



فصلنامه خانواده‌درمانی کاربردی

تجربه زیسته زنان مطلقه با طلاق‌های غیرمنتظره: یک مطالعه کیفی

دانشجوی دکتری مشاوره، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران
دانشیار گروه روانشناسی، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران
استاد گروه مشاوره، دانشگاه الزهراء، تهران، ایران
دانشیار گروه روانشناسی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران

اعظم شفعی‌نیا^{ID}

ولی‌الله فرزاد*^{ID}

سیمین حسینیان^{ID}

خدیدجه ابوالعالی الحسینی^{ID}

Vfzrad@yahoo.com

ایمیل نویسنده مسئول:

پذیرش: ۱۴۰۰/۱۰/۰۱

دریافت: ۱۴۰۰/۰۷/۰۷

فصلنامه علمی پژوهشی
خانواده‌درمانی کاربردی

شاپا (الکترونیکی) ۲۴۳۰-۲۷۱۷

<http://Aftj.ir>

دوره ۲ | شماره ۴ | پیاپی ۸ | ۱۹۲-۲۱۴

زمستان ۱۴۰۰

نوع مقاله: پژوهشی

به این مقاله به شکل زیر استناد کنید:

درون متن:

(شفعی‌نیا، فرزاد، حسینیان، ابوالعالی

الحسینی، ۱۴۰۰)

در فهرست منابع:

شفعی‌نیا، اعظم، فرزاد، ولی‌الله، حسینیان،

سیمین، ابوالعالی الحسینی، خدیجه.

(۱۴۰۰). تجربه زیسته زنان مطلقه با طلاق‌های

غیرمنتظره: یک مطالعه کیفی. فصلنامه خانواده

درمانی کاربردی، ۲(۴پیاپی ۸): ۱۹۲-۲۱۴.

چکیده

هدف: هدف پژوهش حاضر تبیین تجربه زیسته زنان مطلقه با طلاق‌های غیرمنتظره بود. روش پژوهش: مطالعه حاضر با رویکرد کیفی مبتنی بر نظریه پدیدارشناسی و تکنیک مصاحبه‌های نیمه ساختاریافته و مسئله محور، به بررسی و شناخت فرآیند بروز طلاق‌های غیرمنتظره پرداخته است. جامعه آماری این پژوهش را زنان با طلاق غیرمنتظره و یک‌جانبه ساکن شهر تهران تعداد ۱۰ زن که تجربه طلاق غیرمنتظره داشتند با شیوه نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند. این افراد با استفاده از مصاحبه نیمه ساختاری به صورت عمیق مورد بررسی قرار گرفتند؛ برای تبیین و تحلیل داده‌ها از رویکرد داده بنیاد استفاده شد. یافته‌ها: پس از مصاحبه با زنان مطلقه و تحلیل و استخراج داده‌ها، ۱۶۲ کد اولیه، ۱۱ مضمون فرعی و ۴ مضمون اصلی شد. مضمون اصلی ازدواج یک تعهد مادام‌العمر دو مضمون فرعی باور به تداوم و ثبات ازدواج و باور به داشتن یک زندگی خوب اما مواجه شدن با بدترین اتفاقات را در بر گرفت. دومین مضمون اصلی یعنی تغییرات رابطه از بهترین دوست تا غریبه کامل نیز دارای پنج مضمون فرعی پایان ناگهانی و غیرمنتظره، دوگانگی پیام‌ها و بازی‌های روانی، شکسته شدن فرضیات، خیانت و نقش مسائل و طلاق خانواده اصلی در طلاق شرکت‌کنندگان را شامل شد. فرایندهای عاطفی شرکت‌کنندگان به طلاق غیرمنتظره نیز به‌عنوان سومین مضمون اصلی خود دارای دو مضمون فرعی واکنش‌های عاطفی به ترک شدن و آسیب‌های طلاق غیرمنتظره بود و چهارمین و آخرین مضمون اصلی بازسازی زندگی و سازگاری با طلاق بود که دو مضمون فرعی روش‌های کارآمد سازگاری با طلاق و روش‌های ناکارآمد سازگاری با طلاق را شامل شد. نتیجه‌گیری: تجربه طلاق در زنان به معنای قرارگیری در چتری از آسیب‌پذیری‌های فردی، اجتماعی و بروز پیامدهای مختلفی است که آنان را به بهره‌گیری از مکانیسم‌های حفاظتی همانند مذهب، پنهان‌کاری و تلاش برای سازگاری با شرایط جدید و کاهش آسیب‌های روانی، اجتماعی و جنسی سوق می‌دهد. لذا این مسئله، نیاز به درک حمایت‌های همه‌جانبه آنان را نشان می‌دهد. این یافته‌ها، دید جدیدی به گروه بهداشتی و جامعه برای درک واقعی مشکلات زنان مطلقه در دنیای امروزی می‌دهد.

کلیدواژه‌ها: زنان مطلقه، طلاق غیرمنتظره، تجربه زیسته، پدیدارشناسی.

مقدمه

طلاق یک معضل سلامت عمومی در نهاد اجتماعی خانواده محسوب می‌شود (لاول و اسموک، ۲۰۱۲)؛ پدیده‌ای تنیدگی‌زا است و آسیب‌پذیری افراد، به‌خصوص زنان را به مشکلات جسمانی و روان‌شناختی دو برابر می‌کند و ابتلا به اختلالات روانی آنان امری اجتناب‌ناپذیر است (قمری کیوی، رضایی شریف و اسماعیلی قاضی ولوئی، ۱۳۹۵). جدایی و طلاق‌های غیرمنتظره برای تمام اعضای خانواده تنیدگی بزرگی محسوب می‌شود و ممکن است منجر به واکنش‌های سازگاری کوتاه‌مدت و بلندمدت شود (فزلسفلو، سعادت‌ی و رستمی، ۱۳۹۷)؛ افزون بر آن، تجربه طلاق، سازش یافتگی زوجین و فرزندان آن‌ها را در تمام ابعاد (روان‌شناختی، جسمانی، اجتماعی و هیجانی) تحت تأثیر قرار می‌دهد و باعث کاهش عملکرد و ناکارآمدی اعضای خانواده پس از طلاق می‌شود (سعادت‌ی، رستمی و دربانی، ۱۳۹۵).

برخی از پژوهشگران طلاق غیرمنتظره و یک‌جانبه را به‌عنوان یک فرایند آسیب‌زا یا اتفاق فاجعه‌آمیز در نظر می‌گیرند (ارنوس، ۱۹۹۹، بایومستر و وتمن، ۱۹۹۲، بکوار، ۲۰۰۶، هوگ، ۲۰۰۲، نانی، کارسو و گراسی، ۲۰۱۸). آن‌ها شرح می‌دهند که واکنش‌های روان‌شناختی در پاسخ به حوادث منفی زندگی مثل طلاق، بیماری مزمن و بیکاری می‌تواند با طیفی از پاسخ‌های معمول شروع و به شرایط آسیب‌زا منجر شود؛ یعنی آشفتگی‌های روان‌شناختی شدید و طولانی می‌تواند پیش‌بینی کننده نتایج منفی مثل اختلال در عملکرد اجتماعی، کاهش کیفیت زندگی، اختلالات جسمی، روانی و خودکشی باشد. درمن (۱۹۹۱) مشاهده کرد که حوادث آسیب‌زایی که دست انسان در آن دخالت دارد، مثل طلاق که مورد توافق هر دو نفر نیست از لحاظ عاطفی می‌تواند از بلایای طبیعی مثل زلزله ویران‌کننده‌تر باشد. بهبودی و کنار آمدن با حوادث آسیب‌زای ناشی از تصمیم فرد به دلیل مسائل روان‌شناختی و اجتماعی سخت‌تر و مشکل‌تر است. در طلاق‌های غیرمنتظره و یک‌جانبه، والدین و فرزندان به‌طور ناگهانی با شوک، آشفتگی، بهم ریختگی و فقدان ارتباط روبرو می‌شوند و فرایند بازسازی مجدد زندگی به میزان و سطح استرس در ذهن آن‌ها بستگی دارد؛ مشاهدات بالینی و یافته‌های پژوهشی اخیر نیز طلاق را یک حادثه تروماتیک می‌دانند که علائمی شبیه به اختلال استرس پس از ضربه دارد و با علائمی مثل انکار، اضطراب، شرم، ترس از دست دادن کنترل، افسردگی، به‌خاطر آوردن مکرر حادثه، کاهش علاقه به فعالیت‌های روزانه همراه است (کر، ۲۰۱۲).

آمار و ارقام نشان می‌دهد که ایران به‌عنوان چهارمین کشور پر طلاق دنیا محسوب می‌شود (حسینی، خزایی و غلامی، ۱۳۹۸)؛ طلاق نه‌تنها به‌عنوان یک مشکل فردی مطرح می‌شود، بلکه یک فرایند چندمرحله‌ای است که نه‌تنها بر نحوه ارتباط افراد خانواده تأثیر می‌گذارد، بلکه لطمات شدیدی نیز بر جامعه وارد می‌سازد و در نهایت کل پیکره جامعه را دستخوش تشنج، مشکلات جدی و جبران‌ناپذیری می‌کند (نیکبخت نصرآبادی، پاشایی ثابت و بستامی، ۱۳۹۵). با توجه به اهمیت موضوع طلاق در زمره غم‌انگیزترین پدیده‌های اجتماعی است که متأسفانه، مطالعات متعدد در کشور ایران آمار نمایان‌گر افزایش شیوع این پدیده اجتماعی است؛ گزارش‌ها همچنین نشان‌دهنده آن است که افزایش میزان طلاق باعث افزایش شمار زنان سرپرست خانوار شده و با توجه به نتایج تحقیقات قبلی و همین‌طور نتایج تحقیق حاضر، زنان سرپرست خانوار از زمره

آسیب‌پذیرترین اقشار جامعه می‌باشند که خود این امر موجب بروز مسائل و آسیب‌های در سطح کلان جامعه می‌شود (خلج‌آبادی فراهانی، تنها و ابوترابی زارچی، ۱۳۹۶).

در سال‌های اخیر این معضل اجتماعی در کشور ما روند رو به رشدی داشته است؛ ایران رتبه چهارم طلاق را در جهان به خود اختصاص داده است که زنگ خطری برای جامعه و خانواده‌ها محسوب می‌شود (حسینی‌یزدی، مشهدی، کیمیایی و عاصمی، ۱۳۹۴). علاوه بر آن، بنا بر اطلاعات ارائه‌شده از سوی سازمان ثبت‌احوال کشور در شش‌ماهه نخست سال نودوچهار، ۷۹ هزار و ۸۰۶ واقعه طلاق روی داده است که هر شبانه‌روز ۴۳۶ مورد و هر ساعت ۱۸ واقعه طلاق به ثبت رسیده است. ۱۴ درصد از طلاق‌ها در سال اول و ۴۸ درصد از طلاق‌ها در پنج سال اول زندگی مشترک رخ می‌دهد و به‌طور متوسط از هر ۴/۴ ازدواج یک مورد به طلاق می‌انجامد. به‌طور متوسط افراد طلاق گرفته ۸/۱ سال باهم زندگی مشترک داشته‌اند و کل طلاق‌ها ۸/۷ درصد افزایش داشته است. میانگین سن طلاق مردان ۳۵ سال و زنان ۳۰ سال بوده است (پایگاه خبری تحلیلی انتخاب، ۱۳۹۵)؛ بنابراین، با توجه به آمارهای موجود تعداد زیادی از افراد مطلقه ازدواج مجدد نخواهند داشت و عده‌ای از این افراد با طلاق و مسائل پس‌از آن می‌توانند سازگار شوند و عده‌ای هم نمی‌توانند. از این‌رو، سازگاری پس از طلاق به «فرآیند تطابق با تغییرات زندگی حاصل از طلاق و دستاوردهای روان‌شناختی هیجانی متعاقب آن» تعریف شده است. این تعریف شامل هر دو شاخص مثبت سازگاری و منفی عدم سازگاری با طلاق است (میرزاده‌زاده، خدابخش و فاتحی‌زاده، ۱۳۹۱). به اعتقاد جامعه‌شناسان، طلاق به‌عنوان مسئله اجتماعی مطرح می‌شود که از حد معینی خارج شده و فراوانی آن غیرمعارف گردیده است (آماتو و چیدل، ۲۰۰۸)؛ لذا، طلاق دیگر یک مشکل فردی نیست، بلکه یک فرایند چندمرحله‌ای است که نه تنها بر نحوه ارتباط افراد خانواده تأثیر می‌گذارد، بلکه لطمات شدیدی نیز بر جامعه وارد می‌سازد، لطماتی که در نهایت کل پیکر جامعه را دستخوش تشنج و مشکلات جدی، عمیق و جبران‌ناپذیری می‌کند علاوه بر این، از عوامل تأثیرگذار بر طلاق می‌توان به عوامل مرتبط به ساختار اقتصادی، عوامل فرهنگی و عوامل اجتماعی نام برد (بایتار، بویسی و برون‌دیل، ۲۰۱۴)؛ همچنین طلاق، عوارضی همچون افسردگی، اضطراب، رفتارهای پرخاشگرانه، ناتوانی در تحمل مشکلات کار و زندگی، افزایش انحرافات اجتماعی بین زنان و مردان مطلقه را در پی دارد (سعادت‌ی و همکاران، ۱۳۹۶)؛ بیشتر مطالعات، گویای یک طیف از پیامدهای متفاوت طلاق، از خوب تا بد می‌باشند و حال آنکه، تجارب واقعی این زنان هنوز در پرده‌ایی از ابهام باقی است؛ بیشتر مطالعاتی که در مورد طلاق انجام‌شده‌اند بر روی آمار و علل طلاق تمرکز کرده‌اند؛ از سویی دیگر، به‌منظور ایجاد پایه‌ایی برای برنامه‌های آموزش سلامت و تغییر سیاست‌گذاری‌ها، لازم است مطالعات بیشتری پیرامون این معضل اجتماعی انجام گیرد (قزل‌سفلو و همکاران، ۱۳۹۷). برای درک بهتر این معضل اجتماعی یعنی طلاق و برای کمک به برنامه‌ریزی بیشتر برای حمایت از آنان، باید به درک این پدیده از زبان زن مطلقه با طلاق‌های غیرمنتظره که آن را تجربه نموده‌اند اقدام گردد و از آنجاکه مطالعات اندکی آن‌هم توسط پژوهشگران در مورد پدیده تجربه زنان پس از طلاق غیرمنتظره در ایران و حتی در دنیا بر اساس بررسی‌های پژوهشگر انجام نشده، لذا این مطالعه با هدف درک و توصیف

تجربه زنان پس از طلاق‌های غیرمنتظره و برنامه‌ریزی بهتر برای آنان و همچنین، یاری‌رساندن به سیاست‌مداران بهداشتی در اتخاذ مداخلات کاربردی و متناسب در زنان شهر تهران، انجام شد.

روش پژوهش

روش مورد استفاده در این پژوهش کیفی است؛ هدف پژوهش کیفی درک فرایندهای اجتماعی در بافت آن‌ها و همچنین درک معنایی است که این رویدادها برای افراد دارند (استرواس و کوربین، ۱۳۹۰). از آنجاکه هدف این مطالعه بررسی تجربه زیسته زنان در طلاق غیرمنتظره و یک‌جانبه بود؛ ورود به درون جهان زیسته آن‌ها مستلزم اتخاذ رویکرد و روشی است که قادر به انجام چنین کاری باشد. پدیدارشناسی به‌عنوان یک روش پژوهش، به مطالعه نموده‌ها، تشریح ساختارهای تجربه زیسته و آگاهانه بدون ارجاع به نظریات، تفکر قیاسی - فرضی و فرض‌های نظریات پیشین اختصاص دارد. جامعه آماری این پژوهش را زنان دارای طلاق غیرمنتظره و یک‌جانبه ساکن شهر تهران در برگرفتند و روش نمونه‌گیری به شیوه هدفمند بود. شرایط لازم برای ورود به پژوهش عبارت‌اند از: داشتن حداقل تحصیلات دیپلم، شاغل، حداقل شش ماه و حداکثر سه سال از طلاق آن‌ها گذشته باشد. با توجه به مفروضات اساسی رویکرد کیفی و طبق نمونه‌گیری نظری تعداد نمونه پیش از اجرا تحقیق تعیین نمی‌شود و فرایند نمونه‌گیری تا زمانی ادامه پیدا می‌کند تا اشباع اطلاعات حاصل شود (بازرگانی، ۱۳۸۹). شرکت‌کنندگان در تحقیق به‌صورت داوطلبانه و از طریق روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند. از بین زنان مطلقه شهر تهران که شرایط حضور در پژوهش را داشتند؛ یعنی زنان با طلاق غیرمنتظره، داشتن حداقل تحصیلات دیپلم، شاغل، حداقل شش ماه و حداکثر سه سال از طلاق آن‌ها گذشته و داوطلب شرکت در تحقیق بودند دعوت به عمل آمد که در مصاحبه حضور داشته باشند. قبل از انجام پژوهش به‌منظور رعایت اصول اخلاقی از زنان برای شرکت در مطالعه و ضبط صدا رضایت گرفته شد و راجع به اهداف پژوهش حاضر، علت ضبط جلسه مصاحبه، محرمانه ماندن اطلاعات و هویت آن‌ها توضیحات لازم ارائه شد. پس از مصاحبه با ۱۰ زن، اطلاعات گردآوری شده به نقطه اشباع رسید و به تشخیص پژوهشگران به ادامه مصاحبه نیازی نبود. اطلاعات جمعیت شناختی هر کدام از شرکت‌کنندگان با ذکر نام مستعار آن‌ها آمده است؛ پس از کسب اجازه مصاحبه‌ها به شکل عمیق و نیمه ساختاریافته و به‌صورت حضوری انجام شد و توالی پرسش‌ها با توجه به فرایند مصاحبه و پاسخ‌های هر شرکت‌کننده یکسان نبود؛ اما سعی شد انواع مشابهی از اطلاعات از همه افراد شرکت‌کننده در مصاحبه گردآوری شود.

ابزار پژوهش

۱. **مصاحبه نیمه ساختاریافته.** فرم مصاحبه نیمه ساختاریافته شامل پرسش‌های باز برای بررسی تجربه زیسته زنان مطلقه با طلاق غیرمنتظره بود. برای این منظور پژوهشگر ابتدا به تدوین فرم مصاحبه پرداخت. این فرم شامل عنوان طرح تحقیق، زمان مصاحبه، تاریخ و محل مصاحبه است. در ابتدای این فرم خلاصه‌ای از هدف طرح تحقیق ذکر شد و مصاحبه‌گر با قرائت آن برای مصاحبه‌شونده او را در جریان هدف تحقیق قرار داد. پس از آن هر یک از سؤال‌های مصاحبه به ترتیب ذکر شدند. مدت زمان مصاحبه‌ها برحسب شرایط و تمایل شرکت‌کنندگان ۴۵-۶۰ دقیقه بود. همه مصاحبه‌ها به‌صورت دیجیتالی ضبط و بلافاصله پس از ضبط

کلمه به کلمه نوشته شد. برای افزایش روایی و پایایی که معادل استحکام علمی یافته‌ها^۱ در تحقیق کیفی است، درگیری طولانی مدت محقق^۲ و تماس و ارتباط او با مشارکت‌کنندگان با حداکثر تنوع نیز اعتبار داده‌ها را افزایش داد. همچنین از روش‌های مقبولیت داده‌ها^۳ با مرور دست‌نوشته‌ها توسط مشارکت‌کنندگان^۴ جهت رفع هرگونه ابهام در کدگذاری‌ها استفاده شد (سیدمن، ۱۳۹۴). برای این منظور، پژوهشگر قسمت‌هایی از مصاحبه و کدگذاری را در اختیار آنان قرارداد تا به مفاهیم یکسان در رابطه با گفته‌های مشارکت‌کنندگان دست یابد. همچنین از اشباع داده‌ها نیز برای بالا بردن اعتبار استفاده شد. قابلیت تعیین – تأیید^۵ نیز با جمع‌آوری سیستماتیک داده‌ها و با رعایت بی‌طرفی محقق، توافق اعضا^۶ روی مصاحبه‌ها، کدها و دسته‌بندی کدهای مشابه و طبقات برای مقایسه بین آنچه محقق برداشت نموده با آنچه منظور مشارکت‌کنندگان بوده است، استفاده شد (ایمان و نوشادی، ۱۳۹۰).

روش اجرا. پژوهشگر با فراخوان از طریق اعلان به همکاران و آگهی در شبکه‌های اجتماعی برای شرکت در پژوهش دعوت به عمل آورد. مراجعان با اطلاع از اهداف پژوهش در مصاحبه شرکت نمودند. به شرکت‌کنندگان گفته شد که علاقه‌مند به شنیدن دیدگاه و تجربه آن‌ها از طلاقشان می‌باشیم. محور اصلی سؤالات مصاحبه در راستای کشف معنای این نوع طلاق و اثرات آن بر روی آن‌ها و شیوه کنار آمدن با آن بود. مصاحبه‌ها با این سؤال کلی «شرح کوتاهی از دواج و زندگی مشترک» آغاز شد و سپس به سؤالاتی درباره واکنش آن‌ها به طلاق، اثرات آن بر زندگی آن‌ها و همچنین شیوه‌ها و اقداماتی که به آن‌ها کمک کرد تا با آن کنار بیایند؛ پایان یافت. سپس برای انجام تحلیل‌های بعدی، مصاحبه‌ها به‌دقت روی کاغذ پیاده‌سازی شد. روش اصلی تجزیه و تحلیل پدیدارشناسی داده‌ها در این پژوهش روش تحلیل مضمون بود. از این روش برای توصیف و تفسیر تجربه شرکت‌کنندگان در مورد معنای طلاق مورد استفاده، قرار گرفت. در همه شیوه‌های تحلیل داده‌های کیفی تحلیل مضمون (در چارچوب طبقه‌بندی، شاخص بندی و سنخ بندی) از اهمیت زیادی برخوردار است. بیش‌تر پژوهشگران کیفی بر این باورند که تحلیل مضمون روشی بسیار مفید برای به دست آوردن ساختار معنا در مجموعه‌ای از داده‌هاست (بروان و کلارک، ۲۰۰۶). تحلیل مضمون افزون بر کاربرد گسترده در دیگر روش‌های کیفی در پدیدارشناسی نیز کاربرد دارد که بر تجربه ذهنی انسان‌ها تأکید می‌کند. در این رویکرد تأکید بر ادراک شرکت‌کنندگان، احساسات و تجربیات آن‌ها از موضوع مورد مطالعه است. مراحل تحلیل مضمون در این پژوهش دربرگیرنده شش مرحله: نزدیک شدن به داده‌ها، تولید کدهای اولیه، جستجوی مضمون‌ها، مرور و بازبینی مضمون‌ها، تعریف و نام‌گذاری مضمون‌ها و تهیه گزارش بوده است (بازرگان، ۱۳۸۹). به‌منظور صحت و اعتبار داده‌های پژوهش از چهار معیار جداگانه گوبا و لینکلن (به نقل از کرسول، ۲۰۱۳)، استفاده شد. برای تضمین قابلیت اعتبار داده‌ها پس از تحلیل، هر مصاحبه دوباره به شرکت‌کننده بازگشت داده شد تا صحت و وسقم مطالب تأیید و تغییرات لازم اعمال گردید. جهت

1. truth worthing
2. prolonged engagement
3. credibility
4. member check
5. confirmability
6. peer check

تضمین قابلیت تصدیق سعی بر آن بود که پژوهشگر پیش‌فرض‌های پیشین خود را تا حد امکان در فرایند جمع‌آوری داده‌ها دخالت ندهد. جهت تصدیق قابلیت اطمینان و کفایت، از راهنمایی و نظارت همکاران متخصص استفاده شد و متن مصاحبه جهت بررسی کدگذاری‌ها به استادان و یک متخصص پژوهش کیفی داده شد. جهت افزایش قابلیت تعمیم و انتقال به موقعیت‌های دیگر، سعی شد مشارکت‌کنندگان بیشترین تنوع در ویژگی‌های جمعیت شناختی انتخاب شوند. در تعداد فرزند در دامنه صفر تا ۲ فرزند، مدت زمان طلاق از شش ماه تا سه سال و سطح تحصیلات از دیپلم تا فوق‌لیسانس باشد.

یافته‌ها

میانگین و انحراف استاندارد سن شرکت‌کنندگان ۳۶/۵۷ (۵/۲۵) بود و میانگین مدت‌زمان ازدواج نیز ۱۲/۵۸ (۴/۸۱) سال بود. سایر ویژگی‌های جمعیت شناختی هفت زن مطلقه با تجربه طلاق غیرمنتظره در جدول یک ارائه شده است.

جدول ۱ مشخصات جمعیت شناختی شرکت‌کنندگان

| شرکت‌کنندگان | سن | تحصیلات | شغل | تعداد فرزند | مدت ازدواج به سال | مدت جدایی |
|--------------|----|------------|----------|-------------|-------------------|-----------|
| زهره | ۲۷ | لیسانس | کارمند | - | ۱۰ | ۶ ماه |
| سولماز | ۳۷ | لیسانس | خانه‌دار | ۲ | ۱۹ | ۱ سال |
| بهار | ۳۷ | فوق‌لیسانس | کارمند | - | ۱۰ | ۲ سال |
| لیلا | ۳۶ | لیسانس | کارمند | ۱ | ۷ | ۳ سال |
| فریده | ۳۶ | لیسانس | کارمند | ۱ | ۱۵ | ۳ سال |
| مژگان | ۴۵ | دیپلم | خانه‌دار | ۲ | ۱۹ | ۳ سال |
| آرزو | ۳۸ | دیپلم | خانه‌دار | - | ۱۰ | ۲ سال |

تحلیل تجارب مشارکت‌کنندگان منجر به شناسایی ۱۶۲ کد اولیه، ۱۱ مضمون فرعی و ۴ مضمون اصلی یا درون‌مایه اصلی شد که در جدول ۲ ارائه شده است

جدول ۲ مضامین اصلی و فرعی آشکار شده از تحلیل داده‌ها.

| مضامین اصلی | مضامین فرعی |
|----------------------------|---|
| ازدواج یک تعهد مادام‌العمر | -باور به تداوم و ثبات ازدواج |
| | -باور به داشتن یک زندگی خوب اما مواجه شدن با بدترین اتفاقات |

| | |
|--|--|
| -پایان ناگهانی و غیرمنتظره | |
| -دوگانگی پیام‌ها و بازی‌های روانی | |
| -شکسته شدن فرضیات | تغییرات رابطه از بهترین دوست تا غریبه‌ی کامل |
| -خیانت | |
| -نقش مسائل و طلاق خانواده اصلی در طلاق | |
| شرکت‌کنندگان | |
| -واکنش‌های عاطفی به ترک شدن | فرایندهای عاطفی شرکت‌کنندگان به طلاق غیرمنتظره |
| -آسیب‌های طلاق غیرمنتظره | |
| -روش‌های کارآمد سازگاری با طلاق | بازسازی زندگی و سازگاری با طلاق |
| -روش‌های ناکارآمد سازگاری با طلاق | |

ازدواج یک تعهد مادام‌العمر

همه مصاحبه‌شوندگان اعتقاد داشتند که ازدواج آنها برای همیشه ادامه خواهد داشت. آن‌ها فکر می‌کردند می‌توانند با یکدیگر از هر آنچه در طول زندگی پیش می‌آید عبور کنند و مثل دفعات گذشته باهم به ساختن حال و آینده بپردازند. اما در مسیر رابطه با اتفاقات جدیدی رو به رو شدند. علیرغم اینکه سعی می‌کردند آن اتفاقات را درک کنند اما درعین حال تصور می‌کردند مساله بزرگی نیست. درحالی که آنان از آنچه در رابطه اتفاق افتاده بود غافل بودند و محکم به این واقعیت که یک خانواده هستند، چسبیده بودند اما واقعیت دیگری به آهستگی درحال اتفاق افتادن بود که درباره آن چیزی نمی‌دانستند

مضمون‌های فرعی

باور به ثبات و تداوم ازدواج

همه مصاحبه‌شوندگان، باور داشتند برای زندگی کردن ازدواج کرده‌اند و مادام‌العمر باهم خواهند بود. احساسات دردناک آن‌ها ناشی از اعتقاد به استحکام و ثبات رابطه بود و این که ازدواج آن‌ها پایدار می‌ماند. " ... دو نفر که ازدواج می‌کنند باید در هر شرایطی با هم بموندند و زندگیشون را بسازند... ". " ... علیرغم خیانت همسر اعتقاد داشتم که همسر از روی هوس با زن دیگه ای رفته و درنهایت من و زندگیش را انتخاب می‌کند و زندگی ما با وجود همه‌ی مشکلات تداوم دارد... ". " ... شاید مسخره به نظر بیاید اما بعد از دوبار خیانت باید طلاق می‌گرفتم ولی در تمام مدت خیانت را مشکلی میدونستم که باید حل بشه. بخصوص اینکه همسر جلسات مشاوره را میومد و فکر میکردم که در رابطه با آن خانم از نظر عاطفی گیر افتاده است و به کمک نیاز داره. همیشه فکر میکردم که ازدواج ما پابرجا خواهد ماند. ما دوتا بچه داشتیم و بیست سال باهم خیلی از مشکلات را پشت سر گذاشته بودیم... ". " ... همیشه تو ذهنم این جمله مادرم بود که آدم با لباس سفید میره خونه بخت و با لباس سیاه میاد بیرون " فکر می‌کردم که هر اتفاقی بیفته همسر هیچوقت من را تنها نمی‌گذاره. بخصوص اینکه همسر قبلا ازدواج کرده بود و بعد از چهار سال زندگی مشترک جدا شده بود. او همیشه می‌گفت دوست ندارد برای بار دوم زندگیش را از دست بدهد و برای من این حرف‌ها به معنی تعهد و ماندگاری رابطه بود ... "

"...همسرم به من خیانت کرد اما بعد از عذرخواهی او و ادامه زندگی، باور کردم که چیزی نمی‌تواند ما را از هم جدا کند و علیرغم همه‌ی مشکلات، ازدواج ما تداوم دارد..."

باور به داشتن یک زندگی خوب اما مواجه‌شدن با بدترین اتفاقات

شرکت‌کنندگان ازدواج خود را اینگونه توصیف می‌کردند که علیرغم وجود مشکلات، از زندگی خود احساس رضایت داشتند و از باهم بودن لذت می‌بردند. اما همزمان، اتفاقاتی در حال رخ دادن بود که هرچند مهم بودند اما از دید آن‌ها مخفی بود.

"... ما زندگی خوبی داشتیم و همدیگر را باور داشتیم. در رابطه‌ی ما، من و تویی نبود. هر دو باهم کار می‌کردیم. اما بعد از مدتی احساس کردم که رفتار همسرم تغییر کرده، احساس فاصله می‌کردم و وقتی با او در میان گذاشتم، گفت که اشتباه می‌کنی و من فکر کردم من حساس شده‌ام. اما بعد از مدتی از من خواست که اگر او را دوست دارم مهریه‌ام را ببخشم و بعلاوه خانه‌ای که خریده بودیم را به اسم او بزنم. من نمی‌دانستم که این نشانه مشکل عمیق‌تری در زندگی ما است. وقتی کاری را که خواست انجام دادم، همه چیز تغییر کرد. همسرم مرا از خانه بیرون کرد و من مات و مبهوت مانده بودم..."

"...در این ده سال زندگی مشترک، علیرغم مشکلاتی که وجود داشت رابطه ما خوب بود. تا اینکه همسرم در راه برگشت سفر کاری اش، با من تماس گرفت و گفت که مرا دوست ندارد و عاشق زن دیگری شده است. دیگر تمایلی به ادامه زندگی با من ندارد و قصد جدایی دارد..."

"... در سال‌های اول ازدواج متوجه خیانت همسرم شدم و بعد از آن همسرم از کرده خود پشیمان شد و قول داد که متعهد بماند و من هم چون دوستش داشتم اعتماد کردم. اما زمانی که فکر می‌کردم همه چیز بین ما خوب است، متوجه خیانت او شدم و این بار او می‌خواست که جدا بشویم..."

"...هرگز فکر نمی‌کردم که ازدواج ما به جدایی برسد. ما عاشق هم شدیم و ازدواج کردیم. زندگی عاشقانه‌ای داشتیم اما بعد از هفت سال متوجه خیانت شوهرم شدم و این آغاز ترک خوردن رابطه ما بود. سعی کردیم با کمک گرفتن از روانشناس با این مساله کنار بیایم و ادامه بدهیم اما متوجه شدم که شرکت در جلسات فقط برای آرام کردن من بوده و در واقعیت او همچنان به من خیانت می‌کند..."

"... علیرغم همه مشکلاتی که در رابطه وجود داشت من فکر می‌کردم همدیگر را دوست داریم تا اینکه متوجه خیانت همسرم شدم، اما با کمک جلسات زوج درمانی او را بخشیدم. بعدها متوجه شدم همسرم با آن خانم ازدواج دائم کرده است..."

تغییرات رابطه از بهترین دوست تا غریبه‌ی کامل

اینجا شاهد این هستیم که شرکت‌کنندگان به سمت شناخت بیشتر همسر خود و آگاهی از جدی بودن مشکلات می‌روند. اینکه همسرشان چطور تغییر کرده و چگونه با پیام‌های مبهم و بازی‌های روانی، ناخواسته فریب خورده‌اند. درد و رنج‌شان وقتی تشدید می‌شد که متوجه شدند چگونه از سر دلسوزی و درک دیگری، در بسیاری از جاها به همسرانشان اجازه دستکاری و فریب را داده‌اند. بعضی از همسران شرکت‌کنندگان، آن‌ها را مسئول کمبودها و مشکلات زندگی مشترک دانسته و سرزنش‌شان می‌کردند. طوری که زنان گرایش به خود سرزنشی داشتند.

شرکت کنندگان وقتی داستان زندگی اشان را توصیف می کردند، متوجه شدند که اگرچه در زندگی مشترک احساس خوشبختی می کردند، اما در واقع در حال دور شدن از هم بودند و هرکدام زندگی جداگانه ای داشتند. زمانی که فکر می کردند به یکدیگر متعهد هستند، خیانت و دورویی در حال اتفاق افتادن بود و ازدواج آن‌ها را به پایان رسانده بود

مضمون‌های فرعی

پایان غیرمنتظره و ناگهانی ازدواج: هیچ کدام از شرکت کنندگان منتظر پایان ازدواج و زندگی مشترک خود نبودند. تصمیم به طلاق، بدون بحث و گفتگو با شریک خود برای همه شرکت کنندگان تحمیلی بوده است. بعضی از شرکت کنندگان زندگی طبیعی و نرمالی با همسرشان داشته اند. آن‌ها بیان کردند اگرچه بعدها شکاف و فاصله‌ی را در رابطه خود با همسرشان کشف کردند اما فکرمی کردند برای همیشه با هم خواهند ماند. غیرمنتظره بودن طلاق باعث تجربه احساسات دردناک برای شرکت کنندگان شده است. هویت و تورل (۲۰۱۱) بیان کردند کسانی که آغازگر طلاق نبودند در برابر حوادث تغییر دهنده‌ی زندگی احساس ناتوانی دارند بنابراین سطح بالاتری از آشفتگی عاطفی و روانی را تجربه می کنند که پیامدهای منفی برای سلامت بدنیاال خواهد داشت. همچنین بروانینگ (۲۰۲۱) به احساس خیانت، وحشت و رهاشدگی در بین افرادی که خواستار طلاق نیستند اشاره کرد.

"...همه چیز بین ما خوب بود تا اینکه همسرم برای یک ماه به سفری کاری رفت. هرچند در این مدت همسرم اظهار دلتنگی می کرد اما در کمال ناباوری چند روز بعد تماس گرفت و گفت که قصد جدایی دارد. این تصمیم برای من شوک بزرگی بود. بعداً متوجه شدم که همسرم در مدت این یکماه با خانمی وارد رابطه شده و تصمیم داشت با او ازدواج کند..."

"...یک شب شوهر سابقم گفت که با من خوشحال نیست و می خواهد جدا شود. در آن لحظه احساس ویرانی می کردم. بعد ها متوجه شدم که همسرم مرا بخاطر زن دیگری ترک می کند. از او خواستم که نزد زوج درمانگر برویم اما قبول نکرد و گفت که تصمیم خودش را گرفته است. برای من شوک بزرگی بود.

"...من خیانت‌های قبلی او را نادیده گرفتم و فرصت دادم که دوباره زندگیمان را بسازیم، فکر می کردم که همسرم از کرده خود پشیمان است و بخاطر از دست ندادن من و بچه‌ها تصمیم به بازسازی رابطه گرفته است اما بعداً متوجه شدم که او در کنار زندگی با من برای خودش زندگی دیگری داشته است..."

"... همسر سابقم برای آرام کردن خودش مشروب می خورد. من سعی کردم به او کمک کنم تا ترک کند. حتی شرط او را برای ترک کردن (بخشیدن مهریه) قبول کردم تا انگیزه‌ای برای ترک او بشود. من اجازه دادم که همسرم نیازهای مرا کاملاً نادیده بگیرد و به این مساله تا زمان مطرح کردن طلاق از سوی او اهمیت ندادم. وقتی پیغام همسرم را شنیدم که قصد جدایی دارد ویران شدم. باورم نمی شد با من اینطور رفتار کند، من که حسن نیت را نشان داده بودم..."

"...با شنیدن درخواست طلاق همسرم، احساس کردم ضربه‌ای به سرم خورد، باورم نمی شد که تمام این یک سال او به من دروغ گفته و همزمان رابطه‌ی دیگری داشته است..."

مصاحبه شونده دیگری در این باره گفت " بعد از برگشت از سفر با وجود اینکه همه چیز خوب بود و به ما خیلی خوش گذشت و درباره برنامه های آینده با هم صحبت کردیم اما بعد از چند روز به شکل غیر منتظره و ناگهانی گفت تصمیم به جدایی دارد چون عاشق زن دیگری است . با شنیدن این حرف همه چیز روی سر من خراب شد. شوکه شده بودم."

".... بخاطر خیانت همسر ، زوج درمانی می رفتیم ، من حرفهای همسر را باورداشتم و فکر می کردم ما با هم این مرحله را پشت سر می گذاریم اما در کمال ناباوری تصمیم گرفت که از من جدا شود. من شوکه شدم و همه چیز ویران شد ،چقدر ساده بودم که حرف ها و قول های او را باور کردم..."

دوگانگی پیام‌ها و بازی‌های روانی. همه شرکت کنندگان به همسرانشان اعتماد داشتند و معتقد بودند که در رابطه آن‌ها اعتماد وجود دارد، اما در ادامه متوجه شدند که نه تنها این طور نیست بلکه آن‌ها متوجه خیانت و پیام‌های گمراه کننده و بازی‌های همسرانشان شدند. آن‌ها از این همه پنهان کاری عمدی و دروغ مبهوت شده بودند و احساس قربانی شدن می کردند.

"... در طول زندگی، شوهرم بارها گفته بود که چقدر مرا دوست دارد و خوشحال است که با من ازدواج کرده و هرگز اجازه نمی دهد که زندگی امان مثل ازدواج اولش از هم بپاشد. او درباره آینده و بچه دار شدن بارها صحبت کرده بود و حتی یکروز قبل از پیشنهاد طلاق ، اظهار علاقه کرده بود اما همه ی اینها فریب و دروغی بیش نبود..."

"...همسر بعد از برملا شدن خیانتش ، به من اطمینان داد که بخاطر علاقه به من و فرزندانمان می خواهد به زندگی مشترک برگردد و همه چیز را جبران کند. اما در همان زمان با آن خانم رابطه داشت و بعد از یکسال متوجه شدم که همسرش از آن خانم فرزند دارد..."

"...هر بار به من حرفی می زد ، یک روز می گفت مرا دوست دارد و من همسر خوبی برای او هستم و روز بعد درخواست بخشش مهریه را می کرد اما علیرغم این پیام ها و بازی های روانی که راه می انداخت من به او اعتماد داشتم و فکر می کردم این حرف ها و رفتارهایش بخاطر مشکلات دوره کودکی اوست و باید صبوری کنم اما بعد از مدتی همه چیز تغییر کرد و او تقاضای طلاق داد. من متحیر شدم ،احساس کردم فریب خوردم و چقدر ساده بودم..."

"...وقتی متوجه خیانت همسر شدم همه باورهایم فرو ریخت و اعتماد سلب شد او گفت که اشتباه کرده و من و زندگی امان را دوست دارد و من بخاطر اینکه او را دوست داشتم ،به خودم و او فرصت دادم .او سعی می کرد که اعتماد مرا جلب کند اما بعدها متوجه شدم که این یک بازی بود تا من متوجه ادامه رابطه اش با شخص دیگر نشوم..."

شکسته شدن فرض‌های بنیادی. بولمن (۱۹۹۲) درباره فرض های بنیادی در ازدواج بیان می کند که فرض های بنیادی ، بستر اصلی سیستم ادراکی ما هستند یعنی فرض هایی در باره خود ، دیگران و دنیا ، که احتمال خیلی کمی می دهیم دچار چالش شوند.وی اضافه می کند که ماهیت تروما باعث از هم پاشیدگی دنیای درونی فرد می شود.تجارب منکوب کننده ی زندگی ، دنیای درونی فرد را دوپاره کرده و فرض های بنیادی را درهم می شکند. از جمله این فرض ها ، باور های مربوط به اعتماد و ارتباط ایمن است. همه ی

شرکت کنندگان باور داشتند که در رابطه ای قابل اعتماد هستند و بدنبال یک ارتباط با ثبات و پایدارند. اما همسرانشان به مدت طولانی در حال فریب، پیام های دوگانه و خیانت بودند. هیچ کدام از شرکت کنندگان تصور نمی کردند که همسرانشان زندگی جداگانه ی دارند و پی بردن به این ها شوکه کننده بود و فرض های بنیادی آن ها درباره جهان، ازدواج، همسر و ارزش های ازدواج شکسته شده بود.

"... او مرا فریب داد و الان دیگر نمی توانم به مردها اعتماد کنم. وقتی با کسی در ارتباط هستم مدام فکر می کنم که این رابطه داومی ندارد. و احساس می کنم برای کسی خواستنی نیستم..."

"... بعد از خیانت همسر، سعی کردم مجدداً به او اعتماد کنم، اما او باز مرا فریب داد و یکسال بعد متوجه شدم که هنوز به من خیانت می کند. همه آنچه در طول زندگی برای خودم ساخته بودم خراب شد. اعتماد به یک مرد، برنامه ریزی برای آینده و قابل پیش بینی بودن امور از بین رفت..."

یکی دیگر از شرکت کننده گان در این باره بیان کرد " ... بعد از خیانت شوهرم، اوسعی کرد تا اعتمادی را که شکسته، ترمیم کند اما بعد از مدتی فهمیدم که همه این ها دروغی بیش نبود همه مردها فریبکارند..."

"... بعد از پیشنهاد طلاق از طرف همسرم انگار مردی نبود که من ده سال می شناختم، خیلی عوض شده بود، دروغگو، شارلاتان و فریبکار. احساس قربانی بودن می کردم. خیلی چیزها در من شکسته شد. دیگر عشق و دوست داشتن را باور ندارم. همه ی مردها در رابطه به دنبال منفعت شخصی خودشان هستند..."

"... بعد از نوزده سال زندگی مشترک به این نتیجه رسیدم که نباید به مردی وابسته شوم چون او از این وابستگی سوءاستفاده می کند، فکر می کنم که ابراز علاقه مردها براساس میزان منفعتی است که از رابطه بدست می آورند..."

مصاحبه شونده دیگری نیز گفت " ... با وجود همه سختی های زندگی، من باور داشتم که ما همدیگر را دوست داریم و من برای او مهم هستم اما بعد از اینکه متوجه خیانت و پیشنهاد طلاق او شدم فهمیدم که من چقدر ساده و احمق بودم، او مرا فریب داد، من به دوست داشتن او اعتماد کردم اما الان فهمیدم که در زندگی از خودگذشتگی و نادیده گرفتن نیازهایم خیلی اشتباه بوده است. دنیا جای امنی نیست و باید در رابطه خودخواه باشی..."

خیانت. خیانت نقش مهم و معناداری در پایان یافتن زندگی مشترک همه شرکت کنندگان بجز یکی از آنها داشته است. برملا شدن خیانت همسر بود. بعضی از شرکت کنندگان از کشف خیانت شوکه شدند. همسران ها با دادن پیام های مبهم و انجام بازی های روانی، فریبتان داده بود. واکنش شرکت کنندگان به آن شوک، ناباوری، کزختی و بی حسی، احساس فریب خوردگی، ناتوانی، خشم، غم، بی رحمی و آسیب بود. بخصوص برای شرکت کنندگانی که فکر می کردند رابطه نسبتاً خوبی باهم دارند اما در همان زمان همسرانشان درگیر یک رابطه دیگر بود.

"... بعد از هفت سال زندگی مشترک متوجه تغییرات رفتاری در همسرم شدم از جمله مهمانی های شبانه، مصرف گل، تلفن های نیمه شب و ... اما هر بار که درباره این تغییرات با او صحبت می کردم به من اطمینان می داد که مثل سابق مرا دوست دارد اما بعد از مدتی متوجه خیانت او شدم..."

"...وقتی متوجه خیانت شوهرم شدم، تمام تلاشم را برای حفظ زندگی‌م کردم، حتی برای حل مساله به زوج درمانگر مراجعه کردیم اما درست زمانی که فکر می‌کردم همه چیز تمام شده، شوهرم گفت که دیگر مرا دوست ندارد و عاشق آن زن شده و باید این رابطه را تمام کنیم و جدا شویم..."

"...چهارسال بعد از ازدواج متوجه ارتباط بین همسر و یکی از همکلاسی‌های او شدم، در گوشی همسر پیام‌هایی از آن خانم دیدم که دنیا روی سرم خراب شد، اما همسر منکر رابطه خاصی با او شد و گفت این من هستم که حساس شده‌ام. درست بعد از چهار سال با خیانت مجدد همسر روبرو شدم اما این بار همسر گفت که مرادوست ندارد و هیچ وقت زن مورد علاقه او نبوده‌ام..."

شرکت‌کننده دیگر هم از دوبار خیانت همسرش صحبت کرد و در این باره گفت "...بار اول همسر با صمیمی‌ترین دوستم به من خیانت کرد. وقتی دوستم گفت که با همسرم وارد رابطه شده خیلی عصبانی شدم، باور نمی‌کردم که آن‌ها مرا فریب داده بودند. البته همسر اشتباه خودش را پذیرفت و سعی کرد که اعتماد مرا به دست آورد اما بعد از بدنیای آمدن پسر من باز متوجه خیانت او شدم. این بار گفت که ازدواج ما از اول اشتباه بوده و من در این زندگی هیچ وقت خوشحال نبودم..."

"...خیانت شوهر سابقم نقطه عطفی در جدایی و بهم خوردن زندگی مشترک ما بود، بعد از خیانت او هیچ چیز مثل سابق نشد و همسر را بخاطر زن دیگری از دست دادم..."

"...بعد از اینکه متوجه خیانت او شدم همه اعتماد من فرو ریخت و تا مدت‌ها در شوک بودم اما بخاطر پشتیبانی شوهرم و همینطور بخاطر پسر من تصمیم گرفتم که جدا نشوم. ولی بعد از دو سال همسر تصمیم به طلاق گرفت و گفت که مرا دوست ندارد..."

نقش طلاق و مسائل خانواده اصلی در طلاق شرکت‌کنندگان.

نقش خانواده اصلی در طلاق چهار شرکت‌کننده دارای اهمیت است. والدین شوهر یکی از مصاحبه‌شوندگان در سن نوجوانی او از یکدیگر جدا شده بودند. او در این باره گفت "همسرش همیشه می‌گفت که هیچ وقت کاری که والدینش کردند را نمی‌کند و هر مشکلی پیش بیاید، هرگز من را ترک نمی‌کند. پدر و مادرم نتوانستند مشکلاتشان را حل کنند اما من مثل آن‌ها نخواهم بود. در جلسات مشاوره متوجه شدم رابطه ما هم شبیه رابطه والدین همسر بود، بعد از اینکه پدرش خانه را به نام مادرش کرد، مادرش مهریه اش را به اجرا گذاشت و بر سر مسایل مالی از یکدیگر جدا شدند..."

والدین مصاحبه‌شونده دیگر نیز در سن نوجوانی او از هم جدا شده بودند و علت جدایی پدر و مادرش را خیانت مکرر پدر و اعتیاد وی عنوان کرد. او گفت "همسرش هم مثل پدرش خیانت کار بوده و حداقل دو بار متوجه خیانت او شده است..."

یکی دیگر از مصاحبه‌شوندگان در این باره گفت "...پدر همسر بعد از ده سال زندگی مشترک، به شکل پنهانی ازدواج دوم می‌کند. همسر همیشه می‌گفت که بعد از ازدواج دوم پدرم، زندگی ما خیلی بهم ریخت و مادرم بعد از چند سال دق مرگ شد و مرد من دوست ندارم که بچه‌هایم شرایطی که من تحمل کردم را ببینند. من متفاوت از پدرم زندگی خواهم کرد اما او هم دقیقاً مثل پدرش رفتار کرد و با زن دیگری ازدواج کرد و جالب این که مثل پدرش از همسر دومش دو بچه دارد..."

یکی دیگر از مصاحبه‌شوندگان هم اشاره کرد " پدرم مردی بی مسئولیت بوده و هست و هر زمان با مادرم دچار مشکل می شد، از خانه با حالت قهر می رفت، این ترک کردن زندگی یک رفتار رایج بین خانواده پدری من بوده است و همسر من هم چندین بار مرا ترک کرد. هر بار ترک شدن از جانب او برای من تداعی رفتار پدرم بود. بعلاوه پدر همسر من هم بارها به همسرش خیانت کرده بود..."

فرایندهای عاطفی شرکت‌کنندگان به طلاق غیرمنتظره

درعین حالی که همه شرکت‌کنندگان درحال تجربه تغییرات زیادی در رابطه بودند، از آن چه درحال اتفاق افتادن بود، رنج می کشیدند.

"...احساس خفگی می کردم، مثل کسی که درحال غرق شدن است. دیگری دراین بار گفت "برای من مثل خراب شدن آوار برسر من بود. تجربه مصاحبه‌شونده دیگر شوک و ناباوری بود".

تجربه طلاق غیرمنتظره برای همه شرکت‌کنندگان بسیار آسیب‌زا بوده است. دنیای آن‌ها متزلزل شده و احساس عدم امنیت می کردند. جدایی بدون هشدار قلبی به سلامت روان آن‌ها و حتی فرزندانشان آسیب وارد کرده و بحران‌هایی برای آن‌ها ایجاد کرده بود.

از جمله این آسیب‌ها می توان به احساس تنهایی، کاهش عزت نفس، افسردگی، بی‌خوابی، مشکلات جسمی و علایمی شبیه اختلال پس از ضربه اشاره کرد.

همچنین می‌توان به مشاهدات بالینی و یافته‌های پژوهشی اخیر طلاق اشاره کرد که طلاق را احتمالاً به‌عنوان یک حادثه تروماتیک می‌دانند که علائمی شبیه به اختلال استرس پس از سانحه دارد. این اختلال با علائمی مثل، انکار، اضطراب، شرم، ترس از دست دادن کنترل، افسردگی، احساس گناه، به خاطر آوردن مکرر حادثه و کاهش علایق به فعالیت‌های روزانه همراه است. به طور کلی می‌توان گفت، پایان غیرمنتظره و یکجانبه، فقدان، ترک شدن، خیانت و پاسخ‌های تروماتیک به این اتفاقات از موارد قابل توجه در طلاق است. در فقدان تروماتیک و ناگهانی، بازسازی جهان فرد ممکن است دشوارتر گردد، زیرا تروما مانع سوگ طبیعی می‌گردد. پیدا کردن معنای جدید در مورد فقدان، صحبت کردن، به خاطر آوردن خاطرات با همسر سابق و فکر کردن درباره‌ی او، همگی برانگیختگی‌ای ایجاد می‌کند که فرد از تجربه کردن آن اجتناب می‌ورزد. بنابراین فقدان می‌تواند درک افراد از جهان پیرامونشان را متزلزل کند. (مالون، ۲۰۰۸، به نقل از موسوی، ۱۳۹۵).

مضمون‌های فرعی

واکنش‌های عاطفی شرکت‌کنندگان به ترک شدن

فقدان، پیامد ترک شدن و پایان ناگهانی زندگی مشترک است. در بررسی معنایی که شرکت‌کنندگان به طلاق غیرمنتظره می‌دادند، تروما و ناتوانی غالب بود. آن‌ها از تغییر رفتار همسرانشان گفتند، طوری که رفتار آن‌ها از یک دوست به یک غریبه کامل تبدیل شده بود. سرد و بی‌رحمانه‌کلماتی بود که شرکت‌کنندگان برای توصیف رفتار همسرشان استفاده کردند. آن‌ها از این تغییر رفتار شوکه شده بودند. شکسته شدن فرض‌های آن‌ها درباره‌ی خود، دیگران و فقدان، باعث احساس کرختی شده بود. آن‌ها قبلاً در هنگام ناراحتی به همسرشان رو می‌آوردند اما اکنون خود او باعث ناراحتی و رنج آنها شده بود. آنها احساس قربانی

بودن و انزوا می‌کردند. یکی از آن‌ها گفت که احساس رها شدگی، صدمه و آسیب می‌کند. آنها نمی‌دانستند در این شرایط چطور با همسرانشان ارتباط برقرار کنند. همه‌ی شرکت‌کنندگان، واکنش عاطفی شدیدی به پایان غیرمنتظره و ناگهانی ازدواج خود داشتند. از جمله احساس ترس، خشم و غضب، شوک، ناتوانی، گیجی، درماندگی، رهاسدگی و بی‌اعتمادی و علائم اختلال استرس پس از ضربه. آنچه محققان در باره‌ی اختلال استرس پس از ضربه در طلاق بیان می‌کنند با تجربه دوباره علائم از جمله افکار مزاحم و یا رویاهای مربوط به طلاق، رفتارهای اجتنابی، تحریک‌پذیری و پرخاشگری، سرزنش مبالغه‌آمیز خود و دیگران، پارانویا، کاهش علاقه به فعالیت‌ها، مشکل در خوابیدن، رفتارهای مخرب و مشکل در تمرکز مشخص می‌شود. (رابینسون، جردن، کریستینا، ۲۰۱۰، اسلنیکووا، ابدینا، چونگ و همکاران، ۲۰۱۷، بیسون، کاسگرو، لیواز و همکاران (۲۰۱۵)). یکی از مصاحبه‌شوندگان درباره واکنش خود به این پایان اینطور گفت: "احساس گیجی می‌کردم، منگ شده بودم. نمی‌دانستم کی و کجا هستم، شوکه شده بودم و بدنم کرخت شده بود. بعد از اینکه با همسرم صحبت کردم و از خانواده‌اش کمک خواستم و متوجه شدم که بی‌فایده است و او تصمیم خودش را گرفته احساس شکست کردم، خیلی عصبانی بودم، فقط می‌خواستم که طلاق اتفاق نیفتد. بخاطر همین ممنوع الخروجش کردم و... اما در نهایت طلاق اتفاق افتاد و من تا مدت‌ها سرگردان و افسرده بودم ماه‌ها با یادآوری آن لحظه همان احساس گیجی و کرختی را در بدنم تجربه می‌کردم. من افسرده شده بودم و در مدت سه ماه حدود ده کیلو وزن کم کردم..."

بازی‌های روانی و دستکاری‌های همسر شرکت‌کننده دیگر برای او گیج‌کننده و دردناک بود. او احساس می‌کرد که مشکل عمیقی وجود دارد اما نمی‌دانست آن مشکل چیست. او گفت "باور داشتم که او مرا دوست دارد اما بعد همه باورهای من فرو ریخت، اعتمادم را نسبت به او از دست دادم. ما زندگی خوبی داشتیم، باورم نمی‌شد که برای جدا شدن نقشه کشیده است، وقتی درباره طلاق صحبت کرد، دنیا روی سرم خراب شد، بهت زده شده بودم. خیلی تلاش کردم که این اتفاق نیفتد اما انگار قلب او سنگ شده بود و هیچ چیز روی آن تاثیر نداشت. احساس شکست می‌کنم..."

"...وقتی همسرم مصرانه می‌گفت باید جدا شویم، دردی را که حس کردم قابل مقایسه با خیانتش نبود. فکر کنید یکدفعه، در یک لحظه همه چیز خراب شود، آرزوها، اعتماد و همه‌ی برنامه‌هایی که قرار بود در آینده داشته باشیم و... همه چیز در یک لحظه از بین رفت. برای من مثل زلزله‌ای بود که همه چیز را خراب کرد. شوکه شدم، انگار پتکی توی سرم خورده باشه، گیج و منگ بودم و بعد فقط اشکهایم سرازیر شد، باورم نمی‌شد، تا چند روز گیج بودم و نمیدانستم چکار می‌کنم. فقط ساعت‌ها بدون اینکه به چیزی فکر کنم به نقطه‌ای خیره می‌شدم..."

"... همیشه فکر می‌کردم که همسرم در نهایت من را انتخاب می‌کند بخاطر همین وقتی گفت من را دوست ندارد کپ کردم. شوکه شدم و فقط مات و مبهوت نگاهش کردم. دست و پاهام یخ کرده بود، از درون می‌لرزیدم تا شب گریه کردم، احساس ناتوانی، درماندگی و بی‌پناهی می‌کردم..."

"...یک حس گیجی، کرختی، مثل اینکه در خلاء باشی، هیچ چیز را نتوانی حس کنی و یا حتی فکر کنی. خیلی حس بدی بود. اولش باور نمی‌کردم، می‌گفتم مگه میشه یک دفعه همه چیز پودر بشه، همه

چیز برام مبهم بود، من چکار کردم که این اتفاق افتاد، چی شد که همه ی چیزهایی را که ساخته بودیم خراب کرد. بخاطر یک زن دیگر من را ترک می کرد به نظرم این جور جدا شدن برای کسی که ترک میشه خیلی دردناک و ویران کننده است. یک دفعه توی یک لحظه همه چیز نابود میشه و تو نمی توانی کاری کنی، حس ناتوانی و استیصال، بی معنی شدن همه چیز، زندگی، خودت و حتی بودن توی دنیا.. "

"...وقتی همسرم گفت که در این زندگی خوشحال نیستم و می خواهم جدا شوم، شوکه شدم، فقط بهش نگاه کردم و زبانم بند آمده بود. نتوانستم حرفی بزنم. ذهنم خالی شده بود، انگار چیزی در درونم خالی شد و احساس کردم نمی توانم آنجا باشم. ترسیده بودم مدام این جمله در ذهنم می چرخید که این حق من نبود من زن بدی برایش نبودم..."

"...وقتی پیشنهاد طلاق داد، باورم نمیشد، شوکه شدم، یکجور گیجی، همه چیز برایم تیره و تار شده بود. چیزی نمی شنیدم و حتی الان که به آن موقع فکر می کنم اصلا یادم نمی آید در آن لحظه ها به چه چیزی فکر می کردم و یا بعدش چه کار کردم..."

"...زمانی که همسرم طلاق را پیشنهاد داد علاوه بر شوک و خشم و نفرت خیلی زیاد، احساس فریب خوردگی می کردم، احساس میکردم که همه اینها نقشه بوده او صبر کرده بود که شرایط مالی اش بهتر شود و بعد مرا ترک کند..."

آسیب‌های طلاق غیرمنتظره و یک‌جانبه بر شرکت‌کنندگان

از آن جاییکه همه ی شرکت‌کنندگان باور داشتند که ازدواج آن‌ها علیرغم مشکلات، ماندگار خواهد بود، پایان تروماتیک ازدواج اثرات سینوسی زیادی روی آن‌ها و فرزندانشان داشت. طلاق یکی از تغییرات پیش‌بینی نشده در طول دوره ی زندگی است، تغییر عمده ای در چرخه ی زندگی خانوادگی ایجاد می کند و می تواند پیامدهای کوتاه مدت و بلندمدتی برای افراد داشته باشد (دینگ، گالی و همکاران، ۲۰۲۱). پژوهشگران معاصر، عموماً معتقدند که برای افراد مطلقه، یک تا دو سال اول جدایی، پراسترس‌ترین زمان، در فرآیند طلاق است (همان منبع). همچنین لورنز و همکاران (۲۰۰۶)، به نقل از نجفی زاده (۱۴۰۰)، در مطالعه ای طولی با بررسی آثار کوتاه مدت و بلند مدت طلاق بر زنان به این نتیجه رسیدند که زنان مطلقه نسبت به زنان متأهل به طور معناداری در سالهای اول بعد از طلاق سطوح بالاتری از فشار و اضطراب روانی و در دهه ی بعدی، سطوح بالاتری از بیماریهای جسمانی را تجربه می کنند. یکی از مصاحبه شونده‌گان درباره اثرات طلاق و آسیب‌های آن گفت " بعد از طلاق احساس تنهایی و بی ارزشی می کردم، حس ناتوانی و استیصال داشتم و تا مدت‌ها همه چیز برایم بی معنی شده بود. شبها نمی توانستم بخوابم و روزها مدام به اتفاقات فکر می کردم، مثل وسواسی‌ها شده بودم، هر روزخونه را می سابیدم، بعضی شبها کابوس می دیدم. خواب‌هایی که در آن داشتم همسرم را خفه می کردم. حوصله هیچ کسی را نداشتم..."

"...خودم را سرزنش می کردم و گاهی از اینکه اینقدر وابسته بودم و ۴ سال جنگیده بودم از خودم بدم می آمد. احساس ضعف می کردم. گاهی به خودم گیر می دادم، بعضی وقت‌ها سردرد گم می شوم و نمی دانم کی هستم، بدون همسر انگار یک چیزی ندارم، انگار عضوی از بدنت را از دست داده‌ای، دیگر آن زن شاد

و پرنرژمی نیستم. دغدغه آینده ام را دارم، احساس تنهایی می‌کنم. دوست ندارم تنها بمانم. خودم را باور ندارم، نمیتوانم در ارتباط باشم و آن را حفظ کنم..."

مصاحبه‌شونده دیگر به تاثیر طلاق بر سلامت جسمی و روانی خود اشاره کرد و گفت "بعد از طلاق دچار بی‌اشتهایی، سردرد، خستگی و تپش قلب شده است. گاهی اوقات حملات پانیک را تجربه می‌کند. او در ادامه گفت: اوایل بی‌حوصله، عصبی و پرخاشگر بودم، مدام گریه می‌کردم، نمی‌توانستم روی کارم تمرکز کنم، شبها نمی‌توانستم بخوابم، مدام ذهنم به گذشته و اتفاقات آن یکسال مشغول بود، مثل آدمهای وسواسی مدام به خاطرات و لحظه‌امضای توافق برای طلاق فکر می‌کردم و نمی‌توانستم به اینها فکر نکنم. زندگی برایم بی‌معنی شده بود، انگیزه‌ای نداشتم..."

"... زندگی من زیرو رو شد. همه چیزم را از من گرفت، اعتماد بنفس ام را، تا همین اواخر نمیتوانستم کی هستم و باید چکار کنم. تنهایی برایم قابل تحمل نبود. رابطه با دوستان مشترک را از دست دادم، از نظر مالی بدون پشتوانه بودم و مدام خودم را سرزنش می‌کردم که تمام سالهای عمرم را وقف زندگی کردم و خودم را فراموش کردم. تا مدتها خیلی پرخاشگر شده بودم..."

"... اوایل، مدام تهوع، سردرد و افت فشار داشتم. بیشتر وقت‌ها معده درد دارم. اعتماد به نفسم پایین آمده، زندگی برایم بی‌معنی شده، خیلی وقت‌ها دلم میخواهد بمیرم. از خودم بیزارم. فکر می‌کنم بدون او نمی‌توانم زندگی کنم. انگار یک بخشی از من با طلاق از بین رفت..."

"... بیشتر روزها بی‌حوصله و افسرده بودم، خیلی از شب‌ها از خواب بیدار می‌شدم و دیگر نمی‌توانستم بخوابم. بعد از طلاق ۱۰ کیلو وزن کم کردم و یکبار خونریزی معده داشتم..."

"... دیگری هیچ مردی اعتماد ندارم، دیگر خوشحال نیستم، یک چیزی در من خراب شد، حس دوست داشتن دیگران و میل به زندگی در من مرده، احساس می‌کنم نمیتوانم زندگی را حفظ کنم و این به من احساس ناتوانی می‌دهد. زندگی بعد از طلاق برای من خیلی سخت و همراه با ترس بود، خیلی وقتها بشدت احساس پوچی و افسردگی می‌کنم. طلاق، خودباوری و امنیت را از من گرفت..."

بازسازی زندگی و سازگاری با طلاق

در ارتباط با موضوع بازسازی می‌توان گفت شرکت‌کنندگان سعی کردند که معنایی برای این جدایی غیرمنتظره پیدا کنند. آنها باید از زندگی مشترک به سختی و آهستگی به سمت زندگی مجردی بروند. تعداد کمی از آنها احساسات منفی و تحقیرکننده‌ای نسبت به همسرانشان داشتند. بخشی از بازسازی به کمک جلسات درمانی بوده و بخشی به دلیل حمایت خانواده و شبکه دوستان و همکاران و فرزندانشان بوده است؛ اما بعضی از شرکت‌کنندگان تحت تاثیر آسیب‌های طلاق، نتوانستند معنایی برای زندگی و سازگاری با شرایط طلاق پیدا کنند.

مضمون‌های فرعی

روش‌های کارآمد سازگاری

"... سعی کردم در کنار بچه‌هایم بمانم و در واقع آن‌ها انگیزه‌ای برای ادامه زندگی شدند؛ همزمان با جدایی به کمک مشاور توانستم این مرحله را پشت سر بگذارم. در جلسات متوجه وابستگی بیمارگونه ام به

همسرم شدم و توانستم برخشم و نفرتم غلبه پیدا کرده و با همسر سابقم بخاطر مسائل مربوط به بچه‌ها ارتباط خوب و مناسبی برقرار کنم..."

"...اول حمایت خانواده و دوستانم و بعد جلسات درمانی خیلی به من کمک کرد. فکر می‌کنم تنها چیزی که هنوز با آن درگیرم، ترس از دست دادن و اعتماد به خود و دیگران است. بعد از طلاق تازه فهمیدم در زندگی مشترک، نیازهایم را نادیده می‌گرفتم..."

روش‌های ناکارآمد سازگاری

"...بعد از ۶ ماه هنوز نتوانسته‌ام این اتفاق را هضم کنم. نمی‌دانم چرا زندگی از هم پاشید و چرا همسرم خواست از هم جدا شویم. منتظر برگشت او هستم و مطمئنم که برمی‌گردد، زندگی بدون او برایم بی‌معناست. به توصیه یکی از دوستانم فال قهوه گرفتم و اوگفت که برمی‌گردد. گاهی فکر می‌کنم همسرم را جادو کردند، همه چیز بین ما خوب بود و یکدفعه همه چیز خراب شد. من هنوز دوستش دارم..."

"...باوجود اینکه سه سال از طلاق می‌گذرد اما هنوز نتوانستم به روال عادی زندگی خود برگردم. وقتی همسرم پیشنهاد طلاق داد، احساس نخواستنی بودن کردم. احساس می‌کردم که زن ساده و احمقی هستم. تا مدتها شروع کردم به تغییر در لباس پوشیدن، آرایش‌های غلیظ می‌کردم، الان فکر می‌کنم، انگار می‌خواستم که حس بدم را جبران کنم. حالم خیلی بد بود و احساس قربانی بودن می‌کردم، در عین حال می‌ترسیدم که تنها بمانم. نمی‌دانستم چطور می‌توانم به زندگی ادامه بدهم. قبل از طلاق با آقای دوست شدم چون نمی‌توانستم شرایط و حال بدم را مدیریت کنم. دلم میخواست کسی به من بگوید که خوب وخواستنی‌ام. چندین بار مشروب خوردم، فقط میخواستم به چیزی فکر نکنم..."

"...روابط متعددی را تجربه کردم که هر کدام بدتر از قبلی بود، نمی‌توانستم به کسی اعتماد کنم. همه‌ی روابطم با دعوا و تنش همراه بود و بعد از چند ماه رابطه را قطع می‌کردم..."

"... بعد از پیشنهاد طلاق از سوی همسرم، آنقدر عصبانی بودم که با مردی رابطه جنسی برقرار کردم، بعد از طلاق اعتماد به نفسم را از دست دادم، همه چیز بی‌معنی شده بود. وارد رابطه با مردی متاهل شدم و این رابطه نیز به من آسیب رساند، بعد از دو سال از او جدا شدم. بعد از آن روابط متعددی را تجربه کردم اما نتوانستم به ازدواج با هیچ‌کدام از آن‌ها فکر کنم، هنوز گاهی فکر می‌کنم که همسرم برمی‌گردد. با خانواده‌ام رابطه زیادی ندارم، گاهی حتی حوصله دخترم را هم ندارم. گاهی به مرگ و خودکشی فکر می‌کنم..."

"...بعد از تصمیم همسرم به جدایی با فردی وارد رابطه شدم که معتاد بود، احساس گناه زیادی داشتم..."

بحث و نتیجه‌گیری

به‌منظور شناسایی مؤلفه‌ها و عوامل طلاق غیرمنتظره و ارائه الگویی از تجربه زیسته زنان مطلقه از طریق مصاحبه نیمه ساختاریافته اطلاعات کسب شد. نتایج تحلیل محتوای مصاحبه نیمه ساختاریافته عمیق با زنان، از روش تحلیل مضمون به روش شش مرحله‌ای براون و کلارک (۲۰۰۶) استفاده و داده‌های مستخرج از مصاحبه با زنان طبقه متوسط تحلیل شد. بعد از تحلیل داده‌ها، از مصاحبه با زنان مطلقه و تحلیل آن منجر به شناسایی ۱۶۲ کد اولیه، ۱۱ مضمون فرعی و ۴ مضمون اصلی شد. مضمون اصلی ازدواج یک تعهد مادام‌العمر دو مضمون فرعی باور به تداوم و ثبات ازدواج و باور به داشتن یک زندگی خوب اما مواجه شدن با

بدترین اتفاقات را در برگرفت. دومین مضمون اصلی یعنی تغییرات رابطه از بهترین دوست تا غریبه کامل نیز دارای پنج مضمون فرعی پایان ناگهانی و غیرمنتظره، دوگانگی پیام‌ها و بازی‌های روانی، شکسته شدن فرضیات، خیانت و نقش مسائل و طلاق خانواده اصلی در طلاق شرکت‌کنندگان را شامل شد. فرایندهای عاطفی شرکت‌کنندگان به طلاق غیرمنتظره نیز به‌عنوان سومین مضمون اصلی خود دارای دو مضمون فرعی واکنش‌های عاطفی به ترک شدن و آسیب‌های طلاق غیرمنتظره بود و چهارمین و آخرین مضمون اصلی بازسازی زندگی و سازگاری با طلاق بود که دو مضمون فرعی روش‌های کارآمد سازگاری با طلاق و روش‌های ناکارآمد سازگاری با طلاق را شامل شد. بسیاری از تحقیقات نیز نشان‌دهنده آن است که طلاق یک مسئله اجتماعی و آسیبی جدی در جامعه امروز است که رشد سریع و پیامدهای عمیق اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی، قانونی و روانی که طلاق بر ابعاد مختلف جامعه دارد (حسینی و همکاران، ۱۳۹۸)؛ با توجه به اهمیت انکارناپذیر نهاد خانواده در هر جامعه، بررسی چرایی، آسیب‌ها و شرایطی که فرد پس از طلاق تجربه می‌کند، مهم به نظر می‌رسد. پس از وقوع طلاق، زنان در مقایسه با مردان، با تغییرات و چالش‌های مضاعفی در زندگی روبه‌رو خواهند شد. این پیامدها گاه بلافاصله پس از طلاق و گاه بافاصله زمانی طولانی‌تری بر زندگی فرد تأثیر خواهد گذاشت (محمدپور، ۱۳۹۳). یافته‌های این مطالعه تا حدودی با مطالعه حسینی و همکاران (۱۳۹۸)، خلیج‌آبادی فراهانی و همکاران (۱۳۹۶)، نیکبخت نصرآبادی و همکاران (۱۳۹۵)، محمدپور (۱۳۹۳)، همراستا است که اغلب این پژوهش‌ها بیان می‌کنند که بافت فرهنگی و نگاه غالب جامعه به طلاق در ایران، پیامدهای منفی بسیاری برای زنان به همراه داشته‌طور که آثار مخرب طلاق بر روی زنان بسیار شدیدتر از مردان است؛ اما بیان حقیقی و واقعی این آسیب‌ها اغلب مغفول و یا سر بسته و مسکوت باقی می‌ماند (نیکبخت نصرآبادی و همکاران، ۱۳۹۵).

مواجهه با تنش یکی دیگر از تحولاتی بود که طلاق در زندگی شخصی و خانوادگی ایجاد و موجب به‌هم‌ریختگی سلامت روانی و تعارضات فکری و بحران هویت در بین زنان شده بود. افسردگی، اضطراب، احساس گناه و تقصیر در خصوص سرنوشت خود و فرزندان، خود انتقادی؛ برخی از پیامدهای روانی و شخصیتی طلاق در بین زنان بود. آمانو و چیدل (۲۰۰۸) و کندی و روگلز (۲۰۱۴) بیان می‌کنند فرآیند طلاق، فرآیند طولانی‌مدتی بوده و مقابله و فائق آمدن بر آسیب‌های آن، زمان‌بر است و مدت‌زمانی طول خواهد کشید تا زنان تعادل روحی گذشته را بازیابند. از یک طرف حس سرزنش و سرخوردگی در زنان مطلقه باعث کاهش عزت‌نفس و گوشه‌گیری آنان از فعالیت‌های اجتماعی می‌شود (فینکلستاین، ۲۰۰۹). مشارکت‌کنندگان این مطالعه گزارش نمودند که سلامت روانی آنان به دنبال طلاق، دچار اختلال گردیده است؛ به‌طوری‌که اکثریت زنان مشارکت‌کننده تجربه علائمی چون اضطراب و درگیری‌های ذهنی به دنبال جدایی به‌صورت اغتشاش افکار شده بودند (جانسون، ۲۰۱۱؛ بایتار و همکاران، ۲۰۱۴). افزون بر آن، از دست دادن منبع تعلق خانوادگی و حمایت جنسی شوهر، این زنان را به‌عنوان زنان بدون شریک جنسی بی‌اعتبار کرده بود چراکه زنان مشارکت‌کننده معتقد بودند، زن دارای شوهر کمتر مورد تعرض مردان دیگر قرار می‌گیرد. راهبردهای مقابله با آسیب‌پذیری یکی دیگر از مفاهیم اصلی این مطالعه بود. در شرکت‌کنندگان مطالعه برای مقابله با آسیب‌پذیری‌های و پیامدهای طلاق، استراتژی‌های معطوف به خود را به کار می‌بردند؛

انتخاب نوع استراتژی به ویژگی‌های شخصیتی فرد و شرایط فرهنگی و اجتماعی او منوط است (ولید و زایستیوا، ۲۰۱۱). برخی با کنش‌هایی مانند ادامه تحصیل، تحمل سختی‌ها، بازسازی زندگی به سمت بازتعریفی از هویت فردی، اثبات توانایی و بهبود و ایجاد مسیری جدید در زندگی سوق می‌یابند؛ برعکس، برخی زنان با راهبردهای ناسازگار و ناکارآمد به دلیل برآورده نشدن نیازهای عاطفی، اقتصادی و اجتماعی، ممکن است تبعات منفی بیشتری به بار آورده و به سوء رفتار و یا روی آوردن به دیگر آسیب‌های اجتماعی منجر شود و گروهی هم دچار نوعی انفعال، ناامیدی، درماندگی و سرخوردگی و وابستگی شوند (خلج‌آبادی فراهانی و همکاران، ۱۳۹۶)؛ اما واقعیت این است که این تنها زن نیست که مسیر طولانی «زندگی پس از طلاق» را می‌سازد و بخشی از این راه پیش از اراده زن توسط ساختارها، جامعه، افراد، فرهنگ و باورها ساخته شده‌اند که زن مجبور است در این راه حرکت کرده، بجنگد و مغلوب یا پیروز شود (اسچرام و هریس، ۲۰۱۳). در پاسخ به این سؤال که زنان با بسترها و پیامدهای تجربه طلاق غیرمنتظره چگونه سازگاری پیدا کرده یا با آن مواجه می‌شوند؛ باید عنوان کرد که اصولاً نمی‌توان از نوعی سازگاری عقلانی یا درونی نام برد؛ در این مورد، تجربه طلاق غیرمنتظره عموماً برای هیچ‌یک از زنان مورد مصاحبه حتی آن‌هایی که آزادی عمل بیشتری داشتند خوشایند نبوده و هزینه‌های آن به مراتب از مزایای آن بیشتر بوده. از این رو، آن چیزی که ناگزیر تحت عنوان راهبردهای سازگاری ذکر کرده‌ایم، بیانگر شرایط باثبات و موردقبول زنان مطلقه نیست، بلکه، به بیان پدیدار شناختی، تنها نوعی مواجهه و زندگی در زیست جهان پس از طلاق است. این راهبردها از وابستگی مالی نسبی به نهادهای حمایتی تا روی‌آوری به انتخاب شریک جنسی متفاوت است که به نظر می‌رسد چیزی از بار منفی نگرش‌ها نسبت به زنان مطلقه، نوپیدی، اضطراب و کاهش فرصت‌های زندگی مجدد برای زنان نمی‌کاهد. درنهایت، باید توجه داشت که زنان مطلقه در حال تجربه کردن زیست جهان بسیار پیچیده‌تر، ناامن‌تر و دشوارتری هستند که امکان تفهم و درک همه ابعاد آن یا وجود ندارد یا به‌سختی قابل‌دسترسی است. از این رو و لازم به ذکر است که مطالعه‌ی کنونی از محدودیت‌ها و دشواری‌های متعددی برای مصاحبه با زنان مطلقه در خصوص طلاق و ابعاد حساس‌تر آن برخوردار بوده است. بر همین اساس، نمی‌توان ادعا کرد که کل برساخته‌های معنایی زنان مذکور درباره طلاق به‌طور کامل بازنمایی یا روایت‌شده است؛ باین‌حال، آنچه در بخش یافته‌ها و برآیند دیده‌شده، بیانگر مسائلی است که حتی در همین حد نیز بسیار نگران‌کننده و هشداردهنده است.

موازین اخلاقی

در این پژوهش موازین اخلاقی شامل اخذ رضایت آگاهانه، تضمین حریم خصوصی و رازداری حین مصاحبه رعایت شد. با توجه به شرایط و زمان انجام مصاحبه ضمن تأکید به محرمانه بودن پاسخ‌ها، شرکت‌کنندگان در مورد خروج از پژوهش مختار بودند.

سپاسگزاری

از همه شرکت‌کنندگان در مصاحبه که در اجرای این پژوهش همکاری داشتند؛ تشکر و قدردانی می‌شود.

مشارکت نویسندگان

مقاله حاضر برگرفته از رساله دکتری نویسنده اول بود توسط معاونت پژوهشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات تهران به تصویب رسیده است و همه نویسندگان این مقاله نقش یکسانی در طراحی، مفهوم‌سازی، روش‌شناسی، گردآوری مصاحبه و تحلیل آن، پیش‌نویس، ویراستاری و نهایی سازی نقش یکسانی داشتند.

تعارض منافع

بنا بر اظهار نویسندگان، این مقاله حامی مالی و تعارض منافع ندارد.

منابع

- استراوس، انسلم، و کوربین، جولیت. (۱۳۹۰). مبانی پژوهش کیفی فنون و مراحل تولید نظریه زمینه‌ای. ترجمه: ابراهیم افشار. تهران: نشر نی (سال انتشار اثر به زبان اصلی، ۱۹۹۴).
- ایمان، محمدتقی، و نوشادی، محمدرضا. (۱۳۹۰). *تحلیل محتوای کیفی*. فصلنامه پژوهش، ۳(۲): ۱۵-۴۴.
- بازرگان، عباس. (۱۳۸۹). روش تحقیق کیفی آمیخته. تهران: نشر دیدار
- پایگاه خبری تحلیلی انتخاب. (۱۳۹۵). آخرین آمار ازدواج، طلاق، جمعیت و. در کشور. کد خبر: ۲۲۵۵۰۶؛ تاریخ انتشار: ۲۹ شهریور ۱۳۹۴. تاریخ بازدید ۲۳ بهمن ۱۳۹۵.
- <http://www.entekhab.ir/fa/news/226606>
- حسینی، محمد رضا، خزایی، سارا، و غلامی، فاطمه. (۱۳۹۸). تجربه زیسته زنان مطلقه از احساس ناامنی در زندگی روزمره. پژوهش‌نامه زنان، ۱۰(۳۰): ۱-۲۶.
- حسینی یزدی، سیده عاطفه، مشهدی، علی، کیمیایی، سیده علی، و عاصمی، زهرا. (۱۳۹۴). اثربخشی برنامه مداخله‌ای ویژه کودکان طلاق بر مشکلات برونی‌سازی و درونی‌سازی شده کودکان طلاق. دو فصلنامه روانشناسی خانواده، ۲(۱): ۳-۱۴.
- خلج آبادی فراهانی، فریده، تنها، فاطمه، و ابوترابی زارچی، فاطمه. (۱۳۹۶). تجربه زیسته زنان مطلقه شهر ساوه در حوزه روابط خانوادگی و اجتماعی. زن در توسعه و سیاست، ۱۵(۲): ۲۲۳-۲۴۰.
- سعادت، نادره، رستمی، مهدی، و دربانی، سید علی. (۱۳۹۵). مقایسه اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (ACT) و درمان متمرکز بر شفقت (CFT) در تقویت عزت‌نفس و سازگاری پس از طلاق زنان. دو فصلنامه روانشناسی خانواده، ۳(۲): ۴۵-۵۸.
- سیدمن، ایروینگ. (۱۳۹۴). روش‌شناسی مصاحبه در پژوهش کیفی. ترجمه مجتبی حبیبی، هاشم جبرائیلی و غلامرضا یادگارزاده، تهران: انتشارات فرهنگ شناسی، ۳۴-۴۶.
- قرلسفلو، مهدی، سعادت، نادره، و رستمی، مهدی. (۱۳۹۷). اثربخشی گروه‌درمانی شناختی رفتاری آسیب محور بر سازش یافتگی پس از طلاق زنان مطلقه ساکن شهر تهران. آسیب‌شناسی، مشاوره و غنی‌سازی خانواده، ۴(۲): ۸۹-۱۰۶.

- قمری کیوی، حسین، رضایی شریف، علی، و اسماعیلی قاضی ولویی. (۱۳۹۶). اثربخشی رفتاردرمانی شناختی رفتاری_استعارهای بر افسردگی و تاب‌آوری زنان مطلقه. فصلنامه مددکاری اجتماعی، ۴(۶): ۴۳-۶۹.
- محمدپور، احمد. (۱۳۹۳). بسترها، پیامدها و سازگاری زنان مطلقه‌ی شهر تهران (یک مطالعه‌ی پدیدارشناسانه). مشاوره و روان‌درمانی خانواده، ۴(۱): ۱۳۵-۱۸۰.
- میرزا زاده، فاطمه، خدابخشی، احمد، و فاتحی‌زاده، مریم. (۱۳۹۱). تأثیر درمان هیجان مدار بر سازگاری پس از طلاق در زنان. فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده، ۴(۱): ۴۱-۴۶.
- نیکبخت نصرآبادی، علیرضا، پاشایی ثابت، فاطمه، و بستامی، علیرضا. (۱۳۹۵). تجربه زندگی زنان پس از طلاق: یک مطالعه کیفی. روان پرستاری. ۴ (۳): ۶۶-۷۴.

References

- Ahrons, C. (1999). Divorce: An unscheduled family transition. In B. Carter & M. McGoldrick (Eds). *The expanded family life cycle* (pp. 381-398). Needham Heights, MA: Allyn & Bacon.
- Amato PR, Cheadle JE. (2008). Parental Divorce, Marital Conflict and Children's behavior Problems: A Comparison of Adopted and Biological Children. *Soc Forces*. 86(3):1139-61.
- Baitar R, Buysse A, Brondeel R, De Mol J, (2014). Rober P. Post-divorce wellbeing in Flanders: Facilitative professionals and quality of arrangements matter. *J Fam Studies*. 18(1):62-75.
- Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3 (2): 77-101
- Baumeister, R. & Wotman, S. (1992). *Breaking hearts: The two sides of unrequited Love*. New York: Guilford Press
- Becvar, D. (2006). Surprised by divorce: Working with the spouse for whom the rejection was unanticipated. In C. Everett & R. Lee (Eds). *When marriages fail* (pp. 195-204). Binghamton, NY: Haworth Press.
- Creswell JW. (2013). *Research design: ualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Sage
- Dreman, S. (1991). Coping with the trauma of divorce. *Journal of Traumatic Stress*, 4(1), 113-121.
- Finkelstein NB. (2009). Substance Abuse Treatment: Addressing the Specific Needs of Women. U.S.: DIANE Publishing; 367 p.
- Hoge, H. (2002). *Women's stories of divorce at childbirth*. New York: Haworth Clinical Practice Press
- Lavelle, B. & Smock, P. J. (2012). Divorce and women's risk of health insurance loss. *Journal of health and social behavior*, 53(4), 413-431.
- Kennedy S, Ruggles S. (2014). Breaking up is hard to count: the rise of divorce in the United States, 1980-2010. *Demography*. 51(2):587-98
- Kerr, G.M. (2012). Sudden, Unexpected Divorce: A Family Systems Perspective on the Meanings Parents Make of the Event. *Seton Hall University Dissertations and Theses (ETDs)*. 1835.
- Johnson V. (2011). A Note on the Operation of the Dissolution of Muslim Marriages Act, 1939. *J Divorce Remarriage*. 52(2):94-108

- Nanni, M. G. Caruso, R. Sabato, S. & Grassi, L. (2018). *Demoralization and embitterment. Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 10(1), 14–21.
- Schramm DG, Harris SM, Whiting JB, Hawkins AJ, Brown M, & Porter R. (2013). Economic Costs and Policy Implications Associated With Divorce: Texas as a Case Study. *J Divorce Remarriage*. 54(1):1-24.
- Walid MS, & Zaytseva NV. (2011). Which Neuropsychiatric Disorder Is More Associated With Divorce? *J Divorce Remarriage*. 52(4):220-4.

The Lived experience of divorced women with unexpected divorces: A qualitative study

Azam. Shafeinia¹, Valiollah Farzad^{*2}, Simin Hosseinian³ & Khadijeh Abolmaali Alhosseini⁴

Abstract

Aim: This study aimed to demonstrate the lived experience of divorced women with unexpected divorces. **Methods:** The present study explored and identified the process of occurrence of unexpected divorces with a qualitative approach based on phenomenological theory and the technique of semi-structured and problem-oriented interviews. The study population included women with unexpected and unilateral divorce who were living in Tehran. And ten women who experienced unexpected divorce were selected by purposive sampling method. These individuals were scrutinized deeply by using semi-structured interviews. The data foundation approach was used to describe and analyze the data. **Results:** After interviewing divorced women and analyzing and extracting data, there were 162 initial codes, 11 sub-themes, and 4 main themes. The main theme of marriage included a lifelong commitment, two sub-themes of the belief in the continuity and stability of marriage, and the belief in having a good life but facing the worst events. The second main theme, which is the changes of relationship from best friend to a perfect stranger, also included five sub-themes of sudden and unexpected termination, the duality of messages and psychological games, failure of assumptions, betrayal, and the role of problems and main family in the divorce of the study participants. The emotional processes participants during unexpected divorce as their third main theme had two sub-themes of emotional reactions to abandonment and the damages of an unexpected divorce. And the fourth and last main theme was reconstructing the life and dealing with a divorce that included two sub-themes of efficient methods of dealing with divorce and inefficient methods of dealing with it. **Conclusions:** The divorce experience among women implies being under the circumstance of individual and social vulnerabilities and the occurrence of various consequences that lead them to take advantage of protection mechanisms such as religion, secrecy, and trying to adapt to new conditions and reduce psychological, social and sexual harm. This issue, therefore, indicates their need to be understood and completely supported. These results provide a new perspective to the health group and society to truly understand the problems of divorced women in today's world.

Keywords: Divorced Women, Unexpected Divorce, Lived Experience, Phenomenology.

1. PhD Student in Counseling, Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

2. ***Corresponding Author:** Associate Professor, Department of Psychology, Kharazmi University, Tehran, Iran

Email: ahasan.amiri@yahoo.com

3. Professor of Counseling Department, Al-Zahra University, Tehran, Iran

۴. Associate Professor, Department of Psychology, Roodehen Branch, Islamic Azad University, Roodehen, Iran