Clinical Psychology Achievements

https://jacp.scu.ac.ir/
ISSN (P): 2538-5755
ISSN (E): 2588-6126
Received: 13 August 2025
Accepted: 21 September 2025

Research Article

Doi :10.22055/jacp.2025.50391.1512

The Effectiveness of Online Group Psychological Intervention Protocol after Divorce on Self-esteem and Life Satisfaction in Traumatized Women

Zahra Hajiheydari[1]*, Mahsima Pourshahriari[2], Simin Hosseinian[3], Seyedeh Monavar Yazdi[4]

1. PhD in counseling, Department of Counseling, Faculty of Education and Psychology, Alzahra University, Tehran, Iran.
2. Associate Professor of Counseling, Department of Counseling, Faculty of Education and Psychology, Alzahra University, Tehran, Iran.
3. Professor of Counseling, Department of Counseling, Faculty of Education and Psychology, Alzahra University, Tehran, Iran.
4. Professor of Psychology, Department of Psychology, The faculty of Education & Psychology, Alzahra University, Tehran, Iran.

Citation: Hajiheydari, Z., Pourshahriari, M., Hosseinian, S., & Yazdi, S. M. (2025). The effectiveness of online group psychological intervention protocol after divorce on self-esteem and life satisfaction in traumatized women. *Clinical Psychology Achievements, 11*(4), 1-14.

Abstract

Divorce may lead to destructive effects on women's lives, in which case psychological interventions based on culture and the needs of the community are necessary to reduce damages. The purpose of current study is to investigate the effectiveness of online group psychological intervention protocol after divorce on self-esteem and life satisfaction in traumatized women. The study utilized a quantitative, semi-experimental method with a pretest-posttest design that included both experimental and control groups. Data were obtained for screening using Fisher's Divorce Adjustment Questionnaire (FDAS) and for pre-test and post-test using Self-Esteem Scale (SES) and Satisfaction with Life Scale (SWLS). SPSSv27 software was used to analyze quantitative data. At the descriptive level, mean and standard deviation indicators were used, and univariate and multivariate analyses of covariance tests were used to examine the variables of self-esteem and life satisfaction at the inferential level. Participants in online group counseling sessions scored higher on self-esteem and life satisfaction, and the results show the effectiveness of online group psychological intervention protocol after divorce in promoting women's self-esteem and life satisfaction ($p<0.05$). Based on the findings, the training and implementation of online group psychological intervention protocol after divorce is suggested as a psychological intervention method based on the culture and needs of society.

Keywords: Post-traumatic growth, life satisfaction, divorce adjustment, self-esteem, online group counseling

* **Corresponding Author:** Zahra Hajiheydari
E-mail: : z.hajiheydari@alzahra.ac.ir

Authors retain the copyright and full publishing rights.
Published by Shahid Chamran University of Ahvaz. This article is an open access article licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

دست‌آوردهای روان‌شناسی بالینی

مقاله پژوهشی

https://jacp.scu.ac.ir/
ISSN (P): 2538-5755
ISSN (E): 2588-6126
تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۵/۲۲
تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۶/۳۰

Doi :10.22055/jacp.2025.50391.1512

اثربخشی پروتکل مداخلات روانشناختی گروهی آنلاین پس از طلاق بر عزت نفس و رضایت از زندگی زنان آسیب‌دیده

زهرا حاجی حیدری*[۱]، مه سیما پور شهریاری[۲]، سیمین حسینیان[۳]، سیده منور یزدی[۴]

۱- دکتری مشاوره، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه الزهرا، تهران، ایران.
۲- دانشیار گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه الزهرا، تهران، ایران.
۳- استاد تمام گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه الزهرا، تهران، ایران.
۴- استاد تمام گروه روان شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه الزهرا، تهران، ایران.

چکیده

طلاق ممکن است منجر به تاثیرات مخرب بر زندگی زنان گردد که در این شرایط مداخلات روانشناختی مبتنی بر فرهنگ و نیاز جامعه جهت کاهش آسیب‌ها ضرورت دارد. هدف از پژوهش حاضر، بررسی اثربخشی پروتکل مداخلات روانشناختی گروهی آنلاین پس از طلاق بر عزت نفس و رضایت از زندگی زنان آسیب‌دیده است. پژوهش به روش کمی، از نوع نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون، دو گروه آزمایش و کنترل، انجام گردید. داده‌ها جهت غربال‌گری با استفاده از پرسشنامه سازگاری با طلاق فیشر (FDAS)و جهت پیش‌آزمون و پس‌آزمون از طریق پرسشنامه‌های عزت نفس (SES) و رضایت از زندگی (SWLS) بدست آمد. از نرم افزار SPSSv27به منظور تحلیل داده‌های کمی استفاده گردید. در سطح توصیفی از شاخصه‌های میانگین و انحراف‌معیار و برای بررسی متغیرهای عزت نفس و رضایت از زندگی در سطح استنباطی از آزمون تحلیل کوواریانس تک‌متغیره و چندمتغیره استفاده گردید. شرکت‌کنندگان در جلسات مشاوره گروهی آنلاین نمرات بالاتری در عزت نفس و رضایت از زندگی کسب کردند و نتایج بیانگر اثربخشی پروتکل مداخلات روانشناختی پس از طلاق در ارتقا عزت نفس و رضایت از زندگی زنان است ($p<0.05$). بر اساس یافته‌ها، آموزش و اجرای پروتکل مداخلات روانشناختی گروهی آنلاین پس از طلاق به عنوان یک روش مداخله روانشناختی مبتنی بر فرهنگ و نیازهای جامعه پیشنهاد می‌شود.

واژه‌های کلیدی: رشد پس از آسیب، رضایت از زندگی، سازگاری با طلاق، عزت نفس، مشاوره گروهی آنلاین

* **نویسنده مسئول:** : زهرا حاجی حیدری
رایانامه: z.hajiheydari@alzahra.ac.ir

مقدمه

در سال‌های اخیر، تحولات اجتماعی، از جمله افزایش فردگرایی، تغییر نقش‌های جنسیتی و ماهیت در حال تحول روابط شخصی، باعث بازنگری در ازدواج و جایگاه آن در جوامع مدرن شده است (Furstenberg, 2019). در ایران نیز با وجود ارزش‌های فرهنگی و مذهبی جهت تشکیل خانواده و قبح طلاق، تصمیم به جدایی نسبت به گذشته افزایش داشته است (Hajiheydari & Pourshahriari, 2024). در پیشینه پژوهش به علل تعارضات شدید زناشویی از جمله اختلالات جنسی (Safaei et al., 2023)، اعتیاد (Habibi et al., 2016)، افزایش هزینه مسکن(Farzanegan & Gholipour, 2016،) خشونت (Rezaei et al, 1403)، بیکاری و فقر(Safari & Golnavazi, 1401)، دخالت خانواده (Afrasiabi et al., 1403)، روابط فرازناشویی (Habibi Asgar Abad & Hajiheydari, 1394)، ناتوانی در خودکنترلی(Eskandari & Jaafari, 1403)، مهارت ناکافی در حل تعارضات معمول زندگی مشترک (Nakhaee et al., 2020) اشاره شده است. مواجه شدن با ناباروری نیز به عنوان بحرانی تنش زا، بر جنبه‌های مختلف زندگی همسران تاثیر به سزایی دارد؛ به طوری که ممکن است در نهایت به طلاق منجر گردد (Hajiheydari et al., 2015). مرور پیشینه پژوهشی نشان می‌دهد که نه یک عامل، بلکه مجموعه‌هایی از عوامل، منجر به اقدام به طلاق می‌شود. بنابراین، لازم است در نظر داشت که تنها یک علت وجود نخواهد داشت و دلایل طلاق در مواردی نشات گرفته از یکدیگر و درهم‌تنیده می‌باشند (Habibi et al., 2015).

اگرچه پایان دادن به ازدواج پرتعارض و آسیب‌زننده یک راهکار منطقی در نظر گرفته می‌شود (Mentser & Sagiv, 2025،) اقدام به طلاق به عنوان یک انتقال مهم (Pellón-Elexpuru, 2024) از اضطراب برانگیزترین(Hald et al, 2022) و استرس‌زاترین (Efinger et al, 2022: Wanberg et al,2023:& Hajiheydari,.1403) رویدادهای زندگی مطرح شده است. به‌طوری‌که از بحران‌هایی محسوب می‌شود که ممکن است، بهزیستی و کیفیت زندگی افراد را تحت تاثیر قرار دهد (Shavandi & Veshki,2021)؛ چرا که باعث تغییرات ناگهانی و گسترده در نحوه درک افراد از خود و عملکرد اجتماعی-شان می‌گردد (Lamela & Figueiredo,2023). بر این اساس، عمیقاً بر شرایط زندگی افراد از جمله رفاه اجتماعی، مالی، جسمانی، روانی و عاطفی تاثیر می‌گذارد (Badriv et al., 2025). از سوی دیگر، طلاق تاثیر نامطلوب شدیدتری بر سلامت، کیفیت زندگی، استقلال و ارتباطات اجتماعی زنان دارد (Elisetty & Datti, 2025). افزون بر این، علل و چگونگی طلاق واستراتژی افراد در مواجه با مسائل یکسان نیست، برخی از زنان به دلیل عوامل مداخله‌گر، از جمله ویژگی‌های روانشناختی مانند فقدان تاب‌آوری و مدیریت هیجانی ضعیف، پیامدهای منفی فزاینده‌ای را تجربه می‌کنند (Hajiheydari et al., 1402) که در نتیجه می‌تواند تاثیرات موقت یا عمیق و پایداری بر کیفیت زندگیشان بگذارد. در حالی که، مدیریت شرایط سخت پس از طلاق، می‌تواند از برخی پیامدها بر فرزندان نیز جلوگیری کند (Roizblatt et al., 2018).

موضوع حائز اهمیت دیگر در دهه اخیر، افزایش جهانی استفاده از فناوری اطلاعات و ارتباطات در ارائه خدمات سلامت روان است(Doulou & Drigas, 2022)؛ چرا که مشاوره آنلاین اجازه می‌دهد که تمرکز مناسب بر نیازهای عصر کنونی از جمله دسترسی راحت‌تر و ملاحظات فرهنگی و مذهبی در نظر گرفته شود (Hajiheydari et al., 2024). با این حال، در ایران مطالعات محدودی در زمینه مشاوره آنلاین انجام شده است (Pordelan & Hosseinian, 2021). Hald et al., (2022)با اشاره به این‌که طلاق ممکن است با طیفی از پیامدهای منفی همراه شود، نتیجه گرفتند که مداخلات روانشناختی آنلاین می‌توانند در کاهش اثرات نامطلوب مرتبط با سلامت مؤثر باشند و در نتیجه مزایای بلندمدت سلامت عمومی را ارائه دهند. این نکته نیز حائز اهمیت است که طلاق مفهومی مبتنی بر فرهنگ است (Yarigarravesh, 1401). در نهایت، می‌توان عنوان کرد، طلاق یک تجربه پیچیده و از نظر عاطفی دردناک است که تأثیر منفی روانی آن بر افراد همواره گزارش شده است (Al-Bahrani, 2021). بنابراین، همان‌طورکه اشاره شد، نرخ بالا طلاق و به طور معمول آسیب‌پذیری شدیدتر زنان نسبت به مردان، انجام مداخلات مقتضی جهت کاهش آسیب‌ها و پیامدهای منفی طلاق را ضروری می‌سازد. بدین جهت و به منظور بهزیستی زنان پس از طلاق، انتخاب پروتکل مداخلات روانشناختی گروهی آنلاین که در بستر فرهنگی و مبتنی بر نیازهای جامعه پژوهش تدوین و اعتباریابی شده است (Hajiheydari et al., 1404)، مناسب است. بر این اساس،

با توجه به اهمیت بهزیستی زندگی زنان پس از طلاق و شکاف پژوهشی موجود در خصوص مداخلات آنلاین مبتنی بر فرهنگ و نیازهای جامعه پژوهش، این مطالعه با هدف بررسی اثربخشی پروتکل مداخلات روانشناختی گروهی آنلاین پس از طلاق بر عزت نفس و رضایت از زندگی زنان آسیب‌دیده انجام شد.

روش

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

پژوهش حاضر در قالب طرح کمی به صورت نیمه‌آزمایشی از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل با استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند و گمارش تصادفی طراحی گردید. جهت بررسی اثربخشی پروتکل مداخلات روانشناختی گروهی آنلاین پس از طلاق بر عزت نفس و رضایت از زندگی زنان، تجزیه و تحلیل داده‌ها در سطح توصیفی و استنباطی انجام شد. داده‌های کمی با استفاده از نرم افزار SPSSv27، با میزان خطا α=۰/۰۵ و سطح اطمینان ۰,۹۵ تجزیه و تحلیل شدند. جهت کنترل اثر پیش‌آزمون و با توجه به رعایت پیش‌فرض‌های لازم، آزمون‌های پارامتریک تحلیل کوواریانس تک‌متغیره[1] و تحلیل کواریانس چندمتغیره[2] انتخاب گردید.

روند اجرا پژوهش بدین صورت بود که مشارکت‌کنندگان بالقوه با شیوه‌های مختلف از جمله معرفی همکاران و محیط مجازی از برگزاری جلسات آگاهی یافته و در صورت تمایل می‌توانستند با مشاور تماس بگیرند. پس از مصاحبه اولیه و ارسال لینک پرسشنامه برای افرادی که معیارهای اولیه (زنان دارای تجربه طلاق با گذشت حداکثر دو سال از زمان طلاق، ملیت ایرانی، آشنایی با تکنولوژی و دسترسی به اینترنت، عدم اختلالات روانی شدید) را دارا بودند، از ۴۱ زنی که به پرسشنامه سازگاری با طلاق فیشر (FDAS[3]) پاسخ دادند، ۳۲ زن که نمره کمتر از ۲۵۰ آوردند، انتخاب شدند و به طور تصادفی ۱۶ نفر در گروه آزمایش و ۱۶ نفر در گروه کنترل قرار گرفتند که در نتیجه افت آزمودنی‌ها به دلایل گوناگون از جمله بیماری خود یا اعضا خانواده، نامزدی خود یا فرزند و مشغله کاری به ۱۲ زن در هر گروه کاهش یافت. پس از اجرا پیش‌آزمون شامل پرسشنامه عزت نفس (SES[4]) و پرسشنامه رضایت از زندگی (SWLS[5])، پروتکل مداخلات روانشناختی پس از طلاق در ۸ جلسه مشاوره گروهی آنلاین به مدت هر جلسه ۱۵۰ دقیقه برگزار گردید. افزون براین، جهت نظارت بر انجام بهینه کار و پیگیری تکالیف، گروهی نیز به صورت مجازی تشکیل شد. پس از اتمام جلسات، جهت بررسی تاثیر متغیر مستقل، مجدد لینک پرسشنامه‌های اشاره شده برای هر دو گروه ارسال گردید. تبلیغات، مصاحبه اولیه و کسب رضایت آگاهانه از مرداد ۱۴۰۳ تا مهر ۱۴۰۳ و جلسات از مهر تا آذر ماه ۱۴۰۳ طول کشید.

ابزار پژوهش

به منظور غربال‌گری از پرسشنامه سازگاری با طلاق (Fisher, 1976)؛ جهت پیش‌آزمون و پس‌آزمون از پرسشنامه‌های عزت نفس (Rosenberg , 1965) و رضایت از زندگی (Diener et al, 1985) و برای اجرا جلسات از پروتکل مداخلات روانشناختی گروهی آنلاین پس از طلاق (Hajiheydari et al, 1404)، استفاده گردید.

پرسشنامه سازگاری پس از طلاق فیشر(FDAS) شامل ۱۰۰ سوال و شش خرده مقیاس عزت نفس، احساس رهاشدگی، عصبانیت از خود، غم، بازسازی اعتماد اجتماعی و خودارزشمندی به منظور غربال‌گری مشارکت‌کنندگان انتخاب شد. چرا که به عنوان پرکاربردترین ابزار بین‌المللی برای اندازه‌گیری سازگاری افراد نسبت به طلاق از چند هفته تا چند سال پس از طلاق طراحی شده است. به صورت لیکرت ۵ درجه‌ای (هرگز=۵، به ندرت=۴، گاهی اوقات=۳، اکثر اوقات=۲ و همیشه=۱) و

1- Univariate Analyze of Covariance
2- Multivariable Analyze of Covariance
3- Fisher Divorce Adjustment Scale
4- Self-Esteem Scale
5- Satisfaction with Life Scale

برخی سوالات معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. حداکثر نمره ۵۰۰ و حداقل نمره ۱۰۰ بدست می‌آید. نمره ۱۰۰- ۱۴۹ نشانگر سازگاری خیلی کم، نمره ۱۵۰- ۲۴۹ نشانگر سازگاری کم، نمره ۲۵۰- ۳۴۹ نشانگر سازگاری متوسط، نمره ۳۵۰- ۴۴۹ نشانگر سازگاری زیاد، نمره بالاتر از ۴۵۰ نشانگر سازگاری خیلی زیاد با طلاق است (Fisher, 1976). نسخه فارسی نیز با توجه به نتایج (Asanjarani et al, 2018)، پایایی و روایی رضایت بخش دارد. به منظور بررسی اعتبار همزمان، رابطه پرسشنامه‌های سازگاری پس از طلاق فیشر (FDAS)، پرسشنامه رضایت از زندگی (SWLS) و پرسشنامه سلامت عمومی (GHQ-28)، در نظر گرفته شد. سازگاری با طلاق با رضایت از زندگی، سلامت عمومی و زیرمقیاس‌هایش (علائم جسمانی، اضطراب و بی‌خوابی، اختلال عملکرد اجتماعی و افسردگی شدید) مرتبط است. افزون بر این، سازگاری کلی با طلاق به شدت با رضایت از زندگی همبستگی دارد. تبیین شده است که افراد با سازگاری بالا، رضایت از زندگی بیشتری دارند. سازگاری داخلی نیز با استفاده از آلفا کرونباخ، ۰/۹۳ نشان داد که بیانگر سازگاری خوب است. همسانی درونی خرده مقیاس‌ها به ترتیب ۰,۸۱، ۰,۸۶، ۰,۸۹، ۰,۸۸،.۸۶ و ۰,۶۹ بدست آمد. بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت که پرسشنامه سازگاری پس از طلاق فیشر، ساختار عاملی، پایایی و روایی قابل قبول دارد.

پرسشنامه عزت نفس (SES) از معتبرترین مقیاس‌ها جهت ارزیابی عزت نفس محسوب می‌گردد؛ چرا که برای عزت نفس از مفهومی همانند مفهوم بیان شده در نظریه‌های روانشناختی استفاده می‌کند (Burnett & Wright, 2002). پرسشنامه شامل ۱۰ سوال می‌باشد که عزت نفس را در لیکرت ۴ درجه‌ای (۱=کاملاً مخالفم، ۲=مخالفم، ۳=موافقم و ۴=کاملاً موافقم) اندازه‌گیری می‌کند. دامنه نمرات ۴۰-۱۰ است. نمرات بالاتر نشانگر عزت نفس بیشتر است. پنج سوال به صورت مثبت و ۵ سوال دیگر منفی هستند. از ساختار دو عاملی پشتیبانی می‌کند و پایایی قابل قبول با آلفا کرونباخ ۰/۸۷ عنوان شده است (Smith et al, 2000). اگر عبارت مقیاس تغییر کند، به عبارت دیگر، همه موارد در جهت ثابت نوشته شوند، مقیاس تک عاملی است (Greenberger et al, 2003). این مقیاس در نمونه ایرانی طبق نتایج Beshlideh (1391) et al از ساختار دو عاملی پشتیبانی می‌کند و از قابلیت اطمینان و اعتبار قابل قبولی برخوردار است.

پرسشنامه رضایت از زندگی (SWLS) از رایج‌ترین ابزارها جهت اندازه‌گیری میزان رضایت از زندگی است (Diener et al, 1985). مقیاس رضایت از زندگی با سلامت روان مرتبط است و رفتارهایی مانند اقدام به خودکشی را پیش‌بینی می‌کند (Pavot & Diener, 2008). افزون بر این، در طول دوره مداخلات بالینی جهت تشخیص تغییر مناسب است. داده‌ها اعتبار همگرا مناسبی را با انواع دیگر مقیاس‌های ارزیابی بهزیستی ذهنی را نشان می‌دهد (Pavot & Diener, 1993). پرسشنامه شامل ۵ سوال است که رضایت از زندگی را در لیکرت دارای ۷ درجه (۱=کاملاً مخالفم، ۲=مخالفم، ۳=کمی مخالفم، ۴=نه مخالفم نه موافق، ۵=کمی موافقم، ۶=موافقم تا ۷=کاملاً موافقم) اندازه‌گیری می‌کند. دامنه نمرات ۵-۳۵ است، نمرات بالاتر نشانگر رضایتمندی بیشتر فرد از زندگی است. پایایی مقیاس به دو روش، بازآزمایی (۰/۸۲) و آلفا کرونباخ (۰/۸۷)، گزارش شده است (داینر و همکاران، ۱۹۸۵). مقیاس رضایت از زندگی در نمونه ایرانی طبق نتایج Bayani et al (1386) از روان‌سنجی مناسب با آلفا کرونباخ ۰/۸۳ برخوردار است.

پروتکل مداخلات روانشناختی گروهی آنلاین توسط Hajiheydari et al (1404) جهت کاهش آسیب‌های پس از طلاق و رشد پس از آسیب برای زنان ایرانی طراحی و اعتبارسنجی شده است. تدوین پروتکل با روش تحلیل محتوای کیفی[1]، رویکرد تحلیل محتوای قراردادی[2] Elo & Kyngas (2008) انجام شد. به منظور اعتبارسنجی کیفی پروتکل تدوین شده از مصاحبه و به جهت اعتبارسنجی کمی، داده‌ها با دو روش نسبت روایی محتوا (CVR[3]) و شاخص روایی محتوا (CVI[4])، محاسبه شدند. با توجه به مقدار بدست آمده برای نسبت روایی محتوا بر اساس جدول Lawshe (1975) هیچ

1- Qualitative content analysis
2- conventional content analysis approach
3- Content Validity Ratio
4- Content validity index

جلسه‌ای حذف نگردید. مقدار بدست آمده برای شاخص روایی محتوا نیز بر اساس Polit et al (2007)، نشانگر رعایت قابل قبول هر سه بخش سادگی، شفافیت و ارتباط محتوایی پروتکل مداخلات روانشناختی پس از طلاق است. در نتیجه اجرا پروتکل برای زنان ایرانی پس از طلاق به عنوان یک روش مداخله‌ای روانشناختی مبتنی بر فرهنگ و نیاز جامعه پژوهش پیشنهاد شده است. نتایج Hajiheydari et al (2026) نشان‌دهنده اثربخشی پروتکل مداخله روانشناختی گروهی آنلاین پس از طلاق بر سلامت عمومی و زیرمقیاس‌های آن (علائم جسمانی، اضطراب و بی‌خوابی، اختلال عملکرد اجتماعی و افسردگی شدید) زنان ایرانی است.

روش تجزیه و تحلیل داده‌ها

داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۷ در دو سطح توصیفی و استنباطی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. ویژگی‌های جمعیت‌شناختی در جداول زیر قابل مشاهده است.

جدول ۱. ویژگی‌های جمعیت‌شناختی بر اساس متغیر سن

سن	آزمایش		کنترل	
	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی	درصد فراوانی
۲۰- ۳۰ سال	۴	۳۳,۳٪	۳	۲۵٪
۳۰- ۴۰ سال	۶	۵۰٪	۵	۴۱,۷٪
۴۰- ۵۰ سال	۲	۱۶,۷٪	۳	۲۵٪
بیشتر از ۵۰ سال	۰	۰٪	۱	۸,۳٪

جدول ۲. ویژگی‌های جمعیت‌شناختی بر اساس متغیر تحصیلات

تحصیلات	آزمایش		کنترل	
	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی	درصد فراوانی
زیر دیپلم	۰	۰٪	۱	۸,۳٪
دیپلم	۳	۲۵٪	۳	۲۵٪
لیسانس	۶	۵۰٪	۶	۵۰٪
فوق لیسانس	۳	۲۵٪	۲	۱۶,۷٪

جدول ۳. ویژگی‌های جمعیت‌شناختی بر اساس وضعیت شغلی

وضعیت شغلی	آزمایش		کنترل	
	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی	درصد فراوانی
بیکار	۷	۵۸,۳٪	۸	۶۶,۷٪
موقت	۱	۸,۳٪	۱	۸,۳٪
پاره وقت	۲	۱۶,۷٪	۲	۱۶,۷٪
تمام وقت	۲	۱۶,۷٪	۱	۸,۳٪

جدول۴. ویژگی‌های جمعیت‌شناختی بر اساس طول مدت ازدواج

طول مدت ازدواج	آزمایش		کنترل	
	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی	درصد فراوانی
کمتر از یکسال	۱	۸,۳٪	۲	۱۶,۷٪
۱-۵ سال	۴	۳۳,۳٪	۲	۱۶,۷٪
۵-۱۰ سال	۲	۱۶,۷٪	۱	۸,۳٪
۱۰-۱۵ سال	۳	۲۵٪	۲	۱۶,۷٪
۱۵-۲۰ سال	۲	۱۶,۷٪	۳	۲۵٪
بیشتر از ۲۰ سال	۰	۰٪	۲	۱۶,۷٪

جدول ۵. ویژگی‌های جمعیت‌شناختی بر اساس متقاضی طلاق

متقاضی طلاق	آزمایش		کنترل	
	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی	درصد فراوانی
زن	۳	۲۵٪	۵	۴۱,۷٪
مرد	۶	۵۰٪	۲	۱۶,۷٪
توافقی	۳	۲۵٪	۵	۴۱,۷٪

جدول۶ . ویژگی‌های جمعیت‌شناختی بر اساس تعداد فرزند

تعداد فرزند	آزمایش		کنترل	
	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی	درصد فراوانی
فرزند ندارم	۵	۴۱,۷٪	۵	۴۱,۷٪
یک فرزند	۵	۴۱,۷٪	۲	۱۶,۷٪
دو فرزند	۲	۱۶,۷٪	۵	۴۱,۷٪

جدول۷ . ویژگی‌های جمعیت‌شناختی بر اساس حضانت فرزند

حضانت فرزند	آزمایش		کنترل	
	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی	درصد فراوانی
فرزند ندارم	۵	۴۱,۷٪	۵	۴۱,۷٪
از سن حضانت گذشته است	۰	۰٪	۱	۸,۳٪
حضانت با مادر است	۳	۲۵٪	۵	۴۱,۷٪
حضانت با پدر است	۴	۳۳,۳٪	۱	۸,۳٪

یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

در ابتدا، نتایج توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) جهت بررسی اثربخشی پروتکل مداخلات روانشناختی گروهی آنلاین پس از طلاق بر متغیرهای وابسته عزت نفس و رضایت از زندگی گزارش می‌گردد.

جدول ۸ . میانگین و انحراف استاندارد گروه آزمایش و کنترل پرسشنامه عزت نفس

متغیر وابسته	گروه	پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
		میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
عزت نفس	آزمایش	۲۴	۴,۰۶	۳۱,۵۰	۴,۳۸
	کنترل	۲۵,۳۳	۲,۷۷	۲۵,۳۳	۳,۲۸

همان‌طورکه در جدول ۸ مشاهده می‌گردد، میانگین نمرات پس‌آزمون پرسشنامه عزت نفس گروه آزمایش، پس از شرکت در جلسات مشاوره گروهی، بر مبنا پروتکل مداخلات روانشناختی تدوین شده، در مقایسه با میانگین نمرات پیش‌آزمون، افزایش یافته است. لازم به توضیح است که بر اساس شیوه نمره‌گذاری، افزایش نمره به معنی افزایش عزت نفس در نظر گرفته می‌شود. در بخش آمار استنباطی، معناداری این افزایش، آزمون می‌گردد.

جدول ۹ . میانگین و انحراف استاندارد گروه آزمایش و کنترل پرسشنامه رضایت از زندگی

متغیر وابسته	گروه	پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
		میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
رضایت از زندگی	آزمایش	۱۲,۱۷	۳,۹۹	۱۹,۰۸	۲,۹۰
	کنترل	۱۲,۰۸	۳,۶۷	۱۲,۳۳	۴,۷۱

همان‌طورکه در جدول ۹ مشاهده می‌گردد، میانگین نمرات پس‌آزمون پرسشنامه رضایت از زندگی گروه آزمایش، پس

از شرکت در جلسات مشاوره گروهی آنلاین، بر مبنا پروتکل مداخلات روانشناختی تدوین شده، در مقایسه با میانگین نمرات پیش‌آزمون، افزایش یافته است. لازم به توضیح است که بر اساس شیوه نمره‌گذاری، افزایش نمره به معنی افزایش رضایت از زندگی در نظر گرفته می‌شود. در بخش آمار استنباطی، معناداری این افزایش، آزمون می‌گردد.

یافته‌های استنباطی

به منظور بررسی معناداری اثربخشی و افزایش دقت و کنترل متغیرهای مزاحم، از روش تحلیل کواریانس تک متغیره و تحلیل کواریانس چندمتغیره استفاده گردید. از آنجایی که انتخاب آزمون‌های پارامتریک مستلزم رعایت چند پیش‌فرض است، ابتدا به بررسی پیش‌فرض‌ها پرداخته می‌شود. پیش‌فرض‌های مقیاس اندازه‌گیری حداقل فاصله‌ای متغیرهای وابسته، استقلال مشاهدات و عدم وجود داده‌های پرت رعایت شده بود. به منظور بررسی پیش فرض نرمال بودن توزیع داده‌ها، به دلیل تعدد کم نمونه، از آزمون شاپیرو-ویلک[1] به جای کولموگروف-اسمیرنوف[2] استفاده گردید.

جدول ۱۰ . بررسی نرمال بودن داده‌های متغیرهای وابسته

مرحله	متغیر	سطح معناداری آزمون شاپیرو-ویلک	
		آزمایش	کنترل
پیش آزمون	عزت نفس	۰,۱۳۹	۰,۲۸۲
پیش آزمون	رضایت از زندگی	۰,۷۳۳	۰,۶۰۷
پس آزمون	عزت نفس	۰,۲۷۹	۰,۱۶۱
پس آزمون	رضایت از زندگی	۰,۷۴۸	۰,۰۵۱

نتایج جدول ۱۰ نشان دهنده توزیع نرمال متغیرهای عزت نفس و رضایت از زندگی در گروه آزمایش و کنترل است. چرا که سطح معناداری آزمون شاپیرو-ویلک، بزرگتر از خطای پنج درصد بدست آمد (P>۰/۰۵). در مرحله بعد از طریق آزمون لون[3] پیش‌فرض همگنی واریانس‌ها بررسی گردید.

جدول ۱۱ . بررسی همگنی واریانس‌ها متغیر عزت نفس

آماره F	درجه آزادی اول	درجه آزادی دوم	سطح معناداری
۰,۸۵۴	۱	۲۲	۰,۳۶۵

فرضیه صفر مبنی بر همگنی واریانس‌ها با توجه به سطح معنی‌داری بدست آمده (۰,۳۶۵) در دو گروه آزمایش و کنترل، در سطح ۰,۰۵ درصد رد نمی‌گردد. در نتیجه پیش‌فرض همگنی واریانس‌ها برای متغیر عزت نفس رعایت شده است.

جدول ۱۲ . بررسی همگنی واریانس‌ها متغیر رضایت از زندگی

آماره F	درجه آزادی اول	درجه آزادی دوم	سطح معناداری
۱,۲۵۲	۱	۲۲	۰,۲۷۵

فرضیه صفر مبنی بر همگنی واریانس‌ها با توجه به سطح معنی‌داری بدست آمده (۰,۲۷۵) در دو گروه آزمایش و کنترل، در سطح ۰,۰۵ درصد رد نمی‌گردد، در نتیجه فرضیه همگنی واریانس‌ها برای متغیر رضایت از زندگی رعایت شده است. درنهایت، پیش‌فرض همگنی ضرایب رگرسیون در جداول زیر بررسی گردید.

1- Shapiro-Wilk Test
2- Kolmogorov–Smirnov
3- Levene's test

جدول ۱۳ . بررسی همگنی ضرایب رگرسیون عزت نفس

	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	آماره F	سطح معناداری
گروه	۲,۶۴۸	۱	۲,۶۴۸	۰,۳۶۱	۰,۵۵۵
عزت نفس	۱۵۳,۰۰۹	۱	۱۵۳,۰۰۹	۲۰,۸۵۶	<۰,۰۰۱
گروه* عزت نفس	۰,۳۴۴	۱	۰,۳۴۴	۰,۰۴۶	۰,۸۳۳
خطا	۱۴۶,۷۳۱	۲۰			
کل	۱۹۹۳۸,۰۰۰	۲۴			

سطح معناداری بدست آمده (۰,۸۳۳) آماره F در ارتباط تعاملی با سطح اطمینان ۹۵٪، بزرگتر از ۰/۰۵ است. در نتیجه، ضرایب رگرسیون همگن می‌باشند.

جدول ۱۴ . بررسی همگنی ضرایب رگرسیون رضایت از زندگی

	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	آماره F	سطح معناداری
گروه	۶۷,۰۷۰	۱	۶۷,۰۷۰	۱۰,۵۹۵	۰,۰۰۴
رضایت از زندگی	۲۰۵,۰۵۹	۱	۲۰۵,۰۵۹	۳۲,۳۹۴	<۰,۰۰۱
گروه* رضایت از زندگی	۱۲,۹۹۵	۱	۱۲,۹۹۵	۲,۰۵۳	۰,۱۶۷
خطا	۱۲۶,۶۰۴	۲۰			
کل	۶۵۳۳,۰۰۰	۲۴			

سطح معناداری بدست آمده (۰,۱۶۷) آماره F در ارتباط تعاملی با سطح اطمینان ۹۵٪، بزرگتر از ۰/۰۵ است. در نتیجه، ضرایب رگرسیون همگن می‌باشند. با توجه به مورد قبول واقع شدن پیش فرض‌های لازم برای آزمون تحلیل کواریانس، به منظور پاسخ به پرسش "آیا پروتکل مداخلات روانشناختی گروهی آنلاین بر عزت نفس و رضایت از زندگی زنان آسیب‌دیده از طلاق تاثیر دارد؟" دو فرضیه مطرح می گردد.

فرض H_0 : پروتکل مداخلات روانشناختی پس از طلاق بر عزت نفس و رضایت از زندگی زنان آسیب‌دیده تاثیر ندارد.

فرض H_1 : پروتکل مداخلات روانشناختی پس از طلاق بر عزت نفس و رضایت از زندگی زنان آسیب‌دیده تاثیر دارد.

به منظور مقایسه گروه آزمایش و کنترل در مرحله پس‌آزمون با کنترل اثر پیش‌آزمون برای نمرات پس‌آزمون عزت نفس و رضایت از زندگی تحلیل کواریانس چندمتغیره انجام شد.

جدول ۱۵ . نتایج آزمون معناداری تحلیل کواریانس چندمتغیره

اثر	آزمون	ارزش	آماره F	df فرضیه	df خطا	سطح معناداری	مجذور اتا
گروه	اثر پیلایی	۰,۷۱۰	۲۳,۳۰۹	۲	۱۹	<۰,۰۰۱	۰,۷۱۰
	لامبادای ویلکز	۰,۲۹۰	۲۳,۳۰۹	۲	۱۹	<۰,۰۰۱	۰,۷۱۰
	اثر هتلینگ	۲,۴۵۴	۲۳,۳۰۹	۲	۱۹	<۰,۰۰۱	۰,۷۱۰
	ریشه دو روی	۲,۴۵۴	۲۳,۳۰۹	۲	۱۹	<۰,۰۰۱	۰,۷۱۰

نتایج جدول ۱۵ نشان دهنده تفاوت معنادار در حداقل یکی از متغیرهای وابسته عزت نفس و رضایت از زندگی میان گروه آزمایش و کنترل است. چرا که با کنترل اثر پیش‌آزمون، تفاوت میان دو گروه در پس‌آزمون معنادار است (p<۰,۰۰۱، F=۲۳,۳۰۹) که بیانگر اثربخشی مداخلات روانشناختی گروهی آنلاین بر متغیرهای عزت نفس و رضایت از زندگی بوده است. مجذور اتا نشان می‌دهد که ۷۱٪ تفاوت در نمرات پس‌آزمون گروه آزمایش مربوط به اثربخشی پروتکل است. با توجه به رعایت مفروضه‌های آمار پارامتریک، از تحلیل کواریانس تک‌متغیره نیز جهت بررسی اثربخشی پروتکل بر متغیر وابسته استفاده شد. به منظور پاسخ به پرسش "آیا پروتکل مداخلات روانشناختی گروهی آنلاین بر عزت نفس زنان آسیب دیده از طلاق تاثیر دارد؟" دو فرض مطرح می گردد.

فرض H_0: پروتکل مداخلات روانشناختی پس از طلاق بر عزت نفس زنان تاثیر ندارد.
فرض H_1: پروتکل مداخلات روانشناختی پس از طلاق بر عزت نفس زنان تاثیر دارد.

جدول ۱۶. نتایج آزمون معناداری تحلیل کواریانس تک متغیره عزت نفس

	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	آماره F	سطح معناداری	مجذور اتا
گروه	۳۰۴,۹۲۱	۱	۳۰۴,۹۲۱	۴۳,۵۴۱	<۰,۰۱	۰,۶۷۵
عزت نفس	۱۸۲,۶۰۲	۱	۱۸۲,۶۰۲	۲۶,۰۷۴	<۰,۰۱	۰,۵۵۴
خطا	۱۴۷,۰۶۵	۲۱				
کل	۱۹۹۳۸,۰۰۰	۲۴				

نتایج جدول ۱۶ نشان می‌دهد که سطح معناداری بدست آمده با سطح اطمینان ۹۵٪، کوچکتر از ۰/۰۵ است. بنابراین، فرضیه H_0 رد و H_1 تایید می‌گردد. افزون بر این، پروتکل مداخلات روانشناختی گروهی آنلاین پس از طلاق بر عزت نفس با اندازه اثر (۰,۶۷۵) تاثیر دارد. به منظور پاسخ به پرسش "آیا پروتکل مداخلات روانشناختی گروهی آنلاین پس از طلاق بر رضایت از زندگی زنان آسیب دیده تاثیر دارد؟" دو فرضیه مطرح می‌گردد.

فرض H_0: پروتکل مداخلات روانشناختی گروهی آنلاین پس از طلاق بر رضایت از زندگی زنان تاثیر ندارد.
فرض H_1: پروتکل مداخلات روانشناختی گروهی آنلاین پس از طلاق بر رضایت از زندگی زنان تاثیر دارد.

جدول ۱۷. نتایج آزمون معناداری تحلیل کواریانس تک متغیره رضایت از زندگی

	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	آماره F	سطح معناداری	مجذور اتا
گروه	۲۶۸,۰۹۴	۱	۲۶۸,۰۹۴	۴۰,۳۳۰	<۰,۰۱	۰,۶۸۵
رضایت از زندگی	۱۹۷,۹۸۴	۱	۱۹۷,۹۸۴	۲۹,۷۸۳	<۰,۰۱	۰,۵۸۶
خطا	۱۳۹,۶۰۰	۲۱				
کل	۶۵۳۳,۰۰۰	۲۴				

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش با هدف بررسی اثربخشی پروتکل مداخلات روانشناختی گروهی آنلاین پس از طلاق (Hajiheydari et al, 1404) بر عزت نفس و رضایت از زندگی زنان آسیب‌دیده انجام شد. بدین‌منظور، طرح نیمه‌آزمایشی از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل با استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند و گمارش تصادفی در نظر گرفته شد. در ابتدا جهت غربال‌گری، پرسشنامه سازگاری با طلاق (Fisher, 1976)استفاده شد. یک هفته قبل و بعد از برگزاری ۸ جلسه ۱۵۰ دقیقه‌ای برای گروه آزمایش، پرسشنامه‌های عزت نفس (Rosenberg , 1965) و رضایت از زندگی (Diener et al, 1985) به عنوان پیش‌آزمون و پس‌آزمون توسط تمام شرکت‌کنندگان تکمیل گردید. داده‌ها در دو سطح توصیفی و استنباطی با استفاده از نرم افزارSPSS v27، با میزان خطا ۰/۰۵ = α و سطح اطمینان ۰,۹۵ تجزیه و تحلیل شدند. با توجه به رعایت پیش‌فرض‌های لازم، آزمون‌های پارامتریک تحلیل کوواریانس تک‌متغیره (ANCOVA) و تحلیل کواریانس چندمتغیره (MANCOVA) انتخاب گردید. یافته‌ها نشان داد که شرکت‌کنندگان در جلسات مشاوره گروهی آنلاین در پس‌آزمون نمرات بالاتری در پرسشنامه‌های عزت نفس و رضایت از زندگی کسب کردند، به‌طوری‌که میان دو گروه آزمایش و کنترل از لحاظ آماری ($P<۰/۰۵$) تفاوت معنادار می‌باشد. به عبارت دیگر، اجرا پروتکل مداخلات روانشناختی گروهی آنلاین پس از طلاق باعث ارتقا عزت نفس و رضایت از زندگی زنان شده است.

در پاسخ به پرسش "آیا پروتکل مداخلات روانشناختی گروهی آنلاین پس از طلاق بر عزت نفس و رضایت از زندگی زنان آسیب‌دیده تاثیر دارد؟" فرضیه تحقیق مورد تایید قرار گرفت. از تکنیک‌های مورد استفاده در پروتکل پژوهش حاضر بر اساس رویکرد مبتنی بر پذیرش و تعهد و متمرکز بر شفقت است؛ نتایج Saadati et al (1400) نیز با مقایسه اثربخشی

رویکردهای مبتنی بر پذیرش و متمرکز بر شفقت نشان داد که هر دو رویکرد بر عزت‌نفس و سازگاری زنان با طلاق موثر است. از دیگر تکنیک‌های مورد استفاده در پروتکل بر اساس رویکرد شناختی-رفتاری بود. پیشینه پژوهشی (Uyar & Yıldırım, 2023; Zohrabniya et al, 1401) نیز، بیانگر اثربخشی درمان شناختی-رفتاری بر ارتقا عزت‌نفس زنان پس از طلاق است. با این حال، نتایج (Lamela & Figueiredo, 2023) نشان داد که میزان تسلط بر محیط، خودپذیری، خودمختاری، شاخص‌های خودتنظیمی هیجانی با رضایت از زندگی پس از طلاق مرتبط است؛ افزون بر این، ویژگی‌های جمعیت‌شناختی و متغیرهای مرتبط با طلاق، رضایت از زندگی و رشد شخصی را پیش بینی کردند. نتایج Badri et al (2025) نیز نشان داد، زنانی که با ناامنی مالی مواجه هستند، کمترین نمرات رضایت از زندگی، سلامت ذهنی ضعیف‌تر و افزایش پریشانی روانی را گزارش کردند، به ویژه در میان زنان مسن و کسانی که مدرک دانشگاهی ندارند. بنابراین، لازم است جهت تحلیل و تبیین نتایج پژوهش مجموعه عوامل تاثیرگذار را در نظر داشت. بر این اساس، جهت ارتقا عزت نفس و افزایش رضایت از زندگی زنان پس از طلاق نیاز به مداخلات در ابعاد خرد و کلان است.

در مجموع، نتایج پژوهش حاضر بیانگر اثربخشی پروتکل مداخلات روانشناختی گروهی آنلاین در ارتقا عزت نفس و رضایت از زندگی زنان پس از طلاق است. شواهد تحقیقاتی (Hald et al, 2022; Efinger et al, 2022; Reis et al, 2021; Weerkamp-Bartholomeus et al, 2021; Varker et al ,2019) نیز اثربخشی مشاوره آنلاین بر بهبود سلامت روانی افراد را تایید می‌کنند. اجرا پروتکل به صورت برگزاری جلسات مشاوره آنلاین، دسترسی راحت‌تر و افزایش انعطاف پذیری زمانی و مکانی برای مشارکت‌کنندگان، به ویژه مادران که امکان مراجعه حضوری و تنها گذاشتن فرزند در خانه را نداشتند، فراهم کرد. بر این اساس، با توجه به ضرورت بهزیستی فرد پس از طلاق برای خود و جامعه، نتایج پژوهش می‌تواند برای مسئولین مرتبط جهت در نظر گرفتن برنامه‌ای جامع مفید واقع گردد. اجرا پروتکل توسط متخصصین سلامت روان در جلسات مشاوره گروهی برای زنان ایرانی پس از طلاق به عنوان یک روش مداخله‌ای روانشناختی مبتنی بر فرهنگ و نیاز جامعه پژوهش جهت افزایش عزت نفس و رضایت از زندگی پیشنهاد می‌گردد.

محدودیت‌ها

عدم امکان کنترل عوامل تاثیرگذار مثبت همانند مشاهده کلیپ‌های آموزشی، استخدام و حضور خواستگار؛ و عوامل تاثیرگذار منفی مثل تعارضات با همسر سابق و عدم دیدار فرزند در زمان پس‌آزمون از محدودیت‌های مهم پژوهش حاضر است. افزون بر این، عوامل مشترک در اثربخشی از جمله انتظار مثبت و رابطه درمانی احتمالا موثر بوده است. محدودیت دیگر خودگزارشی بودن ابزارهای پژوهش است.

قدردانی

از مشارکت بانوان گرامی در پژوهش، صمیمانه تشکر و قدردانی می‌نماییم.

تاییدیه اخلاقی

این پژوهش برگرفته از رساله دکتری نویسنده اول و دارای کد اخلاق: IR.ALZAHRA.REC.1402.075 است.

References

Afrasiabi, H., Malja, N., & Babaeian, N. (2024). Erosive Transition: Divorce-Seeking Couples' Interpretation of Family Interference. *Journal of Woman and Family Studies*, 12(1), 32-56. https://doi.org/10.22051/jwfs.2023.42855.2946

Al-Bahrani, M. A. (2021). Post-Divorce experience within Arab context: Gender differences. *International Journal of Social Science and Humanity*, 11(3), 54-58. https://doi.org/10.18178/ijssh.2021.11.3.1039

Asanjarani, F., Jazayeri, R., Fatehizade, M., Etemadi, O., & De Mol, J. (2018). The effectiveness of fisher's rebuilding group intervention on divorce adjustment and general health of Iranian divorced women. *Journal of Divorce & Remarriage*, 59(2), 108-122. https://doi.org/10.1080/10502556.2017.1375334

Badri, M., Alkhaili, M., Aldhaheri, H., Yang, G., Albahar, M., Yaaqeib, S., Alrashdi, A., & Alsawai, A. (2025). Starting over After Divorce: A Psychosocial Analysis of Emotional Distress, Social Disconnection, and Mental Well-Being Among Women in Abu Dhabi. *Psychiatry International*, 6(2), 69. https://doi.org/10.3390/psychiatryint6020069

Bayani, A., Koocheky, A., Goodarzi, H. (2007). The reliability and validity of the satisfaction with life scale. *Journal of Developmental Psychology*, 3(11), 259-265.

Beshlideh, K., & Yousefi, N., & Haghighi, J., & Behrouzi, N. (2012). An investigation of psychometric properties of Rosenberg Self-Esteem Scale in student of Shaid ChamranUniversity in Ahwaz. *Journal of Educational Psychology Studies*, 9(15), 41-66. https://www.sid.ir/en/journal/ViewPaper.aspx?id=285731

Burnett, S., & Wright, K. (2002). *The relationship between connectedness with family and self-esteem in University students*. Furman University Press.

Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13

Doulou, A., & Drigas, A. (2022). ICTs and other non-pharmacological interventions for ADHD. *Technium Social Sciences Journal*, 27(1), 217–229. https://doi.org/10.47577/tssj.v27i1.5472

Efinger, L., Debrot, A., & Pomini, V. (2022). LIVIA-FR: Implementation and evaluation of an Internet intervention for French-speaking people struggling to overcome the loss of their partner. In Annales Médico-psychologique. *Psychiatric Journal*, 180(10), 1000-1007. https://doi.org/10.1016/j.amp.2021.05.004

Elisetty, S. G., & Datti, R. S. (2025). Research trends on the intricate dimensions of divorce among women: A bibliometric analysis. *In Women's Studies International Forum*, 108, 103028. Pergamon. https://doi.org/10.1016/j.wsif.2024.103028

Elo, S. & Kyngas, H. (2008), The qualitative content analysis process. *Journal of Advanced Nursing*, 62(1), 107-115. https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2007.04569.x

Eskandari, M. & Jaafari, B. (2024). The Effect of Self-Control Training on Reducing Marital Conflicts and Increasing Marital Compatibility. Clinical Psychology Achievements, 10(1), 24-36. https://doi.org/10.22055/jacp.2024.46735.1371

Farzanegan, M. R., & Gholipour, H. F. (2016). Divorce and the cost of housing: evidence from Iran. *Review of Economics of the Household*, 14(4), 1029-1054. https://doi.org/10.1007/s11150-014-9279-0

Fisher, B. F. (1976). *Identifying and meeting needs of formerly-married people through divorce adjustment seminar*. University of Northern Colorado.

Furstenberg, F.F. (2019), Family Change in Global Perspective: How and Why Family Systems Change. *Fam Relat*, 68, 326-341. https://doi.org/10.1111/fare.12361

Greenberger, E., Chen, C., Dmitrieva, J., & Farruggia, S. P. (2003). Item-wording and the dimensionality of the Rosenberg Self-Esteem Scale: Do they matter?. *Personality and individual differences*, 35(6), 1241-1254. https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00331-8

Habibi Askarabad, M., & Hajiheydari, Z. (2015). A Qualitative Study for Investigating the Reasons of Sexual Infidelity of Couples who have Asked for Divorce in Family Court. *Journal of Family Research*, 11(2), 165-186, https://jfr.sbu.ac.ir/article_96356.html

Habibi, M., Hajiheydari, Z., & Darharaj, M. (2015). Causes of Divorce in the Marriage Phase From the Viewpoint of Couples Referred to Iran's Family Courts, *Journal of Divorce & Remarriage*, 56(1), 43-56, https://doi.org/10.1080/10502556.2014.972195

Habibi, M., Hajiheydari, Z., Darharaj, M., & Ghamkharfard, Z. (2016). A qualitative analysis of addiction pathology in the families on the verge of breakdown. *Journal of Substance Use*, 21(3), 298-303. https://doi.org/10.3109/14659891.2015.1018975

Hajiheydari, Z., & Pourshahriari, M. (2024). Marriage and Divorce: A Qualitative Study from the Perspective of Iranian Academic Experts, Counselors, and Clients. *Family Transitions*, 65(5), 381–402. https://doi.org/10.1080/28375300.2024.2383018

Hajiheydari, Z., Esmaeli, M., & Talebi, A. (2015). Marital Conflict among Couples without Children on the Brink of Divorce: A qualitative study. *Journal of Qualitative Research in Health Sciences*, 4(1), 12-21. https://jqr1.kmu.ac.ir/article_90802.html

Hajiheydari, Z., Pourshahriari, M., Hosseinian, S., & Yazdi, S. M. (2026). Quasi-experimental Examination of a Post-Divorce Psychological Interventions' Protocol on the Health among Iranian Divorced Women. *Counseling Outcome Research and Evaluatio*. 1–20.https://doi.org/10.1080/21501378.2026.2687459

Hajiheydari, Z., Pourshahriari, M., Hosseinian, S., & Yazdi, S. M. (2025). Development and validation of a post-divorce psychological intervention protocol for women. *Clinical Psychology Achievements,* 11(2), 75-88. https://doi.org/10.22055/jacp.2025.49313.1467

Hajiheydari, Z., Pourshahriari, M., Hosseinian, S., & Yazdi, S. M. (2024). Intervening factors in the vulnerability of women after divorce: a qualitative study. *Women's Strategic Studies,* 26(102), 157-178. https://doi.org/10.22095/jwss.2024.462809.3489

Hajiheydari, Z., Pourshahriari, M., Hosseinian, S., & Yazdi, S. M. (2024). Preventing traumatic divorce and regret after divorce (a qualitative study from the perspective of divorce-damaged women, counselors, and psychologists). *Women's Strategic Studies,* 26(104), 35-56. https://doi.org/10.22095/jwss.2025.478751.3549

Hajiheydari, Z., Rezaeian, H. & Rasouli, R. (2024). Online Counseling After Coronavirus Pandemic: a Qualitative Study from the Perspective of Iranian Counselors and Clients. *Int J Adv Counselling*. 46, 60–75. https://doi.org/10.1007/s10447-023-09532-1

Hald, G. M., Ciprić, A., Sander, S., & Strizzi, J. M. (2022). Anxiety, depression and associated factors among recently divorced individuals. *Journal of Mental Health*, 31(4), 462–470. https://doi.org/10.1080/09638237.2020.1755022

Lamela, D., & Figueiredo, B. (2023). Determinants of personal growth and life satisfaction in divorced adults. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 30(1), 213–224. https://doi.org/10.1002/cpp.2770

Lawshe, C. H. (1975). A quantitative approach to content validity. *Personnel Psychology*, 28(4), 563-575. https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.1975.tb01393.x

Mentser, S., & Sagiv, L. (2025). Cultural and personal values interact to predict divorce. *Communications psychology*, 3(1), 12. https://doi.org/10.1038/s44271-025-00185-x

Nakhaee, N., Eslami, M., Yazdanpanah, M., Andalib, P., Rahimi, A., Safizadeh, M., & Dadvar, A. (2020). Reasons for seeking a divorce in Iran. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(10–11), 2863–2870. https://doi.org/10.1177/0265407520923041

Pavot, W., & Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction with Life Scale. *Psychological Assessment*, 5(2), 164–172. https://doi.org/10.1037/1040-3590.5.2.164

Pavot, W., & Diener, E. (2008). The satisfaction with life scale and the emerging construct of life satisfaction. *The journal of positive psychology*, 3(2), 137-152. https://doi.org/10.1080/17439760701756946

Pellon-Elexpuru, I., Van Dijk, R., Van der Valk, I., Martínez-Pampliega, A., Molleda, A., & Cormenzana, S. (2024). Divorce and physical health: A three-level meta-analysis. *Social science & medicine*, 352, 117005. https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2024.117005

Polit, D.F., Beck, C.T. and Owen, S.V. (2007), Is the CVI an acceptable indicator of content validity? Appraisal and recommendations. *Res. Nurs. Health*, 30, 459-467. https://doi.org/10.1002/nur.20199

Pordelan, N., & Hosseinian, S. (2021). Online career counseling success: the role of hardiness and psychological capital. *International journal for educational and vocational guidance*, 21(3), 531–549. https://doi.org/10.1007/s10775-020-09452-1

Reis, S., Matthews, E. L., & Grenyer, B. (2021). Characteristics of effective online interventions: implications for adolescents with personality disorder during a global pandemic. *Research in psychotherapy (Milano)*, 23(3), 488. https://doi.org/10.4081/ripppo.2020.488

Rezaei,S , Khodabakhsh pirkalani,R and khosravi,Z . (2025). Understanding the Causes of Gray Divorce: A Grounded Theory Study. Social Psychology Research, 14(56), 97-110. https://doi.org/10.22034/spr.2024.468666.1968

Roizblatt S., Arturo, Leiva F., Valentina M., & Maida S., Ana Margarita. (2018). Parents separation or divorce. Potential effects on children and recommendations to parents and pediatricians. *Revista chilena de pediatría*, 89(2), 166-172. https://dx.doi.org/10.4067/S0370-41062018000200166

Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent selfimage*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

Saadati,N , Rostami,M and Darbani,S A. (2021). Comparing the effectiveness of Acceptance and Commitment Therapy (ACT) and Compassion Focused Therapy (CFT) on improving self-esteem and post-divorce adaptation in women. *Iranian Journal of Family Psychology*, 3(2), 45-58.

Safaei, M., Maasoumi, R., Mahdavi, S. A., & Ghadirian, L. (2023). Perceptions and experiences of Forensic Medicine Department service recipients and providers during male sexual dysfunction assessment following filing for divorce: a qualitative study in Iran: Perceptions and experiences of service recipients and providers during male sexual dysfunction assessment. *International Journal of Medical Toxicology and Forensic Medicine*, 13(1), 39138. https://doi.org/10.32598/ijmtfm.v13i1.39138

Safari, E. & Golnvazi, P. (2022). Comparing the Causes of Divorce from the Point of View of Men and Women Applying for A Consensual Divorce. Clinical Psychology Achievements, 8(3), 135-144. https://doi.org/10.22055/jacp.2023.44343.1301

Shavandi, H., & Veshki, S. K. (2021). Effectiveness of compassion-focused therapy on self-criticism of the women applying for divorce. *Journal of education and health promotion*, 10, 15. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_495_20

Smith, G. T., McCarthy, D. M., & Anderson, K. G. (2000). On the sins of short-form development. *Psychological Assessment*, 12(1), 102–111. https://doi.org/10.1037/1040-3590.12.1.102

Uyar, N., & Yıldırım, İ. (2023). Post-Divorce Emotion/Social Adjustment of Women: Effectiveness of a Psycho-Education Program Based on Cognitive Behavioral Theory. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 13(70), 330-344. https://doi.org/10.17066/tpdrd.1265738.5

Varker, T., Brand, R. M., Ward, J., Terhaag, S., & Phelps, A. (2019). Efficacy of synchronous telepsychology interventions for people with anxiety, depression, posttraumatic stress disorder, and adjustment disorder: A rapid evidence assessment. *Psychological Services*, 16(4), 621–635. https://doi.org/10.1037/ser0000239

Wanberg, C. R., Csillag, B., & Duffy, M. K. (2023). After the break-up: How divorcing affects individuals at work. *Personnel Psychology*, 76(1), 77-112. https://doi.org/10.1111/peps.12547

Weerkamp-Bartholomeus, P., Marazziti, D., & van Amelsvoort, T. (2021). Remote W.A.R.A. Compared With Face-to-Face W.A.R.A.: A Pilot Study. *Front. Psychol*. 11, 620027. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.620027

Yarigarravesh, M. (2022). Lived experience of women from their life and their children's life after divorce. Counseling *Culture and Psycotherapy*, 13(50), 253-274. https://doi.org/10.22054/qccpc.2022.62748.2761

Zohrabniya, E, Sanaei Zaker, B, Kiyamanesh, A, Zahrakar, K. (2022). Comparison of the efficacy of emotion-focused therapy and cognitive-behavior therapy on post-divorce adjustment and self-esteem of divorced women. *Journal of Psychological Science*. 21(109), 207-227.https://doi.org/10.52547/JPS.21.109.207