

# راهبردهای مقابله‌ای زنان با شرایط پس از طلاق

کیما واعظی<sup>۱</sup>

## چکیده

تاریخ دریافت: ۱۳۹۵/۱۰/۲۵ - تاریخ پذیرش: ۱۳۹۶/۵/۱۳

**هدف:** هدف این مطالعه، بررسی راهبردهای مقابله‌ای زنان مطلقه با شرایط پس از طلاق است. **روش:** مطالعه کیفی حاضر با روش تحلیل تماتیک و از طریق مصاحبه نیمه ساختار یافته با شرکت ۲۱ زن مطلقه ساکن شهرستان بانه انجام گرفت. نمونه‌گیری به روش هدفمند انجام شد و تا رسیدن به اشباع داده‌ها ادامه یافت. **یافته‌ها:** تحلیل داده‌های کیفی حاکی از دو نوع راهبرد مقابله‌ای شامل راهبردهای سازگاران و راهبردهای ناسازگاران در مقابله با شرایط پس از طلاق در میان زنان مطلقه بود. **نتیجه‌گیری:** نتایج پژوهش حاضر نشان داد که کاربرد راهبردهای مقابله‌ای در زنان مطلقه با توجه به توان فردی، حمایت خانوادگی و اجتماعی و نیز سرمایه اقتصادی- اجتماعی‌ای که در اختیار دارند، متفاوت است. شناخت راهبردهای مقابله‌ای زنان با شرایط پس از طلاق درک جامعتری از نیازهای آنان به دست می‌آورد، بر همین اساس توانمندسازی زنان مطلقه، آموزش شیوه‌های سازگاری، تقویت زمینه‌های حمایت خانوادگی و فرصت‌های اجتماعی از جمله اقداماتی است که منجر به افزایش سازگاری زنان با شرایط پس از طلاق خواهد شد.

**واژه‌های کلیدی:** راهبردهای مقابله‌ای، طلاق، زنان مطلقه.

## مقدمه

امروزه طلاق به عنوان مسئله‌ای جهانی توجه بسیاری از متخصصان را به خود جلب

۱. کارشناس ارشد مددکاری اجتماعی، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران، ایران. kvaezi3000@gmail.com

کرده است. طی قرن بیستم به دنبال افزایش جمعیت و تغییر در نظام فرهنگی در بسیاری از نقاط جهان به ویژه در جوامع صنعتی، میزان طلاق روندی افزایشی به خود گرفته است (مسعودی نیا، بانکی پورفرد و قلی زاده ۱۳۹۴). آمار و ارقام نشان از آن دارد که ایران چهارمین کشور پرطلاق در دنیاست (حفاریان و آقایی، کجباف و کامکار، ۱۳۸۸؛ آریاپوران، امیری منش و اصلانی، ۱۳۹۲). در عین حال که طلاق تهدیدی جدی برای واحد زناشویی است (محسن زاده، محمد نظری، عارفی، ۱۳۹۰: ۹) پیامدهای منفی روانی، جسمانی، اجتماعی و اقتصادی (محسن زاده و همکاران، ۱۳۹۰؛ زارعی، مرقاتی خویی، تقدیسی، صلحی، نجات و همکاران، ۱۳۹۲؛ زارعان، ۱۳۹۵) و حتی معنوی بسیاری را به همراه دارد (زارعی، صلحی، تقدیسی، کمالی، شجاعی زاده و نجات مرقاتی، ۱۳۹۳). آثار طلاق بر زنان به ویژه زنانی که فاقد استقلال و پناهگاه هستند منجر به پدید آمدن زمینه‌های سقوط شخصیتی، برهم خوردن تعادل روانی - اجتماعی و انحرافات اجتماعی می‌شود (زایرزاده و پیرخائفی، ۱۳۹۳؛ حفاریان و همکاران، ۱۳۸۸). طلاق معمولاً به عنوان اتفاقی ناخوشایند و اختلالی اجتماعی<sup>۱</sup> نگریسته می‌شود (ساویلسکو و سندبرگ<sup>۲</sup>، ۲۰۰۸) و تحقیقات بسیاری تلاش کرده‌اند پیامدهای ناشی از این پدیده را به ویژه در زنان بررسی نمایند. مشکلات اقتصادی، زندگی در تنهایی و همراه با افسردگی و ناامیدی و نیز نگرش نادرست جامعه نسبت به زنان مطلقه و بیوه در نبود همسرانشان، آنان را در رابطه اجتماعی و حضور در اجتماع با مشکلات عدیده‌ای روبرو می‌کند (آریاپوران و همکاران، ۱۳۹۲). زنان مطلقه در بسیاری از جوامع اغلب از سطح مشارکت اجتماعی و اشتغال پایین‌تری برخوردارند و در سطوح پایین‌تر آموزش قرار دارند (بیکل<sup>۳</sup>، ۲۰۰۶). جبریل<sup>۴</sup> (۲۰۱۴) نشان داد که تحرک اجتماعی، تغییر نقش و کنش و واکنش اجتماعی از پیامدهای طلاق است. طلاق به شیوه‌های گوناگون کنش اجتماعی

1. social disorder.

2. Savulescu, J & Sandberg, J.

3. Bekele, S.

4. Jibril, S.

افراد را تحت تأثیر قرار می‌دهد و به طور قطع برگسستگی روابط بین افراد مطلقه و شبکه‌های پیشین اجتماعی تأکید دارد (جیبرل، ۲۰۱۴). پذیرش زنان در عرصه فعالیت‌های اجتماعی به ویژه محیط کار نیز متأثر از وضعیت تأهل است؛ به عبارت دیگر، بین زن متأهل و مطلقه متقاضی کار تفاوت وجود دارد. زنان مطلقه شانس کمتری برای مشارکت‌های اجتماعی دارند و این ناشی از مطلقه بودن و عدم اطمینان و اعتبار در جامعه است (زارعی و همکاران، ۱۳۹۳). قطبی، هلاکویی نائینی، جزایری و رحیمی (۱۳۸۳) دریافتند عدم امنیت اجتماعی در زنان مطلقه بیش از مردان است. زایرزاده و پیرخانی (۱۳۹۳) به بررسی سطوح خود متمایزیافتگی در زنان مطلقه و رابطه آن با سبک‌های مقابله با فشار روانی پرداختند و نشان دادند که زنان مطلقه با سطح خود متمایزیافتگی بالا به سبک متمرکز بر حل مسأله و زنان با سطح پایین خود متمایزیافتگی، به سبک متمرکز بر هیجان و اجتناب گرایش دارند. مطالعه حفاریان و همکاران (۱۳۸۸) نشان از کیفیت زندگی پایین زنان مطلقه نسبت به زنان غیر مطلقه داشت. زارع، وفایی و احمدی (۱۳۹۳) دریافتند که یکی از راهکارهای زنان مطلقه با سازگاری طلاق، راهبرد معنوی است که زنان مطلقه در سازگاری با پدیده طلاق از طریق توکل به خدا، باور به حمایت خدا، انجام مناسک مذهبی و تسلیم معنوی از خود بروز می‌دهند. شالکویک<sup>۱</sup> (۲۰۰۶) در مطالعه‌ای به بررسی تجربه زیسته زنان از طلاق پرداخت. او به این نتیجه دست یافت که طلاق برای زنان دارای پیامدهای منفی متعددی است. تجربه زنان در این مطالعه مشتمل بر تجربه احساس تنهایی مجدد، اضطراب و محدودیت و احیا و نوسازی خود بود. توماس و رایان<sup>۲</sup> (۲۰۰۸) در مطالعه‌ای کیفی با عنوان درک زنان از تجربه طلاق نشان دادند که تجربه طلاق برای زنان همراه با ایجاد فرصت‌های رشد و تحول است و این رشد از طریق انتقال به مراحل دیگر زندگی صورت می‌گیرد.

1. Schalkwyk, J.  
2. Thomas, c & Ryan, M.

برخلاف کشورهای غربی که در بیشتر مواقع طلاق با توافق طرفین و در فضایی مسالمت آمیز اتفاق می‌افتد، در ایران با ایجاد تنش و استرس در خانواده‌ها به وقوع می‌پیوندد (واعظی، ۱۳۹۴). جوامع غربی به این دلیل که از مرحله گذار عبور کرده‌اند و جامعه را به سمت یک ثبات نسبی سوق داده‌اند، کمتر با تبعات طلاق در جامعه مواجه می‌شوند. در این گونه جوامع زوج‌ها پس از جدایی بدون هیچ نگرانی به زندگی خود ادامه می‌دهند؛ چرا که مطلقه بودن در این جوامع نه تنها امری ناپسند و نکوهیده نیست بلکه امری بسیار عادی تلقی می‌شود (موسویان، ۱۳۸۶). نظریه اینکه طلاق در جامعه ایرانی و در بافت فرهنگی مورد مطالعه پدیده‌ای نامطلوب تلقی می‌شود که دارای پیامدهای بسیاری برای افراد به ویژه زنان است بنابراین مطالعه حاضر با هدف پاسخگویی به این سؤال انجام گرفت که: راهبردهای مقابله‌ای زنان با شرایط پس از طلاق چگونه است؟ و اساساً از کدام راهبردها بهره می‌گیرند؟

## روش

در این پژوهش به منظور بررسی راهبردهای مقابله‌ای زنان با شرایط پس از طلاق از روش کیفی از نوع تحلیل تماتیک یا تحلیل مضمون استفاده شد. در پژوهش‌های کیفی به مطالعه امور طبیعی زیستی پرداخته می‌شود و ماهیت واقعی پدیده‌ها از منظر افراد تفسیر می‌شود (اسپینا<sup>۱</sup>، ۲۰۰۴). نمونه‌های مورد مطالعه شامل ۲۱ نفر از زنان مطلقه با محدوده سنی ۲۰-۳۷ سال در سال ۱۳۹۴ در شهرستان بانه بود که دسترسی به آنان از طریق مراجعه به «انجمن زنان» و «انجمن خیریه هدیه» میسر شد. پس از اینکه نمونه‌های نخست مورد مصاحبه قرار گرفتند؛ خود رابطی برای دستیابی به نمونه‌های بعدی شدند و از این طریق برقراری ارتباط با شبکه‌ای از نمونه‌ها فراهم شد. نمونه‌ها با استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند و با حداکثر تنوع از نظر سن، سطح تحصیلات و اشتغال انتخاب

1. Ospina, S.

شدند. معیارهای ورود به این مطالعه عبارت بودند از: داشتن تجربه طلاق، گذشت حداقل ۲ سال از طلاق و رضایت آگاهانه برای شرکت در مطالعه. معیارهای خروج از مطالعه نیز در آستانه طلاق بودن و طلاق در دوران نامزدی در نظر گرفته شد.

نمونه‌گیری هدفمند تا رسیدن به اشباع داده‌ها ادامه یافت. اشباع داده‌ها زمانی رخ می‌دهد که طبقه جدیدی از داده‌ها قابل استخراج نیست. برای جمع‌آوری داده‌ها از مصاحبه‌های عمیق نیمه ساختاریافته استفاده شد. چند سؤال کلی به عنوان راهنمای مصاحبه طراحی گردید؛ به عنوان مثال «چی شد که از همسرتون جدا شدید؟»، «بعد از طلاق با چه مشکلاتی مواجه شدید؟»، «چطور با این مشکلات کنار اومدید؟». با توجه به پاسخ‌های مشارکت‌کنندگان، سؤالات بعدی از آنان پرسیده شد. تعدادی از مصاحبه‌ها در منزل شرکت‌کنندگان و تعدادی نیز در اتاق مشاوره انجمن خیریه «هدیه» صورت گرفت. هر مصاحبه توسط دستگاه دیجیتالی ضبط گردید. طول مصاحبه‌ها از ۳۰ الی ۹۰ دقیقه متغیر بود و در مجموع ۲۱ مصاحبه انجام شد.

برای تحلیل یافته‌ها ابتدا هر مصاحبه با دقت گوش داده شد، سپس مصاحبه‌ها کلمه به کلمه روی کاغذ پیاده شد. عبارت و جملات مهم تعیین شده و کد اولیه تنظیم شد، سپس براساس معنای کشف شده از جملات و عبارات، کدهایی که با هم شباهت داشتند در هم ادغام شد. بعد از چندین بار وارسی و بازخوانی مقوله‌های اصلی و فرعی مشخص شدند.

برای اطمینان از اعتبار<sup>۱</sup> یافته‌ها، محقق زمان کافی جهت جمع‌آوری داده‌ها در نظر گرفت و به منظور اطمینان از قابلیت داده‌ها<sup>۲</sup> محقق درگیری طولانی مدت با داده‌ها را حفظ کرد. درگیری مستمر ذهنی با داده‌ها، افزایش وسعت اطلاعات و عمق اطلاعات را امکان‌پذیر نمود. برای بررسی ارزش واقعی بودن پس از شناسایی مولفه‌ها به مصاحبه‌شوندگان رجوع شد تا مقوله‌های به دست آمده را تأیید نمایند تا در صورت نیاز

1. validity.

2. trustworthiness.

مقوله‌ها اصلاح شوند. موازین اخلاقی گمنام بودن، محرمانه بودن اطلاعات، کسب اجازه ضبط صوتی مصاحبه‌ها و حق کناره‌گیری در زمان دلخواه از مواردی بودند که در این مطالعه رعایت شد.

### یافته‌ها

چنانچه در بحث روش‌شناسی ذکر شد، یافته‌های تحقیق از طریق مصاحبه عمیق نیمه ساختاریافته با ۲۱ نفر از زنان مطلقه شهرستان بانه گردآوری شد. جدول (۱) ویژگی‌های دموگرافیک شرکت‌کنندگان در مطالعه را نشان می‌دهد.

جدول ۱: توصیف مشخصات جمعیت‌شناختی مشارکت‌کنندگان تحقیق

تعداد پاسخگویان	طبقات	متغیرهای زمینه‌ای
۵	۲۰ - ۲۴	گروه‌های سنی
۶	۲۵ - ۲۹	
۶	۳۰ - ۳۴	
۴	۳۵ - ۴۰	
۴	زیردیپلم	تحصیلات
۷	دیپلم	
۳	فوق دیپلم	
۴	کارشناسی	
۳	کارشناسی ارشد	
۱۳	شاغل	وضعیت اشتغال
۸	غیرشاغل	
۱۰	۲ - ۴	طول مدت طلاق (به سال)
۹	۵ - ۹	
۲	۱۰ - ۱۵	

تعداد پاسخگویان	طبقات	متغیرهای زمینه‌ای
۷	پایین	طبقه اجتماعی
۱۰	متوسط	
۴	بالا	
۱۱	فاقد فرزند	وضعیت فرزند
۱۰	دارای فرزند	
۲۱		جمع پاسخگویان

یافته‌های حاصل از راهبردهای سازگاری زنان پس از طلاق در قالب کدگذاری باز، کدگذاری محوری و کدگذاری انتخابی در جدول زیر نشان داده شده است.

جدول شماره (۲): راهبردهای مقابله‌ای زنان پس از طلاق

مقوله اصلی	مقوله‌های فرعی
راهبردهای سازگارانه	توکل به خدا اتکا به خود شناخت خویشتن واقع گرایی افزایش تاب آوری ادامه تحصیل پذیرش و حمایت خانوادگی استفاده از خدمات درمانی عضویت در گروه‌های خودیار عضویت در تشکل‌های مذهبی اشتغال شراکتی
راهبردهای ناسازگارانه	تسلیم شدن بی قید و شرط انزوا و دوری گزینی راهبرد هیجان محور (خودکشی، بیقراری، عدم خویشتن داری و...) گریز از ازدواج مجدد ناسازگاری با خانواده

## راهبردهای سازگارانه

یکی از راهبردهای مقابله‌ای زنان پس از طلاق، استفاده از راهبردهای سازگارانه است. شرکت‌کنندگان به کرات بیان کردند که در مواجهه با دشواری‌های زندگی بعد از طلاق تلاش نموده‌اند به انحاء مختلف با مشکلات خود مواجه شده و در کنکاش درونی به تقویت باورهای معنوی پرداخته و برای کسب هویتی جدید، مستقل و رو به رشد گام بردارند.

منظور از راهبردهای سازگارانه این است که مشارکت‌کنندگان با تجربه رشد فردی، افزایش آگاهی، اتکای به خود و تاب آوری در مشکلات با واقعیت زندگی خود مواجه شده و در جهان زیسته خود هویتی جدید را جستجو می‌کنند که با شرایط و نقش‌های جدید آنان در زندگی سازگار شود.

مشارکت‌کنندگان با کاربردی این راهبرد سعی دارند تا با فشار و استرس ناشی از طلاق به شیوه‌ای خاص و هدفمند سازگار شوند؛ به گونه‌ای که از منظر برخی از شرکت‌کنندگان، چه بسا اگر تجربه گسست زناشویی در زندگی آنان اتفاق نمی‌افتاد هرگز به شناخت خویشتن، واقع‌گرایی، اتکا به خود و... نائل نمی‌آیند و از این رو طلاق را پدیده‌ای معنادار در زندگی خود تعبیر نمودند.

با توجه به اینکه طلاق دارای پیامدهای متعددی برای زنان است، بسیاری از شرکت‌کنندگان در سازگاری با زندگی پس از طلاق از خانواده به عنوان نقش محوری نام بردند. خانواده به عنوان اولین نهاد اجتماعی کارکردهای مختلفی از جمله جامعه‌پذیری، تأمین نیازهای عاطفی و اقتصادی، تأمین امنیت و آرامش و... را برعهده دارد و بر همین اساس یکی از مهمترین منابع حامی و پشتیبان در شرایط بحرانی و دشوار برای افراد تلقی می‌گردد چنانچه بسیاری از شرکت‌کنندگان در این مطالعه گزارش دادند که همراهی و حمایت خانواده نه تنها پذیرش طلاق را به عنوان رخدادی واقع شده در زندگی برای آنان تسهیل ساخته بود بلکه در اثر حمایت‌های پایدار اعضای خانواده زمینه سازگاری با زندگی پس از طلاق نیز سریع‌تر صورت گرفته بود. برخی از شرکت‌کنندگان بیان کردند که



پذیرش طلاق از سوی خانواده، دریافت حمایت‌های عاطفی، تلاش خانواده برای اشتغال و حمایت در به عهده گرفتن حضانت فرزندان از جمله راهبردهایی بود که سازگاری با زندگی پس از طلاق را در آنان افزایش داده بود.

جامعه دارای پتانسیلی بالقوه است که زنان مطلقه می‌توانند از آن به عنوان یک فرصت جهت سازگاری بهتر استفاده کنند. برخی از شرکت‌کنندگان معتقد بودند که علیرغم اینکه در شهرستان بانه طلاق برای زنان یک برچسب اجتماعی تلقی می‌شود، اما بعد از طلاق همچنان در جامعه و به طور مستمر حضور فعال داشته‌اند؛ به طوری که توانسته‌اند از خدمات موجود در جامعه در مسیر سازگاری و توانمندسازی خود بهره بگیرند. حضور در جمع گروه‌های خودیار با داشتن زمینه‌ها و مسائل مشترک و فرصت بازگویی و به اشتراک گذاری تجربیات شخصی و رشد فردی و اجتماعی، استفاده از خدمات درمانی، روانپزشکی و روانشناختی در راستای کاهش پیامدهای منفی طلاق و بهبود کارکردهای جسمانی و روانی، عضویت در تشکل‌ها و انجمن‌های مذهبی مختلف و روی آوری به اشتغال شراکتی و افزایش تولید و بهبود وضعیت اقتصادی از جمله راهبردهایی بود که زنان مطلقه در این مطالعه گزارش دادند. جدول شماره (۳) عبارات و نقل قول‌های مرتبط با راهبردهای سازگاران را نمایش می‌دهد.

جدول شماره (۳): راهبردهای سازگاران

مقوله اصلی	مقوله‌های فرعی	محتوا و عبارات مهم
راهبردهای سازگاران	رشد باورهای معنوی	طلاق تو فرهنگ ما به چیز بده مخصوصا برای زن‌ها اما توکل به خدا نمی‌ذاره به حرف و نگاه و طعنه دیگران اهمیت بدم. اگه خدا نبود حتما به بلایی سر خودم می‌آوردم. همه چی رو سپردم به خودش.
	اتکا به خود	بعد از جدایی تونستم به خودم متکی باشم در هر کار و هر مسأله‌ای! به جوری که خانواده ام بیشتر از سابق بهم اعتماد دارن.
	شناخت خویشتن	خودم رو بیشتر شناختم. ضعف و قوت‌های درونیم بیشتر برام معلوم شد. بعد از طلاق و مرور همه اون اتفاقات و خاطرات تازه فهمیدم که کجا اشتباه کردم و کجاها مشکل از خودم بوده.

مقوله اصلی	مقوله‌های فرعی	محتوا و عبارات مهم
	واقع‌گرایی	طرز فکرم خیلی عوض شده با اینکه طلاق برای هر زنی خیلی سخته اما باعث شد دنیا رو با یه عینک دیگه ببینم. قبلا همه چی در نظرم یا سفید بود یا سیاه اما الان رنگ‌های دیگه‌ای هم می‌بینم و متوجه شدم دنیا و زندگی اون چیزی نبود که من فکر می‌کردم و واقعیت‌های زندگی رو ندیده بودم.
	تاب آوری	احساس می‌کنم قدرت تحملم در مشکلات بیشتر شده. برام مهم نیست دیگران چی میگن، مهم اینه که من خودمو باور داشته باشم. زندگی پراز مشکل و سخته. یکیش هم طلاقه! اگر مقاومت نکنی زندگی رو می‌بازی و من الان مقاوم‌تر از همیشه شدم.
	ادامه تحصیل	بعد از طلاق فرصتی برای ادامه تحصیل فراهم شد. اینطوری تونستم کم‌کم به خودم پیام و از اون حساسیت و زودرنجی دور بشم و کمتر به مشکلاتم فکر کنم.
	پذیرش و حمایت خانوادگی	واکنش خانواده‌ام به جداییمون خیلی منطقی بود. براشون خیلی سخت بود اما بهم گفتن اگر نمیتونی کسی مجبور نمیکنه به این زندگی ادامه بدی و چون تصمیم جدی برای طلاق داشتیم، خانواده به تصمیمم احترام گذاشتن.
	بهره‌گیری از خدمات درمانی	۱ سال زیر نظر روانپزشک بودم و مرتب دارو مصرف می‌کردم. بعد از اون هم چند ماهی تحت مشاوره بودم. تا اینکه فهمیدم باید با طلاق کنار اومد و نباید نگران حرف دیگران باشم، چون مردم در هر حالتی حرف خودشون رو می‌زنن و نظر میدن.
	عضویت در گروه‌های خودیار	در انجمن زنان عضوم. بیشتر اعضای اون تجربه طلاق دارن. احساس میکنم من تنها نیستم و زنان زیادی هستن که طلاق گرفتن و تونستن به خوبی با طلاقشون کنار بیان. انجمن فرصت خیلی خوبی برای رشد من بود.
	عضویت در تشکل‌های مذهبی	بعد از طلاقم در یک مؤسسه آموزش قرآن ثبت نام کردم. اونجا دوستان زیادی پیدا کردم و حتی بیرون از مؤسسه هم با هم ارتباط داریم گاهی قرار میداریم میریم خرید. از تنهایی در اومدم حسابی.
	اشتغال شراکتی	یه مغازه کوچیک خیاطی داشتیم اما درآمد کم بود تا اینکه با دو نفر از دوستانم تصمیم گرفتیم که یه وام بگیریم و به صورت مشترک کار کنیم. الان تنها چیزی که بهش فکر نمی‌کنم طلاقه. طول روز اینقدر مشغول کارم که شب خسته و کوفته میرسم خونه و فرصت فکر کردن به این مسائل رو پیدا نمی‌کنم.

اما نوعی دیگر از راهبردهای مقابله‌ای زنان با شرایط پس از طلاق، عبارت بود از

راهبردهای ناسازگارانه که در بردارنده مفاهیمی همچون تسلیم شدگی، انزوا و دوری‌گزینی، اقدام به خودکشی، گریز از ازدواج مجدد و اختلاف با خانواده است. راهبردهای فوق حاکی از آن است که برخی از زنان به شیوه ناسالم و ناکارآمد با شرایط پس از طلاق مقابله می‌کنند و اتخاذ چنین راهبردهایی از نظر سلامت جسمانی - روانشناختی و حتی اجتماعی پیامدهای ناگواری برجای می‌گذارد. نکته دیگری که از بطن مصاحبه با شرکت‌کنندگان برآمده است این است که گاه محیط و فرهنگ حاکم بر یک اجتماع به دلیل باورها و ارزش‌هایی که بر آن حاکم است، فرصت زندگی مستقل بعد از طلاق را به زنان نمی‌دهد و همین امر فرصت اتخاذ راهبردهای مقابله‌ای کارآمد را از آنان می‌گیرد. جدول شماره (۴) در بردارنده نقل قول‌های مرتبط با راهبردهای ناسازگارانه زنان با شرایط پس از طلاق است.

جدول ۴: راهبردهای ناسازگارانه

مقوله اصلی	مقوله‌های فرعی	محتوا و عبارات مهم
راهبردهای ناسازگارانه	تسلیم بی قید و شرط	اصلا نمی‌دونم باید چیکار کنم. احساس خیلی بدی دارم. احساس ناتوانی می‌کنم.
	انزوا و دوری‌گزینی	اغلب تنهام تو خونه. با اینکه مادرم پیاده روی میره و خیلی اصرار داره که منم باهاش برم اما حوصله ندارم برم بیرون. دلم نمی‌خواد با دیگران رودر رو بشم و به خاطر طلاقم برام دلسوزی کنن.
	راهبرد هیجان محور	دو بار اقدام به خودکشی کردم. خیلی در فشار بودم از نظر روحی. تا اینکه خودکشی کردم اما هر دو بار مادرم به دادم رسید.
	ناسازگاری با خانواده	ما یه خانواده پرجمعیتیم. مادر بزرگم با ما زندگی می‌کنه. هر روز با هم دعوا مرافعه. کسی منو درک نمی‌کنه. می‌خوام مستقل بشم و خودم تنها زندگی کنم اما پدرم مخالفه. این ۴-۵ سالی که از طلاقم می‌گذره برام مثل جهنم بوده.
	گریز از ازدواج مجدد	از مردها متنفرم. همه شون مثل همین. اصلا به ازدواج دوباره فکر نمی‌کنم. ترجیح میدم تا آخر عمر تنها باشم.

## بحث و نتیجه‌گیری

طلاق یکی از وضعیت‌های پرتنش در زندگی افراد است که به ویژه برای زنان فشار روانی - اجتماعی بسیاری را به همراه دارد. تنش و فشار ناشی از طلاق، با پایان دادن به زندگی زناشویی به اتمام نمی‌رسد و گاه تا مدت‌ها آثار آن بر جای می‌ماند. با توجه به پیامدهای ناگوار طلاق و نظر به اینکه طلاق پدیده‌ای است که دارای ابعاد ساختاری - کلان و نیز برخی جنبه‌های تعاملی میانه و خرد است، بنابراین کاربست راهبردهای مقابله‌ای در زنان مطلقه نیز دارای ابعاد مختلف فردی، خانوادگی و اجتماعی است. بسیاری از شرکت‌کنندگان در این مطالعه گزارش دادند که در مقابل تنش‌های ناشی از طلاق از راهبردهای سازگارانانه بهره می‌جویند. یکی از این راهبردها شامل تقویت باورهای دینی - معنوی است که با استفاده از آن سعی می‌کنند با واقعیت زندگی خود مواجه شوند و هویتی مستقل به دست آورند و منطبق با آن به تغییر و بهبود شرایط روانی و اجتماعی خود پردازند و زندگی جدیدی را بازسازی نمایند. مایکن بام<sup>۱</sup> (۲۰۰۰) اشاره می‌کند که افراد دچار آسیب دارای نوعی خودپنداره منفی می‌شوند که در نتیجه تجربه رویدادی آسیب‌زا، قربانی ممکن است دارای احساساتی منفی نسبت به خود شود. از جمله احساس بی ارزش بودن، بی حرمت بودن و از این قبیل. تجربه چنین احساساتی آن‌هم در طولانی مدت از نظر روانی آسیب‌زا و مخرب است. بسیاری از افراد در مقابل این احساسات ناخوشایند، راهبردهایی اتخاذ می‌کنند که آنان را از احساسات درونی منفی و نیز تأثیر پیامدهای نامطلوب اجتماعی رها سازد. باورهای معنوی از جمله راهبردهایی است که در این مطالعه جهت سازگاری با شرایط پس از طلاق شناسایی شد. این یافته با نتایج مطالعه نظری فر، سودانی، خجسته مهر و فرهادی راد (۱۳۹۶)، وب، الیسون، مک فارلند، لی، مورتون و والترز<sup>۲</sup> (۲۰۱۰) و نیکبخت نصرآبادی، پاشایی ثابت و بستامی (۱۳۹۵) همسواست. همچنین زارع و همکاران (۱۳۹۳) نشان دادند که باورهای معنوی

1. Meichenbaum, D.

2. Webb AP, Ellison CG, McFarland MJ, Lee JW, Morton K, Walters J.

یکی از راهبردهای غالب و کارآمد مقابله با تنش‌های پس از طلاق است؛ به طوری که افراد پس از طلاق به ویژه در موقعیت‌هایی که مقابله با آن‌ها توان و قدرت زیادی را می‌طلبند به خدا پناه می‌برند و از او درخواست قدرت و توان ادامه مسیر می‌کنند. راهبردهای معنوی در برابر شرایط تنش‌زای زندگی چون مفری عمل می‌کنند که افراد را از هیجانات منفی دور ساخته و آنان را به آرامش دعوت می‌نماید. دین و معنویت فاکتورهایی هستند که در برابر وقایع و اتفاقات ناخوشایند زندگی از افراد محافظت می‌کنند و کاهش نشانه‌های افسردگی در افراد را به همراه دارد (دین<sup>۱</sup>، ۲۰۰۶). یک جهان بینی معنوی، افراد و خانواده‌هایشان را در سراسر دوره زندگی و حتی نسل‌های بعد را جهت می‌بخشد. معنویت تاب‌آوری را در برابر مشکلات و دشواری‌ها تقویت می‌نماید (طالب زاده نوبریان، صیدی، موسوی و میرلو، ۱۳۹۳).

ازدواج و طلاق از جمله فاکتورهای مهمی هستند که به گونه‌های مختلف رفاه اقتصادی زنان را تحت تأثیر قرار می‌دهد (هایدر و جکنوویتز و شوئنی<sup>۲</sup>، ۲۰۰۳)؛ با وجود مشکلات اقتصادی نوع راهبردهایی که زنان مطلقه اتخاذ می‌کنند تغییر می‌کند. برخی از زنان مطلقه بهتر می‌توانند از راهبردهای سازگاران بهره‌گیرند و در کسب هویت مستقل و توانمند موفق‌تر عمل کنند. چنانچه شرکت‌کنندگان در این مطالعه گزارش دادند که بعد از طلاق خوداتکایی، اعتماد بنفیس و آزادی عمل را در سطح وسیع‌تری تجربه کرده‌اند. این یافته با مطالعه مونتنگرو<sup>۳</sup> (۲۰۰۴) همسواست که نشان داد که علیرغم مشکلات اقتصادی و اجتماعی فراوان، بسیاری از زنان پس از طلاق اعتماد بنفیس، آزادی و استقلال را تجربه می‌کنند. زنانی که بعد از طلاق سازگاری بهتری نشان داده‌اند اغلب جز زنانی هستند که از تحصیلات، شغل و درآمد مناسب برخوردارند. سطح تحصیلات بالا و یا امکان ادامه تحصیل در مقاطع بالاتر به عنوان سرمایه‌ای نهادی تلقی می‌شود؛ چرا که

1. Dein, S.  
2. Haider SJ, Jackowitz A & Schoeni FH.  
3. Monttenegro, XP.

تحصیلات بالاتر با میزان درآمد بیشتر و مهارت‌های مقابله مؤثر و حل مسأله ارتباط دارد. این یافته با نتایج مطالعه حفاریان و همکاران (۱۳۸۸) همسواست. با افزایش توانمندی اقتصادی زنان از استقلال مالی بیشتری برخوردارند و کنترل بیشتری بر تنش‌های ناشی از طلاق دارند (راس و وو<sup>۱</sup>، ۱۹۹۵؛ صباغی، صالحی و مقدم‌زاده، ۱۳۹۶) و افراد مطلقه شاغل و دارای درآمد نسبت به افراد مطلقه بیکار سلامت روانشناختی بیشتری دارند (کلمجن<sup>۲</sup>، ۲۰۱۰). همچنین سطح تحصیلات با اتخاذ راهبردهای سازگارانه ارتباط بیشتری دارد. حیدری بیگوند و بخشی (۱۳۸۴) در مطالعه‌ای نشان دادند که با بالا رفتن سطح تحصیلات، نگرش به طلاق سهل‌گیرانه‌تر می‌شود و فارغ‌التحصیلان دانشگاهی بازترین نگرش به طلاق را دارند (حیدری بیگوند و همکار، ۱۳۸۴). این یافته با نتایج مطالعه نظری فرو همکاران (۱۳۹۵) همسواست.

حمایت خانوادگی یکی از مفاهیم مهمی بود که از سوی برخی از شرکت‌کنندگان گزارش شد؛ به طوری که تعدادی از آنان بیان کردند که با حمایت عاطفی و اقتصادی خانواده توانسته‌اند حضانت فرزندان را به عهده بگیرند و بدون چنین منبع حمایتی و مؤثری از توان حضانت فرزندان برخوردار نبودند. داشتن حمایت خانوادگی به عنوان سرمایه‌ای اجتماعی، زنان مطلقه را یاری می‌دهد تا در برابر طلاق به شیوه کارآمدتری واکنش نشان دهند (آریاپوران و همکاران، ۱۳۹۲).

از دیگر راهبردهای سازگارانه زنان مطلقه جستجوگری در منابع اجتماعی است. جامعه به عنوان منبعی از فرصت‌ها و تهدیدها راهبردهای مختلفی را پیش روی زنان مطلقه قرار می‌دهد و این افراد با توجه به ظرفیت وجودی و شرایط خود یا از شیوه‌های سازگارانه و استفاده از خدمات اجتماعی بهره می‌گیرند و یا برعکس جامعه را به عنوان تهدیدی می‌بینند که عرصه را بر زنان مطلقه از جنبه‌های مختلف همچون اشتغال، ازدواج مجدد، برچسب خوردن از سوی دیگران و... تنگ می‌سازد، اما فرصت‌هایی را نیز

1. Ross CE, WU CL.  
2. Kalmijn M.

در اختیار زنان قرار می‌دهد که به عنوان منابع حمایتی در افزایش سازگاری پس از طلاق نقش مؤثری ایفا می‌کنند یکی از این منابع گرایش به گروه‌های خودیار است. این یافته با یافته‌های مطالعه عبدالرحیمی، شکرپیگی و نادری<sup>۱</sup> (۲۰۱۲) و نظری فرو همکاران (۱۳۹۵) همسواست. بسیاری از افراد برای مقابله با پیامدهای ناگوار طلاق به عضویت در گروه‌های خودیار روی می‌آورند. عده‌ای نیز با استفاده از رویکرد مسأله محور به یادگیری مهارت‌هایی که به بهبود زندگی آنان کمک نماید و تأثیرات طلاق را کاهش دهد، روی می‌آورند. بیگل<sup>۲</sup> (۲۰۰۶) بیان می‌کند که طلاق به طور مستقیم و غیرمستقیم بر روابط اجتماعی افراد تأثیر می‌گذارد و شبکه اجتماعی از جمله خویشاوندان نزدیک، همسایه‌ها، مدرسه، محل کار و گروه‌های حامی در مواقع نیاز و مواجهه با مشکلات خاص افراد و خانواده‌ها را یاری می‌دهد. پیوستن به گروه‌های خودیار و سایر گروه‌های هنری، آموزشی، مذهبی و از این قبیل فرصتی برای افراد فراهم می‌کند تا با افرادی در ارتباط قرار گیرند که دارای اهداف و علایق مشترک هستند و در این راستا شبکه اجتماعی افراد تقویت گردد و مسیر را برای حمایت متقابل میسرگرداند.

در کنار همه این منابع حمایتی، وجود نهادهای حمایتی دولتی و خصوصی نقش تاثیرگذاری در مقابله سازگاران با شرایط پس از طلاق دارد. کمک‌های مشاوره‌ای و ایجاد محیطی امن به افراد مطلقه یاری می‌دهد تا بر شرایط یأس آور بعد از طلاق فایق آیند (سوک و کیم<sup>۳</sup>، ۲۰۱۵). حمایت اجتماعی به عنوان کمک‌ها و حمایت‌های اجتماعی والدین، دوستان و دیگر افراد مهم تعریف شده است که ایجاد روابط جدید بعد از طلاق و سازگاری افراد را به صورت مثبت پیش‌بینی می‌کند (آریاپوران و همکاران، ۱۳۹۲). اما گروه دیگری از زنان مطلقه که راهبردهای ناسازگارانه را اتخاذ کرده بودند گزارش دادند که بعد از طلاق نه تنها از زندگی رو به رشدی برخوردار نبوده‌اند بلکه حتی درصدد

1. Abdol rahimi Sh. Shakarbeigi, A & Naderi Gh.

2. Bekele S.

3. Sook Ko K, Kim MS.

آسیب‌رسانی به خود، اقدام به خودکشی و درگیری و اختلاف مداوم با خانواده و عدم استقلال در زندگی بوده‌اند. با توجه به زمینه فرهنگی مورد مطالعه طلاق برای بسیاری از شرکت‌کنندگان به عنوان طرد خانوادگی و اجتماعی تلقی شد. به طور کلی بافت فرهنگی و نگاه غالب جامعه ایران به طلاق، پیامدهای منفی بسیاری برای زنان به همراه دارد به گونه‌ای که آثار مخرب طلاق بر روی زنان شدیدتر از مردان است (نیکبخت نصرآبادی و همکاران، ۱۳۹۵). این امر در بافت فرهنگی شهرستان بانه نیز پیامدهای بسیاری همراه است. چه بسا زنان مطلقه در کنار چالش‌های فرهنگی - اجتماعی اگر با مشکلات اقتصادی و عدم حمایت خانوادگی مواجه شوند، سازگاری با طلاق و شرایط پس از آن را دشوارتر می‌یابند. صادقی فسایی و ایشاری (۱۳۹۱) عنوان می‌کنند که زنان اغلب حضانت فرزندان را به عهده می‌گیرند، در نتیجه گرایش بیشتری دارند که دشواری‌های ناشی از نقش‌های مضاعف و نیز فشار مشکلات اقتصادی را گزارش نمایند و در مجموع این زنان هستند که به دلیل موانع جنسیتی آسیب‌های بیشتری را در زندگی پس از طلاق تجربه می‌کنند.

زنانی که راهبردهای ناسازگارانه را اتخاذ می‌کنند، از اجتماع و فعالیت‌های جمعی کناره‌گیری می‌کنند و هر نوع کنش و واکنش اجتماعی را به مثابه تهدیدی برای خود در نظر می‌گیرند. چنانچه برخی از شرکت‌کنندگان گزارش دادند بعد از طلاق، به فردی منزوی و گوشه‌گیر تبدیل شده‌اند و حتی در پاره‌ای از موارد خانواده نیز نه تنها حامی زن مطلقه نبوده بلکه موانع بسیاری پیش پای او می‌گذارد، از جمله ایجاد محدودیت و ممنوعیت برای حضور در جامعه، مشارکت اجتماعی، عضویت در گروه‌ها و انجمن‌ها و اصرار خانواده برای ازدواج مجدد با هدف رفع و کاهش برچسب اجتماعی نسبت به زن مطلقه و بسیاری موانع و محدودیت‌های دیگر که از سوی شرکت‌کنندگان ذکر شد. این یافته با نتایج مطالعه حفاریان و همکاران (۱۳۸۸) همخوانی دارد که بیان می‌کنند طلاق حتی برای زنانی که خواهان جدایی هستند با فقدان حمایت عاطفی به دلیل کاهش ارتباط با خویشاوندان سببی، دوستان متأهل و همسایگان، کاهش تحرک اجتماعی و



سایر وقایع مختل کننده روند عادی زندگی را تحت تأثیر قرار می‌دهد. عدم امنیت فردی و عدم پذیرش از سوی خانواده پدری در مطالعه باسیتی و شاه چراغ (۱۳۹۶)، طلاق بحرانی عاطفی برای زنان در مطالعه وایتزمن<sup>۱</sup> (۱۹۸۵)، ظهور علایم انزوای طلبی، سازش با وضع موجود و اعتراض نکردن به آن، احساس پوچی و بی‌ارزشی، درون‌گرایی و در خود فرو رفتن در مطالعه زارعی و همکاران (۱۳۹۳) گزارش شد که با یافته‌های این مطالعه همخوانی دارند.

نتایج حاصل از این مطالعه نشان داد که توانایی‌ها و قابلیت‌های فردی و نیز منابع حمایتی خانوادگی و اجتماعی مؤثر، نقش قابل توجهی در سازگاری زنان با شرایط و دشواری‌ها و پیامدهای پس از طلاق دارد و زنان مطلقه با توجه به توان فردی، حمایت خانوادگی و اجتماعی و نیز سرمایه اجتماعی‌ای که در اختیار دارند، راهبردهای مختلفی اتخاذ می‌نمایند. شناخت راهبردهای مقابله‌ای زنان پس از طلاق درک جامع‌تری از شرایط و نیازهای آنان به دست می‌آورد، بر همین اساس توانمندسازی زنان مطلقه، آموزش شیوه‌های سازگاری، تقویت زمینه‌های حمایت خانوادگی و فرصت‌های اجتماعی از جمله اقداماتی است که منجر به افزایش سازگاری زنان مطلقه با شرایط پس از طلاق خواهد شد.

محدودیت‌های پژوهش: پژوهش حاضر برای تعمیم‌پذیری نتایج محدودیت دارد که البته از جمله محدودیت‌های همه مطالعات کیفی است. تعمیم‌پذیری نتایج پژوهش به همه افراد مطلقه با طبقات اجتماعی - اقتصادی متفاوت، مستلزم احتیاط است.

پیشنهادات پژوهشی: تحقیق حاضر تنها بر روی زنان مطلقه انجام شد و بررسی راهبردهای مقابله‌ای مردان با شرایط پس از طلاق نیازمند انجام پژوهش جداگانه‌ای است. به هر سوی اطلاعات حاصل از این مطالعه می‌تواند دستمایه مطالعات بیشتری در این زمینه گردد.

---

1. Weitzman LJ.

**تشکر و قدردانی:** پژوهشگرازان حمایت انجمن خیریه «هدیه» و انجمن زنان شهرستان بانه و از همکاری صمیمانه شرکت کنندگان در این پژوهش سپاسگزاری می‌نماید.

## منابع

- آریاپوران، س. امیری منش، م. اصلانی، ج. (۱۳۹۲). شیوع افسردگی در زنان مطلقه: نقش پیش‌بینی کننده گذشت، حمایت اجتماعی و تاب‌آوری. فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده، ۳(۳): ۳۳۱-۳۵۳.
- باسیتی، ش. شاه چراغ، س. ع (۱۳۹۶). فهم مشکلات اجتماعی طلاق از منظر زنان مطلقه، سامانه یکپارچه نشریات نیروی انتظامی: ۲۷-۶۰.
- حفاریان، ل. آقایی، ا. کجباف، م. کامکار، م (۱۳۸۸). مقایسه کیفیت زندگی (و ابعاد آن) در زنان مطلقه و غیر مطلقه و رابطه آن با ویژگی‌های جمعیت‌شناختی در شهرستان شیراز. دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی، ۴۱: ۶۴-۸۶.
- حیدری بیگوند، د. بخشی، ح. (۱۳۸۴). نگرش جمعیت ۱۸ تا ۶۵ ساله ساکن شهرستان مشهد به طلاق و عوامل اجتماعی- فرهنگی مؤثر بر آن. مجله علوم اجتماعی دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه فردوسی مشهد، ۲: ۴۵-۷۴.
- زارع، س. آگیلازوفایی، م. احمدی، ف. (۱۳۹۳). رویارویی معنوی زنان مطلقه در سازگاری با پدیده طلاق: یک مطالعه کیفی. مجله علوم رفتاری ۸(۴): ۳۹۵-۴۰۳.
- زارعان، م (۱۳۹۶). فراتحلیل عوامل مؤثر بر طلاق (مروری بر مطالعات ثبت شده در دهه اخیر). پژوهش‌های مشاوره، ۱۶(۶۱): ۱۲۵-۱۶۲.
- زارعی، ف. صلحی، م. تقدیسی، م. ح. کمالی، م. شجاعی زاده، د. نجات، س. مرقاتی، ع (۱۳۹۳). درک تجارب پس از طلاق در زنان: یک پژوهش کیفی. علوم پزشکی رازی، ۲۱(۱۲۴): ۲۳-۳۶.
- زارعی، ف. مرقاتی خوبی، ع. تقدیسی، م. ح. صلحی، م. نجات، س. شجاعی زاده، د. رجعتی، ف. رحمانی، ا (۱۳۹۲). طلاق از دیدگاه زن مطلقه. تحقیقات کیفی در علوم سلامت، ۲(۳): ۲۳۴-۲۴۷.
- زابیرزاده، ا. پیرخائفی، ع. (۱۳۹۳). بررسی رابطه سطوح خود متمایز یافتگی و سبک‌های مقابله با فشار روانی در زنان مطلقه. زنان و خانواده، ۸(۲۶): ۱۳۱-۱۵۵.
- ساسانی، ل. ناجی، س. ع. عابدی، ح. ع. (۱۳۹۲). تجربه زیسته بیماران مبتلا به آیدز از ننگ اجتماعی (مطالعه‌ای پدیدارشناسی). مجله دانشگاه علوم پزشکی سبزوار، ۲۰(۴): ۴۸۷-۴۹۵.
- صادقی، م (۱۳۸۲). تأثیر ننگ بر مراقبت‌های بهداشت روان. تازه‌های علوم شناختی، ۵(۲): ۸۴-۸۵.
- صادقی فسایی، س. ایناری، م. (۱۳۹۱). تحلیل جنسیتی از زندگی پس از طلاق: مطالعه کیفی. زن در توسعه و سیاست، ۱۰(۳): ۵-۳۰.
- صباغی، ف. صالحی، ک. مقدم‌زاده، ع (۱۳۹۶). ادراک و تجربه زیسته زوج‌ها از علل بروز جدایی عاطفی:

- مطالعه‌ای به روش پدیدارشناسی. پژوهش‌های مشاوره، ۱۶(۶۲): ۴-۳۱.
- طالب زاده نوپریان، م. صیدی، م. س. موسوی، ح. میرلو، م. م (۱۳۹۳). رابطه والدگری با کیفیت ارتباط در خانواده و سرسختی روانشناختی دانش‌آموزان: تعیین نقش واسطه‌ای کیفیت ارتباط. فصلنامه خانواده و پژوهش، ۲۰: ۷-۲۱.
  - قانع عزآبادی، ف. کیانپور، م. قاسمی، و (۱۳۹۲). تجارب زیسته دختران ۳۰ سال به بالا در زمینه داغ‌ننگ ناشی از تجرد. بررسی مسائل اجتماعی ایران، ۴(۲): ۳۰۵-۳۳۱.
  - قطبی، م. هلاکویی نایینی، ک. جزایری، ا. رحیمی، ع (۱۳۸۳). وضعیت طلاق و برخی عوامل مؤثر بر آن در افراد مطلقه ساکن در منطقه دولت آباد. رفاه اجتماعی، ۳(۱۲): ۲۷۳-۲۸۸.
  - قلی‌زاده، آ. بانکی پورفرد، ا. ح (۱۳۹۴). مطالعه کیفی تجارب مردان و زنان طلاق گرفته از عوامل فرهنگی زمینه‌ساز طلاق. جامعه‌شناسی کاربردی، ۲۶(۵۷): ۳۹-۶۴.
  - محسن زاده، ف. محمد نظری، ع. عارفی، م (۱۳۹۰). مطالعه کیفی عوامل نارضایتی زناشویی و اقدام به طلاق (مطالعه موردی شهرستان کرمانشاه). شورای فرهنگی اجتماعی زنان و خانواده، ۱۴(۵۳): ۶-۴۲.
  - مسعودی‌نیا، ز. بانکی پورفرد، ا. ح. قلی‌زاده، آ (مطالعه کیفی تجارب مردان و زنان طلاق گرفته از عوامل فرهنگی زمینه‌ساز طلاق. جامعه‌شناسی کاربردی، ۲۶(۱): ۶۴-۳۹.
  - موسویان، ا (۱۳۸۶). پیامدهای اجتماعی طلاق. گزارش، ۸(۱۹۳): ۴۴-۴۵.
  - نظری‌فرو، م. سودانی، منصور. خجسته مهر، رضا. فرهادی‌راد، حمید (۱۳۹۶). تبیین عوامل مؤثر در سازگاری پس از طلاق در زنان مطلقه: یک پژوهش کیفی. مجله تحقیقات کیفی در علوم سلامت، ۶(۴): ۴۷۷-۴۹۲.
  - نیکبخت نصرآبادی، ع. پاشایی ثابت، ف. بستامی، ع (۱۳۹۵). تجربه زندگی زنان پس از طلاق: یک مطالعه کیفی. روان‌پرستاری، ۴(۳): ۶۶-۷۴.
  - واعظی، ک. (۱۳۹۴). دیدگاه زنان مطلقه پیرامون عوامل مؤثر بر طلاق. مطالعه موردی: زنان مطلقه شهرستان بانه، فصلنامه مددکاری اجتماعی، ۴(۱): ۵۲-۶۴.
- Abdolrahimi, Sh. Shakarbeigi, A. Naderi, Gh (2012). Phenomenal Effects of Divorce on Families and Society. Journal of Basic and Applied Scientific Research, 2(5): 4639- 4647.
  - Bekele, S (2006). Divorce: its cause and impact on the lives of divorced women and their children. A comparative study between divorced and intact families. A thesis submitted to the graduate school of Addis Ababa university in partial fulfillment of the requirements for the degree of master of arts in social work.
  - Dein, S (2006), Religion, Spirituality and Depression: Implications for Research and Treatment, Center for Behavioral and Social Sciences in Medicine, London, UK. 11(2): 67-72.
  - Haider, SJ. Jackowitz, A. Schoeni, RF (2003). The economic status of elderly divorced women. Michigan retirement research center.

- Jibril, S (2014). Psycho social and economical consequences of divorce in Muslim community in Gondar city administration. *Innovare journal of social sciences*, 2(4): 51- 57.
- Kalmijn M. Country Differences in the effects of divorce on well-being: The role of norms, support, and selectivity. *Eur Sociol Rev* 2010; 26(4): 475-90
- kalmjin m. Country differences in the effects of divorce on well-bing:the role of norms, support, and selectivity.*eur social rev*2010;26(4):475 \_ 90
- Kleinman, A. Hall Clifford, R (2016). Stigma: A social, cultural, and moral process. *Journal of epidemiology and community health* 63(6): 1-5.
- Meichenbaum D. (2000). Trauma, Spirituality and Recovery: Toward Spirituality- Integrated Psychotherapy. [www. Melissainstitute. Org](http://www.Melissainstitute.Org): 1-39.
- Montenegro, XP (2004). The divorce experience a study of divorce at midlife and beyond. [www. AARP.org](http://www. AARP.org).
- Ospina, S. (2004). Qualitative research. *Encyclopedia of leadership*, 1. Papageorgiou, C., & Wells, A. (Eds.). *Depressive rumination: Nature, theory and treatment*. John Wiley & Sons.
- Ross CE, Wu CL (1995). The links between education and health. *Am Sociol Rev*; 60(5): 719-45.
- Savulescu, Julian. Sandberg, Julian (2008). *Neuroenhancement of Love and Marriage: The Chemicals Between Us*, Springer Science: 1: 31-44.
- Schalkwyk, G V. (2006). Exploration of post-divorce experiences: women's reconstructions of self. *Anzjft* 26(2): 90-97.
- Sook Ko K, Kim MS (2015). Grounded theory approach on post-divorce social adjustment experience of female victims of domestic violence. *Indian J Sci Technol*; 8(18): 67-79
- Thomas, C. Ryan, M. (2008). Women's perception of the divorce experience: A Qualitative study. *Journal of divorce & remarriage*, 49(3/4): 210- 224.
- Webb AP, Ellison CG, McFarland MJ, Lee JW, Morton K, Walters J. Divorce, religious coping, and depressive symptoms in a conservative protestant religious group. (2010) *Fam Relat*; 59(5): 544-557.
- Weitzman LJ (1985). *The divorce revolution: the unexpected social and economic consequences for women and children in America*. Philadelphia, PA: Free Press, 1641.
- Wright K, Naar-King S, Lam P, Templin T, Frey M. (2007). Stigma scale revised: reliability and validity of a brief measure of stigma for HIV+ youth. See comment in *PubMed Commons below J Adolescent Health*;40(1):96-98.