

رنج تعالی بخش یا رشد پس از آسیب: مطالعه تطبیقی امکان رشد پس از طلاق در

اسلام و روان‌شناسی مثبت‌گرا^۱

عاطفه نجفی‌زاده

دانشجوی دکتری روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه الزهرا(س)، تهران، ایران

روشنک خدابخش پیرکلانی^۲

دانشیار گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه الزهرا (س)، تهران، ایران

اعظم فرح بیجاری

استادیار گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه الزهرا (س)، تهران، ایران

چکیده

در جهان بینی دینی، به طور عام و در دین اسلام به طور خاص، این مفهوم وجود دارد که درد و رنجی که فرد در زندگی متحمل می‌شود بیهوده و عبث نیست بلکه می‌تواند زمینه‌ای برای رشد و تعالی انسان باشد؛ مفهومی که در روان‌شناسی مثبت‌گرا به آن رشد پس از آسیب گفته می‌شود. با بررسی آیات و احادیث درمی‌یابیم به رغم اینکه طلاق در اسلام امری مذموم و ناپسند است، اما در شرایطی که هدف اصلی ازدواج، که تامین آرامش زوجین است، محقق نشود جواز طلاق می‌تواند صادر شود. یافته‌های روان‌شناسی نیز همسو با آموزه‌های اسلامی، نشان می‌دهند در شرایطی که کیفیت ازدواج بسیار پایین باشد، طلاق سبب افزایش بهزیستی روانی و به صلاح افراد است. پافشاری بر ادامه زندگی مشترک زوج‌های ناهمخوان عواقب زیادی دارد، از جمله طلاق‌های پنهان، خیانت، خودکشی، همسرکشی و مشکلات تربیتی برای فرزندان. اینجاست که ضرورت طلاق رخ می‌نماید. اما طلاق، به رغم پیامدهای منفی‌اش می‌تواند منجر به تغییراتی مثبت در افراد

۱. تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۴/۲۲ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۶/۳

۲. پست الکترونیک (نویسنده مسئول): rkodabakhsh@alzahra.ac.ir

شود، از جمله شناخت عمیق‌تر زندگی، گسترش روابط معنادار با خانواده و دوستان، دستیابی به احساس قدرت درونی، تغییر در اولویت‌های زندگی و درک عمیق‌تر موضوعات معنوی و وجودی. با توجه به اجتناب‌ناپذیر بودن طلاق، لازم است با مطالعه دقیق و موşkافانه همه ابعاد طلاق از جمله پیامدهای مثبت آن، زمینه‌های شکل‌گیری رشد پس از طلاق فراهم گردد.

کلیدواژه‌ها

طلاق، اسلام، روان‌شناسی مثبت‌گرا، رشد پس از آسیب

مقدمه

امروزه با توجه به آسیب‌های فراوانی که ماندن در ازدواج‌های نارضايت بخش به همراه دارد، طلاق به عنوان فرصتی برای رهایی از شرایط دشوار و غیرقابل تحمل زندگی مشترک در نظر گرفته می‌شود. البته طلاق مانند هر پدیده انسانی دیگر پیامدهای مثبت و منفی مختلفی دارد، از این رو، هم در سنت‌های دینی و هم در مطالعات روان‌شناختی توصیه شده است که صرفاً زمانی که ادامه زندگی مشترک آسیب‌رسان باشد شخص اقدام به طلاق نماید. بنابراین طلاق به مثابه رنجی است که گاهی شخص ناگزیر به تحمل آن است. از سوی دیگر، در سنت‌های دینی، رنج به مثابه محرکی برای رشد بشر معرفی شده است. در مطالعات روان‌شناختی که در چند دهه اخیر صورت گرفته نیز گفته شده است برخی افراد پس از مواجهه با حوادث استرس‌زا تغییرات روان‌شناختی مثبتی را تجربه می‌کنند، که از آن تحت عنوان «رشد پس از آسیب»^۱ نام برده می‌شود. در نتیجه این مقدمات می‌توان گفت طلاق نیز رنج و آسیبی است که می‌تواند زمینه رشد و تعالی را برای فرد مهیا سازد. مقاله حاضر این موضوع را در دو بخش بررسی می‌کند: نخست، موضوع طلاق از منظر اسلام و مطالعات روان‌شناختی مورد بررسی قرار می‌گیرد. در این بخش به بررسی مشروعیت طلاق تحت شرایط خاصی پرداخته می‌شود و به آسیب‌هایی اشاره می‌شود که زندگی مشترک زوج‌های ناسازگار را تهدید می‌کنند. در بخش دوم، به موضوع رنج و پریشانی در دین

^۱ Post-traumatic Growth

اسلام و نقش آن در رشد و کمال انسان، و همسو با آن شکل‌گیری مفهوم رشد پس از آسیب در مطالعات روان‌شناسی مثبت‌گرا اشاره می‌شود. در نهایت با اشاره به مطالعات پیشین، از تجربه رشد پس از طلاق سخن می‌گوییم.

طلاق در اسلام

بررسی رویکرد ادیان به طلاق موضوعی پیچیده و چند وجهی است. ادیان مختلف دیدگاه‌های متفاوتی در این خصوص دارند. برخی از ادیان طلاق را به عنوان یکی از وجوه حیات بشر پذیرفته‌اند، برخی دیگر تنها تحت شرایطی آن را مجاز شمرده‌اند. در برخی از ادیان ازدواج و طلاق امری عرفی تلقی می‌شود و در برخی دیگر عملی دینی است. مثلاً در دین بودائی موضوع ازدواج و طلاق امری عرفی است، از این رو، قوانین آن نیز تابع عرف است و بسته به آداب و رسوم جوامع مختلف متفاوت است. درحالی‌که در دین هندویی، ازدواج یکی از موضوعات مهم دینی به‌شمار می‌رود، که آداب و شرایط آن نیز بر طبق معیارهای دینی مشخص می‌شود. از این رو، در منابع دینی هندویی درباره طلاق نیز سخن رفته است. از جمله در *ارته‌شاستره* تحت شرایطی جواز طلاق و ازدواج مجدد برای زن و مرد صادر شده است.^۱ در یهودیت ازدواج یک وظیفه دینی است، و هر ازدواجی نمادی از پیوند مقدس آدم و حواست. گفته شده است که یهودی‌یی که برای تشکیل خانواده تلاش نمی‌کند مانند کسی است که خونی ریخته باشد.^۲ بدیهی است که بر حفظ پیوند زناشویی بسیار توصیه و تأکید شده است، با این حال، تحت شرایطی به مرد و زن یهودی اجازه طلاق داده شده است.^۳ در مسیحیت نیز ازدواج عملی دینی است؛ در کلیسای کاتولیک، در زمره یکی از هفت آئین مقدس قرار دارد، و پیوندی که دو شخص در حضور خداوند

^۱. Kautilya, *Arthashastra*, Translated by R. Shamasastri, Bangalore: Government Press, 1915. Pp. 187-252.

^۲. آنترمن، آلن، *باورها و آئین‌های یهودی*، ترجمه رضا فرزین، قم، انتشارات دانشگاه ادیان و مذاهب، ۱۳۸۵، ص ۲۲۴-۲۲۵.

^۳. Hoffman, Lawrence A, "The Jewish Wedding Ceremony", *Life Cycles in Jewish and Christian Worship*, University of Notre Dame Press, 1996, pp. 129-153.

برقرار می‌سازند، همیشگی به‌شمار می‌رود، در نتیجه، شخص تا پایان عمرش حق شکستن آن عهد و پیوند را ندارد، بنابراین در مذهب کاتولیک به طور رسمی طلاق وجود ندارد. اما در مذهب ارتدوکس شرقی و نیز مذهب پروتستان زن و مرد می‌توانند در صورت رضایت طرفین از یکدیگر متارکه نمایند.^۱

دین اسلام نیز به روش‌های گوناگون کوشیده است از طلاق جلوگیری نماید و یا آن را به حداقل برساند. در قرآن کریم آیات متعددی مبین طلاق و احکام آن هستند و سوره‌ای به نام طلاق هم وجود دارد که به احکام زنان مطلقه و حقوق آنان می‌پردازد.^۲ همان اندازه که در اسلام ازدواج امر پسندیده‌ای است و بر ثبات آن تاکید فراوان شده است، طلاق امری ناپسند و نامقدس است که در برخی از احادیث منسوب به پیامبر اکرم (ص) از آن به عنوان مبعوض‌ترین حلال‌ها یاد شده است. حدیث «أبغض الحلال الی الله الطلاق» حدیث مشهوری منسوب به پیامبر است که همواره بر زبان مسلمانان جاری بوده است. همچنین با مراجعه به قرآن درمی‌یابیم که اگرچه در آیات مربوط به طلاق در قرآن، سخن یا قرینه‌ای بر مبعوض بودن طلاق نیست اما سعی شده است تا حد امکان از وقوع طلاق جلوگیری شود یا در صورت وقوع طلاق زمینه بازگشت به زندگی زناشویی فراهم آید.^۳ نخستین توصیه قرآن هنگام بالا گرفتن اختلافات میان زوجین و ناتوانی آنان در حل مسائل پیش آمده، انتخاب داوری از سوی مرد و داوری از سوی زن برای بررسی و حل مشکلات و برقرار کردن صلح و آشتی میان زوجین است: آیه شریفه ۳۵ سوره نسا به موضوع حکمیت میان زوجین برای برقراری صلح اشاره دارد: «وَإِنْ حِفْتُمْ شِقَاقَ بَيْنِهِمَا فَأَبْغُتُوا حَكْمًا مِنْ أَهْلِهِ وَحَكْمًا مِنْ أَهْلِهَا إِنْ يُرِيدَا إِصْلَاحًا يُوَفِّقِ اللَّهُ بَيْنَهُمَا إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيمًا خَبِيرًا».^۴ همچنین قرآن به محض

^۱ . Wayne House, H. (ed.), *Divorce and Remarriage: Four Christian Views*, USA, IVP Books, 1995, pp.9-14.

^۲ بادامچی، حسین، غضنفری، کلثوم، داوری، پروین، "طلاق در دین زردشتی و اسلام"، پژوهش‌های ادیبانی، شماره ۸، ۱۳۹۵، ص ۱۰۶.

^۳ جلالی، مهدی، آجیلیان مافوق، محمد مهدی، "بررسی سندی و متنی حدیث ابغض الحلال الی الله طلاق در منابع فریقین"، آموزه‌های حدیثی، شماره ۱، ۱۳۹۶، صص ۷۶ و ۹۳.

^۴ و اگر از جدایی آن دو (زن و شوهر) بیم دارید، پس داوری از خانواده مرد و داوری از خانواده زن تعیین کنید. اگر سر سازگاری دارند، خدا میان آن دو سازگاری خواهد داد. آری خداوند دانای آگاه است.

ناخرسندی مرد از همسرش راه طلاق را نشان نمی دهد بلکه او را به بردباری و شکیبایی فرا می خواند و چه بسا که خداوند خیر و صلاح طرفین را در سازش قرار داده باشد. آیه ۱۹ سوره نسا: « وَعَاثِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا ۗ » و از سوی دیگر خداوند در قرآن پیشنهاد طلاق رجعی را مطرح کرده است تا در صورت وقوع طلاق، راه رجعت و بازگشت از آن هموار باشد و آسیب های فردی و اجتماعی طلاق گریبان گیر افراد نشود: آیه ۲۲۸ سوره بقره به امکان طلاق رجعی اشاره دارد: « وَبُعُولَتُهُنَّ أَحَقُّ بِرَدِّهِنَّ فِي ذَلِكَ إِنْ أَرَادُوا إِصْلَاحًا ۚ... » و در آخر قرآن در آیه ۲ سوره طلاق با سر آمدن زمان عده زنان، به مردان توصیه می کند که یا به خوبی و نیکی به همسرانشان رجوع کنند و یا به خوبی و نیکی از آنان جدا شوند. اما در این آیه شریفه نیز ابتدا به رجوع توصیه شده است و سپس به جدایی: « فَإِذَا بَلَغَ أَحْلَاهُ فَأَمْسِكُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ أَوْ فَارِقُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ ۗ ».

نگرش اسلام که در این آیات و روایت پیامبر تصریح شده است، موید اهمیت و ضرورت طلاق حدافلی و قداست حفظ خانواده از منظر اسلام است. مبنای اصل «طلاق حدافلی» در حقوق اسلامی پیامدهای فردی و اجتماعی این پدیده برای همسران، فرزندان و جامعه است، به عبارت دیگر، در دین اسلام، اصل بر «تحکیم خانواده» و «پیشگیری از طلاق» است.^۱ به طور کلی کارکردهای دین و آموزه های اخلاقی و رفتاری برآمده از آن در نگهداشت و ارتقا کیفی خانواده امری مقبول از سوی اندیشمندان علوم انسانی است.

اما سوالی که پیش می آید این است که آیا از منظر اسلام در شرایط دشوار و غیرقابل تحمل زندگی مشترک راهی برای برون رفت از این شرایط در نظر گرفته شده است؟ آیا راه جدایی به طور کامل به روی زوجین بسته است؟ و آیا از منظر اسلام تمامی طلاقها مذموم و نامبارک هستند؟ مسلماً چنین نیست. بر اساس آموزه های قرآنی زندگی زناشویی

^۱ با همسرانتان به نیکویی رفتار کنید و اگر از آنان کراهت دارید، چه بسا شما چیزی را خوش نداشته باشید، ولی خداوند خیر فراوان در آن قرار داده باشد.

^۲ شوهرانشان اگر خواهان اصلاح باشند، از دیگران سزاوارترند که در این مدت (مدت عده) آنان را به زندگی بازگردانند.

^۳ و چون عده آنها به سر آمد، آنها را به طرز شایسته ای نگه دارید یا به طرز شایسته ای از آنان جدا شوید.

^۴ هدایت نیا، فرج الله، "تسهیل طلاق یا طلاق زدایی در حقوق خانواده ایران"، حقوق اسلامی، شماره ۴۷،

بر پایه دوستی، مودت و تفاهم بنا شده است و زن و مرد برای آرامش یکدیگر خلق شده اند (اعراف ۱، ۱۸۹؛ روم ۲، ۲۱) و نه برای دشمنی و نفرت. به همان میزان که در آیات قرآن به مساله ازدواج اهمیت داده شده، برای مواقع دشمنی و اختلاف میان زوجین نیز راهکار مناسبی ارائه شده است.^۳ پیش‌تر گفته شد که طلاق، مبعوض‌ترین حلال نزد خداوند است اما خداوند طلاق را به طور ذاتی و در هنگام ضرورت مبعوض نمی‌دارد، چرا که اگر طلاق ذاتاً در نزد خداوند مکروه و مبعوض بود، نباید تشریح می‌شد و در مقابل، باید قوانینی در منع و جلوگیری از طلاق تشریح می‌شد.^۴

آیاتی که واژه طلاق در آن‌ها به کار رفته است، ما را به این واقعیت رهنمون می‌کنند که حق طلاق در اختیار مردان است. از جمله این آیات، آیه ۲۲۷ سوره بقره است: «وَإِنْ عَزَمُوا الطَّلَاقَ فَإِنَّ اللَّهَ سَمِيعٌ عَلِيمٌ»^۵ گویای این است که اگر مردان تصمیم به طلاق گرفتند. وجود حق طلاق در اسلام برای مردان، به آن معنا نیست که مرد بتواند آن را وسیله‌ای برای آسیب رسانی به زن قرار دهد و به تعبیر قرآن کریم امساک و نگه داشتن زن باید توأم با خوبی و خوشی باشد (فامساک بمعروف) و طلاق و رهاسازی او نیز باید همراه با نیکی و احسان باشد (او تصریح بالاحسان)^۶. از طرفی وجود حق طلاق برای مرد به معنای نبودن راهکاری برای حق طلاق زن نیست. یکی از این راهکارها قرار دادن شرط در عقد نکاح و مشروع دانستن آن است که حق طلاق را به طور تفویضی در اختیار زن قرار

^۱ هو الذی خلقکم من نفس واحده و جعل منها زوجها لیسکن الیهما

^۲ و من آیاته ان خلق لکم من انفسکم ازواجاً لتسکنوا الیهما و جعل بینکم موده و رحمه، ان فی ذلک لآیات لقوم یتفکرون

^۳ جعفرزاده کوچکی، علیرضا، "مبنای قرآنی الزام زوج به طلاق"، *فقه و حقوق خانواده*، شماره ۶۴، ۱۳۹۵، ص ۱۱۰.

^۴ جلالی، مهدی، آجیلیان مافوق، محمد مهدی، "بررسی سندی و متنی حدیث ابغض الحلال الی الله طلاق در منابع فریقین"، ص ۹۳.

^۵ و اگر تصمیم به طلاق گرفتند (مردان)، همانا خداوند شنوا و داناست.

^۶ جعفرزاده کوچکی، علیرضا، "مبنای قرآنی الزام زوج به طلاق"، صفحه ۱۱۴، اشاره به آیه شریفه ۲۲۹ سوره بقره: "الطلاق مرتان فامساک بمعروف او تصریح باحسان"

می‌دهد، تا در صورت تخلف مرد از شرط، زن وکیل باشد خود را مطلقه سازد^۱. با توجه به ادله معتبر فقهی مواردی وجود دارد که زن می‌تواند از محکمه درخواست طلاق کند و دادگاه نیز با احراز شرایط و به‌رغم میل شوهر، زن را طلاق خواهد داد. علاوه بر این، روایات متعددی به شرایط خاص مثل بی‌دینی، ضعف دین‌داری، بداخلاقی زن، ارتکاب فحشا، ظالم و مخالف اهل بیت (علیه السلام) بودن اشاره کرده‌اند که طلاق در آن‌ها به طور خاص تجویز شده است^۲. به طور کلی دین اسلام، طلاق را به عنوان راه حل خروج از زندگی مشترک نامناسب، به رسمیت شناخته و به آن مشروعیت بخشیده است و زمانی که ماهیت وجودی ازدواج که همان مودت و مهربانی میان زوجین است، به خطر می‌افتد، حکم طلاق را پذیرفته است، اگرچه به منظور جلوگیری از وقوع حساب‌نشده و بی‌مورد آن که با تضییع حقوق زوجین و نابه‌سامانی‌های اجتماعی همراه است، تمهیدات متعددی اندیشیده و توصیه‌هایی مبنی بر صلح و سازش میان زوجین ارائه کرده است. از سوی دیگر، با بررسی پژوهش‌های صورت گرفته در زمینه آسیب‌های روان‌شناختی طلاق بر افراد مطلقه و فرزندان‌شان، به خوبی می‌توان به چرایی «ضرورت طلاق حداقلی» از منظر دین اسلام پی برد. حال به بررسی این موضوع از منظر روانشناسی می‌پردازیم.

طلاق از منظر روانشناسی

در سیاهه سازگاری با استرس^۳ هولمز و راهه، طلاق و جدایی، پس از مرگ همسر به عنوان پر استرس‌ترین واقعه زندگی در نظر گرفته شده است^۴. طلاق ممکن است بحران‌های

^۱ علایی نوین، فروزان، "بررسی حق طلاق زنان در فقه امامیه و حقوق موضوعه"، فاک، شماره ۲، ۱۳۸۹، ص ۱۲۵.

^۲ محمدبن‌حسن حر عاملی، وسائل‌الشیعه، ج ۲۲، ص ۱۲ به نقل از بهادری، یوسف، ابراهیمی‌پور، قاسم، "جستاری در طلاق"، معرفت، شماره ۱۷۱، ۱۳۹۰، ص ۱۳۸.

^۳ The Social Readjustment Rating Scale: مقیاس‌های متعددی برای اندازه‌گیری استرس (فشار روانی) وجود دارد. یکی از این مقیاس‌ها، «مقیاس هولمز-راهه» برای ارزیابی دگرگونی‌های زندگی است که شامل ۴۱ موقعیت است که به ترتیب استرس‌زا بودن لیست شده‌اند. اولین آیتم فوت همسر و دومین آیتم در این لیست، طلاق می‌باشد.

متعددی در هویت، احساس ارزشمندی شخصی، سبک زندگی، تربیت فرزند و اهداف زندگی ایجاد کند. برای افراد بزرگسال و همچنین فرزندانشان، تجربه جدایی و طلاق، منبع عمده استرس و نوعی انتقال بزرگ در زندگی محسوب می‌شود. حتی برای افرادی که در طول زندگی مشترک، بهزیستی روانی‌شان کاهش می‌یابد نیز طلاق، چالش‌های متعددی را به همراه دارد. از جمله تغییرات مالی گسترده و درگیری‌های قانونی، مشکلات حضانت و تربیت فرزندان، تغییر در روابط دوستی و شبکه‌های اجتماعی، دردهای تغییر محل سکونت و انبوهی از چالش‌های روان‌شناختی دیگر^۲. البته مهم‌تر از این مشکلات، برداشت، ادراک و تعریف فرد از این وقایع و طلاق است که به مراتب با استرس و اضطراب بیشتری همراه است^۳.

در مطالعه‌ی ای که توسط ژانگ و هیوارد در سال ۲۰۰۶م در آمریکا روی افراد میانسال انجام شد، دریافتند که مردان پس از جدایی در مقایسه با مردان متأهل احتمالاً ۲ برابر بیشتر سیگار می‌کشند، ۲ برابر بیشتر الکلی هستند، ۲ برابر بیشتر افسردگی بالینی دارند و در نهایت به احتمال ۳ برابر بیشتر از مشکلات عاطفی رنج می‌برند^۴. مشابه با پژوهش‌های امریکایی، محققان اروپایی نیز بین طلاق و مشکلات روانی و جسمانی، ارتباطات گسترده‌ای یافته‌اند^۵. همچنین لورنز و همکاران (۲۰۰۶) در مطالعه‌ای 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

^۱ Holmes, T. H., & Rahe, R. H., "The Social Readjustment Rating Scale", *Journal of Psychosomatic Research*, 1967.

^۲ Sbarra, D. A., Hasselmo, K., & Bourassa, K. J., "Divorce and Health: Beyond Individual Differences", *Current Directions in Psychological Science*, 24(2), 2015, p. 109.

^۳ Wang, H., & Amato, P. R., "Predictors of Divorce Adjustment: Stressors, Resources, and Definitions", *Journal of Marriage and Family*, 62(3), 2000, p. 665.

^۴ Zhang, Z., & Hayward, M. D., "Gender, the Marital Life Course, and Cardiovascular Disease in Late Midlife", *Journal of Marriage and Family*, 68(3), 2006, pp.654-655.

^۵ Amato, P. R., & James, S., "Divorce in Europe and the United States: Commonalities and Differences Across Nations", *Family Science*, 1(1), 2010, p.5.

روانی و در یک دهه بعد سطوح بالاتری از بیماری‌های جسمانی را تجربه می‌کنند. همچنین این زنان سطوح بالاتری از حوادث پُر استرس زندگی که در نهایت به افسردگی منجر می‌شود را تجربه می‌کنند.^۱ در پژوهشی داخلی که توسط حیاتی و سلیمانی (۱۳۹۷) با استفاده از مطالعه کیفی به بررسی پیامدهای طلاق بر زنان و مردان پرداختند، پیامدهای طلاق در سه دسته اصلی پیامدهای اجتماعی - فرهنگی، پیامدهای اقتصادی و مالی، پیامدهای شخصی و هیجانی طبقه‌بندی شد. مردان و زنان مشارکت کننده در این پژوهش در هر سه بُعد، پیامدهای منفی طلاق را تجربه کرده بودند.^۲

پس چنانکه بیان شد، بروز پیامدهای ناگوار پس از طلاق امری بدیهی است؛ اما پرسش ما در این تحقیق این است که چه زمانی یافته‌های حاصل از مطالعات روان‌شناسی، طلاق را نه تنها آسیب‌رسان نمی‌دانند، بلکه وقوع آن را عاملی برای افزایش رضایت از زندگی^۳، شادکامی^۴ و بهزیستی روانی^۵ می‌دانند؟ یکی از فرضیات مطرح شده در پژوهش‌های حوزه طلاق این است که افراد در ازدواج‌های با کیفیت پایین پیامدهای مثبتی را پس از طلاق و جدایی تجربه می‌کنند و گسست و جدایی در رابطه‌هایی که از کیفیت بالاتری برخوردار بوده‌اند، چنین پیامدهای مثبتی را در بر ندارد و بر عکس، سبب کاهش احساس بهزیستی روانی، کاهش رضایت از زندگی و کاهش شادکامی افراد می‌شود. پژوهش‌های متعددی برای آزمودن این فرضیه انجام گرفته است که درستی این فرضیه را تأیید می‌کنند.^۶ همچنین نتایج برخی مطالعات حاکی از آنند که ماندن در ازدواج‌های

^۱ Lorenz, F. O., Wickrama, K. A. S., Conger, R. D., & Elder Jr, G. H, " The Short-term and Decade-long Effects of Divorce on Women's Midlife Health", *Journal of Health and Social Behavior*, 47(2), 2006, p. 111.

^۲ حیاتی، مژگان، سلیمانی، شهلا، " پیامدهای طلاق برای فرد مطلقه: یک مطالعه کیفی." فصلنامه رویش روان‌شناسی، شماره ۱۱، ۱۳۹۷، ص ۲۷۳.

^۳ Life Satisfaction

^۴ Happiness

^۵ Subjective Well-Being

^۶ Gustavson, K., Nilsen, W., Ørstavik, R., & Røysamb, E. "Relationship Quality, Divorce, and Well-being: Findings from a Three-year Longitudinal Study". *The Journal of Positive Psychology*, 9(2), 2014, pp.163-174; Bourassa, K. J., Sbarra, D. A., & Whisman, M. A. "Women in Very Low Quality Marriages Gain Life

نارضایت‌بخش بهزیستی روان‌شناختی را به میزان بیش‌تری از افرادی که طلاق گرفته‌اند یا هرگز ازدواج نکرده‌اند، تضعیف می‌کند. چراکه رویکردهای مرتبط با استرس، مدعی هستند که ترک کردن نقشی که فرد در آن احساس نارضایتی دارد، منجر به بهبود بهزیستی روانی می‌شود.^۱ در واقع زوجین در ازدواج‌های نامناسب با پایان یافتن رابطه‌ای پر از تخاصم و دشمنی احساس رهایی می‌کنند. بنابراین در مطالعات روان‌شناختی به این موضوع پرداخته شده است که در ازدواج‌هایی که کیفیت نسبتاً بالاتری دارند، به دلیل پیامدهای منفی گسترده ناشی از طلاق، تلاش برای بهبود و اصلاح رابطه به صلاح زوجین است. اما مساله مهم آنجاست که برخی از تصوراتی که طلاق را به عنوان مشکلی بزرگ در نظر می‌گیرند، به این دلیل به‌وجود می‌آیند که نمی‌توانند سوالی به این سادگی را مطرح کنند: طلاق مشکلی بزرگ است، اما در مقایسه با چه چیزی؟ آیا مواردی وجود دارد که طلاق نتیجه بهتری نسبت به ماندن در ازدواج داشته باشد؟^۲ در شرایطی که کیفیت رابطه شدیداً پایین است یا ادامه رابطه با آسیب‌های جدی، همراه است ضرورت طلاق مطرح می‌شود. برخی از این آسیب‌ها که در مطالعات مورد توجه قرار گرفته‌اند عبارتند از:

طلاق عاطفی: افزایش نرخ طلاق عاطفی یکی از نگران‌کننده‌ترین این آسیب‌هاست. در جامعه ایران اگر با آمارهای طلاق قانونی مواجه می‌شویم در کنار آن آمار بزرگ‌تر اما کشف نشده به طلاق‌های عاطفی اختصاص دارد. شاید دو برابر آمار طلاق‌های قانونی را بتوانیم به طلاق‌های عاطفی اختصاص دهیم. یعنی به زندگی‌های خاموش و خانواده‌های توخالی که زن و مرد در کنار هم به سردی زندگی می‌کنند ولی هیچ‌گاه تقاضای طلاق

Satisfaction Following Divorce". *Journal of Family Psychology*, 29(3), 2015, pp. 490-499; Amato, P. R., & Hohmann-Marriott, B. A. "Comparison of High-and low-distress Marriages That End in Divorce". *Journal of Marriage and Family*, 69(3), 2007, pp. 621-638.

^۱ Williams, K, "Has the Future of Marriage Arrived? A Contemporary

Examination of Gender, Marriage, and Psychological Well-being", *Journal of Health and Social Behavior*, 44(4), 2003, p. 470.

^۲ Rutter, V. E. "Divorce in Research vs. Divorce in Media". *Sociology*

Compass, 3(4), 2009, p. 707.

قانونی نمی‌کنند.^۱ با بروز طلاق عاطفی میان زوجین، افراد کنار یکدیگر به اندازه زمانی که جدا از هم باشند، رشد نمی‌کنند و به جای این‌که قهرمان زندگی هم باشند، مبدل به ضدقهرمان می‌شوند و در زندان یکدیگر گرفتار می‌شوند و از تمامی وجوه وابستگی‌شان به هم نفرت می‌جویند. طلاق عاطفی مشکلی است که اساس خانواده درگیر آن است. با وجود این مشکل زندگی مشترک علاوه بر این‌که بی‌معنا می‌شود، محیطی مناسب برای رشد نابهنجاری‌ها و کجروی‌ها هم برای اعضای آن و هم برای اعضای جامعه می‌شود.^۲ پژوهش باستانی، گلزاری و روشنی (۱۳۹۰) نشان داد که زنان در مواجهه با طلاق عاطفی استراتژی‌های مختلف و متعددی را اتخاذ می‌کنند. که برخی از این استراتژی‌ها مانند افزایش ارتباط با خداوند و ادامه تحصیل در جهت خنثی عمل می‌کنند و برخی از این استراتژی‌ها مانند بی‌تفاوتی نسبت به رابطه همسری، تصمیم برای بچه‌دار نشدن و روابط خارج از چهارچوب خانواده از جمله استراتژی‌های منفی محسوب می‌شوند. همچنین نتایج این پژوهش نشان داد که طلاق عاطفی موجب بروز مشکلات و فشارهای روانی از قبیل اضطراب، افسردگی، احساس حقارت، انزوا و گوشه‌گیری و ابتلای زنان به بیماری‌های جسمی با منشا روانی می‌شود.^۳

از تأثیرات مخرب طلاق عاطفی بر فرزندان نیز نمی‌توان غافل شد. فضای بی‌روح و کم‌نشاط خانوادگی، گفتمان منفی و رفتارهای تحقیرآمیز و پرتحکم والدین و اعضای خانواده نسبت به یکدیگر و تقویت نیروی گریز از منزل، موجبات تعلق ناپایدار والدین و فرزندان به کانون خانواده و بعضاً فرار و پناه بردن آن‌ها به کانون‌های مجازی و پرخطر را فراهم می‌آورد. طلاق خاموش به عنوان یک طلاق غیررسمی، مودیان در کمین روابط همسران نشسته است و شاید بیراه نباشد که بگوییم اصلی‌ترین قربانیان را از میان فرزندان خانواده انتخاب می‌کند. در این شرایط، دور از انتظار نیست که کودکان هم مثل والدین،

^۱ بخارایی، احمد، جامعه‌شناسی زندگی‌های خاموش در ایران (طلاق عاطفی)، پژوهش‌های جامعه، تهران، ۱۳۸۶، ص ۶۴.

^۲ یزدانی، عباس، حقیقتیان، منصور، کشاورز، حمید، "تحلیلی بر کیفیت زندگی زنان دچار طلاق عاطفی (مطالعه موردی: شهرکرد)، راهبرد اجتماعی و فرهنگی، شماره ۶، ۱۳۹۲، ص ۱۶۱.

^۳ باستانی، سوسن، گلزاری، محمود، روشنی، شهره، "پیامدهای طلاق عاطفی و استراتژی‌های مواجهه با آن"، خانواده‌پژوهی، شماره ۲۶، ۱۳۹۰.

برای تحمل شرایط، به کناره‌گیری از روند زندگی عادی روی بیاورند و به گفته آسیب‌شناسان اجتماعی بیش‌ترین بزهکاران جامعه را تشکیل بدهند.^۱ هاشمی و همایونی (۲۰۱۷) با مطالعه ۸۱ کودک ۱۰ تا ۱۲ ساله ایرانی که ۵۰ نفر از آنان فرزند طلاق بودند و ۳۱ نفر نیز فرزند والدین درگیر با طلاق عاطفی بودند، به این نتیجه رسیدند که طلاق عاطفی با افسردگی، اضطراب، فشار روانی و پرخاشگری^۲ در فرزندان رابطه دارد و همچنین میزان مشکلات هیجانی و رفتاری در این کودکان بیش از کودکان خانواده‌هایی است که رسماً طلاق گرفته‌اند.^۳ بنابراین با استناد به برخی تحقیقات صورت گرفته در زمینه تاثیرات طلاق عاطفی بر فرزندان می‌توان ادعا کرد که طلاق عاطفی نسبت به طلاق‌های رسمی و قانونی تاثیرات مخرب‌تری بر کودکان دارد.^۴

برقراری روابط فرازنشویی: یکی دیگر از آسیب‌های زندگی‌های زناشویی اجباری وارد شدن یکی از زوجین یا هر دوی آنان به روابط خارج از چهارچوب خانواده است. در پژوهش حبیبی و حاجی‌حیدری (۱۳۹۴) که به بررسی علل خیانت زناشویی پرداخته است، مقوله رابطه همسران یکی از اصلی‌ترین دلایل عدم تعهد است که شامل زیرمقوله‌های مشکلات عاطفی زوجین، عدم حضور همسر و سوء رفتار زوجین و ازدواج نامناسب می‌باشد. بنابراین اگرچه عوامل مختلفی در شکل‌گیری روابط فرازنشویی موثرند از میان این عوامل، ارتباط ضعیف میان زوجین و برطرف نشدن نیازهای عاطفی آنان از دلایل اصلی خیانت محسوب می‌شود.^۵ برخی از محققان در تحقیقات خود به این موضوع اشاره کرده‌اند

^۱ ارجمند سیاه‌پوش، اسحق، پیرامون، ندا، "بررسی آسیب‌شناختی طلاق عاطفی از دید زنان (۲۰ تا ۳۹ ساله) و پیامدهای آن بر فرزندان ساکن در شهرک بعثت شهرستان ماهشهر"، *مطالعات جامعه‌شناختی جوانان*، شماره ۱۴، ۱۳۹۳، ص ۱۱.

^۲ Aggression

^۳ Hashemi, L., & Homayuni, H, " Emotional Divorce: Child's Well-being", *Journal of Divorce & Remarriage*, 58(8), 2017, p.631.

^۴ نگاه کنید به: مددی طائمه، زهرا، آقاجانی، طهمورث، صلاحیان، افشین، «مقایسه سلامت عمومی و اختلال خوردن در فرزندان دختر خانواده‌های طلاق رسمی، طلاق عاطفی و هم‌تایان عادی»، *مدیریت ارتقای سلامت*، شماره ۲، ۱۳۹۹.

^۵ حبیبی عسگرآباد، مجتبی، حاجی‌حیدری، زهرا، «علل خیانت زناشویی از دیدگاه زوجین مراجعه کننده به دادگاه خانواده: یک مطالعه کیفی»، *خانواده‌پژوهی*، شماره ۴۲، ۱۳۹۴، ص ۱۷۹.

که طلاق عاطفی و زندگی مشترک بدون عشق و صمیمیت را باید به منزله تهدیدی برای فروپاشی خانواده و گرایش به خیانت زناشویی قلمداد کرد.^۱ در پژوهش افراسیابی و دهقانی (۱۳۹۵) ۳۳ نفر از زنان درگیر در طلاق عاطفی در شهر یزد مورد مطالعه قرار گرفتند. زنان مورد مطالعه تصویری از زندگی خود را گزارش می‌کردند که در آن عشق، علاقه، صمیمیت و همدلی وجود نداشت و به جای آن سکوت، انزوا، ناراضی‌تی، درد و در بعضی موارد دیگر خشونت، بی‌مسئولیتی و بی‌تفاوتی فضای زندگی را پُر کرده بود. همین وضعیت باعث می‌شود که احساس خلأ عاطفی، جنسی، کلامی و ... در آن‌ها شکل بگیرد. در چنین شرایطی، زوجین به عنوان کنش‌گران فعال سعی می‌کنند از طریقی دیگر این خلأ را پر کنند که در بعضی موارد به ایجاد روابط فرازناشویی منجر می‌شود.^۲

قتل و همسرکشی: بر خلاف تصور عموم، در شرایطی که عشق و امنیت جای خود را به تنفر، دشمنی و کینه‌ورزی می‌دهند، خانه که محل تأمین آرامش و امنیت ساکنان آن است جز ناامن‌ترین فضاهای اجتماعی می‌شود و می‌تواند محل وقوع جرم‌های سنگینی چون قتل همسران به دست یکدیگر باشد. بررسی پژوهش‌های صورت گرفته در زمینه همسرکشی در ایران، به خوبی مؤید این نکته است که یکی از مهم‌ترین عوامل قتل همسران به دست یکدیگر، آگاهی یکی از زوجین از خیانت همسر (بیشتر در مردان) و یا کشتن همسر به انگیزه برداشتن مانع برای رابطه با شخص ثالث (بیشتر در زنان) می‌باشد. در پژوهش صورت گرفته توسط وحیدا و همکاران (۱۳۹۴) عامل ارتباط با جنس مخالف خارج از اصول و قواعد خانواده مهم‌ترین و اصلی‌ترین عامل و انگیزه کشتن همسر بوده است و ۵۷ درصد از قتل‌های مورد بررسی در این تحقیق به این عامل مربوطند. تمامی این زنان پیش از ارتکاب قتل، خواهان طلاق بوده‌اند اما به دلیل فراهم نبودن شرایط، به این کار موفق

^۱ نگاه کنید به: جهاندارلاشکی، سهیلا، کاکابرابی، کیوان، «الگوی علی روابط بین گرایش به خیانت زناشویی بر اساس مصرف رسانه با میانجی‌گری نگرش‌های ناکارآمد و طلاق عاطفی»، فرهنگ‌ی تربیتی زنان و خانواده، شماره ۵۱، ۱۳۹۹، ص ۷۱.

^۲ افراسیابی، حسین، دهقانی دارامرود، رقیه، «زمینه‌ها و نحوه مواجهه با طلاق عاطفی میان زنان شهر یزد»، زن در توسعه و سیاست، شماره ۲، ۱۳۹۵، صص ۲۶۸ و ۲۶۹.

نشده بودند^۱. در پژوهش قاضی نژاد و عباسیان (۱۳۹۰) در ۶۵ درصد از پرونده‌های قتل، زنان سعی کرده بودند با درخواست طلاق از موقعیت رنج‌آوری که در آن قرار داشته‌اند، دوری و اجتناب کنند اما عواملی چون مخالفت خانواده پدری، مخالفت همسر و ترس از انتقام او، موانع قانونی و طولانی شدن جریان طلاق موجب شده بود زنان مذکور به زندگی زناشویی ادامه دهند^۲. همچنین پژوهش آشوری و معظمی (۱۳۸۱) به بررسی مهم‌ترین عوامل موثر در پدیده همسرکشی در استان فارس می‌پردازد که از جمله این عوامل ازدواج زنان در سن پایین، خیانت زن، وجود قوانین محدود کننده تقاضای طلاق برای زنان و اطلاع دادرسی می‌باشند^۳. در نهایت می‌توان نتیجه گرفت که اگر امکان برون‌رفت از زندگی‌های مشترک ناخشنودکننده فراهم بود، واقعه همسرکشی به شدت از جانب زوجین، و خصوصاً زنان، کاهش می‌یافت.

رنج تعالی بخش یا رشد پس از آسیب

آگاهی از اینکه رنج و پریشانی می‌تواند منشأ احتمالی تغییرات مثبت باشد، قدمتی طولانی دارد. برای مثال، برخی از نوشته‌های باستانی یونانیان، یهودیان و مسیحیان، همچنین پاره‌ای از آموزه‌های هندوئیسم، بودیسم و برخی دیگر از ادیان شرقی حاوی مطالبی درباره قدرت تعالی بخشی رنج هستند. با توجه به اهمیت رنج برای انسان، همه ادیان بزرگ جهان به آن توجه داشته‌اند و به طور کلی ادیان کوشیده‌اند هم وجود رنج و چگونگی پیدایش آن را تبیین کنند، یعنی تجربه انسانی رنج را در چهارچوب جهان‌بینی جامعی قرار دهند، و هم راههای مواجهه با رنج و غلبه بر آن را به پیروان خود توصیه کنند^۴.

^۱ وحید، فریدون، حسینی، سبزه، ذاکری، حامد، «تحلیل و بررسی کیفی عوامل موثر بر همسرکشی در بین

زنان و مردان (مطالعه موردی زندانیان اصفهان)»، بررسی مسائل اجتماعی ایران، شماره ۱، ۱۳۹۴.

^۲ قاضی نژاد، مریم، عباسیان، ماریا، «مطالعه کیفی عوامل اجتماعی همسرکشی»، زن در توسعه و سیاست، شماره ۲، ۱۳۹۰، ص ۱۰۷.

^۳ آشوری، محمد، معظمی، شهلا، «نگاهی به پدیده همسرکشی در استان فارس»، دانشکده حقوق و علوم سیاسی، شماره ۵۸، ۱۳۸۱.

^۴ میرانی، ارسطو، «معنادرمانی دینی رنج در مثنوی معنوی و بهشت گمشده»، پژوهشنامه ادیان، شماره ۱۵، ۱۳۹۳، ص ۱۴۸.

در اسلام نیز به مفهوم رنج تعالی بخش بسیار تأکید شده است. واژه‌های متعددی در قرآن به مفهوم «رنج و درد بشری» اشاره دارند. از جمله می‌توان به کبد (بلد، ۴)، عُسر (شرح، ۵)، مصیبت (مائده، ۲۰۶)، حرج (نسا، ۶۵)، عذاب (بقره، ۷)، بلا (مومنون، ۳۰)، و بأساء (اعراف، ۹۴) اشاره نمود. در آیه ۴ سوره بلد به صراحت آمده است: «لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ».^۱ این آیه خلقت انسان را عجیب با آلام بیان می‌کند و رنج را جز جدایی‌ناپذیر زندگی انسان توصیف می‌کند و به این موضوع اشاره دارد که ماهیت زندگی بشر توأم با رنج است. همچنین در آموزه‌های اسلامی از مصائب و گرفتاری‌ها به عنوان آزمون و امتحان یاد شده است. آزمونی که خود زمینه رشد و تکامل است. «وَلِكَيْلُوكُمْ بَشِيءٍ مِّنَ الْخُوفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ».^۲ در اسلام خمیرمایه مصائب، خیر و خوبی است. به این معنا که در مجموعه نظام آفرینش آسایش‌ها و سختی‌ها، شکست‌ها و ناکامی‌ها زمینه رشد و تکامل انسان را فراهم می‌کنند.^۳ اسلام به تفکر و اندیشه‌ورزی در تحلیل و تفسیر رنج‌ها و دردها دعوت کرده است تا اولاً، انسان تفسیر درست و گره‌گشا از آن‌ها پیدا کند؛ ثانیاً، در مواجهه و تحمل آن‌ها غافلگیر نشود؛ ثالثاً، رنج و دردها را مصادره به مطلوب نموده و حتی از تهدیدها و بیم‌های ناشی از این رنج‌ها و آلام، فرصت‌ها و امیدهایی برای ادامه زندگی و تکامل خویش بسازد.^۴

در دنیای روان‌شناسی نیز در قرن بیستم چندین دانشمند و بالینگر (کاپلان، ۱۹۶۴، فرانکل، ۱۹۶۳، مزلو، ۱۹۵۴، یالوم، ۱۹۸۰) به ارائه روش‌هایی پرداختند که بحران‌ها و رنج‌های زندگی منجر به تغییرات مثبت فردی می‌شوند. این موضوع که بحران‌ها و آسیب‌ها می‌توانند زمینه‌ساز رشد باشند، منجر به آن شد که نگرش جدیدی نسبت به وقایع آسیب‌زا اتخاذ شود. در این نگرش جدید که در بطن روان‌شناسی مثبت‌نگر متولد شد به جای تأکید

^۱ همانا ما انسان را در رنج آفریدیم.

^۲ آیه ۱۵۵ سوره بقره: «والبته شما را به پاره‌ای از سختی‌ها چون ترس و گرسنگی و نقصان اموال و نفوس و آفات زراعت می‌آزماییم و صابران را مژده و بشارت بده».

^۳ رستمی، محمد حسن، قرائی، فیاض، جلائیان اکبرنیا، علی، موسوی، محمدحسین، «رهایی از رنج، در آموزه‌های قرآنی و آیین بودا»، آموزه‌های قرآنی، شماره ۱۸، ۱۳۹۲، ص ۵۲.

^۴ رودگر، محمدجواد، «نقش دین در رنج‌زدایی و کاهش آلام بشری (با رویکردی به آرای استاد شهید مطهری)»، قیسات، شماره ۵۶، ۱۳۸۹، ص ۱۲۸.

بر جنبه‌ی آسیب‌زای وقایع آسیب‌رسان، جنبه مثبت و رشد دهنده‌ی این وقایع نیز مورد توجه قرار گرفت. واژه‌های متفاوتی ناظر به این مفهوم می‌باشند، اعم از: تغییرات مثبت روانی^۱ (یالوم و لیبرمن، ۱۹۹۱)، شکوفایی^۲ (ریف و سینگر، ۱۹۹۸) محصولات جانبی مثبت^۳ (مک میلان، هوارد، نوور و چانگ، ۲۰۰۱)، منفعت ادراک شده^۴ (کالهن و تدسجی، ۱۹۹۱)؛ مک میلان و همکاران، ۱۹۹۵؛ تنن و همکاران، ۱۹۹۲)، رشد مرتبط با استرس^۵ (پارک و همکاران، ۱۹۹۶)، ترقی^۶ (اولری و ایکویکس، ۱۹۹۵)، معنایابی^۷ (بوور و همکاران، ۱۹۹۸)، هیجانانگ مثبت^۸ (فولکمن و موسکوویتز، ۲۰۰۰). عواقب ترسناک و گیج‌کننده‌ی پس از یک آسیب، زمانی که فرض‌های اساسی درباره‌ی زندگی به شدت مورد چالش قرار می‌گیرند، می‌تواند خاک حاصلخیزی برای پیامدهای غیرمنتظره‌ای مانند رشد پس از آسیب در میان بازماندگان این حوادث باشد^۹. رشد پس از آسیب درک یا تجربه ذهنی از تغییرات مثبت روان‌شناختی است که به‌وسیله فرد گزارش می‌شود و در نتیجه رویارویی و کشمکش با رویدادهای نامطلوب به وجود می‌آید. واژه رشد پس از آسیب تاکید می‌کند که این رشد پس از یک رویداد بسیار تنش‌زا به وجود می‌آید و پس از هر تنش کوچک و یا طی فرآیند رشد طبیعی به وجود نمی‌آید. رشد پس از آسیب تجربه افرادی را توصیف می‌کند که تنها از آسیب بهبود نمی‌یابند، یا پس از آن پریشانی روانی تنها به عملکرد قبلی خود باز نمی‌گردند، بلکه از این تجربه به عنوان فرصتی برای رشد فردی استفاده می‌کنند^{۱۰}.

^۱ Positive Psychological Changes

^۲ Flourishing

^۳ Positive by-products

^۴ Perceived Benefit

^۵ Stress Related Growth

^۶ Thriving

^۷ Discovery of meaning

^۸ Positive Emotion

^۹ Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G., " Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence". *Psychological Inquiry*, 15 (1), 2004, p. 3.

^{۱۰} Zoellner, T., & Maercker, A., " Posttraumatic Growth in Clinical Psychology— A Critical Review and Introduction of a Two Component Model", *Clinical Psychology Review*, 26(5), 2006, p. 628.

تصورات متفاوت از رشد پس از آسیب به توسعه مدل‌های گوناگون انجامیده است. یکی از این مدل‌ها مدل تدسچی و کالهن است. در اواسط دهه ۹۰ میلادی، تدسچی و کالهن (۱۹۹۵) پس از ۱۵ سال پژوهش اصطلاح «رشد پس از آسیب» را مطرح کردند و به منظور شرح و توصیف ادراکات فرد از تغییرات مثبتی که به دنبال کشمکش با رویدادهای پر استرس به وجود می‌آید، مدلی را طراحی نمودند. این مدل در سال ۲۰۰۴ مورد تجدید نظر قرار گرفت. در این مدل تدسچی و کالهن رشد پس از آسیب را به عنوان پیامد رویداد آسیب‌زا که باورهای شخص در مورد جهان را به مبارزه می‌طلبد، تصور کردند و توضیح دادند که چگونه حوادث آسیب‌زا به عنوان چالش‌هایی بر طرحواره‌های قبل از آسیب عمل می‌کند و شیوه‌های معنادهی قبلی را در هم شکسته و موجب آشفتگی روانی می‌شود. سپس در پاسخ به این شرایط نشخوار فکری^۱ ایجاد می‌شود. نشخوار فکری به فرد کمک می‌کند تا دریابد چه اتفاقی افتاده و چگونه باید به آسیب واکنش نشان دهد. در مراحل اولیه این نشخوار فکری، خودکار و اغلب مایوس کننده است اما به تدریج باعث تحلیل بهتر آسیب و جستجو برای یافتن معنا در موقعیت جدید می‌شود.^۲ در این مدل رویدادهای آسیب‌زا طرحواره‌های قبل از آسیب افراد، در خصوص خودشان، سایر افراد، روابط آن‌ها و جهان را تغییر می‌دهد و فرضیات آن‌ها را درباره جهان از میان می‌برد و پیکربندی مجدد اهداف، باورها و جهان بینی فرد را موجب می‌شود. این فرآیند به نشخوار فکری غیر ارادی نیاز دارد تا آشفتگی روانی را حفظ کند و موجب تلاش‌های کنار آمدن از جمله نشخوار ارادی شود. این نشخوار ذهنی عمدی است که بارآور تصور می‌شود.^۳ در نظریه تدسچی و کالهن (۲۰۰۶) شدت حادثه یک شرط مهم برای وقوع رشد پس از آسیب است. به این معنا که آسیب رخ داده شده باید به اندازه‌ای شدید باشد که بتواند طرحواره‌های ذهنی پیشین فرد را مورد چالش قرار دهد و فرد به ناکارآمدی آن‌ها برای

^۱ Rumination

^۲ Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G., " Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence", pp. 1-9.

^۳ Meyerson, D. A., Grant, K. E., Carter, J. S., & Kilmer, R. P., " Posttraumatic growth among children and adolescents: A systematic review", *Clinical psychology review*, 31(6), 2011, p. 955.

تفسیر حادثه بوجود آمده پی ببرد. مطالعاتی که در آنها نتایج رشد گزارش شده است شامل گروه‌های مختلفی از افراد بوده است، مانند سقوط هواپیما، تصادفات رانندگی، بلایای طبیعی، جنگ، تجاوز و آسیب‌های جنسی، سواستفاده، گسست روابط عاطفی، طلاق والدین و سوگ^۱. این امر نشان می‌دهد رشد پس از آسیب، در طیف گسترده‌ای از افراد که با حوادث تروماتیک رو به رو بوده اند، رخ می‌دهد.

نظریه‌های رشد پس آسیبی پیشنهاد می‌کنند که مردم می‌توانند بزرگترین تغییرات زندگی‌شان را در طول مدت بحران ایجاد کنند. معمول‌ترین تغییرات مثبت در پنج بُعد رخ می‌دهند: (۱) قدرت شخصی ارتقا یافته، (۲) احساس قدردانی بیش‌تر از زندگی، (۳) گرمی، صمیمیت و روابط معنادار با دیگران، (۴) گشودگی نسبت به احتمالات جدید و اتخاذ مسیرهای نو در زندگی (۵) رشد در حوزه معنویت و مسائل وجودی^۲.

امکان رشد پس از طلاق در مطالعات روان‌شناسی

همان‌طور که گفته شد برای شکل‌گیری رشد پس از آسیب وجود یک رویداد علی که به اندازه کافی استرس‌زا باشد ضروری است. رویداد آسیب‌زا به عنوان رویدادی تعریف می‌شود که تاثیر لرزه‌ای شدید بر جهان‌بینی و عملکرد عاطفی فرد داشته باشد. واقعه آسیب‌زا مفروضات اساسی ما را در رابطه با خود و دنیا درهم می‌شکند^۳. شواهد ارائه شده در مورد آسیب‌زا بودن طلاق، بیانگر این است که طلاق اغلب به قدر کافی آسیب‌زاست که به عنوان عامل تسریع‌کننده رشد پس از آسیب عمل کند. اتفاقات شدید و مزمن مانند طلاق -اگرچه تهدیدکننده زندگی نیستند- با این حال باید مانند سایر تحولات روانشناختی نگریسته شود، که هم پیامدهای مثبت در پی دارند و هم پیامدهای منفی. در

^۱ Joseph, S., & Linley, P. A., " Growth following adversity: Theoretical perspectives and implications for clinical practice", *Clinical psychology review*, 26(8), 2006, p.1042.

^۲ Calhoun, L., Tedeschi, R., Cann, A., & Hanks, E., "Positive Outcomes Bereavement: Paths to Posttraumatic Growth", *Psychologica Belgica*, 50(1-2), 2010, pp. 127-128.

^۳ Janoff-Bulman, R., "Posttraumatic Growth: Three Explanatory Models", *Psychological Inquiry*, 15(1), 2004, p. 30.

پیشینه پژوهش‌های مربوط به «استرس» و «مهارت‌های مقابله‌ای» با استفاده از شواهد بسیار اثبات شده است که هر واقعه آسیب‌زایی مانند طلاق می‌تواند پیامدهای جسمی و روانی منفی زیادی ایجاد کند. با این حال برای برخی از افراد، تجربه استرس‌زا می‌تواند به عنوان کاتالیزوری برای تغییرات مثبت، و همچنین فرصتی برای بررسی اولویت‌های زندگی، یا ایجاد روابط قوی با دوستان و خانواده باشد. گسست دردناک و همیشگی از رابطه، که مشخصه طلاق است، اغلب پیش‌بینی‌کننده تغییرات مثبتی در زندگی می‌باشد. چندین مطالعه نشان می‌دهند که افراد مطلقه نسبت به افراد متأهل سطوح بالاتری از استقلال و رشد شخصی را گزارش می‌دهند.^۱ اگرچه کم‌تر پدیده‌ای را می‌توان یافت که تبعات هیجانی، مالی و اجتماعی طلاق را داشته باشد، اما نظریه پردازان و متخصصان بر این باورند که حل موفقیت‌آمیز روند طلاق سبب استفاده از گزینه‌های جدید، حرکت رو به جلو و سازگاری بهتر با نقش‌های تازه تعریف شده در زندگی، می‌شود.^۲ هترینگتون و کلی (۲۰۰۳) در مطالعه ۲۰ ساله خود در رابطه با موضوع سازگاری پس از طلاق گزارش کردند که تقریباً ۳۰ درصد از بزرگسالان به سبب اتفاقاتی که در طول و بعد از طلاق برای آن‌ها رخ داده بود شکوفا شده بودند. بدین ترتیب صلاحیت‌ها و قابلیت‌هایی که اگر آن‌ها در زندگی زناشویی ناخشنودکننده می‌ماندند نهان می‌ماند، تنها به دلیل نیاز فوری برای غلبه بر چالش‌های طلاق تقویت شد.^۳ توماس و ریان نیز (۲۰۰۸) در مطالعه‌ای کیفی با بررسی ۱۰ زن مطلقه سفیدپوست نشان دادند، که طلاق در عین حال که یک تجربه شخصی منفی است، اما می‌تواند فرصت‌هایی برای رشد فردی، بویژه برای برخی از این زنان باشد.^۴ همان‌طور که گفته

^۱ Graff-Reed, Robin L, "Positive Effects Of Stressful Life Events: Psychological Growth Following Divorce", Miami University in Partial, 2004. pp. 1-8.

^۲ Stewart, A. J., Copeland, A. P., Chester, N. L., Malley, J. E., & Barenbaum, N. B, *Separating Together: How Divorce Transforms Families*, Guilford Press, 1997. Quoted by Graff-Reed, Robin L, "Positive Effects Of Stressful Life Events: Psychological Growth Following Divorce", p. 1.

^۳ Hetherington, E. M., & Kelly, J, *For Better or for Worse: Divorce Reconsidered*, WW Norton & Company, 2003, P. 108.

^۴ Thomas, C., & Ryan, M, "Women's Perception of the Divorce Experience: A Qualitative Study", *Journal of Divorce & Remarriage*, 49(3-4), 2008, pp. 210-224.

شد تدریجی و کالهن معتقدند تجربه رشد پس از آسیب با نوعی باز تعبیر واقعه آسیب‌زا همراه است و زمانی که فرد بتواند به واقعه آسیب‌زا از زوایه دیگری بنگرد و از آن برای تغییر جهان‌بینی خود استفاده کند، آنگاه می‌تواند به کارکرد روانی بالاتری نسبت به قبل از آسیب برسد. آسیبی مانند طلاق نیز که چالش و استرسی بزرگ در زندگی فرد محسوب می‌شود، اگر با تغییر در طرحواره‌های پیشین فرد در رابطه با خود، جهان و دیگران همراه باشد، و فرد بتواند به این حادثه برخلاف دیدگاه عموم جامعه بنگرد، می‌تواند فرصتی برای رشد فرد، باورهای معنوی و روابط بین‌فردی‌اش باشد.

نتیجه

پُر واضح است که اگرچه طلاق و جدایی همسران از نگاه آیات و آموزه‌های اسلام موضوعی پسندیده نیست، و همچنین در پژوهش‌های مربوط به استرس با استفاده از شواهد بسیار اثبات شده است که هر واقعه آسیب‌زایی مانند طلاق می‌تواند پیامدهای جسمانی و روانی منفی در پی داشته باشد، اما در شرایطی که حفظ زندگی مشترک سبب تبدیل شدن کانون خانواده به بستری برای رشد انواع نابه‌سامانی‌ها و بزهکاری‌ها مانند طلاق عاطفی، همسرکشی، خیانت و آسیب‌های جدی تربیتی برای فرزندان می‌شود، ضرورت طلاق رخ می‌نماید. چه از منظر دین اسلام و چه از نظرگاه یافته‌های روان‌شناختی، صرفاً برخی از طلاق‌ها هستند که مذموم و مبعوض‌اند و موجب کاهش بهزیستی روانی و کاهش رضایت از زندگی می‌شوند. به همین دلیل قرآن، میان زوجینی که دچار اختلاف شده‌اند، اول سازش و بخشش را پیشنهاد می‌کند. اگر مشکل فراتر از این باشد داوری و پادرمیانی نزدیکان و افراد ذیصلاح را به عنوان راه حل توصیه می‌کند و در نهایت، در شرایطی که هیچ‌یک از این راهکارها موثر واقع نشود، توصیه به طلاق نموده است. با استناد به آیات قرآن می‌توان ادعا نمود که اگرچه، خداوند حق طلاق را در اختیار مردان قرار داده است، اما در شرایط دشوار و غیرقابل تحمل زندگی مشترک، مسیر جدایی برای زنان نیز گشوده است. یافته‌های روان‌شناختی نیز به خوبی مؤید این مطلب هستند که طلاق و جدایی در ازدواج‌هایی که کیفیت پایینی دارند، نه تنها آسیب‌رسان نیست، بلکه با افزایش بهزیستی روانی، احساسات مثبت، رضایت از زندگی و کاهش افسردگی همراه است.

بنابراین با پذیرش طلاق‌های ضروری در جامعه، راه برای بروز و ظهور آسیب‌های زندگی مشترک اجباری مانند طلاق عاطفی و پنهان بسته می‌شود. لذا لازم است روان‌شناسان، جامعه‌شناسان و سایر اندیشمندان حوزه‌های مرتبط، با استناد به آموزه‌های دینی و یافته‌های روان‌شناختی هنجارهای غلط فرهنگی را به چالش بکشند. همچنین بسیاری از افراد پس از تجربه وقایع استرس‌زا از جمله طلاق، پیامدهای مثبت زیادی را گزارش می‌کنند. مفهومی که در مطالعات روان‌شناسی مثبت به «رشد پس از آسیب» تعبیر می‌شود. بنابراین با در نظر گرفتن طلاق به عنوان یکی از استرس‌زاترین وقایع زندگی، وقوع رشد پس از آسیب در افراد پس از طلاق، امری غیر معمول نیست. از سوی دیگر در زندگی همه افراد همواره احتمال روبه‌رویی با حوادث آسیب‌زا وجود دارد، نوعی تغییر نگاه نسبت به رویدادهای منفی زندگی از جمله طلاق، ضروری است و لازم است با مطالعه جنبه‌های مثبت و رشدآفرین طلاق، زمینه برای تسهیل شکل‌گیری رشد پس از آسیب در افراد مطلقه فراهم گردد.

منابع

- ارجمند سیاه پوش، اسحق، پیرامون، ندا، «بررسی آسیب‌شناختی طلاق عاطفی از دید زنان (۲۰ تا ۳۹ ساله) و پیامدهای آن بر فرزندان ساکن در شهرک بعثت شهرستان ماهشهر»، *مطالعات جامعه‌شناختی جوانان*، شماره ۱۴، ۱۳۹۳.
- آشوری، محمد، معظمی، شهلا، «نگاهی به پدیده همسرکشی در استان فارس»، *دانشکده حقوق و علوم سیاسی*، شماره ۵۸، ۱۳۸۱.
- افراسیابی، حسین، دهقانی دارامرود، رقیه، «زمینه‌ها و نحوه مواجهه با طلاق عاطفی میان زنان شهر یزد»، *زن در توسعه و سیاست*، شماره ۲، ۱۳۹۵.
- آنترمن، آلن، *باورها و آئین‌های یهودی*، ترجمه رضا فرزین، قم، انتشارات دانشگاه ادیان و مذاهب، ۱۳۸۵.
- بادامچی، حسین، غضنفری، کلثوم، داوری، پروین، «طلاق در دین زردشتی و اسلام»، *پژوهش‌های ادیانی*، شماره ۸، ۱۳۹۵.
- باستانی، سوسن، گلزاری، محمود، روشنی، شهره، «پیامدهای طلاق عاطفی و استراتژی‌های مواجهه با آن»، *خانواده‌پژوهی*، شماره ۲۶، ۱۳۹۰.
- بخارایی، احمد، *جامعه‌شناسی زندگی‌های خاموش در ایران (طلاق عاطفی)*، پژوهشگاه جامعه، تهران، ۱۳۸۶.

- بهادری، یوسف، ابراهیمی پور، قاسم، «جستاری در طلاق»، معرفت، شماره ۱۷۱، ۱۳۹۰.
- جعفرزاده کوچکی، علیرضا، «مبنای قرآنی الزام زوج به طلاق»، فقه و حقوق خانواده، شماره ۶۴، ۱۳۹۵.
- جلالی، مهدی، آجیلیان مافوق، محمد مهدی، «بررسی سندی و متنی حدیث ابغض الحلال الی الله طلاق در منابع فریقین»، آموزه‌های حدیثی، شماره ۱، ۱۳۹۶.
- جهاندارلاشکی، سهیلا، کاکابرایی، کیوان، «الگوی علی روابط بین گرایش به خیانت زناشویی بر اساس مصرف رسانه با میانجی‌گری نگرش‌های ناکارآمد و طلاق عاطفی»، فرهنگ‌تریبیتی زنان و خانواده، شماره ۵۱، ۱۳۹۹.
- حبیبی عسگرآباد، مجتبی، حاجی حیدری، زهرا، «علل خیانت زناشویی از دیدگاه زوجین مراجعه کننده به دادگاه خانواده: یک مطالعه کیفی»، خانواده‌پژوهی، شماره ۴۲، ۱۳۹۴.
- حیاتی، مژگان، سلیمانی، شهلا، «پیامدهای طلاق برای فرد مطلقه: یک مطالعه کیفی»، فصلنامه رویش روان‌شناسی، شماره ۱۱، ۱۳۹۷.
- رستمی، محمد حسن، قرائی، فیاض، جلائیان اکبرنیا، علی، موسوی، محمدحسین، «رهایی از رنج، در آموزه‌های قرآنی و آیین بودا»، آموزه‌های قرآنی، شماره ۱۸، ۱۳۹۲.
- رودگر، محمدجواد، «نقش دین در رنج‌زدایی و کاهش آلام بشری (با رویکردی به آرای استاد شهید مطهری)»، قیاسات، شماره ۵۶، ۱۳۸۹.
- علایی نوین، فروزان، «بررسی حق طلاق زنان در فقه امامیه و حقوق موضوعه»، فدک، شماره ۲، ۱۳۸۹.
- قاضی نژاد، مریم، عباسیان، ماریا، «مطالعه کیفی عوامل اجتماعی همسرکشی»، زن در توسعه و سیاست، شماره ۲، ۱۳۹۰.
- مددی پائمه، زهرا، آقاجانی، طهمورث، صلاحیان، افشین، «مقایسه سلامت عمومی و اختلال خوردن در فرزندان دختر خانواده‌های طلاق رسمی، طلاق عاطفی و هم‌تایان عادی»، مدیریت ارتقای سلامت، شماره ۲، ۱۳۹۹.
- میرانی، ارسطو، «معنادرمانی دینی رنج در مثنوی معنوی و بهشت گمشده»، پژوهشنامه ادیان، شماره ۱۵، ۱۳۹۳.
- هدایت‌نیا، فرج‌الله، «تسهیل طلاق یا طلاق‌زدایی در حقوق خانواده ایران»، حقوق اسلامی، شماره ۴۷، ۱۳۹۴.

-وحید، فریدون، حسینعلی، سبزه، ذاکری، حامد، «تحلیل و بررسی کیفی عوامل موثر بر همسرکشی در بین زنان و مردان (مطالعه موردی زندانیان اصفهان)»، بررسی مسائل اجتماعی ایران، شماره ۱، ۱۳۹۴.

-یزدانی، عباس، حقیقتیان، منصور، کشاورز، حمید، «تحلیلی بر کیفیت زندگی زنان دچار طلاق عاطفی (مطالعه موردی: شهرکرد)»، راهبرد اجتماعی و فرهنگی، شماره ۶، ۱۳۹۲.

- Amato, P. R., & Hohmann-Marriott, B. A "Comparison of High-and low-distress Marriages That End in Divorce". *Journal of Marriage and Family*, 69(3), 2007.
- Amato, P. R., & James, S, "Divorce in Europe and the United States: Commonalities and Differences Across Nations", *Family Science*, 1(1), 2010.
- Bourassa, K. J., Sbarra, D. A., & Whisman, M. A. "Women in Very Low Quality Marriages Gain Life Satisfaction Following Divorce". *Journal of Family Psychology*, 29(3), 2015.
- Calhoun, L., Tedeschi, R., Cann, A., & Hanks, E, "Positive Outcomes Following Bereavement: Paths to Posttraumatic Growth", *Psychologica Belgica*, 50(1-2), 2010.
- Graff-Reed, Robin L, "Positive Effects Of Stressful Life Events: Psychological Growth Following Divorce", Miami University in Partial, 2004.
- Gustavson, K., Nilsen, W., Ørstavik, R., & Røysamb, E. "Relationship Quality, Divorce, and Well-being: Findings from a Three-year Longitudinal Study". *The Journal of Positive Psychology*, 9(2), 2014;
- Hashemi, L., & Homayuni, H, " Emotional Divorce: Child's Well-being", *Journal of Divorce & Remarriage*, 58(8), 2017.
- Hetherington, E. M., & Kelly, J, *For Better or for Worse: Divorce Reconsidered*, WW Norton & Company, 2003.
- Hoffman, Lawrence A, "The Jewish Wedding Ceremony", *Life Cycles in Jewish and Christian Worship*, University of Notre Dame Press, 1996.
- Holmes, T. H., & Rahe, R. H, " The Social Readjustment Rating Scale", *Journal of Psychosomatic Research*, 1967.
- Janoff-Bulman, R, "Posttraumatic Growth: Three Explanatory Models", *Psychological Inquiry*, 15(1), 2004.
- Joseph, S., & Linley, P. A, " Growth following adversity: Theoretical perspectives and implications for clinical practice", *Clinical psychology review*, 26(8), 2006.
- Kautilya, *Arthashastra*, Translated by R. Shamasastri, Bangalore: Government Press, 1915.
- Lorenz, F. O., Wickrama, K. A. S., Conger, R. D., & Elder Jr, G. H, " The Short-term and Decade-long Effects of Divorce on Women's Midlife Health", *Journal of Health and Social Behavior*, 47(2), 2006.
- Meyerson, D. A., Grant, K. E., Carter, J. S., & Kilmer, R. P, " Posttraumatic growth among children and adolescents: A systematic review", *Clinical psychology review*, 31(6), 2011.

- Rutter, V. E. "Divorce in Research vs. Divorce in Media". *Sociology Compass*, 3(4), 2009, p. 707.
- Sbarra, D. A., Hasselmo, K., & Bourassa, K. J, "Divorce and Health: Beyond Individual Differences", *Current Directions in Psychological Science*, 24(2), 2015.
- Stewart, A. J., Copeland, A. P., Chester, N. L., Malley, J. E., & Barenbaum, N. B, *Separating Together: How Divorce Transforms Families*, Guilford Press, 1997.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G, " Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence". *Psychological Inquiry*, 15 (1), 2004.
- Thomas, C., & Ryan, M, "Women's Perception of the Divorce Experience: A Qualitative Study", *Journal of Divorce & Remarriage*, 49(3-4), 2008.
- Wang, H., & Amato, P. R, "Predictors of Divorce Adjustment: Stressors, Resources, and Definitions", *Journal of Marriage and Family*, 62(3), 2000.
- Wayne House, H. (ed.), *Divorce and Remarriage: Four Christian Views*, USA, IVP Books, 1995.
- Williams, K, " Has the Future of Marriage Arrived? A Contemporary Examination of Gender, Marriage, and Psychological Well-being", *Journal of Health and Social Behavior*, 44(4), 2003.
- Zhang, Z., & Hayward, M. D, "Gender, the Marital Life Course, and Cardiovascular Disease in Late Midlife", *Journal of Marriage and Family*, 68(3), 2006.
- Zoellner, T., & Maercker, A, " Posttraumatic Growth in Clinical Psychology—A Critical Review and Introduction of a Two Component Model", *Clinical Psychology Review*, 26(5), 2006.