و به سوالاتی که خود قادر به پاسخگویی به آن نیستند پاسخ گویند. حضور بیشتر در کلیسا نیز از دیگر فعالیت‌های مذهبی آن‌ها بود. آنان اظهار می‌کردند که حضور بیشتر در کلیسا - به این دلیل که به آن‌ها کمک می‌کرد تا وقت آزاد خود را با وظایف کامبخش پرکنند - یک منبع مقابله به حساب می‌آمد. در این مطالعه، اگرچه تعداد اندکی مستقیماً معنویت را به عنوان منبع مقابله عنوان کردند ولی همه زنان مشارکت‌کننده، بیش از پیش در کلیسا حضور می‌یافتند و به همه آن‌ها یاد داده شده بود که می‌توانند در زمان سختیها و دشواری‌ها به خدا به عنوان یک منبع مقابله رجوع کنند. اعتقاد به خدا در این زنان، یک منبع قدرت بود، چرا که به آن‌ها در شرایطی که مایوس‌کننده به نظر می‌رسید، امید می‌داد. وب [۳۸] در مطالعه طولی خود به آزمون مدل مقابله مذهبی در سازگاری با طلاق پرداخت. ۷۳ درصد این افراد مسیحی، ۴ درصد از سایر مذاهب و ۱۸ درصد بدون گرایش مذهبی بودند. در این مطالعه اثر ارزیابی طلاق بر افسردگی در بین افراد عمیقاً مذهبی، در مقایسه با افراد کمتر مذهبی، در طول یک سال کاملاً از بین رفت و این نشان‌دهنده‌ی این است که باورهای مذهبی در برابر

در یک مطالعه‌ی کیفی ۹۱ درصد از زنان مطلقه اظهار کردند که معنویت فرآیند بهبود آن‌ها بعد از طلاق را تسهیل کرده است [۳۳]. گریف و مروه [۳۴] یک مطالعه مقطعی، به شناسایی عوامل مرتبط با تاب‌آوری در ۹۸ خانواده‌ی طلاق گرفته در آفریقای جنوبی پرداختند. مشارکت‌کنندگان این پژوهش نوجوانان خانواده (بین ۱۲ تا ۱۹ سال) و والدین با متوسط سن ۴۲ سال (اکثر زن، ۸۹ نفر) با معیار ورود ۴-۱ سال زندگی بعد از طلاق، بودند. ۹۹ درصد این افراد به عامل باور و اعتقاد به مسیحیت، به عنوان یک عامل مهم در تاب‌آوری اشاره کردند و در بین عوامل موثر در مقابله با طلاق، باورهای مذهبی را در رتبه چهارم قرار دادند. در یک پژوهش کیفی، کریستن سن [۲۷] تجربه زنان مطلقه در یک جامعه‌ی مسیحی را مورد مطالعه قرار داد، که یافته‌های آن با یافته‌های این پژوهش مطابقت دارد. زنان مشارکت‌کننده در این مطالعه، از روابط شخصی خود با خدا یا مسیح گفتند و از آن‌ها به عنوان نجات‌دهنده یا کسی که آن‌ها را می‌بخشد، همیشه با آن‌ها ست، آن‌ها را می‌شناسد و دوست دارد و مانند یک والد، از آن‌ها به عنوان فرزند خود مراقبت می‌کند، یاد کردند. مطالعه کتاب مقدس (انجیل) نیز در میان آن‌ها مشاهده شد. بنا به گفته‌ی آن‌ها، این کار به آنها در رویارویی با چالش‌های زندگی آرامش داده و آن‌ها را برای ادامه دادن قدرتمند می‌کرد. عبادت خدا یکی دیگر از فعالیت‌های مذهبی این زنان بود. آن‌ها در قالب دعا، از خدا درخواست کمک می‌کردند و برخی بر این باور بودند که خداوند درخواست آن‌ها برای کمک را شنیده و پاسخ داده است. آن‌ها باور داشتند که خداوند آن‌ها را راهنمایی می‌کند، همه چیز با کمک خدا امکان‌پذیر است و نیازهای آنها را فراهم خواهد کرد. آن‌ها همچنین در جلسات و اجتماعات مذهبی شرکت می‌کردند و به دیگران کمک می‌رساندند. کرومری و همکاران [۲۲] نقش معنویت در سازگاری با طلاق را در بین ۱۰۰ بزرگسال (۵۵ زن، ۴۵ مرد) با میانگین ۴۰ سال، کمتر از ۶ ماه مطلقه و متعلق به ۱۳ ایالت آمریکا، بررسی کردند. مطابق با یافته‌های این مطالعه، مقابله‌ی معنوی مثبت از جمله ارزش‌یابی مجدد طلاق به عنوان یک رخداد خیرخواهانه و به طور بالقوه مفید، جستجوی مسیر مذهبی، جستجوی حمایت معنوی، تمرکز مذهبی و جستجوی حمایت از روحانیون با تعالی پس‌ضربه‌ای ارتباط داشت. در این پژوهش مقابله معنوی منفی یا کشمکش‌های معنوی (نظیر احساس رها شدن یا تنبیه شدن توسط خدا، شک کردن به قدرت خدا، تجربه گناه اخلاقی) نیز مشاهده شد که با سطوح بالاتر افسردگی ارتباط داشت که در یافته‌های ما مشاهده نشد. کرومری، ماهونی و پارگامنت [۳۵] در یک مطالعه‌ی طولی به مدت ۱ سال، مدل مذهبی استرس و مقابله را در ۸۹ زن مطلقه از ۱۳ ایالت با میانگین سنی ۳۹/۷۹ و با اکثریت نژاد هندو اروپایی، مورد بررسی قرار دادند، ۷۸ درصد این افراد مسیحی و بقیه از سایر مذاهب بودند. نتایج این مطالعه حاکی از این بود که



تعداد زنان مطلقه در ایران و پیامدهای ناگوار آن برای این افراد، توانمند کردن این زنان در سازش با این پدیده و پیامدهای آن امری بسیار ضروری است. لذا نتایج این مطالعه برای روانشناسان، مشاوران و مددکاران و سایر متخصصین امر می‌تواند بسیار مفید باشد. این افراد می‌توانند با کنکاش بیشتر راجع به تمایلات و فعالیت‌های مذهبی و معنوی در افراد درگیر اطلاعات بیشتری کسب کرده و با تقویت و پرورش این باورها، روند سازگاری این افراد را تسهیل کرده و زمینه زندگی بهتر را برای آن‌ها فراهم سازند. باید در نظر داشت که به دلیل کیفی بودن پژوهش و عدم ادعای روش کیفی مبنی بر تعمیم‌دهی داده‌ها، نمی‌توان نتایج حاصل از این مطالعه را به زنان مطلقه در کل کشور تعمیم داد. در نتیجه‌ی انجام این مطالعه، ضرورت مطالعات بیشتر بر روی سازگاری معنوی زنان مطلقه با روش کیفی و به ویژه در سطحی بالاتر از توصیف و با هدف تبیین تئوری‌های مبتنی بر بافت و طراحی مدل‌های مناسب به منظور آزمون تئوری‌های استخراج شده، ارائه‌ی طرح‌هایی کاربردی و توان کاربست آن‌ها در عمل پیشنهاد می‌شود.

**تشکر و قدردانی:** بدین وسیله از همکاری صمیمانه مشارکت‌کنندگان، سایر افراد و مراکزی که به ما در انجام این پژوهش یاری رسانند و همچنین دست‌اندرکاران پژوهش دانشگاه تربیت مدرس، تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

## منابع

1. Amato P, Kane J, James S. Reconsidering the "Good Divorce". National Institute of Health Public Press. 2011;60(5):511-24.
2. Balali T, Etemadi O, Fatehizadeh M. The study of Relationship between psychological factors and demographic predicting post divorce adjustment among divorced women of Isfahan. J Couns Psychoth Cult. 2011;2(5):29-53.[Persian]
3. Amato P, James S. Divorce in Europe and the United States: Commonalities and differences across nations. Fam Sci. 2010;1(1):2-13.
4. Rahman M, Giedraitis V, Akhter T. The Social Sanction of Divorce: Who ultimately pay the social costs of its adverse effects? Sociol and Anthropol. 2013;1(1):26-33.
5. National organization for civil registration [Internet]. [cited 2014 Aug 1]. Available from: <http://www.sabteahval.ir>
6. Amato P. The Consequences of Divorce for Adults and Children. J Marriage Fam. 2000; 62:1269-87.
7. Amato P. Research on Divorce: Continuing trends and new developments. J Marriage Fam. 2010;72(3):650-66.
8. Ambert A. Divorce: Facts, Causes and Consequences. Ontario: York University; 2009.
9. Hafarian L, Aghaei A, Kajbaf M, kamkar M. The compare between divorced women's quality of life

and undivorced women in shiraz city and the study of relationship with demographic variables of divorced women and their quality of life. J knowl and res in appl psychol. 2009;41:61-82.

10. Clarke-Stewart A, Brentano C. Divorce causes and consequences. London: Yale University Pres; 2006.

11. Calantari A, Roshanfekr P, Javaheri J. Consequences of divorce: A systematic review of current literature with an emphasis on gender-related issues. J women dev politics. 2011; 9(3):111-31. [Persian]

12. Fasaie SS, Isari M. Gender analysis of life after divorce. J women dev politics. 2012; 10(3):5-30. [Persian]

13. Tafti MA. Divorce stages and aftermaths. J women stud. 2004; 1(3):123-52. [Persian]

14. Webb A, Ellison C, Mcfarland M, Lee J, Morton K, Walters J. Divorce, religious coping, and depressive symptoms in conservative protestant religious group. Fam Relat. 2010.57-59:544;

15. Sakraida T. Stress and coping of midlife women in divorce transition. West J Nurs Res. 2008; 30(7):869-77.

16. Wang H, Amato P. Predictors of divorce adjustment: Stressors, resources, and definitions. J Marriage and Fam. 2000;62:655-68.

17. Aldwin C. Stress, coping, and development: An

تأثیرات منفی ارزیابی طلاق بر روی افسردگی، به عنوان حایل و ضربه‌گیر عمل می‌کند. بدین معنا که اگر افراد بتوانند سطح بالایی از مذهبی بودن را حفظ کنند، این می‌تواند برخی اثرات مخرب ارزیابی منفی طلاق را کاهش دهد. براون [۳۹] در پژوهش کیفی خود چگونگی تأثیر سبک‌های مقابله، معنویت و حمایت اجتماعی را در چگونگی عملکرد بعد از طلاق در افراد مطلقه مطالعه کرد. مشارکت‌کنندگان در این مطالعه، ۱۲ فرد مطلقه (۴ مرد و ۸ زن)، با نژادهای ۵۰ درصد آفریقایی آمریکایی، و سایرین به تساوی هندو اروپایی، اسپانیایی و از سایر نژادها بودند. در این مطالعه همه مشارکت‌کنندگان خود را تا حدی معنوی معرفی کردند. آن‌ها در رابطه با مقابله‌ی معنوی خود اشاره کردند که خواندن کتاب مقدس به آنان کمک می‌کرد تا با هیجانات شدیدی که بعد از طلاق تجربه می‌کردند کنار بیایند. دعا، عبادت و شرکت در کلیسا از دیگر فعالیت‌های مذهبی بود که افراد به آن اشاره کرده بودند. برخی از آن‌ها نیز اذعان کردند که وجود بخش‌آیندگی در قلب آن‌ها، به آن‌ها کمک می‌کرد تا زخمشان التیام یابد و از خدا طلب راهنمایی و بخش‌آیندگی می‌کردند.

## نتیجه‌گیری

یافته‌های این مطالعه مبین این است که در زنان مطلقه، مذهب و معنویت یک منبع غنی برای مقابله و رویارویی با مشکلات و در نتیجه سازگاری بهتر با طلاق می‌باشد. با توجه روند رو به رشد

- integrative process. New York: The Guilford Press; 2007.
18. Zinnbauer B, Pargament K. Religious and Spirituality. In: RF P, CL P, editors. Handbook of the psychology of religion and spirituality. New York: The Guilford Press; 2005. p. 21-42.
19. Motamedi A. Perception of religion in theoretician's view and in the research domain (A psychological analysis of religion). *Stu of Edu and psy*. 2005;6(1):97-16. [Persian]
20. Pargament K, Ensing D, Falgout K, Olsen H, Reilly B, Haitsma KV, Warren R. God help me: (1): Religious Coping Efforts as Predictors of the Outcomes to Significant Negative Life Events. *Am J Commun Psychol*. 1990;18(6):793-824.
21. Pargament K, Koeing H, Perez L. The many methods of religious coping: Development and initial validation of the RCOPE. *J Clinic Psychol*. 2000;56:519-43.
22. Krumrei E, Mahonei A, Pargament K. Divorce and the divine: The Role of spirituality in adjustment to divorce. *J Mar Fam*. 2009;71:371-83.
23. Ano G, Vasconcelles E. Religious coping and psychological adjustment to stress: A Meta-Analysis. *J Clinic Psychol*. 2005;61(4):461-80.
24. Krumrei E, Mahonei A, Pargament K. Demonization of divorce: Prevalence rates and links to postdivorce adjustment. *Fam Relat*. 2011;60:90-103.
25. Maddah Z, Elahi T, Fathi-Ashtiani A. Explanation of psychological well-being in students based on spirituality and resiliency. *J Behav Sci*. 2014; 7(4):355-61. [Persian]
26. Momeni K, Shahbazirad A. Relationship of spirituality, resiliency, and coping strategies with quality of life in university students. *J Behav Sci*. 2012; 6(2):97-103. [Persian]
27. Christensen F. Divorce and the faith community: Some experiences of women [Dissertation]. Texas Tech University 2003.
28. Gilgun J. Qualitative research and family psychology. In: JH B, M S, editors. Handbook of family psychology. Oxford: The Wiley-Blackwell; 2009.
29. Corbin J, Straus A. Basic of qualitative research: Techniques and procedures for developing grounded theory. Thousand Oaks: Sage Publications; 2008.
30. Willig C. Introducing qualitative research in psychology. Berkshire: Open University Press; 2008.
31. Graneheim U, Lundman B. Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse Educ Today*. 2004;24:105-12.
32. Ravenek M. Bridging Conceptions of Quality in Moments of Qualitative Research. *Int J Qual Meth*. 2013;12:436-56.
33. Nathanson I. Divorce and women's spirituality. *J Div Remar*. 1995;22:179-88.
34. Greef A, Merwe S. Variables associated with resilience in divorced families. *Soci Indicators Res*. 2004;68:59-75.
35. Krumrei E, Mahonei A, Pargament K. Spiritual stress and coping model of divorce: A longitudinal study. *J Fam Psychol*. 2011;25(6):973-85.
36. Vitaliano P, Dewolfe D, Maiuro R, Russo J, Katon W. Appraisal changeability of a stressor as a modifier of a relationship between coping and depression: A test of the hypothesis of fit. *J Perso and Soc Psychol*. 1990;59:582-92.
37. Rawlins R. African/Caribbean-Canadian women coping with divorce: Family perspectives: University of Toronto; 2012.
38. Webb A. A religious coping model of divorce adjustment: The University of Texas at Austin; 2008.
39. Brown LT. Bruised but not Broken: How coping styles, spirituality and social support are contributing factors to how well people do after divorce [Dissertation]. California State University; 2014.