

## بررسی عوامل فرهنگی و روان‌شناختی موثر بر بهزیستی روانی مادران متعلق به آشیانه خالی

محمد تقی ایمان<sup>۱</sup> و سیده فاطمه آقامیری<sup>۲\*</sup>

### چکیده

این پژوهش با هدف بررسی عوامل فرهنگی و روانشناختی موثر بر بهزیستی روانی مادران متعلق به آشیانه خالی انجام شده است. این پژوهش به شیوه پیمایشی بر روی ۲۴۱ نفر از مادران متعلق به آشیانه خالی در شهر ساری صورت گرفت. ابزار سنجش پرسش نامه بوده است و روایی آن با محاسبه ضریب آلفا کرونباخ مورد سنجش قرار گرفته است. داده‌های آماری با استفاده از نرم افزار آماری برای علوم اجتماعی (spss) و روش همبستگی پیرسون و رگرسیون چند متغیره مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. براساس یافته‌های این پژوهش بین متغیرهای ارتباط با گروههای گوناگون، تحصیلات، استفاده از وسایل ارتباط جمعی، رضایت زناشویی، اعتماد به نفس، داشتن روابط صمیمی با دیگر اعضای خانواده، وابستگی مادر به فرزند و بهزیستی روانی مادران متعلق به آشیانه خالی رابطه وجود دارد. براساس نتایج رگرسیون چند متغیره، بیش‌ترین تاثیر مستقیم بر روی بهزیستی روانی مادران متعلق به آشیانه خالی مربوط به متغیر وابستگی مادر به فرزند (۰/۲۹۲)، بیش‌ترین تاثیر غیر مستقیم بر روی بهزیستی روانی مادران متعلق به آشیانه خالی متغیر ارتباط با گروه‌های گوناگون (۰/۲۳۸) می باشد.

**واژه‌های کلیدی:** میانسالی، آشیانه خالی، بهزیستی روانی، اعتماد به نفس، رضایت زنا شویی، رسانه جمعی، وابستگی به مادر.

۱- استاد گروه جامعه‌شناسی دانشگاه شیراز: Iman@shirazu.ac.ir

۲- کارشناس ارشد مطالعات زنان دانشگاه شیراز

\*- نویسنده مسئول مقاله: fateme.ghamiri@yahoo.com

### پیشگفتار

حفظ ساختار خانواده همیشه حائز اهمیت بوده است. برای حفظ انسجام خانواده، اعضا باید قادر باشند تا با مسایل تطبیق یابند و به آنها به صورت بحران ننگرند بلکه آنها را عواملی بدانند که می‌توانند مسیر پیشرفت را برای آنها را فراهم سازند. رفتن فرزندان از خانه منجر به تغییر شکل خانواده می‌شود. تا دهه ۱۹۳۰ فرزندان به دلایل مالی و کاری در خانه می‌ماندند. شروع جنگ جهانی دوم تغییرات عمده‌ای در ساختار خانواده آمریکایی ایجاد کرد. فرزندان به محض رسیدن به سن جوانی سیارتر می‌شدند و ازدواج زود هنگام و زندگی مستقل از خانواده را انتخاب می‌کردند و این جریان سر آغازی برای پدیده آشیانه خالی شد (Raup and Mers, 1989).

آشیانه خالی<sup>۱</sup> عمدتاً در دوره پساوالدینی والدین اتفاق می‌افتد و به دوره‌ای از زندگی گفته می‌شود که فرزندان رشد می‌کنند، اما دیگر در خانه زندگی نمی‌کنند (Dennerstein, Dudley and Gutrie, 2002). با شکل‌گیری آشیانه خالی انسجام قوی که در خانواده وجود داشت تا حدودی رنگ عوض کرد و کار دور از خانه افراد قابل لمس شد و طبیعتاً در پی رفتن فرزندان از خانه برای کار، بعد روانی جدیدی شکل گرفت چون اعضا محدود شدند و روابط عاطفی دچار تغییر شد (Raup and Mers, 1989). شیلی معتقد است در این زمان منشا اصلی هویت- یعنی مادری- از بین می‌رود (Shebley, 1996). بهزیستی روانی که به تعبیر ریف به ارزیابی مثبت فرد از خود و زندگی، پیشرفت و رشد مداوم انسان، اعتقاد به زندگی هدفمند و معنادار، داشتن روابط کیفی با دیگران، اداره کردن زندگی فردی و غلبه بر جهان و پذیرش خود گفته می‌شود (Ryff, 1989). در والدین مخصوصاً مادرانی که در آشیانه خالی قرار دارند، دستخوش تغییر می‌شود. چگونگی واکنش فرد در مقابل تغییرات و مشکلات زندگی نیز از جمله عواملی است که به طور مستقیم بر سلامتی فرد اثر می‌گذارد (Lotf Abadi, 1999). بنابراین، حفظ بهزیستی روانی مادر پس از رفتن فرزندان نه تنها برای مادر ضروری است بلکه برای انسجام و یکپارچگی خانواده دارای اهمیت می‌باشد.

این پژوهش به دنبال جواب به سئوالات زیر بود:

- ۱- بهزیستی روانی در مادران متعلق به آشیانه خالی مورد مطالعه به چه میزان است؟
- ۲- رابطه عوامل روانشناختی با بهزیستی روانی مادران متعلق به آشیانه خالی مورد مطالعه چگونه است؟
- ۳- رابطه عوامل فرهنگی با بهزیستی روانی مادران متعلق به آشیانه خالی مورد مطالعه چگونه است؟

<sup>1</sup> - empty nest

## ادبیات پژوهش

مک کلند (Mc Clelland) وضعیت مادران آشیانه خالی را به چهار فصل سال تشبیه کرده است. وی در نظریه اش که به نام نظریه تغییر فصول<sup>۱</sup> می باشد، معتقد است که رفتن فرزندان از خانه شرایط روانی مادر را تغییر می دهد، ولی باید این تغییر در مسیر رشد مادر قرار گیرد و شکوفایی وی را فراهم سازد. او در ابتدا از پاییز یاد می کند. پاییز زمانی است که فرزند در شرف رفتن از منزل است. پاییز فصلی است که تغییر آغاز می شود، تابستان به پایان می رسد و زمستان در راه است. همان طور که روزها کوتاه تر می شوند، درخت مادر نیز شروع به تغییر می کند و برگ‌هایش اولین نشانه از رنگ ها را نشان می دهد و ترکیبی از رنگ های درخشانی می شود که در زیر نور خورشید برافروخته می شوند پیش از آنکه بیافتند.

پس از پاییز روزهای سرد و بی روح زمستان در راه است. زمستان در واقع زمانی است که فرزند به تازگی منزل را ترک کرده است. در حالیکه در این زمان سر در گم می شود و پا به سن می‌گذارد انقلاب زمستانی آغاز می شود، ذهنش باید به سوی نگرش ها و فرصت های جدید باز شود.

بهار زمان رشد و احتمالات جدید است. زمانی است برای اینکه مادر به دنبال دیدگاه های جدیدی باشد و زندگی را که می خواهد خلق کند. مادر بعد از سپری کردن هیجانات اولیه بعد از رفتن فرزند باید قادر باشد با شرایط جدید وفق یابد و مسیر جدیدی در زندگی برای خودش بیابد. بتواند در این زمان برای برآورده ساختن خواسته هایش قدم پیش نهد. زمانی که مادر به دنبال آرزوهایش مسیر جدیدی را در زندگی پیش گرفت، تابستان آغاز می شود.

تابستان زمان جشن است، زمانی برای لذت بردن از همه دستاوردهاست. مادری که پس از رفتن فرزندانش به سمت خواسته هایش می رود و سعی می کند از تجاربش بهترین استفاده را کند، دچار سندرم آشیانه خالی نمی شود (Neily Ritter, 2006).

مادر برای اینکه بتواند تا فصل تابستان طی طریق کند نیازمند است تا از سلامت روان و بهزیستی روانی متعادلی برخوردار باشد تا دستخوش اثرات منفی شرایط جدید ایجاد شده نشود. بهزیستی ذهنی نظریه ای است که بیش تر بر مبنای رضایت از زندگی و شادمانی می باشد که قسمت مهمی از سلامت روان را در بر می گیرد. دینر از جمله کسانی است که به بحث بهزیستی ذهنی پرداخته است. وی معتقد است که بهزیستی ذهنی شامل دو بعد می شود: الف) سنجش رضایت از زندگی ب) گسترش آنچه که اثر سطح مثبت زندگی فرد را نسبت به سطح منفی بااهمیت می کند. رضایت از زندگی براساس ارزیابی های شناختی ذهنی فرد می باشد. بهزیستی ذهنی، مسئولیت بهزیستی را بر عهده فرد قرار می دهد (Diener, 2000). شادی ارزیابی بهزیستی

<sup>1</sup>-Season of Change

است که برتری اثر مثبت بر اثر منفی می باشد. از این دیدگاه این گونه بر می آید که زمانی که احساسات مثبت را بیش از احساسات منفی تجربه می کنیم، شاد هستیم. فرد به تنهایی استانداردها و معیاری که زندگی را ارزیابی می کند، مشخص می کند (Diener, 1984). کار (۲۰۰۴) نیز به نقل از آرگل بیان می کند که داشتن روابط صمیمی با اعضای خانواده، توسعه روابط عمیق با تعداد محدودی از افراد، برقراری ائتلاف با گروههای بزرگتر، زندگی کردن در یک محیط امن، تمرینات فیزیکی، توسعه و استفاده از مهارت ها برای رسیدن به هدف و خوردن غذای با کیفیت بالا، همه از عواملی هستند که بر روی بهزیستی ذهنی فرد تاثیر دارند (Carr, 2006).

در نظریه تغییر فصول، مینا رسیدن مادر به خود شکوفایی و در نظریه بهزیستی ذهنی مینا بر شادمانی نسبت به زندگی می باشد. رسیدن به خود شکوفایی که رضایت از زندگی و شادمانی را به همراه دارد ویژگی های شخصیتی بارزی از فرد می طلبد که هویت فردی، هویتی که جدا از افراد دیگر تعریف شود، هویتی که استقلال داشته باشد در راس این ویژگی های شخصیتی می باشد. هنگامی که تنها هویت زن در مادری خلاصه شود، زمانیکه این نقش کمرنگ شود، مسلماً هویت او نیز خدشه دار می شود. اکنل (O'connel, 1976) از جمله کسانی است که از هویت زن سخن می راند. وی دو نوع هویت برای زنان قائل است: مفهوم فردی هویت که در آن زن از توانایی ها و استعدادها و نیازهایش آگاه است و دیگری هویت انعکاس یافته ای که بر دیگران مهم در زندگی تاثیر دارد. عزت نفس و خود ارزشمند در ارتباط با دیگران مهم معنا می گیرند. او دریافت که هویت فردی بعد از شکل یافتن نقش همسری و مادری، کمرنگ می شود (O'connel, 1976). وابستگی هویتی به دیگران منجر می شود که فرد در پذیرش خود، غلبه بر محیط و دیگر جنبه های بهزیستی روانی در حد پایین قرار گیرد.

نوتمن (Notman, 1980) نیز در مورد هویت وابسته<sup>۱</sup> به دیگران بحث می کند. وی معتقد است که جدایی و استقلال اهداف مردانه هستند و هویت زنان برحسب وابستگی ها درک می شود. او بین وابستگی و استقلال تمایز قائل می شود. وابستگی در واقع نیاز است که با روابطی بدون امکان جدایی ارضا می شود. وابستگی درکی از زندگی فرد است که توسط دیگران کامل می شود و مقید به رفاه و آسایش دیگران است. از آنجائیکه زنان خودشان را با روابطشان تعریف می کنند، نسبت به جدایی آسیب پذیرند (Notman, 1980). وی بیان می کند که برای زنان، هسته وابستگی اولیه، کارکرد خود مستقل است. زنان در همان حال که با خود وابسته به بلوغ می رسند، عزت نفس خود را در ارتباط با دیگران می یابند. الگوهای رشد ابتدایی خود فردیت یافته را به عنوان شرط برای ارتباط با دیگران می دانستند. بعدها نوتمن اظهار دارد که آرمان زن در تقابلاتش پدیدار می شود.

<sup>۱</sup> - Dependent Identity

علاقه مندی های ارتباطی زن، عنصر اصلی عزت نفس او هستند (Notman, 1986). این وابستگی مادر به دیگران مهم و نداشتن هویت مستقل و جدا از دیگران پیامد هایی را به همراه خواهد داشت که در شرایط آشیانه خالی می تواند مشکلاتی همچون افسردگی و انزوای را در برگیرد. مطالعات زیادی در این حیطه صورت گرفته است که عمدتاً مطالعات خارجی می باشند.

### پیشینه پژوهش

داچر (Deutscher, 1969) تاثیرات آشیانه خالی بر روابط زناشویی را مورد مطالعه قرار داد و به نتایج متناقضی رسید. داچر دریافت که کیفیت زندگی زناشویی در دوره پسوالدینی تغییر نمی- کند یا بهبود می یابد. اما بلود و ولف از شواهدی از افزایش اختلافات زناشویی یاد می کنند که می تواند ناشی از ترک فرزندان از خانه باشد (Deutscher, 1969).

لانثال و چیریبی (Lowental and Chiriboga, 1972) ۵۴ مرد و زن را که آخرین فرزندشان در شرف ترک منزل از خانه بود را مورد مطالعه قرار دادند (مرحله قبل آشیانه خالی)، دریافتند که این زمان با آسودگی زیادی پیش بینی می شود، احساس ترس و ناامنی نمی کنند و به صورت بحران به آن نمی نگرند (Lowental and Chiriboga, 1972).

گلن (Glenn, 1975) از مطالعه پیمایش های ملی در آمریکا گزارش می دهد که زنان پسوالدینی شادی، لذت از زندگی و رضایت زناشویی کمتری دارند تا زنانی که با همان سن دارای فرزندی در خانه هستند (Glenn, 1975).

در مطالعه ای مقایسه ای با انگیزش های چهار گروه میان سال، ارستن (Arston, 1978) دریافت که تنها زنانی که بیش تر سال های پرورش فرزند کار می کردند، افسردگی را زمانی که فرزندانشان منزل را ترک می کنند، تجربه می کنند. در مقایسه با این گروه کارمندی که از ابتدا کار می کردند، سه گروه دیگر (خانه داران، داوطلبان و کسانی که بعدها مشغول به کار می شوند)، گذار را با آسودگی تجربه می کنند. کارمندی که از ابتدا کار می کردند نسبت به محروم ماندن از خانواده شان و ناتمام انجام دادن وظایف خانه داریشان، احساس گناه می کنند، هرچند آن وظایف را به خوبی انجام داده باشند (Arston, 1978).

وایت و ادواردس (White and Edwards, 1990) مطالعه ای برای تعیین تاثیرات ترک فرزندان از خانه بر بهزیستی والدین انجام دادند. مصاحبه، به مدت پنج سال انجام شد. نتایج این گونه بود که در همه والدین متعلق به آشیانه خالی بهبود در رضایت زناشویی و رضایت از زندگی، تنها با ارتباط مداوم با فرزندان، وجود داشت (White and Edwards, 1990).

لایی (Lai, 2002) در پژوهش کیفی با نگاه پدیدار شناسانه ای به گذار آشیانه خالی می نگرد. در این پژوهش که از تکنیک زمینه ای استفاده شده است، دیدگاه دو زن را نسبت به این پدیده مورد تحلیل قرار می دهد. نتیجه ای که از آن حاصل شد این گونه است: آشیانه خالی همراه با احساسات پیچیده زنانی است که آخرین فرزندانشان خانه را ترک کرده اند. احساسات پیچیده، تجربیاتی رایج اما متفاوت بین موردها بودند که شامل ناراحتی و اندوه، احساس آزادی، توجه به خود، عشق به فرزندان، دلتنگی، همراه بودن با دوران گذار، سازگاری با نگرانی ها، طلب حمایت و احساسات مثبت بود. آشیانه خالی برای آنها ترکیبی از احساسات خوب و بد را به همراه داشت و آنها سعی داشتند که خودشان را برای رسیدن به آن شرایط خوب آماده سازند. نتایجی از این پژوهش گرفته شده است که مهم ترینش در مورد پرستاری بود. پژوهشگر معتقد است که برای اینکه پرستار (فرد مراقبت کننده) از عهده کارش بر آید، باید آشیانه خالی را از دید خود زنان ببیند. تجربه روبه رو شدن با آشیانه خالی برای هر زنی به خاطر عامل های زیستی و فرهنگی در متن زندگی به صورت فردی است (Lai, 2002).

دنرستن، ددلی و گاتری (۲۰۰۲) پژوهشی به نام آشیانه خالی یا تغییر؟ انجام دادند. که مطالعه کیفیت زندگی زنان در میانسالی در طول دوره ای که فرزندان منزل را ترک می کنند تا زمانی که بر می گردند، در میان ۱۵۵ زن بوده است. آنها به این نتیجه رسیدند که برای بیش تر زنان، ترک آخرین فرزند از خانواده منجر به تغییرات مثبت در رفتار زنان می شود و مشکلات روزانه شان کاهش می یابد و زمانی که فرزندان بر می گردند، رابطه جنسیشان کاهش می یابد ولی تغییرات رفتاریشان دستخوش تغییر نمی شود (Dennerstein, Dudley and Gutrie, 2002).

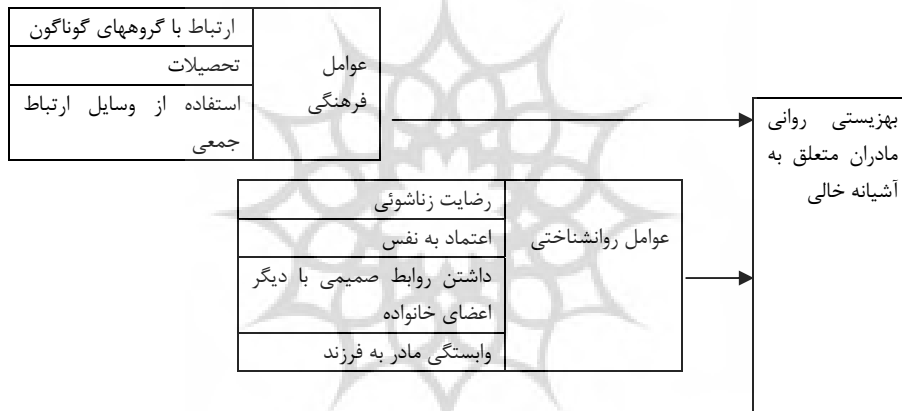
### چارچوب نظری

چارچوب نظری پژوهش بر پایه بهزیستی روانی ریف می باشد. ریف با ترکیب اندیشه هایی از نظریه های شخصیت مازلو (Maslow)، یونگ (Jung) راجرز (Rogers)، الپورت (Allport)، اریکسون (Erikson)، باهلر (Buhler)، و جوهادا (Juhada)، سنجش بهزیستی روانی را حول شش مقیاس: استقلال، غلبه بر محیط، روابط مثبت با دیگران، زندگی هدفمند، رشد فردی، پذیرش خود قرار داد (Christopher, 1999).

فرد با استقلال بالا، خود تعیین و مستقل، توانا در مقابله با فشارهای اجتماعی برای تفکر و عمل کردن در مسیرهای خاص و تنظیم رفتار در درون آن می باشد. فردی که قادر به غلبه بر محیط است، دارای چنین ویژگی هایی از قبیل: داشتن توانایی غلبه بر محیط و شایستگی در مدیریت آن، کنترل نظم پیچیده فعالیت های خارجی، استفاده موثر از فرصت های بوجود آمده،

توانایی در انتخاب یا خلق زمینه نیازها و ارزش های فردی می باشند. داشتن روابط گرم، رضایت بخش و اعتماد برانگیز با دیگران، توجه به رفاه دیگران، توانایی همدردی و علاقه و صمیمیت قوی و درک روابط انسانی از خصوصیات فرد با روابط مثبت با دیگران است. فردی هدفمند است که دارای هدف و جهت در زندگی باشد، همچنین احساس کند که معنا و هدف در زندگی گذشته و حال وجود داشته و دارد و به دنبال حفظ اعتقاداتی است که به زندگی هدف می دهد. فرد با رشد فردی بالا دارای ویژگی های: داشتن احساس رشد مداوم، دیدن خود در حال رشد، استقبال از تجارب جدید، درک از خود، دیدن رشد خود، تغییرات در مسیرهایی که در خودآگاهی مشخص می شود، می باشند. فرد با پذیرش خود بالا نگرش مثبت به خود دارد، نسبت به خصوصیات خوب و بد خود آگاه است و آنها را می پذیرد و احساسات مثبتی نسبت به زندگی گذشته خود دارد ( Ryff and Keys,1995)

مدل این پژوهش که بر مبنای شش مقیاس ریف طراحی شده است در شکل ۱ ارائه شده است.



شکل ۱- مدل مفهومی و تجربی پژوهش  
 پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
 رتال جامع علوم انسانی

### فرضیه های پژوهش

- ۱- بین ارتباط با گروههای گوناگون و بهزیستی روانی مادران متعلق به آشیانه خالی رابطه وجود دارد.
- ۲- بین تحصیلات و بهزیستی روانی مادران متعلق به آشیانه خالی رابطه وجود دارد.
- ۳- بین استفاده از وسایل ارتباط جمعی و بهزیستی روانی مادران متعلق آشیانه خالی رابطه وجود دارد.
- ۴- بین رضایت زناشویی و بهزیستی روانی مادران متعلق آشیانه خالی رابطه وجود دارد.
- ۵- بین اعتماد به نفس و بهزیستی روانی مادرانی متعلق به آشیانه خالی رابطه وجود دارد.
- ۶- بین داشتن روابط صمیمی با دیگر اعضای خانواده و بهزیستی روانی مادران متعلق به آشیانه خالی رابطه وجود دارد.
- ۷- بین وابستگی مادر به فرزند و بهزیستی روانی مادران متعلق به آشیانه خالی رابطه وجود دارد.

### روش پژوهش

این پژوهش مبتنی بر رویکرد کمی است و از تکنیک پیمایشی و از پرسشنامه برای جمع آوری داده ها استفاده شده است. سئوالات در طیف لیکرت ۵ تایی قرار گرفته اند. سئوالات مربوط به بهزیستی روانی از پرسشنامه بهزیستی روانی ریف اقتباس شده است و طیف های دیگر براساس ابزارهای سنجش و با توجه به مباحث نظری و مقتضیات جامعه مورد مطالعه ساخته شده اند. روایی ابزار از راه روایی صوری مورد ارزیابی قرار گرفت. جهت بررسی پایایی طیفها از ضریب آلفای کرونباخ (ارتباط با گروههای گوناگون با آلفای ۰/۷۷، استفاده از وسایل ارتباط جمعی ۰/۷۱، رضایت زناشویی با آلفای ۰/۸۷، اعتماد به نفس با آلفای ۰/۸۵، داشتن روابط صمیمی با دیگر اعضای خانواده با آلفای ۰/۷۷، وابستگی مادر به فرزند با آلفای ۰/۶۸ و بهزیستی روانی ۰/۶۸) استفاده شده است. پرسش نامه ابتدا توسط نمونه ۵۰ تایی مورد آزمون اولیه قرار گرفت که طیفها از آلفاهای بالا و معناداری در سطح حداقل ۹۵ درصد اطمینان بر خوردار بودند. از آنجایی که آمار دقیقی از مادرانی که یک یا بیش از یک فرزندشان منزل را به دلیل سربازی، ازدواج، تحصیل یا اشتغال ترک کرده اند در دسترس نبود، جامعه آماری، کل خانوار های ساری در نظر گرفته شد. بر



طبق سرشماری ۱۳۸۵ تعداد خانوار شهر ساری ۴۰۰۰۰۰ هزار می باشد. اندازه نمونه در این مطالعه با استفاده از فرمول کوکران به دست آمده است که با سطح اطمینان ۹۵ درصد، ۳۸۴ نفر تعیین شده است. با توجه به تقسیمات شهری، شهر ساری به دو منطقه (منطقه ۱ به ۱۲ محله و منطقه ۲ به ۱۱ محله) تقسیم شده است که تعداد نمونه هر محله به نسبت کل نمونه محاسبه شد. در هر محله با نمونه گیری تصادفی سیستماتیک پرسش نامه ها تکمیل است ولی از آنجایی که میزان واقعی این مادران و پراکندگی آنها در سطح شهر نامشخص بوده است، پژوهشگر در نهایت موفق شد که بر اساس نمونه گیری تصادفی سیستماتیک ۲۴۱ پرسش نامه را در سطح شهر تکمیل نماید. پس از گرد آوری داده ها با استفاده از نرم افزار آماری برای علوم اجتماعی به تجزیه و تحلیل داده ها پرداخته شده است. تجزیه و تحلیل داده ها در دو بخش توصیفی و استنباطی می باشد. در بخش استنباطی ابتدا از روش همبستگی پیرسون به آزمون فرضیات پرداخته شده و سپس برای مشخص ساختن تاثیر مستقیم و غیر مستقیم متغیرهای بر روی متغیر وابسته از تحلیل مسیر استفاده شده است.

### یافته های توصیفی

بر اساس یافته های توصیفی پژوهش، میانگین سنی مادران ۴۸ سال بوده است. ۲۱ درصد از آنان را افرادی شاغل تشکیل می دادند. ۲۲ درصد از زنان بی سواد، ۲۵ درصد سیکل، ۲۷/۵ درصد دیپلم، ۱۶ درصد فوق دیپلم، ۷/۵ درصد کارشناسی و ۱/۲ درصد کارشناسی ارشد و دکترا بودند.

### یافته های استنباطی

**فرضیه نخست:** به رابطه بین ارتباط با گروههای گوناگون و بهزیستی روانی مادران متعلق به آشیانه خالی مربوط می شود. این رابطه در سطح حد اقل ۹۵٪ اطمینان معنادار می باشد (Sig.T=۰/۰۳۱). با توجه به ضریب پیرسون (همان طور که در جدول ۱ آورده شده است) که برابر با ۰/۱۴۰ می باشد، متغیر ارتباط با گروههای گوناگون با بهزیستی روانی مادران رابطه معنادار و مثبت دارد. به این معنا که با افزایش ارتباط با گروه های گوناگون، بهزیستی روانی مادران نیز افزایش می یابد.

## جدول ۱- آزمون همبستگی متغیر ارتباط با گروههای گوناگون و بهزیستی روانی مادران

| متغیر                     | فراوانی | میانگین | انحراف معیار | ضریب پیرسون | سطح معناداری |
|---------------------------|---------|---------|--------------|-------------|--------------|
| ارتباط با گروههای گوناگون | ۲۴      | ۲۷/۰۵   | ۱۱/۱۳۶       | ۰/۱۴۰       | ۰/۰۳۱        |

**فرضیه دوم:** ت ارتباط تحصیلات با بهزیستی روانی بود. این فرضیه از روش آزمون پیرسون تأیید شده است و ارتباط معناداری و مثبت دو متغیر مشهود است. هرچه مادران از تحصیلات بالاتری برخوردار باشند، بهزیستی روانی بالاتری را تجربه می کنند.

## جدول ۲- آزمون همبستگی متغیر تحصیلات و بهزیستی روانی مادران

| متغیر                     | فراوانی | میانگین | انحراف معیار | ضریب پیرسون | سطح معناداری |
|---------------------------|---------|---------|--------------|-------------|--------------|
| ارتباط با گروههای گوناگون | ۲۴۱     | ۲/۶۴    | ۱/۲۷۴        | ۰/۱۸۲       | ۰/۰۰۵        |

**فرضیه سوم:** مربوط به رابطه استفاده از وسایل ارتباط جمعی و بهزیستی روانی مادران می باشد. نتایج در جدول شماره ۳ بیانگر این است که هرچه استفاده از وسایل ارتباط جمعی بیشتر باشد، بهزیستی روانی مادران نیز افزایش می یابد. با مقایسه میانگین دو زمان قبل (۱۳/۶۰) و بعد (۱۴/۱۱) از رفتن فرزند، مشخص می شود که استفاده از وسایل ارتباط جمعی بعد از جدائی فرزند از خانه افزایش یافته است.

## جدول ۳- آزمون همبستگی متغیر استفاده از وسایل ارتباط جمعی و بهزیستی روانی مادران

| متغیر                        | فراوانی | میانگین | انحراف معیار | ضریب پیرسون | سطح معناداری |
|------------------------------|---------|---------|--------------|-------------|--------------|
| استفاده از وسایل ارتباط جمعی | ۲۴۰     | ۱۴/۱۱   | ۲/۶۷۵        | ۰/۱۵۴       | ۰/۰۱۷        |

جدول ۴- عناصر مقایسه پیش و پس از جدایی فرزند از خانه در استفاده از وسایل ارتباط جمعی

| متغیر                     | زمان | میانگین | T     | سطح معناداری |
|---------------------------|------|---------|-------|--------------|
| استفاده از رسانه‌های جمعی | قبل  | ۱۳/۶۰   | ۲/۸۴۳ | ۰/۰۰۵        |
|                           | بعد  | ۱۴/۱۱   |       |              |

**فرضیه چهارم:** رابطه بین رضایت زناشویی و بهزیستی روانی مادران می باشد. با توجه به ضریب پیرسون ( $r=0/275$ ) متغیر رضایت زناشویی در جهت مثبت با بهزیستی روانی مادران در رابطه است (جدول شماره ۵). در آزمون T با مقایسه میانگین دو زمان قبل (۴۲/۰۵) و بعد (۴۳/۳۴) در جدول شماره ۶ مشخص می شود که رضایت زناشویی بعد از جدایی فرزند از خانه افزایش نیز یافته است.

جدول ۵- آزمون همبستگی متغیر رضایت زناشویی و بهزیستی روانی مادران

| متغیر         | فراوانی | میانگین | انحراف معیار | ضریب پیرسون | سطح معناداری |
|---------------|---------|---------|--------------|-------------|--------------|
| رضایت زناشویی | ۲۴۱     | ۴۳/۳۴   | ۱۰/۵۴۳       | ۰/۲۷۵       | ۰/۰۰۰        |

جدول ۶- عناصر مقایسه قبل و بعد جدایی فرزند از خانه در رضایت زناشویی

| متغیر         | زمان | میانگین | T    | سطح معناداری |
|---------------|------|---------|------|--------------|
| رضایت زناشویی | قبل  | ۴۲/۰۵   | ۴/۷۰ | ۰/۰۰۰        |
|               | بعد  | ۴۳/۳۴   |      |              |

**فرضیه پنجم:** بین اعتماد به نفس و بهزیستی روانی مادرانی متعلق به آشیانه خالی رابطه

وجود دارد

اعتماد به نفس لازمه بهزیستی و یکی از نشانه های سلامت فرد می باشد. این فرضیه نیز براساس آزمون همبستگی پیرسون تأیید شده است و رابطه بین این دو متغیر، رابطه ای مستقیم می باشد. به این معنا که با افزایش اعتماد به نفس، بهزیستی روانی مادران نیز افزایش می یابد این فرضیه با توجه به جدول شماره ۷، حداقل در سطح ۹۵ درصد اطمینان معنادار می باشد (Sig.T=۰/۰۰۰).

#### جدول ۷- آزمون همبستگی متغیر استفاده اعتماد به نفس و بهزیستی روانی مادران

| متغیر         | فراوانی | میانگین | انحراف معیار | ضریب پیرسون | سطح معناداری |
|---------------|---------|---------|--------------|-------------|--------------|
| رضایت زناشویی | ۲۴۱     | ۳۱/۰۴   | ۶/۳۶۸        | ۰/۲۹۶       | ۰/۰۰۰        |

**فرضیه ششم:** بین داشتن روابط صمیمی با دیگر اعضای خانواده و بهزیستی روانی مادران متعلق به آشیانه خالی رابطه وجود دارد

هر اندازه ارتباط مادر با دیگر اعضای خانواده بیشتر باشد بهزیستی روانی بالاتری خواهد داشت. چرا که وابستگی اش به یک فرزند کمتر است و کمتر در سلامت روانش اختلال ایجاد می شود. این فرضیه نیز در آزمون آماری تأیید شده است. با افزایش ارتباط با دیگر اعضای خانواده، بهزیستی روانی مادران نیز افزایش می یابد. براساس سطح معنا داری این فرضیه با توجه به جدول ۸، در سطح ۹۵ درصد معنادار می باشد (Sig.T=۰/۰۰۵).

#### جدول ۸- آزمون همبستگی متغیر ارتباط با دیگر اعضای خانواده و بهزیستی روانی مادران

| متغیر                        | فراوانی | میانگین | انحراف معیار | ضریب پیرسون | سطح معناداری |
|------------------------------|---------|---------|--------------|-------------|--------------|
| ارتباط با دیگر اعضای خانواده | ۲۴۱     | ۲۰/۷۸   | ۴/۹۵۵        | ۰/۱۸۲       | ۰/۰۰۵        |

**فرضیه هفتم:** بین وابستگی مادر به فرزند و بهزیستی روانی مادران متعلق به آشیانه خالی رابطه وجود دارد. با توجه به ضریب پیرسون که سطح معناداری برابر با ۰/۳۰۸ می باشد، متغیر وابستگی به فرزند با بهزیستی روانی مادران رابطه دارد. از آنجا که ضریب پیرسون مثبت می باشد، در

می‌یابیم که رابطه بین این دو متغیر، رابطه‌ی ای مستقیم است. به این معنا که با افزایش وابستگی به فرزند، بهزیستی روانی مادران نیز افزایش می‌یابد و با توجه به جدول شماره ۹، حداقل در سطح ۹۵ درصد اطمینان معنادار می‌باشد ( $\text{Sig. T} = 0/000$ ).

جدول ۹- آزمون همبستگی متغیر وابستگی به فرزند و بهزیستی روانی مادران

| متغیر                        | فراوانی | میانگین | انحراف معیار | ضریب پیرسون | سطح معناداری |
|------------------------------|---------|---------|--------------|-------------|--------------|
| ارتباط با دیگر اعضای خانواده | ۲۴۱     | ۱۴/۲۰   | ۳/۴۴         | ۰/۳۰۸       | ۰/۰۰۰        |

ارزیابی مدل تجربی تحقیق براساس تحلیل مسیر انجام شده است. در این رابطه اولین معادله‌ی رگرسیونی مربوط به تحلیل اثرگذاری متغیرهای مستقل روانی جهت پیش بینی متغیر وابسته اصلی بهزیستی روانی می‌باشد. بررسی نتایج مندرج در جدول ۱۰ نشان می‌دهد که رگرسیون دارای چهار مرحله می‌باشد. در مرحله اول وابستگی مادر به فرزند و در مرحله دوم اعتماد به نفس وارد معادله شده است. در مرحله سوم رضایت زناشویی و در مرحله چهارم داشتن روابط صمیمی با دیگر اعضای خانواده وارد معادله شدند. به طور کلی این متغیرها به میزان ۲۲/۶ درصد از واریانس متغیر اصلی (بهزیستی روانی) را توضیح می‌دهد ( $R^2 = 0/226$ ).

جدول ۱۰- عناصر متغیر مستقل روانشناختی درون معادله برای پیش بینی بهزیستی

| مرحله | نام متغیر                               | ضریب B | ضریب Beta | آزمون T | Sig. T | R <sup>2</sup> |
|-------|---|--------|-----------|---------|--------|----------------|
| اول   | وابستگی به فرزند                        | ۰/۶۲۹  | ۰/۲۹۲     | ۵/۰۸۹   | ۰/۰۰۰  | ۰/۰۹۵          |
| دوم   | اعتماد به نفس                           | ۰/۲۵۴  | ۰/۲۱۸     | ۳/۶۴۹   | ۰/۰۰۰  | ۰/۱۷۴          |
| سوم   | رضایت زناشویی                           | ۰/۱۳۱  | ۰/۱۸۷     | ۳/۱۰۱   | ۰/۰۰۲  | ۰/۲۱۴          |
| چهارم | داشتن روابط صمیمی با دیگر اعضای خانواده | ۰/۱۷۳  | ۰/۱۱۶     | ۱/۹۸۲   | ۰/۰۴۹  | ۰/۲۲۶          |

دومین معادله رگرسیونی مربوط به تحلیل چند متغیره، متغیر های مستقل فرهنگی جهت پیش بینی متغیر واسطه ای رضایت زناشویی می باشد. بعد از وارد کردن متغیرها، تنها متغیر ارتباط با گروه های گوناگون وارد معادله شد. همان طور که در جدول شماره ۱۱ مشاهده می شود، آزمون T نشان می دهد که ضریب بتا برای این متغیر در سطح ۹۹ درصد اطمینان از لحاظ آماری معنادار است. با توجه به میزان ( $T = 3/778$ ) و سطح معناداری ( $Sig.T = 0/000$ ) دارای همبستگی با متغیر است. این متغیر در مجموع توانست ۵/۷ درصد از واریانس این متغیر را تبیین کنند ( $R^2 = 0/057$ ). همچنین ضرایب رگرسیونی برای نمرات خام (B) و نمرات استاندارد شده (Beta) و نیز آزمون T برای ضرایب B را می توان در جدول شماره ۵ مشاهده نمود.

جدول ۱۱- عناصر متغیر مستقل فرهنگی درون معادله برای پیش بینی رضایت زناشویی

| مرحله | نام متغیر                 | ضریب B | ضریب Beta | آزمون T | Sig.T | R <sup>2</sup> |
|-------|---------------------------|--------|-----------|---------|-------|----------------|
| اول   | ارتباط با گروههای گوناگون | ۰/۲۲۹  | ۰/۲۳۸     | ۳/۷۷۸   | ۰/۰۰۰ | ۰/۰۵۷          |

سومین معادله ی رگرسیونی مربوط به تحلیل چند متغیره متغیر های مستقل فرهنگی جهت پیش بینی متغیر واسطه ای داشتن روابط صمیمی با دیگر اعضای خانواده می باشد. بررسی نتایج آماری مندرج در جدول شماره نشان می دهد که با سطح معناداری، معادله ی رگرسیون دارای یک مرحله می باشد. در این مرحله تنها استفاده از رسانه های جمعی وارد معادله شده است. این متغیر با میزان ( $T = 2/404$ ) و سطح معناداری ( $Sig.T = 0/017$ ) دارای همبستگی با داشتن روابط صمیمی با دیگر اعضای خانواده بوده است. براساس آماره های جدول شماره ۱۲ مذکور این متغیر می تواند ۲/۴ درصد از واریانس این متغیر را توضیح دهد ( $R^2 = 0/024$ ).

جدول ۱۲- عناصر متغیر مستقل فرهنگی درون معادله برای پیش بینی داشتن روابط صمیمی با دیگر اعضای خانواده

| مرحله | نام متغیر                 | ضریب B | ضریب Beta | آزمون T | Sig.T | R <sup>2</sup> |
|-------|---------------------------|--------|-----------|---------|-------|----------------|
| اول   | استفاده از رسانه های جمعی | ۰/۱۶۴  | ۰/۱۵۴     | ۲/۴۰۴   | ۰/۰۰۰ | ۰/۰۲۴          |

چهارمین معادله‌ی رگرسیونی مربوط به تحلیل اثرگذاری متغیرهای مستقل فرهنگی جهت پیش بینی متغیر وابسته اصلی (بهبودی روانی) می باشد. بررسی نتایج مندرج در جدول شماره ۱۳ نشان می دهد که با سطح معناداری معادله‌ی رگرسیون دارای یک مرحله می باشد که تنها تحصیلات وارد معادله شده است. این متغیر با میزان ( $\bar{T} = 2/994$ ) و سطح معناداری ( $\text{Sig. } \bar{T} = 0/003$ ) دارای همبستگی با بهبودی روانی بوده است. به طور کلی این متغیر به میزان ۳/۶ درصد از واریانس این متغیر وابسته اصلی (بهبودی روانی) را توضیح می دهند ( $R^2 = 0/036$ ).

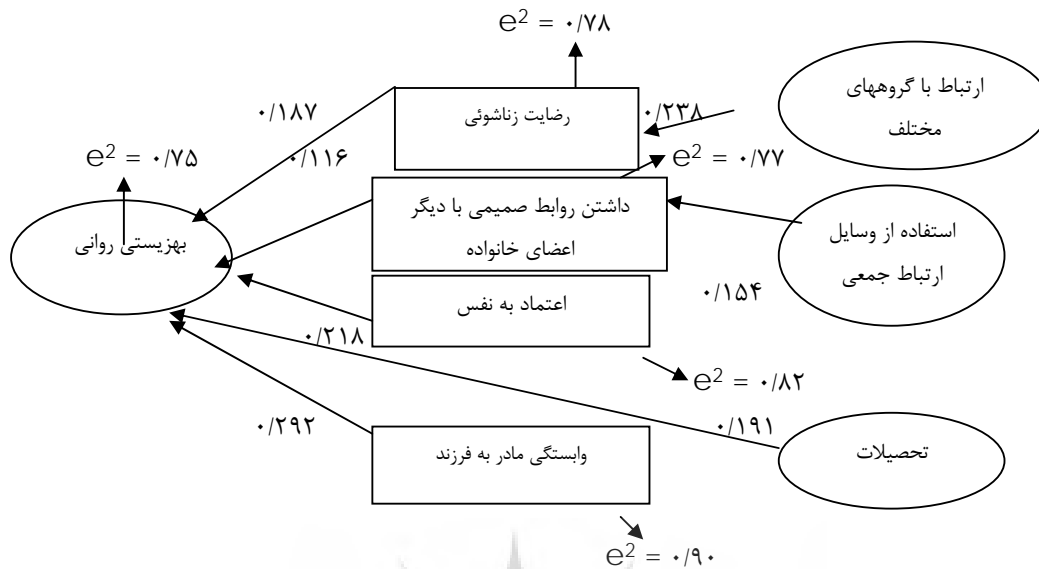
جدول ۱۳- عناصر متغیر مستقل فرهنگی درون معادله برای پیش بینی بهبودی روانی

| مرحله | نام متغیر | ضریب B | ضریب Beta | آزمون T | Sig.T | R <sup>2</sup> |
|-------|-----------|--------|-----------|---------|-------|----------------|
| اول   | تحصیلات   | ۱/۱۲۱  | ۰/۱۹۱     | ۲/۹۹۴   | ۰/۰۰۳ | ۰/۰۳۶          |

با توجه به نتایج آماری در جدول ۱۴، در میان متغیرهای مدل، بیشترین تاثیر مستقیم بر بهبودی روانی توسط متغیر وابستگی مادر به فرزند مشخص شده است. متغیر داشتن روابط صمیمی با دیگر اعضای خانواده، متغیری است که کمترین تاثیر مستقیم را داشته است. متغیر ارتباط با گروههای گوناگون بیشترین تاثیر غیر مستقیم بر بهبودی روانی مدران آشیانه خالی دارد.

جدول ۱۴- اثرات مستقیم، غیر مستقیم و کل متغیرهای مستقل و واسطه بر بهبودی روانی

| متغیرها                                 | اثر مستقیم | اثر غیر مستقیم | اثر کل |
|---|------------|----------------|--------|
| استفاده از رسانه های جمعی               | -          | ۰/۱۵۴          | ۰/۱۵۴  |
| ارتباط با گروه های گوناگون              | -          | ۰/۲۳۸          | ۰/۲۳۸  |
| تحصیلات                                 | ۰/۱۹۱      | -              | ۰/۱۹۱  |
| رضایت زناشویی                           | ۰/۱۸۷      | -              | ۰/۱۸۷  |
| اعتماد به نفس                           | ۰/۲۱۸      | -              | ۰/۲۱۸  |
| وابستگی مادر به فرزند                   | ۰/۲۹۲      | -              | ۰/۲۹۲  |
| داشتن روابط صمیمی با دیگر اعضای خانواده | ۰/۱۱۶      | -              | ۰/۱۱۶  |



شکل ۲- مدل تحلیل مسیر

### بحث و نتیجه گیری

این پژوهش به دنبال بررسی عوامل فرهنگی و روان‌شناختی موثر بر بهزیستی روانی مادرانی که در شرایط آشیانه خالی قرار دارند، می‌باشد. در این پژوهش نظریات تغییر فصول مک کلند، بهزیستی ذهنی دینر، هویت اکنل و نوتمن مورد بررسی قرار گرفت. رابطه معناداری فرضیه‌ها از روش آزمون پیرسون انجام گرفت و در آخر برای تشخیص تاثیرات مستقیم و غیر مستقیم متغیرها بر روی متغیر وابسته تحلیل مسیر انجام گرفت.

نخستین متغیری که مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت متغیر ارتباط با گروه‌های گوناگون بود. چنانچه نتایج حاصل از آزمون نشان می‌دهد بین ارتباط با گروه‌های گوناگون همبستگی وجود دارد. این فرضیه با پشتوانه تئوریک کار (Carr, 2004) می‌باشد که معتقد است بین ائتلاف با گروه‌های بزرگتر و بهزیستی ذهنی هماهنگی وجود دارد. علت این امر را می‌توان چنین بیان داشت که گروه جامعه‌ای بزرگتر از خانواده می‌باشد و پلی میان خانواده و جامعه است. هنگامی که فرد رابطه‌اش فراتر از روابط خانوادگی است نشان دهنده این است که اعتماد به نفس بالاتری دارد، روابط اجتماعی بالاتری دارد، در زندگی هدفمندتر عمل می‌کند. در نتیجه بهزیستی روانی بالاتری را تجربه می‌کند.



از یافته‌های پژوهش می‌توان این‌گونه نتیجه‌گرفت که هر چه تحصیلات بالاتر رود، بهزیستی روانی نیز افزایش می‌یابد. این نتیجه با دیدگاه ریف (Ryff, 1989) در ارتباط با همبستگی بین رشد فردی و بهزیستی روانی هماهنگی داشته است. به نظر می‌رسد علت تأیید این نظریه از این موضوع ناشی می‌شود که افراد با تحصیلات بیشتر، افرادی نیستند که صرفاً سواد بیشتری داشته باشند بلکه افرادی هستند که آگاهی بیش‌تری دارند و نسبت به موقعیت‌های پیش‌آمده می‌توانند آگاهانه‌تر برخورد کنند و عکس‌العمل واقع‌بینانه‌تری از خود نشان دهند.

مادرانی که از وسایل ارتباط جمعی بیشتر استفاده می‌کنند، بهزیستی روانی بیش‌تری را تجربه می‌کنند. این فرضیه مبنی بر دیدگاه دینر (Diener, 1984) بر اینکه افراد شاد قادر هستند، احساسات مثبت متعادلی را حتی در زمان اوقات فراغت خود تجربه کنند (که مسلماً شاد بودن وجهی از بهزیستی روانی نیز می‌باشد) می‌باشد. بنظر می‌رسد دلیل اینکه استفاده از رسانه‌های جمعی با بهزیستی روانی مادران رابطه دارد می‌تواند از این امر ناشی شود که استفاده مطلوب از اوقات فراغت و لذت بردن از آن و با این حال، کسب آگاهی و تجربه احساس رضایتمندی و عدم اتلاف وقت در فرد ایجاد می‌کند که موجب افزایش بهزیستی روانی می‌شود. در آزمون T که انجام شد، میزان این متغیر بعد از رفتن فرزند(ان) افزایش می‌یابد. این می‌تواند این‌گونه تبیین شود که مادر بعد از رفتن فرزند(ان) احساس خلا می‌کند و برای پر ساختن این خلا و تنهایی استفاده از وسایل ارتباط جمعی اش افزایش می‌یابد.

فرضیه بعدی به بررسی وجود رابطه بین رضایت زناشویی و بهزیستی روانی مادر می‌پردازد. نتایج پژوهش بیانگر وجود رابطه بین متغیر رضایت زناشویی و بهزیستی روانی مادر می‌باشد، یعنی هرچه رضایت زناشویی افزایش یابد، بهزیستی روانی بالاتری خواهد داشت. این فرضیه با توجه به پشتوانه نظریه بهزیستی ذهنی دینر (Diener, 1984) که یکی از شاخص‌های بهزیستی ذهنی رضایت از زندگی می‌باشد، قرار دارد. رضایت زناشویی بخشی از رضایت از زندگی می‌باشد که با افزایش آن بهزیستی روانی نیز افزایش می‌یابد. بنظر می‌رسد دلیل اینکه بین رضایت زناشویی و بهزیستی روانی رابطه وجود دارد می‌تواند از این امر ناشی شود که رضایت زناشویی احساس آرامش و آسودگی، امنیت، تعلق خاطر، عدم تنهایی را به همراه دارد و این موارد ویژگی‌های مهمی هستند برای اینکه فرد احساس بهزیستی بالایی را تجربه کند. در آزمون T که انجام شد، میزان این متغیر بعد از رفتن فرزند (ان) افزایش یافت. این می‌تواند نشان دهنده این باشد که بعد از رفتن فرزند (ان) رابطه زن و شوهر بهبود می‌یابد و بازگشتی به دوران ابتدایی زندگی (زمانی که هنوز فرزندی نداشتند) خواهند داشت. این نتیجه‌گیری هماهنگ با نتیجه‌گیری داچر، وایت و ادواریس و گزارش گلن از مطالعه پیمایش‌های ملی آمریکا می‌باشد و با نظر بلود و ولف هماهنگ نمی‌باشد.

اعتماد به نفس در بهزیستی روانی نقش به سزایی دارد. این فرضیه با توجه به نظریه ریف در ارتباط با پذیرش خود قرار گرفته است. به نظر می رسد که دلیل اینکه بین اعتماد به نفس و بهزیستی روانی مادر ارتباط دارد از این امر ناشی می شود که فرد با اعتماد به نفس بالا دارای استقلال بیشتری نیز می باشد و وابستگی اش نیز کمتر است و بعد از رفتن فرزند کمتر دچار آسیب می شود. فرد با اعتماد به نفس به دنبال چاره جوئی و حل مسئله است و در مقابل بحران ایستادگی می کند.

هنگامی که مادر روابطش با دیگر اعضای خانواده نیز صمیمی باشد، کمتر فقدان فرزند (ان) رفته از خانه را احساس می کند. این فرضیه با توجه به نظر آرگل در ارتباط با اینکه روابط صمیمی با تعداد کمی از افراد و داشتن روابط حمایتی صمیمی با اعضای خانواده منجر به بالا رفتن بهزیستی ذهنی افراد می شود، قرار دارد. بنظر می رسد که دلیل اینکه بین روابط صمیمی با دیگر اعضای خانواده و بهزیستی روانی مادر رابطه دارد از این امر ناشی می شود که فردی که روابط صمیمی با دیگر اعضای خانواده دارد، از حمایت بیشتری برخوردار است، رابطه دوستانه بیشتری را تجربه می کند و کمتر احساس تنهایی می کند.

آخرین فرضیه به بررسی وجود رابطه بین وابستگی به فرزند و بهزیستی روانی مادر می پردازد. نتایج پژوهش دال بر اثبات این فرضیه بود. یعنی هر وابستگی به مادر زیادتر بیشتر باشد، بهزیستی روانی بالاتر خواهد بود. البته تایید شدن این فرضیه بر اینکه مادران باید به فرزندانشان وابسته باشند تاکید ندارد. بلکه مادران باید تلاش کنند که از وابسته شدن به فرزندانشان از همان بدو کودکی اجتناب کنند تا در مراحل بعدی زندگی (نظیر ترک فرزند از خانه) دچار صدمات روحی نشوند.

در تحلیل نهایی مدل تحلیل مسیر مشخص شد که وابستگی مادر به فرزند بیشترین تاثیر مستقیم و متغیر ارتباط با گروههای گوناگون بیشترین رابطه غیرمستقیم با بهزیستی روانی مادران آشیانه خالی دارند.

### References

- 1- Artson, B. (1978). "Mid-life women: home makers, volunteers, professionals". *Published Doctoral Dissertation*, California school of professional psychology, Berkeley.
- 2- Carr, A. (2004). *Positive psychology*. New York, Brunner-Routledge.
- 3- Dennerstiein, L. Dudley, E and Guthrie, J. (2002). *Empty nest or revolving Door? A arospective study of womens quality of life in midlife during the phase of children leaving and re-entering the home*. Psychological medicine. Cambridge University Press.

- 4- Deutscher, I. (1969) "From parental to post-parental life". *Sociological Symposium* 3 (fall), 47-60.
- 5- Christopher, J.C. (1999). "Situating psychological well-being: exploring the cultural roots of its theory and research". *Journal of Counseling and Development*, 77, 147-148.
- 6- Diener, E. (1984). Subjective well-being psychological bulletin, 543.
- 7- Diener, E. (2000). "Subjective well-being: The Science of Happiness and a Proposal". *American Psychologist*, 55, 34-43.
- 8- Glenn, N. D (1975). "Psychological well-being in the postparental stage: some evidence from national surveys". *Journal of Marriage and the Family*, February, 105-110.
- 9- Lai, H. (2002). "Transition to the empty nest: A phenomenological study". *Tzu Chi Nursing Journal*, 1(3): 88-94.
- 10- Lotf abadi, H (1999). *Development psychology* 2. Tehran: Study organization and collection of human study books of universities (samt) (in persian).
- 11- Lowental, M.F. and Chiriboga, D. (1972). "Transition to the empty nest: Crisis, challeng, or relief?". *Archives of General Psychiatry*, 26, 8-14.
- 12- Notman, M. (1980). "Changing roles for women at midlife. In W. Notman and T. Scaramella (Eds.)". *Mid-life: Developmental and Clinical Issues*. New york. Brunner. Mazel.
- 13- Notman, M. Zilbach, J., Miller, J., and Nadelson, (1986). "Themes in psychoanalytic understanding of women: some reconsiderations of autonomy and affiliation". *Journal of the American Academy of Psychoanalysis*. 14(2), 241-253.
- 14- Neiley Ritter. E. (2006). "Understanding the empty nest transition". [Online]. <www.empty nest moms>.
- 15- O'connell, A.N. (1976). "The relationship between life study and identity synthesis and resynthesis in traditional, neotraditional and nontraditional women". *Journal of Personality*. 44, 675-688.
- 16- Raup, J. Myers, J. (1989). "The empty nest syndrome: myth or reality?" *Journal of Counseling and Development*. 68, 180-183.
- 17- Ryff, C.D. (1989a). "Beyond ponce de leon and life satisfaction: new directions in quest of successful ageing". *International Journal of Behavioral Development*, 12, 35-55.
- 18- Ryff, C. and Keyes, C. (1995). "The structure of psychological well-being revisited". *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727.
- 19- Shibley, J. (1996). *The psychology of women*. Trans by Akram Khamseh, Tehran: Agah publications (in persian).
- 20- With, I and Edwards, J.T (1990). "Emptying the nest and parental well-being: An analysis of national panel data". *American sociological review*, 55(2), 235-242.



پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی