

اثربخشی برنامه مداخله‌ای اجتماع محور بازسازی زندگی بر سازگاری پس از طلاق زنان مطلقه^۱

فرامرز آسنجرانی^۲، رضوان السادات جزایری^۳، مریم فاتحی‌زاده^۴، عذرا اعتمادی^۵ و یان دومول^۶

چکیده

تاریخ دریافت: ۱۳۹۶/۳/۷ - تاریخ پذیرش: ۱۳۹۶/۶/۲۴

هدف: این پژوهش به بررسی اثربخشی برنامه مداخله‌ای اجتماع محور بازسازی زندگی بر سازگاری پس از طلاق زنان مطلقه می‌پردازد. **روش:** جامعه این پژوهش نیمه آزمایشی را تمامی زنان مطلقه‌ای تشکیل می‌داد که در سال ۱۳۹۵ حداکثر ۵ سال از طلاق آنها گذشته بود و در طول این مدت ازدواج دائم یا موقت نداشتند. با توجه به ویژگی‌های نمونه، از نمونه‌گیری در دسترس استفاده شد و از میان متقاضیان تعداد ۳۴ نفر به تصادف در دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم شدند. در ابتدا از هر دو گروه خواسته شد تا مقیاس سازگاری پس از طلاق فیشر (۲۰۰۴) را به عنوان پیش‌آزمون تکمیل کنند. سپس برای گروه آزمایش ۱۰ جلسه برنامه مداخله‌ای اجتماع محور بازسازی بر اساس محتوای نور و همکاران (۲۰۱۶) به اجرا درآمد. در انتها نیز پس‌آزمون‌ها برای هر دو گروه به اجرا درآمد و نتایج با آزمون آماری تحلیل واریانس چند متغیری تحلیل شد. **یافته‌ها:** نتایج نشان می‌دهد که برنامه مداخله‌ای اجتماع محور بازسازی بر تمامی خرده‌مقیاس‌های سازگاری پس از طلاق جز خرده‌مقیاس خشم و اعتماد اجتماعی تأثیرات معنادار آماری را در گروه آزمایش نسبت به

۱. این مقاله مستخرج از رساله دکتری مشاوره خانواده نویسنده نخست در دانشگاه اصفهان است

۲. دانشجوی دکتری مشاوره خانواده، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.

۳. (نویسنده مسئول): استادیار، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.

r.jazayeri@edu.ui.ac.ir

۴. دانشیار، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.

۵. دانشیار، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.

۶. استادیار، دانشگاه لوون، لوون، بلژیک.

گروه کنترل داشت ($P < 0/05$). نتیجه‌گیری: برنامه مداخله‌ای اجتماع محور می‌تواند سازگاری پس از طلاق زنان مطلقه را بهبود بخشد و بدین ترتیب، می‌توان از آن به عنوان مداخله در بهبود کیفیت زندگی و سازگاری زنان مطلقه استفاده کرد.
واژه‌های کلیدی: سازگاری طلاق، مقیاس فیشر، زنان مطلقه، مداخله اجتماع محور.

مقدمه

طلاق و انحلال رابطه زناشویی یکی از آسیب‌های اجتماعی است که حدود نیمی از ازدواج‌ها را به طور میانگین درگیر خود می‌کند. شواهد حاکی از آن است که پس از طلاق حدود ۶۵ درصد از زنان و ۷۰ درصد از مردان مجدد ازدواج می‌کنند و حدود ۵۰ درصد این افراد، در ازدواج دوم خود نیز از همسرشان جدا می‌شوند (ریسو و همکاران^۱، ۲۰۰۷). آمارها در ایران نیز حاکی از آن است که طی چند سال اخیر، طلاق‌های ثبت شده در کشور رشد داشته و روند پرشتابی را در مقایسه با سالهای پیشین دنبال می‌کند. به گزارش سازمان ثبت احوال کشور (۱۳۹۲) در سال ۹۲ تعداد ۷۷۴ هزار و ۵۱۳ واقعه ازدواج در کشور ثبت شده است؛ این در حالی است که در همان سال، ۱۵۵ هزار و ۳۶۹ مورد طلاق نیز به طور رسمی گزارش شده‌اند. این سازمان گزارش کرد در سال ۱۳۹۲ نسبت به سال پیشین طلاق رشدی ۳/۴ درصدی داشته است. آنچه جامعه ایران شاهد آن بوده این است که در کشور به ازای هر صد ازدواج، ۲۰ طلاق گزارش شده‌اند (یعنی هر ساعت ۱۸ طلاق به ثبت رسیده‌اند). تردیدی نیست که این فرایند، هم از نظر اجتماعی، هم از نظر اقتصادی و هم نظر عاطفی، یکی از پراسترس‌ترین و دشوارترین تجربیات زندگی بزرگسالی می‌باشد. اکثر افراد ممکن است برای چالش‌های متعددی که با فرایند طلاق در زندگی فرد به وجود می‌آید آمادگی لازم را نداشته باشند. در این پدیده تغییر محل سکونت، تغییرات اقتصادی، دشواری در تمرکز، احساس بریده شدن از زندگی فرزندان، افزایش احتیاجات زندگی و مسئولیت‌ها تنها بخشی از چالش‌های پیش روی یک فرد

1. Riso, L. P. et al.

مطلقه هستند. به طور کلی، این پدیده برای افرادی که درگیر آن هستند در سه دسته مختلف اختلالاتی را در زندگی عادی به وجود می‌آورد که این افراد عبارتند از: الف) زوج جدا شده، ب) فرزندان، و ج) بستگان نزدیک، مانند خانواده اصلی، همشیرها و غیره (بلالی، ۱۳۸۸).

به اعتقاد برخی (مانند شفیع‌آبادی، ۱۳۷۴) حتی یادآوری خاطرات گذشته نیز می‌تواند در مراحل پس از طلاق برای افراد استرس‌آفرین باشد و زندگی آنها را سخت‌تر و مشکل‌تر سازد. مهمترین عوارض استرس که بدان اشاره شده است عبارتند از: بیماری‌های جسمانی، افراط در کشیدن سیگار، اضطراب، افسردگی، نگرانی افراطی، ناکامی و محرومیت‌های گوناگون، اختلال در مناسبات اجتماعی، تنهایی، احساس شکست و گناه، دلسردی و بی‌اشتیاقی به زندگی، در خود فرو رفتن، بی‌توجهی به محیط، سرخوردگی از زندگی، تردید در ازدواج مجدد، ناتوانی در تمرکز حواس و تپش قلب. آنان تمامی محبت‌ها و صمیمیت‌های گذشته و سوگندها در رابطه قبلی را دروغ می‌دانند و بر اثر چنین تصوراتی از زندگی ناامید می‌شوند و احتمال خودکشی در آنان افزایش می‌یابد (شفیع‌آبادی، ۱۳۷۴).

برخی پژوهشگران اعتقاد دارند در مقایسه با مردان، طلاق برای زنان آسیب‌های بیشتری را به همراه دارد (گاهلر^۱، ۲۰۰۶؛ مندمیکرز، ماندن و کالمین^۲، ۲۰۱۰) که بخش قابل توجهی از این مشکلات از سوی خانواده و جامعه و برخی دیگر به سبب مسائل اقتصادی به فرد تحمیل می‌شود (ساکاتا و مکنزی^۳، ۲۰۱۱؛ زارعان، ۱۳۹۶). تحقیقات متعدد سعی بر آن داشته‌اند تا نقش جنسیت را در فرایندهای پیش از طلاق، حین آن و پس از آن مورد بررسی قرار دهند. تحقیقات نشان داده‌اند که زنان بیش از مردان برای

1. Gähler, M.
2. Mandemakers, J. J., Monden, C. W., & Kalmijn, M.
3. Sakata, K., & McKenzie, C. R.

جدایی اقدام می‌کنند، که این خود می‌تواند به احساس گناه بیشتر آنان در برابر همسرانشان منجر شده و به اختلال در فرایند سازگاری پس از طلاق آنان بیانجامد (بام^۱، ۲۰۰۷). در همین راستا، تحقیقات پترسون^۲ (۱۹۹۶) نشان داده است که معمولاً مردان پس از طلاق از موقعیت بهتری برخوردارند، بدین ترتیب احتمال ورود آنها به رابطه‌ای جدید بیشتر خواهد بود. این در حالی است که زنان بیشتر به ثبات و سازگاری خود با موقعیتی که اخیراً رخ داده است، بها می‌دهند (کولبرن و همکاران^۳، ۱۹۹۲). مطالعات صورت گرفته توسط بلوم، هودج، کرن و مک فادین^۴ (۱۹۸۵) نیز نشان دهنده این موضوع است که با وجود آنکه زنان پس از طلاق سطح آشفتگی بیشتری را تجربه می‌کنند، در صورتی که آنها شروع کننده فرایند طلاق باشند از منظر هیجانی، وضعیتی مثبت‌تر و بدین ترتیب سازگاری بیشتری را تجربه خواهند کرد (نجفی و همکاران، ۱۳۹۴).

به طور کلی، زنان مطلقه در جامعه با مشکلات متعددی روبرو هستند که از این میان می‌توان به مشکلات و مسائل اقتصادی (بومن^۵، ۲۰۰۷)، مسائل مربوط به حضانت فرزندان (حیدرنیا، ثنایی و طالقانی، ۱۳۸۵)، دیدگاه جامعه به زنان پس از طلاق (آماتو و چیدل^۶، ۲۰۰۸)، کاهش کیفیت زندگی (دانینگ و همکاران^۷، ۲۰۰۶) و شیوع افسردگی، اختلالات جسمی و سوء مصرف مواد مخدر و الکل (تامپسون، لیزادی، کیس و هاسین^۸، ۲۰۰۸) اشاره کرد. به طور کلی می‌توان گفت پس از طلاق شاخص‌های سلامت روان و کیفیت زندگی افت قابل توجهی را تجربه می‌کنند (بران و همکاران^۹، ۲۰۰۶). از آنجایی که آسیب‌های روانشناختی ناشی از انحلال رابطه زناشویی به صورت مزمن بروز می‌کنند،

1. Baum, N.
2. Peterson, R. R.
3. Colburn Jr, K., Lan Lin, P., & Moore, M. C.
4. Bloom, B. L., Hodges, W. F., Kern, M. B., & McFaddin, S. C.
5. Bowman, S.
6. Amato, P. R., & Cheadle, J. E.
7. Dunning, H., J, et al.
8. Thompson, R. G., Lizardi, D., Keyes, K. M., & Hasin, D. S.
9. Brown, S. L, et al.

این امر ضرورت اجرای مداخلات روانشناختی را بیش از پیش مطرح می‌کند (تمبورینی، کوچ و رزنیک^۱، ۲۰۱۵) که از این میان می‌توان به سمینار بازسازی زندگی پس از طلاق فیشر (کالویچ و کالتابیونی^۲، ۲۰۰۸)، طرحواره درمانی بر کیفیت زندگی و بهزیستی روانشناختی (محمدی نژادی و ربیعی، ۱۳۹۴)، تثاتر درمانی بر سلامت روان (غلامی، بشلیده و ربیعی، ۱۳۹۱)، تلفیق دارو درمانی و شناخت درمانی گروهی بر کاهش علائم افسردگی (صادقی و همکاران، ۱۳۸۹)، معنویت درمانی (غلامی و بشلیده، ۱۳۹۰)، واقعیت درمانی بر شادکامی و امیدواری (قربانعلی پور و همکاران، ۱۳۹۳)، طرحواره درمانی بر کیفیت زندگی و بهزیستی زنان مطلقه (محمدی نژادی و ربیعی، ۱۳۹۴)، و رفتار درمانی شناختی بر تاب آوری و افسردگی (کیوی، شریف و ولوئی، ۱۳۹۵) اشاره کرد. یکی از برنامه‌های کاربردی به منظور ارتقاء کیفیت زندگی زنان، برنامه مداخله‌ای اجتماع محور بازسازی زندگی^۳ (وکالوویچ و کالتابیانو، ۲۰۰۸) است توسط نور و همکاران^۴ (۲۰۱۶) ایجاد و معرفی شد. هدف اصلی این پژوهش تدوین پکیجی بود تا بتوان توسط آن کیفیت زندگی زنان را ارتقاء بخشید. محتوای آموزشی این بسته در ۱۰ جلسه ۲ ساعته طراحی شده و به صورت گروهی اجرا می‌شود. هر کدام از جلسات حول محور و موضوعی مشخص طراحی شده و پس از توضیح توسط تسهیلگر، از اعضا خواسته می‌شود تا در مورد موضوع مورد بحث تبادل نظر کنند. برخی از موضوعاتی که در این جلسات بدان اشاره می‌شود عبارتند از تاثیرات روانی، فیزیولوژیک و اجتماعی جدائی و طلاق، ارتباط و موانع ارتباطی، ابراز و تنظیم هیجانات، یافتن معنا در زندگی، اضطراب، استرس و افسردگی، مهارت‌های مقابله‌ای و اهمیت حمایت اجتماعی (نور و همکاران، ۲۰۱۶).

بدین ترتیب، با توجه به اهمیت موضوع طلاق و آسیب‌هایی که به سبب انحلال

1. Tamborini, C. R., Couch, K. A., & Reznik, G. L.

2. Vukalovich, D., & Caltabiano, N.

3. social-based life rebuilding program.

4. Noor, N. M., et al.

رابطه زناشویی به زندگی افراد، خصوصاً زنان تحمیل می‌شود، این نیاز احساس می‌شود تا روش‌های خلاقانه و مؤثر به منظور کاهش این آسیب‌ها بکار گرفته شوند. بنابراین، این پژوهش با هدف بررسی اثربخشی برنامه مداخله‌ای اجتماع محور بازسازی زندگی بر سازگاری پس از طلاق بر سازگاری پس از طلاق به اجرا در آمد.

روش پژوهش

با توجه به اهداف و فرضیه‌های پژوهش، این پژوهش از نوع شبه آزمایشی (به همراه پیش‌آزمون و پس‌آزمون و گروه کنترل) بود. جامعه این پژوهش را کلیه زنان مطلقه ساکن شهر اراک تشکیل می‌دادند که در سال ۱۳۹۵ حداکثر ۵ سال از تاریخ نهایی جدائی آنها گذشته بود و در این مدت ازدواج دیگری نداشته‌اند. با توجه به ویژگی‌های نمونه، از نمونه‌گیری در دسترس استفاده شد و از میان متقاضیان در دسترس تعداد ۳۴ نفر به تصادف انتخاب و در دو گروه آزمایش و کنترل گماشته شدند (در هر گروه ۱۷ نفر). ملاک‌های ورود برای شرکت‌کنندگان عبارت بود از: گذشت حداکثر ۵ سال از اتمام قانونی زندگی زناشویی، نداشتن ازدواج موقت یا دائم در طول این مدت و عدم ازدواج تا پایان اتمام دوره. ملاک‌های خروج ازدواج در طول دوره و یا استفاده از خدمات روانپزشکی در نظر گرفته شد.

روش

پس از انتشار اطلاعیه ثبت نام در یکی از هفته‌نامه‌های شهر اراک، اطلاعیه مذکور در مراکز مشاوره تحت نظر سازمان نظام روان‌شناسی و مشاوره، مراکز مشاوره تحت نظر بهزیستی و بخش‌های مشاوره‌ای شورای حل اختلاف نصب شد. در این اطلاعیه از زنانی که ویژگی‌های زیر را داشته و مایل به شرکت در دوره‌های آموزشی بودند درخواست شد تا به محل ثبت نام مراجعه کنند: ۱- سن بین ۲۰ تا ۴۰ سال، ۲- حداکثر زمان گذشته از

جدائی ۵ سال، ۳- تمایل به شرکت در کلاس‌ها در روز در هفته، و به مدت ۵ هفته. در زمان ثبت نام بار دیگر مراجعه کنندگان از نظر ملاک‌های ورود مورد بررسی قرار گرفته و از آنان خواسته شد تا فرم رضایت و تعهد شرکت در جلسات را تکمیل کنند. بعلاوه، پژوهشگر این اطمینان را به شرکت کنندگان داد که کلیه مطالب ارائه شده توسط آنان در جلسات و همچنین نتایج پرسشنامه‌ها محرمانه خواهند ماند و در اختیار هیچ فرد یا نهادی قرار نخواهند گرفت. تعداد ۳۴ نفر برای کلاس ثبت نام کردند که به دو گروه ۱۷ نفری آزمایش و کنترل تقسیم شدند. از آنجایی که در انتخاب اولیه شرکت کنندگان، محققین عواملی که در اثربخشی بسته آموزشی مؤثر تشخیص داده شدند را کنترل نمودند (از جمله زمان گذشته از جدائی، تحصیلات و سن)، گمارش این افراد در دو گروه به صورت تصادفی بود. سپس به منظور جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه‌های زیراستفاده شد. پس از گمارش تصادفی آزمودنی‌ها در دو گروه آزمایش و کنترل، از اعضای هر دو گروه درخواست شد تا به عنوان پیش‌آزمون پرسشنامه سازگاری پس از طلاق فیشر^۱ (۱۹۷۶) را تکمیل کنند. به منظور سهولت در اجرای پژوهش ساعات جلسات گروهی با توجه به شرایط کاری مراجعان برنامه ریزی شد. سپس برای گروه آزمایش ۱۰ جلسه آموزشی بازسازی زندگی اجتماع محور طبق پروتکل نور و همکاران (۲۰۱۶) به اجرا درآمد. در این مدت گروه کنترل هیچ آموزشی دریافت نکرد. پس از اتمام جلسات از اعضای هر دو گروه درخواست شد تا پرسشنامه پژوهش را به عنوان پس‌آزمون تکمیل کنند. در پایان نیز به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم افزار آماری SPSS نسخه ۲۱ و روش آماری تجزیه و تحلیل واریانس چند متغیری استفاده شد. خلاصه محتوای آموزشی جلسات براساس پروتکل نور و همکاران (۲۰۱۶) در جدول زیر آورده شده است:

1. Fisher.

جدول ۱. خلاصه محتوای آموزشی جلسات بر اساس پروتکل نور و همکاران

عنوان جلسه	محتوا و فعالیت‌ها
جلسه اول	معارفه و ایجاد رابطه حسنه، معرفی تسهیلگر و دوره آموزشی، معرفی اعضای شرکت‌کننده و تلاش برای شناختن یکدیگر مذاکره به منظور نهایی کردن روز برگزاری جلسات در هفته، تکمیل برگه رضایت آگاهانه و تکمیل تعهد شرکت در دوره، ارائه یک نسخه جزوه آموزشی مربوط به دوره
جلسه دوم	شناسایی تأثیرات جدائی و طلاق، بررسی جنبه‌های فیزیکی، هیجانی، شناختی و اجتماعی جدائی، عوامل بیولوژیکی، محیطی و تأثیرات آنها، برخی از راهکارهایی که می‌توان به منظور کاهش سرعت این تأثیرات بکار گرفت (تمرین و ورزش، رژیم غذایی مناسب، اشتغال ذهنی، حفظ رابطه با اعضای خانواده و غیره)
جلسه سوم	ارتباط و موانع ارتباطی، ارتباط مؤثر: تعریف ارتباط، از جمله ارتباط کلامی و غیر کلامی، پیام، وسیله، پارازیت‌های ارتباطی، بافت و بازخورد، شناخت موانع ارتباطی: فعالیت گروهی به منظور صحبت در خصوص موانع ارتباطی که دارد (عدم شفافیت، سوء برداشت یا انتقال نامناسب، شکاف بین نسلی و غیره). حل مشکلات ارتباطی: توجه به اهمیت گوش دادن فعال، اختصاص زمان به ارتباط و غیره
جلسه چهارم	ابراز هیجانات، فعالیت گروهی: آموختن استفاده از حس‌ها، صحبت در خصوص نحوه مدیریت احساس ناراحتی: تأکید بر احساس پذیرش و نرمال بودن ناراحتی و سوگ و بروز احساس ناراحتی به روشی سالم، شناخت و یادگیری روش‌های مؤثر به منظور کنترل تنش، تفاوت‌های هیجانی در ابراز و تنظیم هیجان
جلسه پنجم	اردوی نیم روزه، اردوی یک روزه به عنوان جایزه برای حضور فعال، حمایت و درگیری که شرکت‌کنندگان در برنامه داشته‌اند، این اردوی نیم‌روزه همچنین در تحریک ذهنی شرکت‌کنندگان نقش دارد و شرکت‌کنندگان کمک می‌کند تا فرصتی را برای شناخت دیگران و شرکت در بحث‌ها داشته باشند.
جلسه ششم	یافتن معنا در زندگی، معرفی کلی معنا در زندگی، اهمیت یادگیری از چالش‌هایی که در زندگی وجود دارند. شناخت روش‌های مختلف معنا دهی در زندگی
جلسه هفتم	رژیم غذایی سالم و مغذی، این جلسه توسط یک متخصص تغذیه اداره شد، همچنین شرکت‌کنندگان نیز نظرات خود را با دیگران مطرح کردند. تأثیر رژیم غذایی بر فعالیت‌های مغذی، خلق و سلامت روان
جلسه هشتم	تنهایی، افسردگی و اضطراب، تعریف تنهایی و معرفی راههایی برای حل تنهایی - بحث گروهی، تعریف افسردگی، معرفی فنون به منظور مدیریت احساس افسردگی و زمانی که فرد باید به دنبال کمک متخصص باشد. معرفی فنون مناسب به منظور مدیریت استرس و نگرانی
جلسه نهم	مهارت‌های مقابله‌ای و حمایت اجتماعی، به اشتراک گذاری روش‌های بکار گرفته شده برای غلبه بر چالش‌های زندگی پس از طلاق، اهمیت حمایت اجتماعی و فعال بودن، روش‌های بهبود و ارتقاء حمایت اجتماعی، استفاده از شوخ طبعی
جلسه دهم	جلسه پایانی، بحث و نتیجه‌گیری در مورد جلسات، اجرای پس آزمون

ابزار پژوهش

پرسشنامه سازگاری پس از طلاق^۱ در سال ۱۹۷۶ توسط دکتر بروس فیشر^۲ معرفی شد. از این پرسشنامه می‌توان به عنوان ابزار سنجش در فضای درمانی و پژوهشی استفاده کرد. در فضای درمانی این پرسشنامه می‌تواند به درمانگر کمک کند تا نقاط قوت و ضعف مراجع خود را تشخیص دهد. به طور کلی، این پرسشنامه به پژوهشگران و درمانگران کمک می‌کند تا احساساتی که مردم با اتمام رابطه زناشویی خود تجربه می‌کنند را بهتر درک کنند. این پرسشنامه شامل ۱۰۰ سوال بوده و از آزمودنی‌ها خواسته می‌شود تا میزان صحن هر کدام از گویه‌ها را از بین گزینه‌های ۱ (همیشه) و ۵ (هیچوقت) انتخاب کنند. نمره بالاتر کسب شده در این مقیاس نشان از سازگاری بیشتر آزمودنی با طلاق دارد. خرده مقیاس‌های این آزمون عبارتند از: ۱) احساس خود ارزشی، ۲) رها شدن، ۳) خشم، ۴) سوگ، ۵) صمیمیت اجتماعی، و ۶) خود ارزشی اجتماعی. آسنجرانی و همکاران (۲۰۱۸) در پژوهش خود همسانی درونی این پرسشنامه را ۰/۸۷ تا ۰/۹۵ گزارش کرده‌اند. همچنین همبستگی آن با پرسشنامه چند وجهی مینه‌سوتا نشان داده شده است. همچنین روایی درونی کودر-ریچاردسون برای این مقیاس در پژوهش فیشر (۲۰۰۴) ۰/۹۲ گزارش شده است. در پژوهشی که توسط آسنجرانی و همکاران (۲۰۱۸) به اجرا درآمد آلفای کرونباخ کل سوالات ۰/۸۲ و پایایی خرده مقیاس‌ها ۰/۹۰ به دست آمده است. همچنین روایی ملاکی همزمان این مقیاس از طریق تعیین همبستگی با نمرات پرسشنامه SCL-90 بررسی شد و نشان داد که بین نمرات این مقیاس و ابعاد SCL-90 همبستگی معکوس وجود دارد.

یافته‌ها

شرکت‌کنندگان در این پژوهش ۳۴ نفر بودند که به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و

1. Fisher divorce adjustment scale (FDAS).
2. Bruce Fisher.

کنترل گماشته شدند. در هر گروه ۱۷ زن مطلقه قرار گرفتند. در گروه آزمایش ۵ نفر (۴۱/۲۹٪) و در گروه کنترل ۷ نفر (۴۱/۱۸٪) صاحب فرزند بودند. در گروه آزمایش ۳ نفر (۶۵/۱۷٪) و در گروه کنترل ۲ نفر (۷۶/۱۱٪) حضانت فرزند خود را برعهده داشتند. میانگین سن در گروه آزمایش ۳۴/۱۷ و در گروه کنترل ۳۱/۳۲ بود. فرضیه پژوهش حاضر عبارت بود از: برنامه مداخله‌ای اجتماع محور بازسازی زندگی بر سازگاری پس از طلاق اثر دارد. جدول ۲ میانگین و انحراف معیار را برای دو گروه آزمایش و کنترل در دو سطح پیش آزمون و پس آزمون نشان می‌دهد.

جدول ۲. میانگین و انحراف معیار برای دو گروه آزمایش و کنترل در دو سطح پیش و پس آزمون

متغیر	گروه	نوع آزمون	میانگین	انحراف معیار
خود ارزشی	آزمایش	پیش آزمون	۷۹/۰۵	۱۷/۳۳
		پس آزمون	۸۶/۱۱	۱۹/۳۰
	کنترل	پیش آزمون	۷۷/۳۵	۱۸/۲۷
		پس آزمون	۷۹/۸۸	۱۹/۳۳
رها شدن	آزمایش	پیش آزمون	۷۰/۰۰	۹/۷۶
		پس آزمون	۷۴/۱۷	۹/۴۰
	کنترل	پیش آزمون	۶۴/۰۵	۱۴/۵۳
		پس آزمون	۶۵/۰۵	۱۴/۱۳
خشم	آزمایش	پیش آزمون	۳۵/۱۱	۱۰/۰۳
		پس آزمون	۳۸/۹۴	۹/۶۲
	کنترل	پیش آزمون	۴۱/۵۸	۱۰/۵۳
		پس آزمون	۴۲/۸۲	۱۰/۸۰

متغیر	گروه	نوع آزمون	میانگین	انحراف معیار
سوگ	آزمایش	پیش آزمون	۷۱/۴۷	۱۴/۵۸
		پس آزمون	۷۷/۰۵	۱۵/۶۰
	کنترل	پیش آزمون	۷۲/۳۵	۱۸/۱۷
		پس آزمون	۷۳/۷۶	۱۹/۰۵
اعتماد اجتماعی	آزمایش	پیش آزمون	۱۹/۵۸	۵/۲۶
		پس آزمون	۲۲/۰۵	۵/۲۷
	کنترل	پیش آزمون	۲۰/۰۰	۵/۶۱
		پس آزمون	۲۲/۱۱	۶/۵۰
خود ارزشی اجتماعی	آزمایش	پیش آزمون	۲۳/۸۲	۷/۸۷
		پس آزمون	۲۷/۱۱	۶/۶۰
	کنترل	پیش آزمون	۲۲/۵۸	۸/۲۰
		پس آزمون	۲۳/۴۱	۸/۱۲
سازگاری کل	آزمایش	پیش آزمون	۲۹۹/۰۵	۱۹/۳۰
		پس آزمون	۳۲۵/۴۷	۳۹/۳۷
	کنترل	پیش آزمون	۲۹۷/۹۴	۵۲/۳۱
		پس آزمون	۳۰۷/۰۵	۵۶/۱۱

به منظور بررسی تاثیر برنامه مداخله‌ای اجتماع محور بازسازی زندگی در مولفه‌های سازگاری زندگی پس از طلاق، از تحلیل واریانس چند متغیری (مانوا) روی نمرات تفاضل (پیش آزمون - پس آزمون) مولفه‌های سازگاری پس از طلاق به اجرا درآمد که نتایج آن در جدول ۳ آورده شده است.

جدول ۳. نتایج تحلیل MANCOVA روی تفاضل نمرات پیش آزمون و پس آزمون مولفه‌های سازگاری پس از طلاق

نام آزمون	مقدار	DF فرضیه	DF خطا	F	معناداری (P)	مجذور اتا	توان آماری
آزمون اثر پیلائی	۰/۵۷۰	۶	۲۱	۴/۶۴۲	۰/۰۰۴	۰/۵۷۰	۰/۹۴۹
آزمون لاندای ویلکز	۰/۴۳۰	۶	۲۱	۴/۶۴۲	۰/۰۰۴	۰/۵۷۰	۰/۹۴۹
آزمون اثر هتلینگ	۱/۳۲۶	۶	۲۱	۴/۶۴۲	۰/۰۰۴	۰/۵۷۰	۰/۹۴۹
آزمون بزرگترین ریشه روی	۱/۳۲۶	۶	۲۱	۴/۶۴۲	۰/۰۰۴	۰/۵۷۰	۰/۹۴۹

همانطور که در جدول ۳ ملاحظه می‌شود، سطوح معناداری همه آزمون‌ها بیانگر آن است که بین شرکت‌کنندگان در مداخله آموزشی و گروه کنترل، حداقل در یکی از متغیرهای وابسته تفاوت معنادار وجود دارد ($F=4/642, p=0/001$). برای پس بردن به تفاوت از تحلیل مانکوا استفاده خواهد شد. بدین منظور، یکی از پیش فرض‌ها یعنی همسانی واریانس‌ها با بهره‌گیری از آزمون لوین^۱ مورد بررسی قرار گرفت که مورد تایید قرار گرفت ($Sig. = 0/803, F = 0/064$). پیش فرض همسانی واریانس در دو گروه کنترل و آزمایش رعایت شده است. بنابراین با توجه به تایید فرض صفر در آزمون لوین، اجرای تحلیل کوواریانس امکان پذیر است. همگنی رگرسیون و همخطی رگرسیونی نیز مورد بررسی قرار گرفتند. با توجه به رعایت این دو پیش فرض، به منظور تحلیل نرمال بودن داده‌ها از آزمون شاپیرو - ویلک^۲ استفاده شد. این پیش فرض نیز تایید شد ($P > 0/05$). بدین ترتیب می‌توان از تحلیل کوواریانس استفاده کرد. جدول ۴، نتایج اجرای تحلیل

1. levene.
2. shapiro-Wilk test.

واریانس چند متغیره را نشان می‌دهد.

جدول ۴. خلاصه تحلیل واریانس چند متغیره برای مقیاس سازگاری پس از طلاق فیشر

متغیرها	ابعاد	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	سطح معناداری	ضریب اتا	توان آماری
خود ارزشی	۱۸۲/۰۷	۱	۱۸۲/۰۷	۵/۵۳	۰/۰۲۶	۵/۵۳	۰/۶۲
رها شدن	۷۱/۹۹	۱	۷۱/۹۹	۴/۵۰	۰/۰۴۳	۴/۵۰	۰/۵۳
خشم	۱۲/۲۴	۱	۱۲/۲۴	۱/۴۵	۰/۲۳۹	۱/۴۵	۰/۲۱
سوگ	۶۶/۸۶	۱	۶۶/۸۶	۵/۸۰	۰/۰۲۳	۵/۸۰	۰/۶۴
اعتماد اجتماعی	۱/۹۸۳	۱	۱/۹۸۳	۰/۱۰	۰/۷۴۴	۰/۱۰	۰/۶۲
خود ارزشی اجتماعی	۴۳/۹۹	۱	۴۳/۹۹	۷/۷۴	۰/۰۱۰	۷/۷۴	۰/۷۶
سازگاری کل	۱۷۳۸/۴۹	۱	۱۷۳۸/۴۹	۲۰/۶۶	۰/۰۰۰	۰/۴۴۳	۰/۹۹

همانطور که در جدول ۴ مشاهده می‌شود، تفاوت معناداری بین نمرات خرده مقیاس‌های احساس خود ارزشی، سوگ، رها شدن و خود ارزشی اجتماعی وجود دارد ($P > 0/05$). همچنین مداخله آموزشی بر سازگاری کل شرکت‌کنندگان نیز مؤثر بوده است ($P > 0/05$). نتایج گزارش شده حاکی از آن است که مداخله آموزشی نتوانسته است در خرده مقیاس اعتماد اجتماعی و خشم تغییر معناداری ایجاد کند. به عبارت دیگر، مداخله‌ای اجتماع محور بازسازی زندگی بر تمامی متغیرهای سازگاری پس از طلاق بجز اعتماد اجتماعی و خشم مؤثر بوده است ($P > 0/05$).

بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش به منظور بررسی اثربخشی برنامه مداخله‌ای اجتماع محور بازسازی زندگی بر سازگاری پس از طلاق به اجرا در آمد. تحلیل نتایج حاکی از آن بود که این مداخله آموزشی بر خرده مقیاس‌های خود ارزشی، سوگ، رها شدن و خود ارزشی اجتماعی مؤثر بوده است. همچنین این مداخله توانسته است بر نمره کل سازگاری پس از

طلاق شرکت کنندگان مؤثر باشد. این مداخله نتوانست تغییر معنادار آماری را در خرده مقیاس‌های اعتماد اجتماعی و خشم در گروه آزمایش نسبت به کنترل ایجاد کند.

این پژوهش برای اولین بار در جامعه زنان مطلقه ایران به اجرا درآمد و نتایج آن با پژوهش نور و همکاران (۲۰۱۶) مطابقت دارد. همچنین نتایج این پژوهش تایید کننده پژوهش آسنجرانی و همکاران (۲۰۱۸) نیز می‌باشد. در پژوهشی میرزاده، احمدی و فاتحی زاده (۱۳۹۰) اثربخشی درمان هیجان مدار بر سازگاری پس از طلاق زنان مطلقه شهر اصفهان به اجرا درآمد. در پژوهش دیگری که توسط عمادی، یزدخواستی و مهرابی (۱۳۹۴) به اجرا درآمد، اثربخشی روایت درمانی گروهی بر سازگاری با طلاق والدین، تاب آوری و مشکلات رفتاری - هیجانی دختران طلاق مقطع ابتدائی شهر اصفهان مورد بررسی قرار گرفت. نتایج این پژوهش حاکی از آن بود که مداخله درمانی بر سازگاری والدین با طلاق مؤثر بوده است. درک مقیاس اعتماد اجتماعی و عدم اثربخشی مداخله آموزشی بر آن با بررسی سوالات میسر می‌شود. در سوال ۶۲ آمده است: "من می‌ترسم که درگیر رابطه جنسی با افراد دیگر شوم"، سوال ۸۸: "حتی با فکر کردن در مورد رابطه جنسی، حس بدی پیدا می‌کنم" و سوال ۹۵ "قادر به فعالیت جنسی نیستم". در جامعه ایران، صحبت کردن در خصوص روابط جنسی و میل به انجام آن از سوی بسیاری از افراد جزء موارد منع و تابوهای فرهنگی به شمار می‌رود. پرسشنامه‌ها حاکی از آن است که هر دو گروه، شرکت کنندگان در این گویه‌ها میل به میانگین داشته‌اند و در گروه آزمایش، نمرات افراد در این خرده مقیاس‌ها پیش و پس از اجرای مداخله آموزشی تقریباً برابر میانگین است. نکته دیگر این است که در مداخله آموزشی، مبحثی به روابط جنسی اختصاص نداشت. بدین ترتیب دور از ذهن نیست که مداخله نتوانسته باشد تاثیر معناداری را در گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل ایجاد کند. ذکر این نکته حائز اهمیت است با توجه به سوالات مندرج در این خرده مقیاس و هنجاریابی اولیه آن در

جوامع غربی، احتمال می‌رود تفکر مجدد به رابطه جنسی، فعال بودن جنسی و داشتن حس خوب از تفکر به رابطه جنسی می‌تواند به عنوان عواملی برای ارتقاء اعتماد اجتماعی افراد قلمداد شود، حال آنکه در جامعه ایران، علاوه بر ماهیت فردی و شخصی تر صحبت در خصوص این موارد، از سوی اجتماع آزادی‌های جنسی پس از فرایند جدائی به عنوان عوامل ارتقاء اعتماد اجتماعی بشمار نمی‌روند. یکی دیگر از متغیرهایی که در این پژوهش تغییر معناداری نداشت، خشم بود. پس از اتمام جلسات آموزشی یکی از شرکت‌کنندگان اذعان داشت: "دلیل اینکه من از همسر خشم دارم، ضربات مالی است که او به من وارد کرده است. بعلاوه، به خاطر او من نتوانسته‌ام مدت‌ها فرزندم را ملاقات کنم". بدین ترتیب می‌توان گفت با توجه به سوالات و ماهیت پکیج درمان، تغییر آن دسته از احساسات ماندگاری که درونی نبوده و ماهیت بیرونی و تاثیرات آشکاری را برای افراد به دنبال دارد، از عهده این پکیج درمان خارج است. بعلاوه، این درمان از نوع مداخلات آموزشی کوتاه مدت بوده و خشم شرکت‌کنندگان را مستقیم هدف قرار نمی‌دهد. با توجه به کلیت یافته‌های دریافتی و نتایج به دست آمده می‌توان گفت این پژوهش توانسته در سازگاری پس از طلاق زنان مطلقه تأثیرات چشم‌گیری را بر جای بگذارد.

این پژوهش با محدودیت‌هایی نیز روبرو بود. این پژوهش فقط بر روی زنان مطلقه شهر اراک به اجرا درآمد، بنابراین داده‌های این پژوهش را تنها می‌توان به جامعه مورد نظر در این شهر تعمیم داد. این پژوهش فقط بر روی زنان به اجرا درآمد و قابل تعمیم به مردان نیست. استفاده شود. به علت زمان کم، امکان تشکیل پیگیری و یادآوری وجود نداشت. توصیه می‌شود در پژوهش‌های آینده به منظور بررسی اثربخشی، پیگیری نیز انجام شود. بعلاوه، در این پژوهش به دلیل ویژگی‌های خاص جامعه مورد مطالعه، امکان کنترل برخی متغیرهای مداخله‌گر مانند سن، تحصیلات، شغل و قومیت وجود نداشت. با توجه به نیازهای متعدد زنان مطلقه در جامعه ایران و محدودیت‌هایی که پس از طلاق

برای این گروه به وجود می‌آید (آسنجرانی و همکاران، ۲۰۱۷)، پیشنهاد می‌کنیم سازمان‌ها و نهادهایی که به این جامعه آسیب پذیر دسترسی دارند (مانند بهزیستی، کمیته امداد و دادگستری)، از این بسته آموزشی و بسته‌های مشابه به منظور ارتقاء سطح سلامت روان و کیفیت زندگی در مورد زنان مطلقه استفاده نمایند.

تقدیر و تشکر

نویسندگان در اینجا بر خود لازم می‌دانند تا از کارگروه کنترل و کاهش آسیب‌های طلاق استانداری استان مرکزی، زنان شرکت کننده در این پژوهش و همچنین خانم دکتر نورعینی مهد نور که پکیج آموزشی را در اختیار پژوهشگران قرار دادند، تقدیر و تشکر نمایند.

منابع

- بلالی، ط. (۱۳۸۸). بررسی عوامل پیش بینی کننده سازگاری پس از طلاق در زنان مطلقه شهر اصفهان، پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه اصفهان، مشاوره خانواده، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه اصفهان.
- حیدر نیا، ا.؛ ثنایی، ب. و طالقانی، ن. (۱۳۸۵)، سلامت روان و عزت نفس دانش آموزان پسر دوره راهنمایی در خانواده‌های تحت حضانت پدر و حضانت مادر، فصلنامه رفاه اجتماعی، ۵ (۱۹): ۷۴-۵۵.
- زارعان، م (۱۳۹۶). فراتحلیل عوامل مؤثر بر طلاق (مروری بر مطالعات ثبت شده در دهه اخیر). فصلنامه علمی - پژوهشی پژوهش‌های مشاوره. ۱۳۹۶؛ ۱۵ (۶۱): ۱۳۵-۱۴۹
- شفیع آبادی، ع. (۱۳۷۴). طلاق و استرس حاصل از آن. مجموعه مقالات اولین سمینار استرس و بیماریهای روانی، ۱۷۵-۱۵۳.
- صادقی، س.؛ سهرابی، ف.؛ دلاور، ع.؛ برجعلی، ا. (۱۳۸۹). بررسی اثربخشی تلفیق دارو درمانی و شناخت درمانی گروهی مبتنی بر ذهن آگاهی (MBCT) بر کاهش افسردگی زنان مطلقه شهر اصفهان. مجله دانشکده پزشکی اصفهان، ۲۸ (۱۱۲): ۶۹۸-۶۸۱.
- غلامی، ع.؛ بشلیده، ک.؛ رفیعی، ع. (۱۳۹۱). اثربخشی تئاتر درمانی بر سلامت روان زنان مطلقه. فصلنامه علمی-پژوهشی روشها و مدل‌های روانشناختی، ۳، ۴۵-۶۴.
- غلامی، ع.؛ بشلیده، ک. (۱۳۹۰). اثربخشی معنویت درمانی بر سلامت روان زنان مطلقه. فصلنامه مشاوره و

روان‌درمانی خانواده، ۱(۳)، ۳۳۱-۳.

- قربانعلی پور، م.؛ نجفی، م.؛ علی‌رضالو، ز.؛ نسیمی، م. (۱۳۹۳). اثربخشی واقعیت‌درمانی برشادکامی و امیدواری در زنان مطلقه. مشاوره و روان‌درمانی خانواده، ۴(۲)، ۲۹۷-۳۱۷.
- کیوی، ح.؛ شریف، ع. و ولوئی، ف. (۱۳۹۵). اثربخشی رفتاردرمانی شناختی - استعاده‌ای برافسردگی و تاب‌آوری زنان مطلقه. فصلنامه مددکاری اجتماعی: ۵(۱): ۱۲-۰.
- محمدی نژادی، ب.؛ ربیعی، م. (۱۳۹۴). بررسی اثربخشی طرحواره‌درمانی بر کیفیت زندگی و بهزیستی روانشناختی زنان مطلقه. مجله طب انتظامی، ۴(۳): ۱۹۰-۱۷۹.
- میرزاده، ف.؛ احمدی، خدابخش؛ و فاتحی زاده، مریم. (۱۳۹۰). اثربخشی درمان هیجان‌مدار بر سازگاری پس از طلاق زنان مطلقه شهر اصفهان. مشاوره و روان‌درمانی خانواده، ۱(۴): ۴۶۰-۴۴۱. ش
- نجفی محمود، بیطرف مهسا، محمدی فر محمد علی، زارعی مته کلانی الهه (۱۳۹۴). مقایسه الگوی بالینی شخصیت ضد اجتماعی و مرزی در زنان متقاضی طلاق و عادی. فصلنامه علمی - پژوهشی پژوهش‌های مشاوره. ۱۴(۵۵): ۹۹-۱۱۳

- Amato, P. R., & Cheadle, J. E. (2008). Parental divorce, marital conflict and children's behavior problems: A comparison of adopted and biological children. *Social Forces*, 86(3), 1139-1161.
- Asanjarani, F., Jazayeri, R. S., Fatehizade, M., Etemadi, O., & Demol, J. (2017). Exploring factors affecting post-divorce adjustment in Iranian women: A qualitative study. *Social Determinants of Health*, 3(1), 15-25.
- Asanjarani, F., Jazayeri, R., Fatehizade, M., Etemadi, O., & De Mol, J. (2018). The effectiveness of fisher's rebuilding group intervention on divorce adjustment and general health of Iranian divorced women. *Journal of Divorce & Remarriage*, 59(2), 108-122.
- Asanjarani, F., Jazayeri, R., Fatehizade, M., Etemadi, O., & de Mol, J. (2018). Examining the Reliability and Validity of the Fisher Divorce Adjustment Scale: The Persian Version. *Journal of Divorce & Remarriage*, 59(2), 141-155.
- Baum, N. (2007). "Separation guilt" in women who initiate divorce. *Clinical Social Work Journal*, 35(1), 47-55.
- Bloom, B. L., Hodges, W. F., Kern, M. B., & McFaddin, S. C. (1985). A preventive intervention program for the newly separated: Final evaluations. *American Journal of Orthopsychiatry*, 55(1), 9- 26.
- Bowman, Sh.(2007). Low economic status is associated with suboptimal intakes of nutritious foods by adults in the national health and Nutrition examination survey 2002-1999. *Nutrition Research*.vol:27(9), pp:523-515.
- Brown, S. L., Sanchez, L. A., Nock, S. L., & Wright, J. D. (2006). Links between premarital cohabitation and subsequent marital quality, stability, and divorce: A comparison of covenant versus standard marriages. *Social Science Research*, 35(2), 454-470.
- Colburn Jr, K., Lan Lin, P., & Moore, M. C. (1992). Gender and the divorce

- experience. *Journal of divorce & remarriage*, 17(3-4), 87-108.
- Dunning, H., Janzen, B., Williams, A., Abonyi, S., Jeffery, B., Randall, J. E.,... & Carr, T. (2006). A gender analysis of quality of life in Saskatoon, Saskatchewan. *GeoJournal*, 65(4), 393-407.
 - Gähler, M. (2006). "To Divorce Is to Die a Bit...": A Longitudinal Study of Marital Disruption and Psychological Distress Among Swedish Women and Men. *The Family Journal*, 14(4), 372-382.
 - Mandemakers, J. J., Monden, C. W., & Kalmijn, M. (2010). Are the effects of divorce on psychological distress modified by family background?. *Advances in Life Course Research*, 15(1), 27-40.
 - Noor, N. M., Alwi, A., & Iqbal, M. I. M. (2016). Development and effectiveness of a community-based intervention program for elderly women in Malaysia. *International Journal of Behavioral Science (IJBS)*, 11(2), 1- 20.
 - Peterson, R. R. (1996). A re-evaluation of the economic consequences of divorce. *American Sociological Review*, 528-536.
 - Riso, L. P., du Toit, P. L., Stein, D. J., & Young, J. E. (2007). Cognitive schemas and core beliefs in psychological problems: A scientist-practitioner guide. American Psychological Association.
 - Sakata, K., & McKenzie, C. R. (2011). Social security and divorce in Japan. *Mathematics and Computers in Simulation*, 81(7), 1507-1517.
 - Tamborini, C. R., Couch, K. A., & Reznik, G. L. (2015). Long-term impact of divorce on women's earnings across multiple divorce windows: A life course perspective. *Advances in Life Course Research*, 26, 44-59.
 - Thompson, R. G., Lizardi, D., Keyes, K. M., & Hasin, D. S. (2008). Childhood or adolescent parental divorce/separation, parental history of alcohol problems, and offspring lifetime alcohol dependence. *Drug and alcohol dependence*, 98(3), 264-269.
 - Vukalovich, D., & Caltabiano, N. (2008). The effectiveness of a community group intervention program on adjustment to separation and divorce. *Journal of Divorce & Remarriage*, 48(3-4), 145-168.