

## Investigate of Perceived Stress in Divorced Adolescent Girls: A Qualitative Study

Beigard Nasrollahi  
M.A in family counseling,  
University of Tehran

Hossein Keshavarzafshar, PhD  
University of Tehran

حسین کشاورز افشار\*  
دانشیار گروه مشاوره  
دانشگاه تهران

بیگرد نصرالهی  
کارشناس ارشد مشاوره خانواده  
دانشگاه تهران

Keyvan Salehi, PhD  
University of Tehran

Fahimeh Bahonar, PhD  
University of Isfahan

فهیمه باهنر  
دکتری مشاوره  
دانشگاه اصفهان

کیوان صالحی  
دانشیار گروه سنجش و اندازه‌گیری  
دانشگاه تهران

### چکیده:

هدف این پژوهش، واکاوی تنیدگی ادراک‌شده فرزندان نوجوان دختر طلاق بود. این پژوهش کیفی از نوع پدیدارشناسی و جامعه پژوهش، ۱۷ دختر زیر ۱۸ سال بود که براساس نمونه‌برداری هدفمند به‌منظور انجام مصاحبه نیمه‌ساختاریافته انتخاب شدند و تا رسیدن به اشباع، جمع‌آوری داده‌ها ادامه پیدا کرد. به‌منظور تحلیل داده‌ها از روش کلایزی استفاده شد. تحلیل داده‌ها منجر به شناسایی ۳ مضمون اصلی و ۵۳ مضمون فرعی شد. نتایج نشان داد منابع تنیدگی‌زا، راهبردهای مقابله‌ای مثبت و منفی و پیامدهای تنیدگی بالا در دختران به عنوان سه مضمون اصلی دارای طیف گوناگونی هستند. بنابراین طلاق ضمن برهم زدن تعادل روانی-عاطفی افراد خانواده موجب بروز تنیدگی‌هایی درباره زندگی آینده افراد می‌شود. به‌گونه‌ای که راهبردها و پیامدهای منفی می‌تواند آینده آنان را تحت الشعاع قرار دهد و سلامت جسمانی و روانی‌شان را به مخاطره اندازد. بنابراین لزوم مداخله‌های حمایتی مشاوره‌ای برای این طیف احساس می‌شود.

واژه‌های کلیدی: نوجوانان، فرزند طلاق، تنیدگی ادراک‌شده، پژوهش کیفی

### Abstract

The aim of this study was to investigate the perceived stress of divorced adolescent girls. The research method was phenomenological qualitative. The study population consisted of 17 girls under 18 years of age who were selected based on purposive sampling for semi-structured interviews and continued until data collection was saturated. The Colaizzi method was used to analyze the data. Data analysis led to the identification of 3 main themes and 53 sub-themes. The results showed that the sources of stress, positive and negative coping strategies, and the consequences of high stress in girls as the three main themes have a wide range. Therefore, divorce, while disrupting the psychological-emotional balance of family members, causes stress about the future lives of people. In such a way that negative strategies and consequences can overshadow their future and endanger their physical and mental health. According to the results of the research, the need for supportive counseling interventions for this spectrum is felt

**Keywords:** adolescents, children of divorce, perceived stress, qualitative study

received: 10/08/2021

accepted: 13/07/2022

دریافت: ۱۴۰۰/۰۵/۱۹

پذیرش: ۱۴۰۱/۰۴/۲۲

## مقدمه

طلاق<sup>۱</sup> یکی از عوامل ایجادکننده اختلال و آشفتگی در زندگی انسان‌ها است (آماتو، ۲۰۱۰). تصمیم به طلاق، نتیجه فشار درونی شدیدی است که حداقل به یکی از همسران وارد می‌شود و ممکن است از طریق برآورده نشدن نیازها یا اهداف و عدم توجه به عوامل اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی، فردی و شخصیتی روی دهد (روسی، هالتزورس مونرو و رود، ۲۰۱۶). از سوی دیگر، طلاق پدیده‌ای است که بر تمامی ابعاد جامعه اثر می‌گذارد، زیرا سبب پرورش فرزندان محروم از نعمت‌های خانواده که احتمالاً فاقد سلامت کافی روانی هستند، می‌شود (شعبانی و تات، ۲۰۱۶). بنابراین اگر هریک از زوجین به دلایلی نتوانند با آرامش به زندگی در کنار یکدیگر ادامه دهند و از یکدیگر جدا شوند، پیامدهای نامطلوب و چالش‌های زیادی در انتظار آنهاست که بر سلامت جسمانی و روانی، احساس امنیت، اعتماد و کیفیت زندگی آنها و فرزندانشان در آینده اثر می‌گذارد (آماتو، ۲۰۱۰).

به عبارتی دیگر طلاق نه تنها تعادل روانی دو انسان، بلکه تعادل روانی فرزندان، بستگان، دوستان و نزدیکان را نیز به هم می‌ریزد (اسمیر، ۲۰۱۳). یکی از مشکل‌های روان‌شناختی که ممکن است در فرزندان طلاق به وجود آید تنیدگی ادراک‌شده<sup>۲</sup> است

تنیدگی ادراک‌شده مبین ادراک فرد از یک موقعیت تنیدگی‌زا در زندگی فرد است و منعکس‌کننده ارزیابی کلی از اهمیت و سختی چالش‌های محیطی و شخصی است (ایزدی‌تامه، ۲۰۱۰). بنابراین عوامل فردی و محیطی هر دو در ادراک عامل‌های تنیدگی‌زا، اهمیت واجد است. عامل‌های موقعیتی تأثیرگذار، زمینه موقعیت را فراهم می‌آورند و عامل‌های فردی، عنصرهایی هستند که فرد نسبت به موقعیت واکنش نشان می‌دهد. چگونگی ادراک این عامل‌های محیطی و فردی، امکان

ارزیابی موقعیت تنیدگی‌زا یا غیرتنیدگی‌زا را فراهم می‌کند (کلرادو و ارتبرگ، ۲۰۱۶). تنیدگی ادراک‌شده نشان می‌دهد چگونه فرد احساس‌های درونی خود نسبت به تنیدگی را تجربه و درک می‌کند (میمورا و گریفیتس، ۲۰۰۸).

با شکل‌گیری تفکر انتزاعی<sup>۳</sup>، نوجوان به این امکان دست پیدا می‌کند که از محدوده زمان و مکان فراتر رود و به مسائلی فکر کند که با درد و رنج همراه است (شاکری‌اردکانی، اسعدی و دهقانی، ۲۰۲۱). در این دوره نوجوان ناگزیر از مدارا با تنیدگی‌های اضافی است، حال اگر با فشارهای دیگری چون مرگ یا طلاق والدین روبه‌رو شود زمینه بروز بحران و مشکلات روانی برای وی فراهم می‌شود (شریفی درآمدی، ۲۰۰۹).

تنیدگی نوجوانان به شرایط یا موقعیت‌هایی اشاره دارد که در آن نوجوانان با خواسته‌ها و ملزومات محیطی روبه‌رو می‌شوند که از منابع اجتماعی و شخصی که در اختیار دارند فراتر است. تنیدگی منجر به اختلال در عملکرد شناختی، کاهش خلاقیت، افزایش نگرانی، به‌فکر فرورفتن و انعطاف‌ناپذیری می‌شود و می‌تواند با تحت تأثیر قراردادن نظام رفتاری فرد به بروز رفتارهای سازش‌نا یافته سلامت از جمله کاهش فعالیت بدنی، رژیم غذایی نامناسب، مصرف بیش از اندازه الکل، سیگار کشیدن و مصرف افراطی داروها منتهی شود (بارلو و دیگران، ۲۰۱۶). هنگامی که فردی در سنین نوجوانی طلاق والدین را تجربه می‌کند، به‌نظر می‌رسد با نوعی آسیب مواجه شده است (شان و دیگران، ۲۰۱۹).

براساس نتایج یک پژوهش فراتحلیل فرزندان خانواده‌های طلاق نسبت به همسالان غیرخانواده‌های طلاق مشکل‌های عاطفی و رفتاری بیشتری دارند و از سلامت روانی کمتری رنج می‌برند (برنتانو و کلارک استوارت، ۲۰۰۷). به‌عبارت دیگر فرزندان طلاق در نوجوانی به‌دلیل سن پایین‌تر و مهارت‌های ناکارآمد، بیشترین آسیب را متحمل

1. divorce  
2. perceived stress

3. abstract thinking

مادر بزرگ، سایر خویشاوندان، ناپدری، نامادری، و خواهر و برادرانی است که با ازدواج مجدد والدین وارد زندگی او می‌شوند، مشاوران، مددکاران اجتماعی و سایر فعالان حوزه بهداشت روانی مفید واقع شود زیرا که ادراک عمیق تنیدگی می‌تواند به برداشت نادرست از موقعیت منجر شود. در صورتی که اقشار مذکور بتوانند عوامل افزایشدهنده و کاهشدهنده سطح تنیدگی ادراک‌شده این نوجوانان را شناسایی کنند، می‌توانند رفتار مناسب‌تری با آن‌ها داشته باشند و از ابتلای این نوجوانان به آسیب‌های اجتماعی و روانی تا حد زیادی جلوگیری کنند. نتایج این پژوهش از لحاظ نظری نیز می‌تواند حائز اهمیت باشد، چرا که با مشخص شدن منابع و پیامدهای تنیدگی، زمینه مداخله‌های مناسب برای کنترل تنیدگی ادراک‌شده این نوجوانان میسر شود.

### روش

به منظور بررسی تجارب نوجوانان فرزند طلاق از روی آورد کیفی و از شیوه پدیدارشناسی<sup>۱</sup> استفاده شد. بنابراین، برای درک تجارب زیسته نوجوانان دختر فرزند طلاق، روش پدیدارشناسی اتخاذ شد که به تشریح ساختار یا ماهیت تجارب زندگی و معنا بخشیدن به آن‌ها و توصیف دقیق پدیده‌ها از خلال تجارب زندگی روزمره می‌پردازد و هدف این روش، فهم ساختار اصلی پدیده‌های تجربه شده انسانی از طریق تحلیل توضیح‌های شفاهی تجربیات از زاویه دید مشارکت‌کنندگان است (انصاری، یارمحمدیان، یوسفی و یمانی، ۲۰۰۷).

جامعه این پژوهش شامل نوجوانان دختر فرزند طلاق شهر تهران در سال ۱۳۹۹-۱۴۰۰ بود. در این پژوهش برای انتخاب نمونه از نمونه‌برداری هدفمند و به شیوه دردسترس استفاده شد. بنابراین، براساس هدف پژوهش مشارکت‌کنندگان از میان نوجوانان دختر فرزند طلاق انتخاب شدند که مایل به ابراز دیدگاه‌های خود در باب تجارب تنیدگی ادراک‌شده بودند. ۱۷ نفر از دختران مورد مصاحبه

می‌شوند (فومبی و بوسیک، ۲۰۱۳). این نوجوانان در اثر طلاق والدین نه تنها دچار مشکل‌های رفتاری می‌شوند بلکه نگرانی، افسردگی، گوشه‌گیری و حس ناامیدی بیشتری را تجربه می‌کنند (پیک، ۲۰۰۳). شعبانی و تات (۲۰۱۶) نیز در پژوهش خود بدین نتیجه رسیدند که دختران خانواده‌های طلاق بیش از دختران خانواده‌های غیرطلاق علائم اختلال‌های روانی را نشان می‌دهند. مرادی و اخانی (۲۰۱۹) نیز نشان دادند که بین فرزندان طلاق در مقایسه با کودکان عادی میزان بیشتری از اختلال‌های روانی، اضطراب، تنیدگی، گوشه‌گیری، مشکل‌های اجتماعی، مسائل توجه و تفکر و مشکل‌های اجتماعی و اقتصادی (کنگلسی، ۲۰۱۹) وجود دارند. در راستای همین امر، پژوهش جلیلی‌راد و علی‌آبادی (۲۰۱۳) نشان داده است که طلاق سبب ترس از آینده، احساس گناه، احساس تنهایی و مشکل‌های روانی برای فرزندان می‌شود. کولین ریکتس (۲۰۱۵) نیز این نکته را خاطر نشان کرده است که با طلاق والدین منابع تنیدگی در فرزندان فعال می‌شود.

شکی نیست که آسیب طلاق زمانی که نوجوان درک درستی از پدیده طلاق نداشته باشد، باعث افزایش تنیدگی ادراک‌شده آنان می‌شود و آسیب‌ها را چند برابر خواهد کرد و در مقابل بهبود در خزانه مهارت‌های بین‌فردی و افزایش تاب‌آوری روان‌شناختی، مصونیت روانی نوجوانان را سبب می‌شود (خدایی و زارع، ۲۰۲۱). بنابراین این پژوهش در پی این بود که از طریق واکاوی، تجربه تنیدگی ادراک‌شده نوجوانان دختر طلاق را به صورت عمیق مورد بررسی قرار دهد. از لحاظ کاربردی این پژوهش می‌تواند برای اقشار زیادی از جمله معلمان و سایر فعالان حوزه آموزش، والدین نوجوان، خانواده جدید نوجوان (منظور از خانواده جدید افرادی است که نوجوان بعد از واقعه طلاق با آن‌ها زندگی می‌کند که می‌تواند شامل پدر بزرگ،

قرار گرفتند. انتخاب آزمودنی‌ها تا حد اشباع یعنی زمانی که در خلال مصاحبه هیچ اطلاعات جدیدی به دست نیامد، ادامه یافت. اشباع داده‌ها روی آوردی در پژوهش کیفی برای تعیین کفایت نمونه‌برداری است و زمانی رخ می‌دهد که داده بیشتری که سبب توسعه، بزرگ‌تر شدن یا اضافه شدن به مفاهیم موجود شود، به دست نیاید (برنز و گروف، ۲۰۱۵). برای به حداقل رساندن ناهمگنی افراد شرکت‌کننده در پژوهش ملاک‌های ورود عبارت بودند از: ۱- داشتن تمایل برای حضور در پژوهش، ۲- دختر بودن، ۳- ساکن شهر تهران، ۴- عدم سابقه بیماری جسمانی و روانی مزمن، ۵- تجربه فرزند طلاق و داشتن تنیدگی. هم‌چنین ملاک‌های خروج از پژوهش عبارت بودند از: وجود سابقه بیماری جسمی مزمن، نداشتن تنیدگی و در دسترس نبودن برای انجام مصاحبه.

قبل از انجام مصاحبه، به شرکت‌کنندگان در مورد رعایت اصول اخلاقی پژوهش توضیح‌های لازم داده شد و پس از کسب رضایتشان، به آن‌ها پیرامون حق انصراف از مصاحبه و محرمانه بودن مشخصات در کل فرایند پژوهش اطمینان داده شد. هم‌چنین در مورد ضبط مصاحبه از شرکت‌کنندگان اجازه گرفته شد.

در این پژوهش ۱۱/۷۶ درصد از دختران ترک تحصیل کرده بودند و ۸۸/۲۳ درصد در حال تحصیل بودند. هم‌چنین ۴۷/۰۵ درصد در وضعیت اقتصادی ضعیف و ۵۲/۹۴ درصد در وضعیت اقتصادی متوسط بودند. مصاحبه‌ها از زمان شروع تا تحلیل نتایج سه‌ماه به طول انجامید و مدت زمان تمامی مصاحبه‌ها ۶۰ تا ۴۵ دقیقه بود. در این پژوهش به دلیل ماهیت اکتشافی از مصاحبه ساخت‌نیافته و عمیق فردی<sup>۱</sup> از نوع بنا به فرصت پیش‌آمده استفاده شد. این نوع مصاحبه که به مصاحبه پدیدارشناسی نیز مشهور است نوع خاصی از مصاحبه جامع است که بر پایه روش

نظری پدیدارشناسی قرار دارد و در آن منبع اصلی اطلاعات، مصاحبه عمیق و ژرفی است که به صورت مشارکتی بین پژوهشگر و مصاحبه‌شونده انجام می‌گیرد (انصاری و دیگران، ۲۰۰۷).

سوال‌های مصاحبه به صورت باز پاسخ و بر اساس اهداف و پیشینه نظری پژوهش توسط پژوهشگران طراحی شد که به مشارکت‌کنندگان اجازه می‌داد به موضوع تجربه خود در این حوزه به صورتی که علاقه‌مند بودند، نزدیک شوند. در ادامه با توجه به پاسخ‌های مشارکت‌کنندگان و با در نظر داشتن هدف پژوهش، سوال‌های جدیدتری پرسیده می‌شد. سپس برای انجام تحلیل‌های بعدی، مصاحبه‌ها به دقت روی کاغذ پیاده سازی شد. لازم به ذکر است که برای محفوظ ماندن از عبارت شرکت‌کننده شماره ۱، ۲ و ... استفاده شد.

به منظور تحلیل داده‌ها از روش کلایزی<sup>۲</sup> استفاده شد. این بخش توسط دو دانشجوی رشته مشاوره در مقطع دکتری که از آموزش‌های کامل و جامع در این زمینه برخوردار بودند، اجرا شد. پس از اجرای هر مصاحبه، مکالمه‌های ضبط شده چندین بار با دقت گوش داده شد و کلمه به کلمه روی کاغذ پیاده شد. سپس تمام مطالب به دقت خوانده شد و به هر کدام از یادداشت‌ها رجوع و عبارت‌های مهم استخراج شد (استخراج جمله‌های مهم). در سومین مرحله، معنی یا مفهوم هر عبارت مهم به شکل کد شکل گرفت. ابتدا دستیار پژوهش و سپس حسابرس، صحت و دقت کدها را مورد بررسی قرار دادند و در ادامه در مورد مفاهیم ناهمخوان با مشورت و اقتناع‌سازی تصمیم‌گیری شد. در این پژوهش، پژوهشگران درباره شیوه‌های انجام کدگذاری و طبقه‌بندی داده‌ها طی فرایند پژوهش و تا زمان رسیدن به توافق، گفت‌وگو و تعامل مداوم



و قابلیت اطمینان مورد بررسی قرار گرفت. در این پژوهش از چهار معیار موثق بودن پژوهش‌های کیفی، یعنی قابلیت تصدیق<sup>۱</sup>، قابلیت اطمینان<sup>۲</sup>، قابلیت اعتبار<sup>۳</sup> و قابلیت انتقال<sup>۴</sup> استفاده شد. جهت تضمین قابلیت اعتبار، پس از تحلیل مصاحبه‌ها، نتایج در اختیار پنج نفر از شرکت‌کنندگان قرار گرفت و نظرهای آن‌ها در مورد نام‌گذاری برخی کدها و تشابه مفهومی بعضی مضامین فرعی و اصلی دریافت و اعمال شد. به منظور تعیین قابلیت تصدیق، پژوهشگران کوشیدند تا پیش‌فرض‌های خود را تا حد امکان در روند جمع‌آوری و تحلیل داده‌ها، دخالت ندهند. به منظور حصول اطمینان از اعتبار داده‌ها، فایل‌های صوتی مصاحبه‌ها، متن مصاحبه‌ها، کدها و طبقه‌بندی مضامین فرعی و اصلی توسط یکی از اساتید روان‌شناسی با تجربه، به دقت بررسی و کنترل شد تا تعابیر و معانی داده‌ها با هم تطبیق داده شوند.

### یافته‌ها

یافته‌ها نشان می‌دهد مشارکت‌کنندگان تجارب متفاوتی نسبت به تجربه طلاق والدین نشان دادند. نتایج حاصل از تحلیل داده‌ها در جدول ۲ آمده است.

داشتند. در این مرحله، پس از رسیدن پژوهشگران به مفاهیمی مشترک که از گفت‌وگوهای یک مصاحبه استخراج شده بود، ضمن قرار دادن متن گفت‌وگوها در اختیار شرکت‌کنندگان، مضامین اصلی و فرعی استخراج‌شده را نیز با آن‌ها در میان گذاشتند تا از صحت و دقت کافی در دریافت مضمون از سوی افراد شرکت‌کننده اطمینان حاصل کنند. نکته‌های دریافت‌شده از سوی شرکت‌کنندگان در این مرحله اهمیت بسیاری داشت، زیرا در برخی موارد به اصلاح مواردی منجر شد که به دقت بیشتر یافته‌ها کمک کرد. در چهارمین گام، مفاهیم به شکل موضوعی درون دسته‌ها سازماندهی شدند. با بررسی شباهت‌ها و تفاوت‌های کدها و کنار هم قرار دادن آن‌ها، ۵۳ مضمون فرعی به دست آمد. مضامین فرعی نیز بر اساس شباهت‌های مفهومی خود در سه مضمون اصلی، تم یا درونمایه اصلی قرار گرفتند. در مرحله پنجم، یافته‌ها در راستای توصیفی جامع از پدیده مورد نظر تلفیق شدند. در مرحله ششم، توصیفی جامع از پدیده‌های مورد بررسی به شکل یک بیانیه صریح و روشن تنظیم و ارائه شد. در گام آخر، معتبرسازی نهایی بر اساس ملاک‌های اعتبار

جدول ۲  
مضامین اصلی و فرعی پژوهش

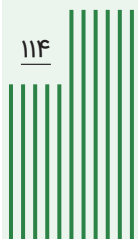
مضامین اصلی	مضامین فرعی	فراوانی
منابع تنیدگی‌زا	ترس از آینده مبهم	۱۶
	طرد اجتماعی	۱۲
	عوض شدن برخورد مردم	۱۰
	برچسب فرزند طلاق	۱۷
	وضعیت اقتصادی نامطلوب	۱۵
	محروم بودن از خانواده کارآمد	۱۳
	ترس از عدم موفقیت تحصیلی	۵
	دعوای خانوادگی	۹
	یادآوری خاطره‌های تلخ	۳
	تجاوز جنسی	۸
	عدم امنیت روانی	۶
	نداشتن حریم خصوصی	۷
	تنهایی و غربت	۶
	اجبار به تن فروشی	۳

1. confirmability  
2. dependability

3. credibility  
4. transferability



۸	انجام فعالیت‌های هنری و فرهنگی	راهبردهای مقابله‌ای مثبت و منفی
۹	انجام فعالیت‌های ورزشی	
۱۱	سرگرمی و تفریح‌های سازنده	
۱۰	سرگرمی و تفریح‌های مخرب	
۷	بهره‌مندی از معنویات	
۶	گله و شکایت از خدا	
۹	گریه و زاری	
۸	فاصله‌گیری از اجتماع	
۵	اهمال کاری	
۶	نشخوار فکری	
۳	روابط غیرمشروع	
۱۰	ارتباط با دوستان سالم	
۱۷	مشکل‌های جسمانی	پیامدهای تنیدگی بالا
۱۳	پرخاشگری	
۱۵	اعتیاد به فضای مجازی	
۱۱	افسردگی	
۹	اعتیاد به مواد مخدر	
۸	مصرف قرص‌های روان‌گردان	
۵	کمبود خواب	
۶	پُر خوابی و کابوس	
۷	کم‌اشتهایی	
۵	پُر‌اشتهایی	
۶	دوری‌گزینی	
۱۵	سستی در باورهای مذهبی	
۳	گریزان‌شدن از دین و خدا	
۴	اختلال در حافظه	
۱۰	کاهش تمرکز حواس	
۵	فاصله‌گیری از اعمال مذهبی	
۶	روابط جنسی آزاد	
۷	خودارضایی بیمارگون	
۲	گرایش به همجنس‌گرایی	
۴	عدم جرأت‌مندی	
۵	تنفر از جنس مذکر	
۶	بدبینی به مردم	
۱۱	بی‌انگیزگی	
۹	نبود معنا در زندگی	
۳	عدم مسئولیت‌پذیری	
۷	پنهان‌کاری	
۸	احساس گناه	



مطرح شده اقتصادی جامعه از یک سو و قرار گرفتن در موقعیت نامساعد اقتصادی فردی از سوی دیگر می تواند صدمه هایی را به افراد وارد سازد. تاب آوری و برنامه ریزی هدفمند می تواند راه خروج از این شرایط باشد. شرکت کنندگان نیز بیان داشتند که به دلیل وضعیت نامساعد اقتصادی مجبور به انجام فعالیت هایی بودند. شرکت کننده شماره ۳ می گوید: "مادرم خانه مردم کار می کند و دست به هر کاری می زند تا بتواند خرج ما را بدهد ولی خرج ها سنگین است، اجاره خانه داریم از طرفی هم به خاطر وضعیت جامعه نمی گذارد من به عنوان یک دختر در خانه مردم کار کنم."

### راهبردهای مقابله ای مثبت و منفی

**سرگرمی و تفریح های سازنده:** تخلیه انرژی از راه تفریح های سالم و بدون آسیب به خود و اشخاص دیگری از جمله راهبردهای مقابله ای مثبت بودند. شرکت کنندگان اظهار داشتند که از طریق موسیقی گوش دادن، فیلم دیدن، مطالعه، کلاس زبان و غیره سعی داشتند افکار و احساس های خود را به امور مثبت و سازنده معطوف سازند. شرکت کننده شماره ۴ می گوید: "من فقط سعی می کنم زمانم را سپری کنم و به مسائل فکر نکنم. گاهی وقت ها هم قدم می زنم و ورزش می کنم و موسیقی گوش می دهم اما می دانید این ها همه مقطعی است و یکی دو ساعت مشکل هایم را از یادم می برد و بعد که از آن حال وهوا بیرون بیایم همه چیز دوباره شروع می شود."

**سرگرمی و تفریح های مخرب:** گذراندن اوقات فراغت هم به گونه مثبت و هم منفی امکان پذیر است. امروزه اکثر نوجوانان به محض قرار گرفتن در مشکل ها روی به اماکن و موارد مخرب روان و جسم می آورند. از این جمله موارد می توان به قلیان کشیدن، سیگار کشیدن، مصرف مشروبات الکلی، قرص های آرامبخش، روابط غیرسالم با جنس مخالف، اعتیاد به فضای مجازی، خودارضایی و سایر راهبردهای منفی اشاره

همانطور که در جدول ۲ آمده است، سه مضمون اصلی و ۵۳ مضامین فرعی در بین مصاحبه ها به دست آمد. در زمینه منابع تنیدگی، راهبردهای مقابله ای مثبت و منفی و پیامدهای تنیدگی به سه مورد از مضامین با بیشترین فراوانی به عنوان نمونه اشاره شده است.

### منابع تنیدگی

**ترس از آینده مبهم:** شرکت کنندگان اظهار کردند ترس از رخدادهای پیش بینی نشده و بحران های احتمالی آنان را فلج کرده است. در واقع به خاطر ترس از آینده مبهمی که پس از پشت سر گذاشتن بحرانی در زندگی افراد ایجاد می شود، اشخاص از تصمیم گیری های مهم و ریسک پذیری خودداری می کنند یا با احتیاط فراوان انجام می دهند. شرکت کننده شماره ۳ می گوید: "آینده مبهم من منبع بعدی تنیدگی ام است که وقتی فکر می کنم نکنم سرنوشتم مانند مادرم شود که آخر و عاقبت او این شده که در خانه ۳۵ متری با دو بچه اش زندگی می کند و صبح تا شب جان می کند تا بتواند برای ما یک لقمه نان بیاورد. می خواهم خودکشی کنم تا از دست این زندان راحت شوم."

**برچسب فرزند طلاق:** به طور قطع به یقین فرزند طلاق بودن و برچسب آن یکی از دلایل اصلی تنیدگی در میان دختران و پسران است و همه آن ها بر این مقوله اتفاق نظر دارند که فرزند طلاق بودن یکی از دلایل اصلی تنیدگی آن هاست و سبب عدم شناسایی استعدادها و توانایی های آنان و تنها قضاوت براساس گذشته اشخاص (پدر و مادر) و نسبت دادن به آن ها می شود. شرکت کننده شماره ۱ می گوید: "منبع دیگر تنیدگی محیط اجتماعی است که من را به عنوان فرزند طلاق در خود نمی پذیرد و همواره برچسب فرزند طلاق به من زده می شود و اجازه فعالیت های اجتماعی به من داده نمی شود و من به شدت گوشه گیر و افسرده هستم." وضعیت اقتصادی نامطلوب: آسیب پذیری های

کرد. شرکت کننده شماره ۱۴ می گوید: "دوست‌هایم باعث شده‌اند که من سیگار بکشم و سیگاری شوم. همین دوست‌هایم باعث شده‌اند که با این سن کم دوست پسر بگیرم و دوست پسر داشته باشم. البته جدا شدم از دوست پسرم ولی به هر حال تجربه‌اش را داشتم."

**ارتباط با دوستان سالم:** تحلیل مصاحبه‌ها نشان داد همانطور که بعضی از دوستی‌ها سبب به انحراف کشیده شدن افراد بود، بسیاری از آنان نیز توانستند با برقراری ارتباط مناسب و یک دوست خوب مسیر زندگی خود را عوض کرده و به ثبات برسند. هم‌چنین حس تنهایی آنان فراموش شود. شرکت کننده شماره ۳ می گوید: "دوستان زیادی پیدا کرده‌ام که هم سن و سال من نیستند ولی خیلی تأثیر خوبی روی من داشتند."

### پیامدهای تنیدگی بالا

**مشکل‌های جسمانی:** شرکت کنندگان بیان داشتند مشکلات جسمانی نظیر: سردرد، سرگیجه، دندان درد، بی‌حسی، مشکل‌های گوارشی، قاعدگی نامنظم، ریزش مو، تنگی نفس، تیک، لرزش دست‌ها، ناخن جودیدن، کندن مو و مسائلی از این دست را هنگام طلاق والدین تجربه کردند. شرکت کننده شماره ۳ می گوید: "به خاطر تنیدگیم هست یا هر چیز دیگری، به شدت ناخن‌هایم را می‌جویم وقتی تنها می‌شوم، موهایم خیلی می‌ریزد، معده‌ام ترش می‌کند."

**پرخاشگری:** این پیامد تنیدگی بالا، ضمن آسیب‌رساندن به خود، سبب آسیب وارد کردن به دیگران نیز می‌شود. در اکثر مواقع ما این رفتار را در کسانی می‌بینیم که در کودکی در معرض خشونت خانوادگی قرار داشتند. شرکت کننده شماره ۱۶ می گوید: "عصبی و پرخاشگر هستم، یعنی می‌دانی اصلاً کنترل دست خودم نیست یکی بگوید یک من تا ده را رفته‌ام. با داداش‌هایم خیلی وقت‌ها جنگ و دعوا می‌شود در خانه که نگو و نپرس، آن‌ها داد می‌زنند من فریاد می‌زنم، آن‌ها عصبانی

می‌شوند من عصبانی‌تر می‌شوم، آن‌ها فحش می‌دهند. به لطف پدر و مادرمان که خیلی بهم فحش می‌دادند ما فحش‌های خوبی یاد گرفته‌ایم من بدتر از آن‌ها فحش می‌دهم."

**اعتیاد به فضای مجازی:** اعتیاد به اینترنت و فضای مجازی، گرایش به رفتارهای پرخطر و عواطف منفی را در افراد به‌خصوص سن نوجوانی تقویت می‌کند. این فضاهای سرگرم‌کننده می‌تواند همانند طلاق که بنیان‌های خانواده را از هم می‌پاشد، بنیان فرد را از هم بگسلاند. شرکت کننده شماره ۱۲ می گوید: "اعتیاد خیلی شدید به فضای مجازی دارم یعنی دائماً گوشی دستم است و در فضای مجازی می‌چرخم. دوستان مجازی برای خودم پیدا کرده‌ام، گهگاهی با همین دوستان که نمی‌دانم که هستند و از کجا آمده‌اند بیرون می‌رویم، بی کسی است دیگر کاریش نمی‌توان کرد."

**سستی در باورهای مذهبی:** شرکت کنندگان اظهار داشتند که با طلاق والدین، آنان از زندگی ناامید شدند و باورهای مذهبی که قبلاً در آنان شکل گرفته بود، رو به سستی کشیده شد. شرکت کننده شماره ۳ می گوید: "اعتقادهای مذهبی‌ام سست شده است. دیگه چیزی برام مهم نیست."

### بحث

نتایج این پژوهش نشان داد دختران فرزند طلاق، پس از این رویداد، منابع تنیدگی‌زا، راهبردهای مقابله‌ای مثبت و منفی و پیامدهای تنیدگی‌زای متنوعی را تجربه می‌کنند.

در تبیین اولین مضمون یعنی منابع تنیدگی‌زا می‌توان گفت، یکی از علائم پرتکرار این فشار وارده، ترس از آینده مبهم است. طلاق ضمن برهم زدن تعادل روانی-عاطفی افراد خانواده موجب بروز تنیدگی‌هایی درباره زندگی آینده افراد می‌شود. پژوهش جلیلی‌راد و علی‌آبادی (۲۰۱۳) نشان دادند که طلاق سبب ترس از آینده، احساس گناه، احساس تنهایی و مشکلات روانی برای فرزندان



و ورزش است (علیوردی‌نیا و علیمردانی، ۲۰۱۶). در این پژوهش نیز مشارکت‌کنندگان با حضور در کلاس‌های مختلف اعم از نقاشی، موسیقی، ورزشی، تئاتر، خیاطی و انجام فعالیت‌های خاص ورزشی و هنری سعی در ایجاد سرگرمی و تفریح سالم برای خود داشتند.

به لحاظ پیامدهای تنیدگی بالا می‌توان اشاره کرد که فرزندان خانواده‌های طلاق در زمینه‌های جسمانی، شخصیتی-عاطفی، خانوادگی، تحصیلی و اقتصادی پیامدهای نامناسبی را تجربه می‌کنند. از آنجاکه سلامت روانی فرزند با جسم او رابطه تنگاتنگی دارد، در خانواده‌های طلاق جسم فرزندان دچار اختلال‌هایی می‌شود (سیلیکنز و نوتون، ۲۰۱۸). جدایی والدین دارای پیامدهای گوشه‌گیری، پرخاشگری، بهانه‌جویی، غمگینی، اختلال در خواب، ناخن‌جویدن، بی‌زاری از زندگی و فرار از منزل می‌شود (یحیی‌زاده و حامد، ۲۰۱۴). فشار مشکل‌های جسمانی در دختران بیشتر از پسران است و اغلب اختلال‌های رفتاری، پرخاشگری و گوشه‌گیری را نشان می‌دهند (عباسی‌آبرزگه، سهرابی و بوبور، ۲۰۱۹).

از جمله یکی دیگر از رفتارهای همراه با تنیدگی بالا اغتیاد به فضای مجازی و دوری‌گزینی از جمع است. اجتناب و دوری‌گزینی به معنای تنها و مجرد و در خلوت بودن و از جمع کناره‌گرفتن است. گوشه‌گیری زمانی حالت بیماری پیدا می‌کند که فرد از آمیزش با جمع و هم‌نوعان بیزار و بیمناک باشد. در این مورد اگر گوشه‌گیری به موقع درمان نشود به پیدایش حالت روانی شدید و افسردگی منجر می‌شود (اسمارت، ۲۰۰۶). عدم احساس توانمندی و حرمت خود پایین و نیز ناتوانی در بروز احساس‌ها، بیان افکار و نظریه‌ها، خود باعث جدایی فرد از فعالیت‌های گروهی است (سراج‌خرمی و حسینی‌نسب، ۲۰۱۹). همچنین به‌علت اینکه نوجوانان فرزند طلاق خشم زیادی را تجربه می‌کنند، احساس ترس و بی‌پناهی دارند

می‌شود. در راستای همین امر، کولین ریکتس (۲۰۱۵) این نکته را برجسته ساخت که با طلاق والدین منابع تنیدگی در فرزندان فعال می‌شود و نگرانی‌های آنان در ارتباط با مشکل‌های اقتصادی و رفتاری، اجتماعی، وضعیت تحصیلی، اختلال در سازش یافتگی و تنیدگی ارتباطی آغاز می‌شود.

پارسونز (۱۹۸۵) به نقش عنصر خانواده توجه دارد و خانواده را به عنوان تنها نهاد عمده موجود در جامعه می‌داند که می‌تواند عشق و محبت مورد نیاز را برای شخص فراهم آورد. بدیهی است طلاق والدین به منزله از بین رفتن چتر امنیتی فرزندان به‌شمار می‌رود. همچنین وضعیت اقتصادی خانواده‌هایی که فرزندان طلاق در آن زندگی می‌کنند، اغلب نامناسب، رفاه پایین و منازل کوچک است و از پول‌جیبی کمتری بهره‌مند هستند. بنابراین مشکل‌های اجتماعی و اقتصادی زیادی دارند (کنگلسی، ۲۰۱۹). در زمینه راهبردهای مقابله‌ای می‌توان گفت، سبک‌های مقابله‌ای تلاش مستمر به منظور سازش‌یافتگی افراد با وضعیت نامتعادل است (دیربای، توماس و شانافلت، ۲۰۰۵). در این پژوهش نیز راهبردهای مقابله‌ای مثبت و منفی توسط نوجوانان انجام می‌شد. این واکنش‌ها با نظریه کنترل اجتماعی هیرشی (۱۹۶۶) قابل تبیین است. بر اساس این نظریه تصور این است که پیوند اجتماعی، شخص را با جامعه ارتباط می‌دهد. این پیوند چهار عنصر دارد: پیوستگی، التزام، مشغولیت و اعتقاد (فیوضات و حسینی‌نثار، ۲۰۱۰). بنابراین، رفتارهای انحرافی زمانی رخ می‌دهد که تعلقات اشخاص به جامعه مرسوم (برای مثال تحصیل‌ها و فعالیت‌های تفریحی) ضعیف شود یا از بین برود. بنابراین یکی از عناصر کلیدی برای توسعه تعلق به جامعه، مشارکت در فعالیت‌های مرسوم است. به قول هیرشی یک فرد ممکن است به حدی مشغول انجام کارهای مرسوم باشد که فرصتی برای انجام رفتارهای انحرافی پیدا نکند. بنابر گفته هیرشی این فعالیت‌ها شامل تماشای فیلم، تفریح‌ها، کار

در نوجوانان فرزند طلاق زیاد است، می‌توان گفت طلاق مجموعه وسیعی از تغییرها و سازماندهی‌های مجدد را در خانواده ایجاد می‌کند که در طول زمان بر فرزندان آثار مثبت و منفی دارد. چراکه تعداد کمی از فرزندان شیوه‌ی مقابله‌ی درست با تنش‌ها و هیجان‌ها را آموخته‌اند.

از جمله محدودیت‌های این پژوهش، تعمیم‌دهی نتایج است که فقط به جامعه‌ی مورد نظر منطقی و امکان‌پذیر است، و برای سطوح دیگر باید جانب احتیاط رعایت شود. بنابراین انجام پژوهش در زمینه‌ی موضوع مورد بررسی در دیگر جوامع آماری برای مقایسه‌ی نتایج پیشنهاد می‌شود.

و بهزیستی و سلامت روانی آنان تحت تأثیر قرار می‌گیرد (کنستن و جنسن، ۲۰۱۹).

یکی دیگر از واکنش‌های سازش‌نا یافته، سستی در باورهای دینی بود. در تبیین آن می‌توان گفت دختران فرزند طلاق شاید به علت ضعف در این بُعد و ناتوانی در به‌کارگیری اعتقادهای دینی در تبیین چگونگی این رخداد و حفظ یکپارگی شخصیت خود، آن را رها کرده‌اند. میلام و اشمیت (۲۰۱۸) نشان دادند که پیامدهای مقابله‌ای مثبت مثل عبادت‌کردن و منفی مانند خشم نسبت به خدا و سستی در باورها، میان فرزندان طلاق بسیار دیده می‌شود. با توجه به اینکه تنیدگی ادراک شده

### منابع

- Abbasi Abzargheh, M., Sohrabi, M., & Bobour, A. (2019). Comparison of perceived stress, depression and anxiety in female adolescents of divorced families with parental death experience. *Afagh Journal of Humanities*, 27, 99-81. [In Persian].
- Alivardinia, A., & Alimardani, M. (2016). Experimental application of everyday activity theory in the study of students' deviant behaviors. *Applied Sociology*, 28 (3), 1-24. [In Persian].
- Amato, P. R. (2010). Research on divorce: Continuing trends and new developments. *Journal of Marriage and Family*, 72, 640-655.
- Ansari, M., Yarmohammadian, M., Yousefi, A., & Yamani, N. (2007). *Introduction to qualitative research methodology: The way and method of theorizing in humanities and healthcare*. Isfahan: Publication of Isfahan University of Medical Sciences and Health Services. [In Persian].
- Barlow, D. H., Rapee, R. M., & Reisner, L. C. (2016). *Mastering stress*. American Health Publishing Company.
- Cangelosi, D. (2019). *Play therapy for children of divorce*. New York: Guilford Publications.
- Collardeau, F., & Ehrenberg, M. (2016). Parental divorce and attitudes and feelings toward marriage and divorce in emerging adult: New insights from a multiway-frequency analysis. *Journal of European Psychology Students*, 3, 24-33.
- Collins Ricketts, J. (2015). *The lived experiences of adult children of mid to later-life parental divorce: An interpretative phenomenological analysis*. Doctor of Philosophy, Nova Southeastern University.
- Fomby, P., & Bosick, S. J. (2013). Family instability and the transition to adulthood. *Journal of Marriage and Family*, 35(5), 0243-0266.
- Foyuzat, A., & Hosseini Nasar, M. (2010). *Theories of social deviations*. Tehran: Pajhwok Publishing. [In Persian].
- Jalilirad, A., Aliabadi, Z. (2013). *Divorce and its harm to children*. The first national conference on sustainable development in educational sciences and psychology. [In Persian].
- Khodaei, A., & Zare, H. (2021). The effectiveness of teaching psychological resilience on positive and negative affect and life satisfaction in adolescence. *Journal of Developmental Psychology: Iranian Psychologist*, 17(67), 291-302. [In Persian].
- Knutsen, M., & Jensen, T. K. (2016). Changes in the trauma narratives of youth receiving trauma-focused cognitive behavioral therapy in relation to posttraumatic stress symptoms. *Psychotherapy Research*, 26 (1), 99-111.
- Moradi, Sh., & Akhane, A. (2019). Comparison of psychological disorders of divorced and normal children. *Journal of Developmental Psychology: Iranian Psychologist*, 44 (8), 118-111. [In Persian].

- Mimura, C., & Griffiths, P. (2008). A Japanese version of the Perceived Stress Scale: Cross-cultural translation and equivalence assessment. *BMC Psychiatry*, 8(85), 120-155.
- Milam, S. R., & Schmidt, C. K. (2014). A mixed methods investigation of posttraumatic growth in young adults following parental divorce. *The Family Journal*, 26(2), 56-65.
- Pike, L. T. (2003). The adjustment of Australian children growing up in single parent families as measured by their competence and self-esteem. *Journal of Childhood*, 10(2), 181-200.
- Rossi, F. S., Holtzworth-Munroe, A., & Rudd, B. N. (2016). *Intimate partner violence and child custody*. In L. Drozd, M. Saini, & N. Olesen (Eds.), *Parenting plan evaluations: Applied research for the family court* (pp. 346-373). New York, NY, US: Oxford University Press.
- Shabani, J., & Tat, M. (2016). Comparison of profiles among female students in divorced and ordinary high schools in Gorgan. *Journal of Family and Research*, 36, 106-91. [In Persian].
- Shakeri Ardakani, F., Asadi, S., & Dehghani, F. (2021). The development of just world beliefs for self and others from adolescence to emerging adulthood. *Journal of Developmental Psychology: Iranian Psychologist*, 17(67), 259-270. [In Persian].
- Sharifi Daramadi, P. (2009). Comparison of mental health status of divorced and orphaned adolescents between normal and normal ages between 15 and 18 years old in Isfahan, *Journal of Psychology and Educational Sciences*, 8, 98-71. [In Persian].
- Siraj Khorami, N., & Hosseini Nasab, M. (2019). Investigating the causes and factors of isolation and offering solutions to eliminate it in primary school. *Journal of Elites and Political Science*, 4 (2), 1-8. [In Persian].
- Schmeer, K. K. (2013). Family structure and child anemia in Mexico. *Social Science Medicine*, 95, 16-25.
- Schaan, V. K., Schulz, A., Schächinger, H., & Vögele, C. (2016). Parental divorce is associated with an increased risk to develop mental disorders in women. *Journal of Affective Disorders*, 253, 60-66.
- Sillekens, S., & Notten, N. (2014). Parental divorce and externalizing problem behavior in adulthood: A study on lasting individual, family and peer risk factors for externalizing problem behavior when experiencing a parental divorce. *Deviant Behavior*, 6(1), 1-16.
- Smart, C. (2006). Children's narratives of post-divorce family life: from individual experience to an ethical disposition. *The Sociological Review*, 54(1), 155-170.
- Yahya Zadeh, H., & Hamed, M. (2014). Issues of children of divorce in Iran and related interventions: meta-analysis of existing articles, *Journal of Women and Family Studies*, 2 (3), 120-91. [In Persian].

