

## Research Paper

# Tehrani Women's Lived Experience of Life after Divorce: A Phenomenological Study

Marjan Habibi<sup>\*1</sup> , Parvaneh Danesh<sup>2</sup> , Zahra Mohammadi<sup>3</sup> , Daryosh Rezapour<sup>4</sup> 

<sup>1</sup> PhD Student in Sociology, Department of Sociology, Faculty of Humanities, Payame Noor University, Tehran, Iran, [habibi\\_marjan67@student.pnu.ac.ir](mailto:habibi_marjan67@student.pnu.ac.ir)

<sup>2</sup> Associate Professor, Department of Sociology, Faculty of Humanities, Payame Noor University, Tehran, Iran, [p\\_danesh@pnu.ac.ir](mailto:p_danesh@pnu.ac.ir)

<sup>3</sup> Assistant Professor, Department of Sociology, Faculty of Humanities, Payame Noor University, Tehran, Iran, [zmohammadiz@pnu.ac.ir](mailto:zmohammadiz@pnu.ac.ir)

<sup>4</sup> Associate Professor, Department of Sociology, Faculty of Humanities, Payame Noor University, Tehran, Iran, [d.rezapour@pnu.ac.ir](mailto:d.rezapour@pnu.ac.ir)



[10.22080/ssi.2025.30001.2318](https://doi.org/10.22080/ssi.2025.30001.2318)

**Received:**

September 7, 2025

**Accepted:**

November 26, 2025

**Available online:**

August 26, 2026

**Keywords:**

Divorce, Lived Experience, Paternal Family, Phenomenology

## Abstract

**Objectives:** This study aims to investigate the lived experience of Tehrani women living with their paternal family after divorce. **Methods:** The research employed a qualitative methodology using a phenomenological approach. For this purpose, 20 divorced women born between 1991 and 2000 in Tehran were interviewed using snowball sampling. After obtaining their informed consent, data were collected through semi-structured individual interviews. Interviews continued until theoretical saturation, and all collected data were transcribed and reviewed on paper. Data validity was obtained through participant review.

**Results:** The research findings show that individuals' quality of life after divorce is influenced by a set of economic, social, psychological, and family factors. Economic stability and access to specialized counseling provide a foundation for a safe and peaceful life and better decision-making. In addition, social relationships and emotional and existential support from the family play an important role in creating a sense of belonging and life satisfaction after divorce. Furthermore, conscious living, a sense of abundance, and freedom of choice can provide the basis for rebuilding the personalities of young women within the family environment after divorce. Together, these factors contribute to improving quality of life and fostering a more fulfilling family life after divorce. **Conclusion:** Women born in the 1370s live in an environment characterized by greater social acceptance, more modern education, and families with more open attitudes. By entering the economic and social fields, the new generation replaces traditional values with new ones. This type of lived experience is caused by psychological factors and is constantly repeated, causing cultural and social dynamics. In general, life after divorce with the paternal family is considered a necessary foundation for understanding personal and family life together with social well-being.

**\*Corresponding Author:** Marjan Habibi

**Address:** Department of Sociology, Faculty of Humanities, Payame Noor University, Tehran, Iran.

**Email:** [habibi\\_marjan67@student.pnu.ac.ir](mailto:habibi_marjan67@student.pnu.ac.ir)



This is an open access article under the CC BY-NC-ND/4.0/ License

(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

2538-3612 © The Author(s)

Published by University of Mazandaran



## Extended Abstract

### 1. Introduction

Divorce is defined as a process that changes relationships, routines, assumptions, and roles, and is usually accompanied by numerous tensions and stresses that brings many changes to individuals' lives in various social, economic, family, spiritual, and psychological dimensions (Birditt, 2010: 1190). According to sociologists, turning divorce into a social issue requires transforming it from a private and personal predicament into a general, socially constructed issue. It becomes a social issue when it exceeds a certain threshold, and its frequency becomes abnormal. Divorced women return to their father's family to continue their lives due to social support. Due to emotional dependence on the family, escape from loneliness, and comprehensive support, these women decide not to choose an independent life and return to the family because the amenities of life have been available to them. On the other hand, the family's perspective, considering their approach towards their divorced children, can lead to different decisions.

### 2. Methods

A semi-structured interview was used to understand the lived experiences of the participants and to represent the world from their perspectives. After obtaining consent from the participants, the interview process began. Each interview lasted between 30 and 50 minutes in a single session, and ultimately, 20 interviews were conducted. In this study, the participants were divorced women (born in the 1370s) in Tehran in 1403 who had two characteristics: first, they lived with their paternal family after the divorce, and second, they did not have

children. The data were collected in the spring of 1403. In this qualitative sampling method, the number of people interviewed, or in other words, the sample size, depends on theoretical saturation. In this way, whenever the researcher concludes that the answers provided or the interviews conducted with the informed participants are sufficiently similar and have reached the point of repetition, with no new data emerging, the number of interviews is considered sufficient, and the researcher stops conducting further interviews. This stage of data collection is called theoretical saturation. Theoretical saturation refers to a stage of qualitative data collection and interviews in which the answers given to the research questions or the interviews conducted seem sufficient, because the data collected through interviews are similar and repetitive (Charmaz, 2006:58). Considering that, in qualitative research, sample size is determined based on the desired level of theoretical saturation, theoretical saturation was achieved after a total of 20 interviews. The sampling method was snowball sampling. It is a non-probability sampling method in which researchers ask sample members to help them identify and access other potential participants.

### 3. Results

The research findings show that the main reasons for returning to the parental home for life after divorce were receiving emotional support from the family, availability of financial resources, the individual's dependence on the family, the dependence of parents on the individual, receiving peace and psychological security, and not having the necessary independence for independent living. A total of 168 concepts, 29 subcategories, and 9 main categories were extracted. The

summary of the research findings is as follows: economic empowerment, specialized counseling, social relationships, conscious living, psychological well-being, existential and emotional support, leisure time, life based on abundance and freedom, and personality reconstruction, which are described and explained below.

The research findings show that individuals' quality of life after divorce is influenced by a set of economic, social, psychological, and family factors. Economic empowerment and access to specialized counseling provide a foundation for living a secure life with peace and better decision-making. In addition, social relationships and emotional and existential support from the family play an important role in creating a sense of belonging and satisfaction with life after divorce. Also, conscious living, an abundance of blessings, and freedom of choice can provide the basis for rebuilding the personalities of young women in the family environment after divorce. A set of these factors contributes to improving quality of life and experiencing a more desirable life with the family.

## 4. Conclusion

Women born in the 1370s live in an environment with greater social acceptance, more modern upbringing, and more open-minded families. As the new generation enters the economic and social arenas, new values replace traditional ones. Each generation has values different from those of previous generations, which leads to dynamism. Overall, life in the post-divorce period with the paternal family is considered a necessary context for understanding personal and family life in relation to social health.

## Funding

There is no funding support.

## Author's contributions

Each author contributed equally to the writing of this article.

## Conflict of interest

The authors declared no conflict of interest.

## Acknowledgment

The authors thank the referees as well as the editor, managing director, and editor-in-chief of the Journal of Sociology of Social Institutions for their support.

## علمی پژوهشی

## تجربه زیسته زنان تهرانی از زندگی مجدد با خانواده پدری: مطالعه پدیدارشناختی

مرجان حبیبی<sup>\*۱</sup> ID، پروانه دانش<sup>۲</sup> ID، زهرا محمدی<sup>۳</sup> ID، داریوش رضاپور<sup>۴</sup> ID

<sup>۱</sup> دانشجوی دکتری جامعه‌شناسی، گروه جامعه‌شناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران، [habibi\\_marjan67@student.pnu.ac.ir](mailto:habibi_marjan67@student.pnu.ac.ir)  
<sup>۲</sup> دانشیار، گروه جامعه‌شناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران، [p\\_danesh@pnu.ac.ir](mailto:p_danesh@pnu.ac.ir)  
<sup>۳</sup> استادیار، گروه جامعه‌شناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران، [zmohammadiz@pnu.ac.ir](mailto:zmohammadiz@pnu.ac.ir)  
<sup>۴</sup> دانشیار، گروه جامعه‌شناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران، [d\\_rezapour@pnu.ac.ir](mailto:d_rezapour@pnu.ac.ir)

 [10.22080/ssi.2025.30001.2318](https://doi.org/10.22080/ssi.2025.30001.2318)

## چکیده

**اهداف:** هدف پژوهش حاضر، بررسی تجربه زیسته زنان تهرانی از دوران زندگی پس از طلاق با خانواده پدری خویش است. **روش مطالعه:** روش پژوهش با رویکرد کیفی است و از استراتژی پدیدارشناسی بهره گرفته شد. بدین منظور با ۲۰ زن مطلقه که متولد بین سال‌های ۱۳۷۰ تا ۱۳۷۹ شهر تهران بودند از طریق نمونه‌گیری گلوله‌برفی مصاحبه انجام و پس از کسب رضایت آگاهانه از آنان، داده‌ها با استفاده از مصاحبه فردی و به صورت نیمه ساختاریافته جمع‌آوری شد. کلیه مصاحبه‌های جمع‌شده روی کاغذ بازبینی و مرور گردید. مصاحبه‌ها تا مرحله اشباع نظری ادامه یافت. اعتبار داده‌ها از طریق بازبینی توسط مشارکت‌کنندگان به دست آمد. ۱۶۸ مفهوم، ۳۹ مقوله فرعی و ۹ مقوله اصلی استخراج شد. **یافته‌ها:** یافته‌های تحقیق نشان می‌دهد کیفیت زندگی افراد پس از طلاق تحت تأثیر مجموعه‌ای از عوامل اقتصادی، اجتماعی، روانی و خانوادگی است. توانمندی اقتصادی و دسترسی به مشاوره تخصصی پایه‌ای برای گذران زندگی امن توأم با آرامش و تصمیم‌گیری بهتر فراهم می‌کنند. در کنار آن، روابط اجتماعی، حمایت عاطفی و وجودی خانواده نقش مهمی در ایجاد احساس تعلق و رضایت از زندگی پس از طلاق ایفا می‌کند. همچنین، زیست آگاهانه، وفور نعمت و آزادی در انتخاب‌ها می‌تواند زمینه بازسازی شخصیتی زنان جوان را در محیط خانواده بعد از طلاق فراهم کند. مجموعه‌ای از این فاکتورها منجر به ارتقاء کیفیت زندگی و تجربه زیست مطلوب‌تر در کنار خانواده می‌شود. **نتیجه‌گیری:** زنان دهه ۷۰ در فضایی با پذیرش اجتماعی بیشتر، تربیت مدرن‌تر و خانواده‌هایی با نگرش بازتر زندگی و نسل جدید با ورود به عرصه‌های اقتصادی و اجتماعی، ارزش‌های نوین را جایگزین ارزش‌های سنتی می‌کنند. هر نسل ارزش‌های متفاوت با نسل خویش را دارد که منجر به پویایی می‌شود. در مجموع زندگی در دوران پس از طلاق با خانواده پدری بستری لازم برای درک زندگی شخصی و خانوادگی توأم با سلامت اجتماعی در نظر گرفته می‌شود.

## تاریخ دریافت:

۱۶ شهریور ۱۴۰۴

## تاریخ پذیرش:

۰۵ آذر ۱۴۰۴

## تاریخ انتشار:

۰۴ شهریور ۱۴۰۵

## کلیدواژه‌ها:

پدیدارشناسی، تجربه زیسته، خانواده پدری، زنان مطلقه، طلاق

\* نویسنده مسئول: مرجان حبیبی

آدرس: گروه جامعه‌شناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.



این مقاله با دسترسی آزاد تحت مجوز بین‌المللی کربیتو کامنز از نوع نسبت‌دادن-غیرتجاری-بدون انشقاق ۴/۰ است.

ناشر: دانشگاه مازندران © نویسنده(گان) ۲۵۳۸-۳۶۱۲

## ۱ مقدمه و بیان مسأله

طلاق فرآیندی تعریف می‌شود که روابط، روال‌ها، مفروضات و نقش‌ها را تغییر می‌دهد و معمولاً با تنش‌ها و استرس‌های عدیده‌ای همراه است که زندگی افراد را در ابعاد مختلف اجتماعی، اقتصادی، خانوادگی، روحی و روانی با تغییرات بسیاری همراه می‌کند (Birditt, 2010:1190).

به اعتقاد جامعه‌شناسان، تبدیل طلاق به مسأله اجتماعی، مستلزم تبدیل‌شدن از یک گرفتاری خصوصی و شخصی به یک مسأله عام ساخت اجتماعی است و زمانی به‌عنوان مسأله اجتماعی مطرح می‌شود که از حد معینی خارج شده و فراوانی آن غیرمتعارف گردد (Andric et al., 2024:10). بدین لحاظ امروزه، طلاق دیگر یک مشکل فردی نیست؛ بلکه یک فرآیند چند مرحله‌ای است که نه‌تنها بر نحوه ارتباط افراد خانواده تأثیر می‌گذارد، بلکه لطمات شدیدی نیز بر جامعه وارد می‌کند. صاحب‌نظران، طلاق را از مهم‌ترین ویژگی جمعیت‌شناختی جدید و افزایش چشم‌گیر و گسترده آن را از شکل‌های نوظهور خانواده معاصر می‌دانند. افزایش خیره‌کننده طلاق و روند رو به رشد آن در جوامع امروزی سبب شده است متفکران اجتماعی از واژه‌هایی مانند عصر طلاق و انقلاب طلاق برای توصیف این دوران استفاده کنند (عبداللهی و همکاران، ۱۳۹۹: ۱۵۰).

با توجه به اطلاعات آماری سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی استان تهران، آمار طلاق در این شهر نشان می‌دهد که سیر روند طلاق افزایشی بوده؛ به‌طوری که در سال ۱۴۰۲ تعداد ۳۴ هزار و ۹۷ طلاق مربوط به استان تهران بوده است. اصل قضیه این است که زنان مطلقه، درست از لحظه بعد از طلاق، خود را در موقعیتی مبهم و بلاتکلیف می‌یابند که نوعی حس زائدبودن و به‌دردنخور بودن را به آن‌ها القا می‌کند (محمدی و همکاران، ۱۴۰۲: ۱۶۳). وضعیت زنان پس از طلاق، روندی از محرومیت‌های گوناگون مانند اختلال در مناسبات اجتماعی دوران

زندگی مشترک، کاهش نفوذ اجتماعی، ازدست‌دادن حمایت‌های اجتماعی و طرد اجتماعی را در پی دارد. یکی از مهم‌ترین احساساتی که زنان پس از طلاق تجربه می‌کنند، تنهایی است. تنهایی را می‌توان، نارسایی و ضعف محسوس در روابط بین فردی دانست که به تجربه نارضایتی از روابط اجتماعی منجر می‌شود. تنهایی را حالتی در نظر می‌گیرند که در آن فرد فقدان روابط با دیگران را ادراک یا تجربه می‌کند و شامل عناصر اصلی و مهمی مانند احساس نامطلوب فقدان یا ازدست‌دادن همدم، جنبه‌های ناخوشایند و منفی روابط ازدست‌رفته و ازدست‌دادن سطح کیفی روابط با دیگری است (Teresa & Sakraida, 2019:118). یکی از راه‌هایی که زنان برای برون‌رفت از موقعیت سردرگم‌کننده و رسیدن به ثبات و آرامش انتخاب می‌کنند، بازگشت به خانه پدری است.

این بازگشت تبعات و پیامدهایی برای جامعه و خانواده‌ها دارد. پیامد کلی این بازگشت برای جامعه موجب کاهش آسیب‌های اجتماعی می‌شود و برای خانواده‌ها هم دارای تبعات مثبت و منفی و با توجه به شرایط فرهنگی و اجتماعی متفاوت، دارای پیامدهای متفاوت است. دگرگونی‌های رخ داده در چند دهه اخیر در ایران نیز بیانگر آن است که جوانان در جریان وسیع اطلاعات و گسترش ارتباطات قرار گرفته‌اند؛ بنابراین آن‌ها با دیدگاه‌ها و نظریات جدید آشنا شده‌اند که منجر به ظهور ارزش‌های نو و سطح توقعات آن‌ها شده است (بگی و کریمی، ۱۴۰۲: ۱۳۴).

متولدین دهه ۷۰ شرایط متفاوتی از لحاظ اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی تجربه کرده‌اند: سلطه شبکه‌های اجتماعی، تغییر در جامعه‌پذیری آن‌ها و... آن‌ها در شرایطی رشد یافته‌اند که فناوری‌های نوین ارتباطی پا به عرصه وجود گذاشته‌اند و به نوعی این نسل رسانه‌ای شده است. همه دهه‌ها به نحوی با رسانه ارتباط داشتند، اما نوع ارتباط این دهه با تکنولوژی ارتباطی و اطلاعاتی گسترده همراه است و

به دنیایی از اطلاعات دسترسی دارند (قانعی راد، ۱۳۹۶: ۷۸).

عموم این گروه نسبت به والدینشان تجارب متفاوت و بیشتری دارند و خیلی زود وارد بسیاری از موضوعات مهم زندگی شده‌اند و در نتیجه با فضایی پر از تعارض در این دهه‌ها مواجه هستیم که از یک سو والدین تلاش کرده‌اند امکاناتی را که خودشان نداشته‌اند، برای آن‌ها جبران کنند، اما به دلیل مهارت و شناخت ناکافی منجر به عملکرد متعارضی شده است. در نتیجه بیشتر به سمت آزمون و خطا در رابطه و ازدواج پیش رفته‌اند و در این میان حتی از سقف طلاق هم گذشته‌اند و همچون نسل‌های قبل نگرانی چندانی از این موضوع نشان نمی‌دهند. این تغییر رویکرد در جریان روند تغییر و تحولات در جامعه و خانواده اجتناب‌ناپذیر است. با زبانی روبه‌رو هستیم که تعریف خاص خودشان را از طلاق و زندگی پس از آن دارند. می‌توان گفت که تغییرات اجتماعی - محیطی و خانوادگی در حداقل دو دهه اخیر و بازشدن فضای عمومی و روابط اجتماعی تأثیر زیادی در وقوع این تحولات دارد.

زنان مطلقه به دلیل برخورداری از حمایت‌های اجتماعی برای ادامه زندگی به دامن خانواده پدری برمی‌گردند. زنان مذکور به دلیل وابستگی عاطفی به خانواده، فرار از تنهایی و حمایت همه‌جانبه تصمیم می‌گیرند برای زندگی مجدد، زندگی مستقلی را انتخاب نکنند و به دامن خانواده بازگردند؛ چون امکانات رفاهی زندگی برایشان مهیا بوده است. از سوی دیگر نوع نگاه خانواده با توجه به رویکردی که نسبت به فرزندان مطلقه خود دارند، می‌تواند تصمیم‌گیری متفاوتی را در پی داشته باشد. به تبع خانواده نسل دهه ۷۰ بیشتر سعی در حمایت همه‌جانبه دارند و سعی می‌کنند تمام شرایط زیست مسالمت‌آمیز را فراهم کنند.

مسئله اصلی پژوهش حاضر، واکاوی و بررسی چالش‌ها، دغدغه‌ها و شرایط زندگی است که زنان مطلقه برای زندگی پس از دوران طلاق با خانواده انتخاب کردند. سبب طلاق در جامعه کنونی ایران

هرچه که باشد، کم نیستند زنانی که ترجیح می‌دهند به دلایل مختلف بعد از طلاق خانه پدری را برای زندگی انتخاب و تلاش‌های خودشان را در جهت شکل‌دهی به زندگی در کنار خانواده با همه محدودیت‌ها و چالش‌ها صرف کنند.

درحالی‌که بخش قابل توجهی از پژوهش‌های موجود در کشور عمدتاً با رویکرد اثباتی به بررسی علل و پیامدهای طلاق پرداخته‌اند، کمتر به تجربه زیسته زنان پس از طلاق توجه شده است. این در حالی است که طلاق برای زنان نه تنها یک واقعه حقوقی یا اجتماعی، بلکه تجربه‌ای عمیق و چندبعدی است که بازگشت به خانواده پدری می‌تواند آن را پیچیده‌تر کند. از این منظر، مطالعه‌ای که بتواند با رویکرد درون‌نگر و همدلانه به واکاوی تجربه زنان مطلقه بپردازد، ضرورتی انکارناپذیر دارد؛ زیرا چنین رویکردی امکان دستیابی به درکی واقع‌بینانه‌تر از شرایط و بسترهای اجتماعی و فرهنگی را فراهم می‌کند. اهمیت این پژوهش در آن است که خلأهای جدی موجود در ادبیات علمی را پر می‌کند. نخست آنکه تاکنون مطالعه‌ای به بررسی تجربه زیسته زنان مطلقه با خانواده نپرداخته است و بیشتر متمرکز بر زندگی مستقل بوده است؛ درحالی‌که آن‌ها با زمینه‌های فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی متفاوتی مواجه‌اند و این تفاوت‌ها می‌تواند بر نحوه مواجهه آنان با زندگی پس از طلاق اثرگذار باشد. دوم آنکه موضوع زندگی مجدد با خانواده پدری پس از طلاق، به رغم اهمیت اجتماعی و فرهنگی آن، در پژوهش‌های داخلی مغفول مانده است. بسیاری از زنان پس از جدایی، علی‌رغم فشارها و مسائل موجود، ترجیح می‌دهند دوباره با خانواده پدری زندگی کنند؛ تجربه‌ای که می‌تواند هم فرصت‌هایی برای حمایت و بازسازی شخصیتی فراهم و هم چالش‌هایی تازه ایجاد کند. شناسایی و واکاوی دقیق این تجربه، نه تنها به روشن‌شدن ابعاد پنهان زندگی زنان مطلقه کمک می‌کند، بلکه می‌تواند مبنایی برای توسعه سلامت فردی و روانی زنان مذکور باشد.

پژوهش شامل نابسامانی فرهنگی اجتماعی خانواده، فقدان دل‌بستگی عاطفی، اختلالات شخصیتی و رفتاری، سستی روابط زناشویی، دخالت و فشار هنجاری اطرافیان، مشکلات اقتصادی و معیشتی می‌باشند.

یاریگروش (۱۴۰۱) تحقیقی با عنوان " تجربه زیسته زنان از زندگی خود و فرزندانشان پس از طلاق" در شهر تهران انجام داد. پژوهش حاضر به طور کیفی و به شیوه پدیدارشناسی مورد مطالعه قرار گرفت. نتایج پژوهش نشان داد که مشکلات قبل و حین ازدواج مهم‌ترین عوامل زمینه‌ساز جدایی بوده و مشکلات مالی و مسأله دیدار با پدر از دیگر مشکلات پس از جدایی مادر از همسر است.

جلیلی و همکاران (۱۴۰۱) تحقیقی با عنوان "واکاوی پدیدارشناختی تفسیر زنان از زندگی پس از طلاق در شهر شیراز" انجام دادند. روش کیفی و از نمونه‌گیری هدفمند استفاده شده است. فقدان دو مؤلفه مهارتی در میان زنان مطلقه تحت حمایت بهزیستی منجر به تجاری منفی در آن‌ها شده است: مهارت ارتباطی و حل مسأله؛ مهارت کسب درآمد مستقل.

محمدی و همکاران (۱۴۰۲) تحقیقی با عنوان "مطالعه کیفی تجارب زیسته زنان تنها - زیست در زندگی پس از طلاق" انجام دادند. با رویکرد پدیدارشناسی تفسیری در شهر سنجید انجام شده است. یافته‌های به‌دست‌آمده از تجربه زیسته زنان تنها - زیست پس از طلاق نشان از درک تنها - زیستی به‌مثابه گسترش دامنه اختیارات و آزادی‌های بیشتر، نبود بار مضاعف بر دوش پدر و مادر و حفاظت از فرزندان دارد.

باقری زنجانی و همکاران (۱۴۰۳) تحقیقی با عنوان "شناسایی عوامل امید به زندگی در زنان پس از طلاق: یک پژوهش کیفی" انجام دادند. پژوهش حاضر با رویکرد کیفی تحلیل محتوای قراردادی در شهر زنجان انجام شد. مضمون اصلی شامل تأمین مالی مستقل، ویژگی‌های شخصیتی، آموزش گروهی

از سوی دیگر مطالعه مذکور با رویکرد پدیدارشناسی، امکان دسترسی به لایه‌های عمیق‌تر تجربه انسانی را فراهم می‌کند. برخلاف رویکردهای کمی و اثباتی که بیشتر بر عوامل بیرونی و قابل اندازه‌گیری تمرکز دارند، پدیدارشناسی به بازنمایی تجربه زیسته افراد می‌پردازد و از خلال روایت‌های شخصی، تصویری واقعی‌تر از شرایط آنان ارائه می‌دهد. به‌طورکلی، اهمیت و ضرورت این تحقیق در آن است که با تمرکز بر تجربه زیسته زنان مطلقه و با توجه به شرایط فرهنگی و اجتماعی جامعه ایران به بازنمایی واقعیت‌های کمتر دیده‌شده زندگی زنان جوان پس از طلاق می‌پردازد. این مطالعه می‌تواند به فهمی عمیق‌تر از شرایط آنان منجر شود و راهکارهایی عملی برای ارتقاء کیفیت زندگی و حمایت اجتماعی از زنان مطلقه در دوران پس از طلاق ارائه دهد. سؤال اصلی تحقیق: زنان مطلقه (متولدین دهه ۷۰) چه تجربه زیسته‌ای از زندگی مجدد با خانواده پدری دارند؟

## ۲ مرور پیشینه

### ۲٫۱ پیشینه تجربی

#### ۲٫۱٫۱ تحقیقات داخلی

آرمند و اژدری (۱۳۹۸) تحقیقی با عنوان "زندگی زنان پس از طلاق با رویکردی کیفی (مطالعه موردی شهرستان شاهین‌دژ)" انجام دادند. تحقیق کیفی و از روش نمونه‌گیری هدفمند و نظری استفاده شده است. نتایج حاکی از آن است زنان با احساس تنهایی و مشکلات اقتصادی مواجه هستند. برخی از زنان مطلقه دارای فرزند، تمایل به ازدواج مجدد دارند، اما نگران آینده فرزند خود بودند. مهم‌ترین مسأله این زنان، مشکلات اقتصادی، عدم حمایت مالی و اجتماعی از سوی دولت و نهادهای دولتی بود.

رضاپور و سعیدی (۱۴۰۰) تحقیقی با عنوان "طلاق توافقی از دیدگاه زنان: مطالعه‌ای پدیدارشناختی" در شهر دیلم انجام دادند. محققان در این پژوهش کیفی از روش پدیدارشناسی، نمونه‌گیری هدفمند برای جمع‌آوری اطلاعات بهره جسته‌اند. یافته‌های

دادند. داده‌ها از سازمان ثبت سوئد به روش مطالعه طولی استخراج شد. نتایج نشان داد مشکلات خانوادگی پس از طلاق، مشکلات اقتصادی، نبود حمایت عاطفی، تنهایی تأثیر مهمی در دوران زندگی پس از طلاق ایفا می‌کرد.

پلون و همکاران<sup>۵</sup> (2024) تحقیقی با عنوان "سازگاری پس از طلاق" انجام دادند. در کشور آلمان با بهره‌گیری از مطالعه کیفی انجام شده است. وضعیت تأهل، سطح تحصیلات، زمان سپری‌شده از جدایی، نوع حضانت، دفعات تماس با فرزندان و نوع رابطه با شریک سابق به‌عنوان مؤلفه‌های استخراج‌شده به دست آمد. نتایج نشان داد بین مشکلات جسمانی و روانی سازگاری پس از طلاق و اضطراب رابطه وجود دارد.

کلمنت و همکاران<sup>۶</sup> (2024) تحقیقی با عنوان "نگرش نسبت به زندگی پس از طلاق در پرو و اسپانیا" انجام دادند. در مطالعه حاضر، از روش کیفی و پدیدارشناسی داده‌های مورد نظر جمع‌آوری شد. نتایج نشان داد که زنان مطلقه به‌طور قابل توجهی نگرش منفی بیشتری نسبت به شرایط زندگی در دوران پس از طلاق دارند.

تحقیقات در حوزه طلاق به دو دسته تحقیقات کمی و کیفی تقسیم شده است و براساس آن‌ها پژوهش‌ها صورت پذیرفته است. در تحقیقات کمی بیشتر بر مباحث آماری و مبتنی بر پیمایش و پرسش‌نامه انجام و در تحقیقات کیفی بیشتر بر مصاحبه و تجربه زیسته از دو طیف زنان و مردان متمرکز شده است. محوریت پژوهش‌های انجام‌شده در حوزه طلاق با رویکرد کیفی تحت عناوین و موضوعاتی نظیر علل و عوامل مؤثر بر طلاق، تبیین طلاق از منظر جامعه‌شناختی، تبیین معنای طلاق از زوایای مختلف، فراتحلیل و مرور سیستماتیک مقالات طلاق، بررسی پیامدهای طلاق، بررسی سبک‌های زندگی و تأثیر آن بر طلاق، بررسی

از طریق رسانه و فرهنگ‌سازی، مشاوره و روان‌درمانی، حمایت خانواده، توانمندسازی و داشتن هدف بوده است.

## ۲.۱.۲ تحقیقات خارجی

وازی و سدین<sup>۱</sup> (2020) تحقیقی با عنوان "طلاق: تجربیات متفاوت زن و مرد" انجام دادند. روش بررسی کیفی و از نوع هدفمند بوده است. متغیرهای دموگرافیک، دلایل طلاق، تغییرات در نتیجه طلاق و تفاوت‌های جنسیتی از افراد سوئدی‌زبان از طریق مصاحبه و ارزیابی مورد بررسی قرار گرفت. نتایج نشان داد که درگیری‌های مختلف دلیل اصلی طلاق در نیمی از خانواده‌ها بوده است. در مقایسه با مردان، زنان به‌طور قابل توجهی بیشتر از خانه‌های از هم‌گسیخته می‌آمدند و در بیشتر موارد آغازگر طلاق بودند.

روپر و همکاران<sup>۲</sup> (2021) تحقیقی با عنوان "تأثیرات بین‌نسلی در زندگی پس از طلاق" انجام دادند. این مطالعه در کشور ایتالیا با رویکرد کیفی و از نوع گلوله‌برفی انجام شده است. تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان داد کسانی که طلاق را تجربه می‌کنند، در دوران زندگی پس از طلاق به احتمال زیاد رضایت کمتری را برای ازدواج مجدد گزارش می‌کنند و تنهایی را ترجیح می‌دهند.

ترسا و ساکرادا<sup>۳</sup> (2020) تحقیقی با عنوان "استرس زنان در دوران زندگی بعد از طلاق" انجام دادند. این مطالعه در کشور کانادا با رویکرد کیفی و از نوع هدفمند انجام شده است. نتایج نشان داد در دوران پس از طلاق استرس زیادی را برای مدیریت زندگی تحمل می‌کردند و با استفاده از مشاوره درمانی تلاش کردند تا با استرس مقابله و به رشد شخصی، بهبودی و سبک زندگی سالم خود کمک کنند.

هرن و همکاران<sup>۴</sup> (2023) تحقیقی با عنوان "زندگی پس از طلاق در خانواده غیر اروپایی" انجام

<sup>4</sup> Hjern et al

<sup>5</sup> Pellon et al

<sup>6</sup> Clemente et al

<sup>1</sup> Wadsby & Svedin

<sup>2</sup> Roper et al

<sup>3</sup> Teresa & sakraida

از نظر کاسلو<sup>۱</sup> و مزیرو<sup>۲</sup> طلاق در برگرفته سه دوره است: ۱. تصمیم‌گیری (دوره قبل از طلاق): تصمیم‌گیری که با تجربه‌های نارضایتی روزافزون به روابط زناشویی در هر یک از زوجین آغاز می‌شود و با اقداماتی در زمینه بررسی روند قانونی طلاق و در میان گذاشتن آن با دوستان و خویشاوندان ادامه می‌یابد. ۲. بازسازی (دوره حین طلاق): بازسازی که زمان تمرکز بر واقعیت‌های مرتبط با مسائل اقتصادی طلاق، تصمیم‌گیری درباره محل زندگی هریک از زوجین پس از طلاق، موضوع حضانت و سرپرستی بچه‌ها و موضوع هم‌والدینی است. این دوره با احساسات مبهمی چون ترس، تنهایی، خشم و طرد عجز شده است. ۳. بهبودی (دوره پس از طلاق): افراد سعی در کشف تجربیات، هویت و منابع عشق جدید دارند. این دوره برای برخی هیچ، اما برای بعضی با پشیمانی و مقاومت در پذیرش واقعیت همراه است (Rijan et al., 2021:16).

نظریات مطرح‌شده در ذیل با هدف تبیین نگرش و زندگی نسل جوان در دوران پس از طلاق و رویکردی که نسل مذکور نسبت به این امر دارند لحاظ شده است.

## ۲،۲،۲ نظریه جامعه شبکه‌ای<sup>۳</sup>

جامعه شبکه‌ای جامعه‌ای است که در آن کاربردهای فناوری‌های اطلاعاتی و ارتباطاتی در زمره بدیهیات قرار گرفته است و در عوض عوامل تحدیدکننده و تحریک‌کننده این فناوری‌ها مورد توجه است. در این جوامع ابزارهای فناوری اطلاعات و ارتباطات، به‌عنوان سکوها و اهرم‌هایی برای تغییرات اجتماعی مدنظرند. شبکه‌ها ریخت اجتماعی جدید جوامع ما را تشکیل می‌دهند و گسترش منطق شبکه‌ای تغییرات چشم‌گیری در عملیات و نتایج فرآیندهای تولید، تجربه، قدرت و فرهنگ ایجاد می‌کند. جامعه‌ای را می‌توان به‌درستی جامعه شبکه‌ای نامید که ویژگی آن برتری ریخت اجتماعی بر کنش اجتماعی است. در جامعه شبکه‌ای، داده‌ها و

فرآیندهای وقوع طلاق از منظرهای متفاوت، بررسی جامعه‌پذیری جنسیتی و نقش آن بر طلاق، بررسی بین‌نسلی نگرش به طلاق، بررسی جامعه‌پذیری جنسیتی و نقش آن بر طلاق، پدیده‌شناسی طلاق، نقش فضای مجازی بر طلاق، بررسی نگرش مربوط به طلاق، بررسی دیدگاه‌های خانوادگی نسبت به طلاق، بررسی عوامل، موانع و چالش‌های ازدواج مجدد بعد از طلاق اول، بررسی افزایش طلاق، بررسی پیش‌بینی طلاق، بررسی سلامت، بیماری بر طلاق، واکاوی آسیب‌های طلاق، بررسی اشتغال و تحصیلات بر چگونگی فرآیند طلاق، بررسی نقش آموزش و آگاهی بر طلاق، بررسی انگ در طلاق، بررسی تغییرات فراملی بر طلاق، بررسی نوسازی و تأثیر آن بر طلاق، بررسی الگوهای همسریابی در طلاق، بررسی تفاوت‌های نژادی و قومی در کیفیت زناشویی و طلاق، بررسی اثرات افتراقی بر طلاق، بررسی نقش منابع و محدودیت‌ها برای مردان و زنان در طلاق و بررسی تجربه زیسته زنان و مردان پس از طلاق هستند. در مجموع جمع‌بندی نشان می‌دهد در حوزه زندگی مجدد با خانواده پدری تحقیقی درخور انجام نشده است که با انجام پژوهش پیش رو خلأ تحقیقاتی پر شده و این امر از نوآوری اصلی این تحقیق به‌شمار می‌آید.

## ۲،۲ ملاحظات نظری

### ۲،۲،۱ طلاق

طلاق در فرهنگ جامعه‌شناسی عبارت است از: فسخ رسمی و قانونی ازدواجی که قانونی بوده است. خاتمه رسمی و حقوقی ازدواج و تعهدات ناشی از آن غیر از موارد مبتنی بر ابطال عقد و مفروض بودن مرگ زوج یا زوجه است. به عبارتی دیگر لغو پیوند قانونی زناشویی در ازدواج دائم. در حقیقت از تنش‌های یک ازدواج پرتعارض و ناخوشایند آزاد شده‌اند (گودون، ۱۳۸۸: ۹۷).

<sup>3</sup> Network Society Theory

<sup>1</sup> Kaslo

<sup>2</sup> Meziro

از آن برخوردارند و کسانی را که در چنین موقعیتی قرار ندارد، افزایش می‌دهد.

۶. فرهنگ واقعیت مجازی: فرهنگ عصر اطلاعات در چارچوب انتقال نمادها به وسیله واسطه‌های الکترونیک شکل می‌گیرد. این فضای مجازی حاوی اطلاعات متعدد و متنوع به صورت بخشی از واقعیت اجتماعی عصر جدید در می‌آید و فضای اصلی تعامل‌های معرفتی را کموبیش در اختیار می‌گیرد.

۷. در فضای مسلط فرهنگی متکی به واقعیت مجازی، بازیگران سیاسی به منظور بقاء و حضور در صحنه و تأثیر بر روند تحولات، ناگزیرند که از رسانه‌های حاصل از نمادهای الکترونیک و به خصوص تلویزیون، به صورت تمام عیار بهره‌برداری کنند.

۸. زمان بی‌زمان و فضای جریان‌ها: انتقال آنی اطلاعات، داده‌ها و سرمایه‌ها و امکان ارتباط هم‌زمان میان افراد در نقاط مختلف، عملاً فواصل زمانی را از میان برداشته و نظم طبیعی دوران قدیم یا چارچوب‌های مکانیکی جهان صنعتی را به کلی دگرگون کرده است (Arne & Das, 2019). در نظریه جامعه شبکه‌ای، کاستلز ارجحیت بیشتری برای فضای مجازی نسبت به فضای واقعی قائل شده است. این در حالی است که این دو فضا در یکدیگر تنیده هستند و کنش‌گری اجتماعی و سیاسی به طور توأم در این دو فضا، غیر قابل تفکیک از یکدیگر است.

### ۲،۲،۳ نظریه تغییر ارزش‌های اینگلهات<sup>۱</sup>

در تبیین این دگرگونی ارزشی، به طراحی دو فرضیه پیش‌بینی‌کننده می‌پردازد که عبارت‌اند از:

۱. فرضیه کم‌پایی که بنا بر آن، الویت‌های فرد، بازتاب محیط اجتماعی - اقتصادی اوست. به دگرگونی کوتاه‌مدت و آثار دوره‌ای اشاره دارد. دوره‌های پر رونق به افزایش فرامادی‌گرایی و دوره‌های کم‌پایی به مادی‌گرایی می‌انجامد.

اطلاعات در میان مردم جریان می‌یابند و بر زندگی روزمره آن‌ها اثر می‌گذارند. وی معتقد است که وابستگی متقابل میان سازمان‌دهی فضایی در مناطق و توانایی تولید دانش یکی از موضوعات اساسی جامعه شبکه‌ای است (کاستلز، ۱۳۸۵). کاستلز برای جامعه شبکه‌ای در آغاز هزاره سوم ویژگی‌های زیر را برشمرده است:

۱. اقتصاد اطلاعاتی: بهره‌وری و رقابت میان شرکت‌ها و بنگاه‌های تجاری، مناطق و حوزه‌های اقتصادی کشورها، بیش از هر زمان دیگر به معرفت، دانش، اطلاعات و فناوری لازم برای پردازش این اطلاعات از جمله فناوری مدیریت و مدیریت فناوری متکی شده است.

۲. اقتصاد جهانی: بخش‌ها، بازارها و افراد غنی را به یکدیگر متصل می‌کند و در یک چرخه تولید سود به همکاری و می‌دارد و بخش‌ها، بازارها و افراد فاقد امکانات را از محدوده عملکردهای سودآور خود طرد می‌کند.

۳. فعالیت‌های شبکه‌ای: این فعالیت‌ها نوع تازه‌ای از سازمان و تشکیلات است که مشخصه فعالیت اقتصاد جهانی به شمار می‌آید.

۴. تحول در چگونگی انجام کار و ساختار اشتغال: بر اساس این، کارمندان و کارگران برخلاف گذشته، قراردادهای استخدام مادام‌العمر امضاء نمی‌کنند؛ بلکه شیوه‌های خوداشتغالی، کار پاره‌وقت و اشتغال برای یک دوره موقت رواج یافته است. در عین حال، نگرانی افراد از آینده شغلی خود و احساس بی‌اعتمادی نسبت به آینده، رشد پیدا کرده است.

۵. ظهور قطب‌های متقابل: فرآیند جهانی شدن و شبکه‌ای شدن فعالیت‌های اقتصادی موجب قوت‌بخشیدن به تلاش‌های فردی و تضعیف نهادهای اجتماعی نظیر اتحادیه‌های کارگری و یا دولت رفاه می‌شود. این تحولات به نوبه خود تقابل میان آنان که به اطلاعات دسترسی دارند و از توانایی بهره‌مندی

<sup>1</sup> Theory of Changing Values

بعد از جنگ جهانی دوم متولد و بزرگ شده‌اند. کسانی که بعد از جنگ جهانی دوم بزرگ شده‌اند، زندگی خود را در دنیایی شروع و تجربه کرده‌اند که کاملاً با دنیای قبل از آن تفاوت دارد؛ در نتیجه بین نسل قبل و بعد جنگ جهانی دوم، شکاف نسلی عمیقی به وجود آمده است. مید، علت ایجاد شکاف-نسلی را تغییرات اجتماعی وسیع و عمیقی می‌داند که در دنیا اتفاق افتاده است و دنیا را وارد عرصه جدیدی از رشد و تحول کرده است. مید سه نوع فرهنگ یا جامعه را از هم متمایز می‌کند: ۱. فرهنگ سنتی (جامعه پساتمثیلی) که در آن گذشته والدین الگوی آینده نسل جوان است و فرهنگ قبلی تعیین-کننده ماهیت فرهنگ بعدی است. ۲. فرهنگ انتقالی (جامعه هماتمثیلی) که به جامعه متحول-شده اشاره و نسل قدیمی سعی در حفظ تسلط اندیشه‌های خود دارد. ۳. فرهنگ یادگیری (جامعه پیشاتمثیلی) که در چنین جامعه‌ای دگرگونی‌های بسیار شدیدی رخ می‌دهد؛ به طوری که در وضع جدید نسل گذشته نمی‌تواند الگوی نسل جدید باشد و برای تداوم حیات خود باید ارزش‌ها و هنجارهای قدیمی خود را بر مبنای فرهنگ نسل بعد اصلاح کند و بسیاری از چیزها را از فرزندان خود بیاموزد. به باور مید فاصله نسلی اتفاق افتاده بین دو نسل قبل و بعد از جنگ از نوع نسل سوم است (بگی و حسینی، ۱۴۰۰: ۳۰).

## ۲،۲،۵ برگر و لاکمن

پدیده شکاف نسلی را در قالب پرورش اجتماعی ناموفق تبیین نموده‌اند و معتقدند این امر زمانی به ظهور می‌رسد که اختلاف‌هایی بین پرورش اجتماعی اولیه و ثانویه وجود داشته باشد. به عقیده آن‌ها، خرده‌جهان‌هایی که در جریان جهان پرورش اجتماعی ثانویه درونی می‌شوند، عموماً واقعیت‌هایی جزئی هستند در مقابل جهان پایه‌ای که در پرورش اجتماعی اولیه تحصیل شده است. برخی از بحران‌هایی که پس از پرورش اجتماعی اولیه روی می‌دهند، درواقع معلول پی بردن به این نکته است که دنیای والدین تنها دنیای موجود نیست؛ بلکه

۲. فرضیه اجتماعی‌شدن که اصل را بر این قرار می‌دهد که ارزش‌های اساسی فرد به شکل گسترده، بازتاب شریاطی است که طی سال‌های قبل از بلوغش فراهم شده است و دلالت بر وجود آثار بلندمدت نسلی دارد.

این دو فرضیه با هم مجموعه به هم پیوسته‌ای از پیش‌بینی‌های مربوط به دگرگونی ارزش‌ها را پدید می‌آورند. درحالی‌که فرضیه کم‌یابی دلالت بر این دارد که رونق و شکوفایی اقتصادی به گسترش ارزش‌های فرامادی می‌انجامد، فرضیه اجتماعی‌شدن مبین این است که نه ارزش‌های فردی و نه ارزش‌های یک جامعه، به‌طورکلی یک‌شبه تغییر نمی‌کنند؛ بلکه دگرگونی اساسی ارزش‌ها به تدریج و بیشتر به طری نامرئی روی می‌دهد (اینگلهارت و آبرامسون، ۱۳۸۵: ۵۳).

او نظریه دگرگونی ارزشی را که دلالت بر جابه‌جایی الویت‌های مادی به سمت الویت‌های غیرمادی دارد، به توسعه اقتصادی جوامع ارتباط می‌دهد. ارزش‌های مادی که مبتنی بر نیازهای زیستی و امنیتی فرد هستند و مستقیماً با حیات طبیعی او ارتباط دارند و در مقابل ارزش‌های فرامادی که در جهت ارضای نیازهای فرازیستی انسان می‌باشند. جوانان به مراتب بیشتر از بزرگسالان بر خواسته‌های فرامادی تأکید دارند و تحلیل دگرگونی سنی مبین این است که این موضوع به مراتب بیشتر، بازتاب دگرگونی نسلی است تا انعکاس سالخوردگی. اینگلهارت دگرگونی حاصل‌شده در جامعه بر مبنای تحولات اقتصادی و اجتماعی را در قالب دگرگونی‌های فرهنگی در چارچوب مسایل ارزشی که منجر به تفاوت‌های نسلی می‌شود، تعریف می‌کند؛ این مسأله نیز حائز اهمیت است که برخلاف افراد مسن‌تر، گروه‌های سنی جوان بیشتر تمایل دارند، اولویت‌ها را به نیازهای غیرمادی مانند کیفیت زندگی و درک عمومی بدهند (اینگلهارت، ۱۳۸۳: ۳۸).

## ۲،۲،۴ مارگارت مید

علت رفتارهای غیرمتعارف و حتی ضدفرهنگی جوانان، وجود تفاوت بین آن‌هایی است که قبل و

در جامعه‌پذیری ارزش‌هاست؛ لیکن نفوذ گروه همسالان و هم‌کلاسی‌ها خارج از خانواده نظیر مدرسه، وقایع تاریخی و اجتماعی به شیوه‌ای خاص در جامعه‌پذیری جوانان به‌عنوان عوامل دیگر تعیین‌کننده گرایش‌های ارزشی مؤثر است (Sanfield, 2019: 100).

### ۲،۲،۷ رایزمن

رایزمن نیز تفاوت‌ها ارزش‌ها را متأثر از رسانه‌ها می‌داند. از نظر او امروزه رسانه‌های جمعی توسعه پیدا کرده‌اند و موجب از بین رفتن مرزهای فیزیکی جوامع شده‌اند. استفاده از رسانه‌های جمعی در این دنیای جهانی‌شده عامل اختلاف و تفاوت نسلی است. در این دوره، جوانان با تأثیرپذیری از رسانه‌ها ارزش‌های پیشین خود را کنار گذاشته و ارزش‌های جدید را جایگزین آن‌ها می‌کنند (ذکایی، ۱۳۸۶: ۱۱).

در بررسی تجربه زیسته متولدین دهه ۱۳۷۰ از پدیده «زندگی مجدد با خانواده پدری»، ضروری است دیدگاه‌ها و ارزش‌های نسلی آنان مورد تبیین قرار گیرد؛ چراکه این ارزش‌ها و نگرش‌ها نقش تعیین‌کننده‌ای در شکل‌دهی به رویکردها و شیوه‌های زیست آنان دارند. به‌منظور تحلیل این امر، بهره‌گیری از نظریه‌های متفکران برجسته‌ای همچون رونالد اینگلهارت، بنگستون، رایزمن، جرج هربرت مید و نیز پیتر برگر و توماس لاکمن ضرورت می‌یابد. هریک از این نظریه‌پردازان با ارائه مفاهیم کلیدی در حوزه تغییر ارزش‌ها، پیوستگی بین‌نسلی، تیپ‌های شخصیتی، کنش متقابل نمادین و ساخت اجتماعی واقعیت، امکان فهم عمیق‌تر از تجربه بازگشت نسل دهه ۷۰ به خانواده و بازتعریف روابط اجتماعی آنان را فراهم می‌کنند.

### ۳ روش

روش مورد استفاده در این پژوهش، کیفی و از نوع پدیدارشناسی است؛ هدف پژوهش کیفی درک فرآیندهای اجتماعی در بافت آن‌ها و همچنین درک

دارای موقعیت اجتماعی بسیار مشخصی است و شاید حتی مفهومی تحقیق‌آمیز نیز در آن نهفته باشد. امروزه با کثرت نهادهای جامعه‌پذیرکننده سروکار داریم که ه یک ارزش‌ها، هنجارها و سبک زندگی خاصی را اشاعه می‌دهند. والدین، مدرسه و دانشگاه، صنعت فرهنگ، رادیو، تلویزیون، سینما، ماهواره، نشریات و ... نهادهایی هستند که هریک کارکرد جامعه‌پذیری به صورت‌های مختلف انجام می‌دهند؛ بنابراین در چنین جامعه‌ای وحدت ارزشی از بین می‌رود و کثرت ارزشی جایگزین آن می‌شود. در جامعه‌ای که وحدت ارزشی از بین برود، انسان با گروه‌های مختلفی سروکار دارد که در هریک از آن‌ها یک نوع ارزش خاصی حاکم است که گاه در گروه دیگر ارزش نیست و ارزش‌های رقیب بر پذیرش ارزش‌های والدین تأثیر دارد (برگر و لاکمن، ۱۳۸۷: ۲۱).

### ۲،۲،۶ بنگستون

بنگستون در صدد تحلیل تحولات نسلی بوده است و تلاش کرده به یک مدل نظری در زمینه روابط بین‌نسلی (ابعاد انسجام، پیوند مبتنی بر علاقه، وفاق، منابع مشترک و خانواده‌گرایی) در خانواده برسد. ظهور فضای هنجاری جدید در جامعه منجر به بهم خوردن قراردادهای پیشین میان نسل‌ها شده و شرایط جدیدی در روابط نسلی حاکم گردیده است. او با بررسی ارزش‌های اساسی در خانواده، اثرات نسلی را در اعقاب سه نسل پدر و مادر بزرگ‌ها، پدر و مادرها و جوانان مورد بررسی قرار داده است که در مطالعه خود نهایتاً به ارزش‌های انسان‌گرایانه در مقابل ارزش‌های مادی‌گرایانه و ارزش‌های فردگرایی در برابر جمع‌گرایی رسیده است. به اعتقاد او دامنه انتخاب‌های افراد در قضاوت‌های ارزشی میان نسل‌ها و ارزش‌های فردگرایانه و جمع‌گرایانه متفاوت است. با استفاده از نظریه اجتماعی نقش، جامعه‌پذیری ارزشی در ثبات و تغییرات اجتماعی به تداوم و تداوم نداشتن ارزش‌های نسلی می‌پردازد. خانواده به‌طور معمول مهم‌ترین مکانیسم

<sup>1</sup> Qualitative

رویکرد به پژوهشگر کمک می‌کند تا به لایه‌های عمیق‌تر واقعیت برسد.

- انعطاف‌پذیری در موضوعات انسانی: بسیاری از مسائل اجتماعی و فرهنگی، به‌ویژه موضوعاتی مانند طلاق، بیماری یا تجربه‌های شخصی، نیازمند رویکردی هستند که بتواند احساسات، ادراکات و معناهای فردی را آشکار کند. پدیدارشناسی دقیقاً برای چنین موضوعاتی مناسب است.

- غنای داده‌ها: داده‌های حاصل از پدیدارشناسی معمولاً غنی‌تر و چندبُعدی‌تر هستند؛ زیرا بر روایت‌های شخصی و تجربه‌های واقعی افراد استوارند. این امر به پژوهشگر امکان می‌دهد تصویری جامع‌تر و واقعی‌تر از پدیده مورد مطالعه ارائه دهد.

- تفاوت با سایر روش‌های کیفی: درحالی‌که گزندتئوری بیشتر به تولید نظریه از داده‌ها می‌پردازد و قوم‌نگاری بر فرهنگ و رفتار گروه‌ها تمرکز دارد، پدیدارشناسی بر معنا و تجربه فردی تأکید دارد. همین تفاوت باعث می‌شود برای موضوعاتی که نیازمند درک عمیق از تجربه انسانی هستند، برتری داشته باشد.

تلاش شده است با ابزار مصاحبه نیمه - ساختاریافته به درک تجربه زیسته سوژه‌ها دست یافته و جهان از منظر آن‌ها درک و بازنمایی شود. پس از اخذ رضایت از مشارکت‌کننده‌ها، فرآیند مصاحبه آغاز شد و هر مصاحبه بین ۳۰ تا ۵۰ دقیقه و در یک جلسه به طول انجامید و در نهایت ۲۰ مصاحبه استخراج شده است. در این پژوهش مشارکت‌کنندگان، زنان مطلقه (متولد دهه ۷۰) شهر تهران در سال ۱۴۰۳ و دارای دو ویژگی هستند: اول اینکه بعد از طلاق با خانواده پدری خود زندگی می‌کنند و دوم اینکه فرزند ندارند. داده‌ها در بهار ۱۴۰۳ جمع‌آوری شده و در این روش نمونه‌گیری کیفی، تعداد افراد مورد مصاحبه یا به عبارت دیگر، حجم

معنایی است که این رویدادها برای افراد دارند. پدیدارشناسی بر تجربه آگاهانه و بدون پیش‌فرض زندگی روزمره متمرکز است (جوآنمرد، ۱۴۰۳: ۲۶). پژوهش‌های کیفی از طریق توصیف تجربی و تأکید بر محتوا به افزایش معلومات ما در مورد پدیده‌های اجتماعی کمک می‌کنند. در این رویکرد فرض بر این است که جوهره مشترک در تجربیات مشترک وجود دارد و آن معنای مشترکی است که از طریق تجربه مشترک به اشتراک گذاشته می‌شود تا فرد چیزی را تجربه نکند، به درک درست آن نایل نمی‌شود. پدیدارشناسی اساس تجربه زیسته یا جهان زندگی است. در این روش محقق به جمع‌آوری داده‌ها از میان افرادی که آن پدیده را تجربه کرده‌اند و علاقه‌مند به انتقال این تجارب به سایرین می‌باشند، اقدام می‌کند (25: 2007, Starks&Trinidad).

پدیدارشناسی به دنبال درک معانی و احساسات نهفته در تجربیات انسانی است و به پژوهشگران این امکان را می‌دهد که به عمق زندگی افراد نفوذ کنند. طراحی پژوهش پدیدارشناختی به‌ویژه برای موضوعاتی مفید است که در آن محقق نیاز به عمق بخشیدن به افکار، احساسات و تجربیات مخاطب دارد. از این حیث برای نفوذ و دستیابی به اطلاعات دقیق و روشن تجربه زیسته زنان بعد از طلاق و برای ورود به دنیای ذهنی آن‌ها و واکاوی تجربه زیسته تلاش شد تا از این رویکرد نسبت به سایر روش‌های مطالعه کیفی استفاده شود. دلایل انتخاب به شرح ذیل می‌باشد:

- تمرکز بر تجربه زیسته: پدیدارشناسی به جای تحلیل صرفاً بیرونی، به سراغ ادراک و تجربه درونی افراد می‌رود. این امر امکان دسترسی به واقعیت‌های پنهان و شخصی را فراهم می‌کند که در سایر روش‌ها کمتر مورد توجه قرار می‌گیرد.

- عمق درک پدیده‌ها: برخلاف روش‌هایی که بیشتر بر توصیف رفتار یا ساختار اجتماعی تمرکز دارند، پدیدارشناسی به دنبال فهم معنای پدیده‌ها از دیدگاه افراد است. این

زیسته‌ای از زندگی مجدد داشته‌اید؟ نوع درک و تفسیر شما از شرایط زندگی مجدد به چه صورت بود؟ چه احساسی از زندگی مجدد با خانواده پدری داشتید؟ با چه چالش‌هایی روبه‌رو شدید؟ چرا تصمیم گرفتید بعد از طلاق با خانواده زندگی کنید؟ نحوه پرسشگری از طریق مصاحبه حضوری و در برخی موارد از طریق شبکه‌های اجتماعی نظیر ایتا و واتس‌آپ به صورت متن نوشتاری، ارسال ویس و تماس تلفنی با افراد مطلع بوده است.

تحلیل پدیدارشناسانه تفسیری، یک رویکرد در تحلیل کیفی است با گرایش روان‌شناسانه خاص پیرامون اینکه مردم چگونه از تجربشان معنا سازی می‌کنند. تمرکز پدیدارشناسی بر چگونگی تجربه افراد از یک پدیده خاص استوار است. انجام این تحلیل مستلزم آن است که محقق موارد را به صورت جزئی، بازتابی و دست اول از مشارکت‌کنندگان دریافت و جمع‌آوری کند. ماحصل مطالعه پدیدارشناسانه تفسیری، دادن صدا (حصول و بازتاب داده‌ها و علایق اصلی مشارکت‌کنندگان) و دیگری دادن معنا (ارائه تفسیری از این مواد اطلاعاتی که ریشه در موارد مختلف دارد) است. ارزش پدیدارشناسی در اولویت‌بندی و بررسی چگونگی تجربه جهان توسط انسان‌هاست (Given, 2008).

مراحل پدیدارشناسی تفسیری عبارت‌اند از: انتخاب موضوع، اهداف و سؤال‌های پژوهش، تشکیل نمونه، گردآوری داده‌ها و تحلیل (Smith et al., 2009). تشریح مراحل پدیدارشناسی تفسیری به شرح زیر است: بعد از ضبط مصاحبه‌ها، مصاحبه به صورت کامل نگارش شد و حتی‌المقدور سعی شد در دوباره‌خوانی و سه‌باره‌خوانی هم با مصاحبه ضبط‌شده، تطبیق داد شود. پس از انجام هر مصاحبه و ضبط آن، هرکدام از آن‌ها تایپ شد و این فرآیند پیاده‌سازی برای تک‌تک مصاحبه‌ها عملیاتی شده است و این کار تا اشیاع نظری ادامه پیدا کرد. پس از تایپ مطالب به صورت متداوم و مکرر

نمونه به اشیاع نظری<sup>۱</sup> بستگی دارد. به این ترتیب که هرگاه محقق به این نتیجه رسید که پاسخ‌های داده‌شده یا مصاحبه‌های انجام‌شده با افراد مطلع به اندازه‌ای به همدیگر شباهت دارند که منجر به تکرار مصاحبه‌ها شده و داده‌های جدیدی در آن‌ها وجود ندارد، تعداد مصاحبه‌ها را کافی دانسته و دست از انجام مصاحبه می‌کشد. این مرحله از گردآوری داده‌ها را اشیاع نظری می‌خوانند. اشیاع نظری به مرحله‌ای از گردآوری داده‌های کیفی و مصاحبه‌ای اطلاق می‌شود که در آن پاسخ‌های داده‌شده به سؤالات پژوهش یا مصاحبه‌های انجام‌شده کافی به نظر می‌رسند؛ چراکه داده‌های گردآوری شده از طریق انجام مصاحبه، مشابه و تکراری می‌شوند (58: Charmaz, 2006). با توجه به آنکه در پژوهش‌های کیفی حجم نمونه براساس اشیاع نظری مورد نظر می‌باشد، در مجموع با تعداد ۲۰ مصاحبه اشیاع نظری حاصل شد.

روش نمونه‌گیری گلوله‌برفی<sup>۲</sup> بوده است. یک روش نمونه‌گیری غیراحتمالی است که در آن پژوهشگران از اعضای نمونه برای شناخت سایر افراد نمونه کمک می‌گیرند. در این روش نخست فردی واجد شرایط شناسایی می‌شود و سپس از وی خواسته می‌شود یک فرد مشابه خود را معرفی کند. علت انتخاب این روش به محقق اجازه می‌دهد تا راحت‌تر جمعیت پنهان مورد مطالعه خویش را پیدا کنند. زنان مطلقه‌ای که بخواهند بعد از طلاق زندگی مجدد با خانواده داشته باشند، محدود است و بیشتر زندگی مستقل را انتخاب می‌کند. دسترسی به این افراد پراکنده سخت و تعدادشان محدود است؛ به همین دلیل روش مذکور برای نمونه‌گیری انتخاب شد تا مشارکت‌کنندگان با سهولت بیشتری انتخاب شوند.

یافتن مشارکت‌کنندگان از طریق سپردن به سایر افراد دیگر، شبکه‌های اجتماعی (واتس‌آپ، تلگرام، ایتا، بله، سروش) حاصل شد. سؤالات پرسیده‌شده در این تحقیق به صورت باز بوده است. چه تجربه

<sup>2</sup> Snowball<sup>1</sup> Theoretical Saturation

دربگیرنده اطلاعات افشاکننده هویت مشارکت-کننده را حذف یا تغییر دهد. در این پژوهش نیز سعی شده است برای اعتبار یافته‌ها از معیار قابلیت اعتبار برای اعتبارسنجی مصاحبه‌ها استفاده شود؛ بدین معنا که هر مصاحبه مجدداً به شرکت‌کنندگان عودت داده شد و صحت مطالب تأیید و تغییرات لازم اعمال گردیده است.

براساس ملاحظات اخلاقی، پژوهشگر تمامی تلاش خود را به کاربرد تا در مراحل مختلف پژوهش، اعم از مطالعات نظری، جمع‌آوری داده‌ها، تجزیه و تحلیل یافته‌ها و گزارش آن، معیار صداقت علمی را مدنظر قرار دهد و الزامات اخلاقی را رعایت کند. در مطالعه حاضر و به‌منظور افزایش روایی و پایایی داده‌ها برخی اقدامات صورت گرفت: اختصاص مکان مناسب و زمان کافی به جمع‌آوری داده‌ها، حسن ارتباط با شرکت‌کنندگان، اختصاص زمان کافی به جمع‌آوری داده‌ها، با مرور چندباره آن-ها وسعت و عمق اطلاعات را افزایش داده و برای افزایش اعتبار درونی (روایی) داده‌ها پس از انجام مصاحبه و پیاده‌سازی متن مصاحبه، از معیار باورپذیری استفاده شد. باورپذیری<sup>۱</sup> به معنای بازگرداندن داده‌ها به افراد برای تأیید است (ابوالمعالی، ۱۳۹۱: ۴۴). در پژوهش حاضر داده‌ها، رونوشت‌ها و تحلیل‌ها به تعدادی از شرکت-کنندگانی که به آن‌ها امکان دسترسی مجدد وجود داشت، بازگردانده شد که تمامی آن‌ها این داده‌ها را تأیید کردند (در دو مرحله این اتفاق افتاد؛ بار اول برای متن‌های مصاحبه و استخراج مفاهیم اولیه که چیزی از قلم نیفتاده باشد و بار دوم متن کامل و نهایی مصاحبه و نظرخواهی بابت کل متن، کد-گذاری و دسته‌بندی مقوله‌ها). همچنین متن مصاحبه‌ها به دو تن از اساتید خبره و متخصص در زمینه تحلیل داده‌های کیفی داده شد و صحت مصاحبه‌ها و کدگذاری‌ها را بررسی کردند. همچنین معیار مقبولیت داده‌ها از طریق درگیری مداوم با موضوع و داده‌های پژوهش تعیین شد. در این

مطالب مرور شد؛ به‌گونه‌ای که تمام عبارات و مفاهیمی را که هم‌سو با هدف پژوهش بوده است و امکان استخراج کدهای مضمونی را ممکن می-ساختند، شناسایی و ثبت شد. اول استخراج کدهای باز آغاز شد. کدهایی که در قالب کلی‌تر فهم عبارات شناسایی شده را ممکن سازند. پس از استخراج کدهای باز، این کدها مورد بررسی قرار گرفتند و در ادامه پس از تحلیل ذهنی آن‌ها تعدادی از این کدها با یکدیگر ادغام و برخی دیگر حذف شدند. تعدادی کد جدید هم شناسایی و نگاشته شد. با شناسایی کدهای باز به‌صورت گسترده فرآیند مقایسه بین کدها آغاز شد و شباهت‌ها و تفاوت‌های میان آن‌ها به‌دقت مورد واریسی قرار گرفتند و سپس با ترکیب کدهای مشابه طبقه‌ای دیگر تحت عنوان طبقه محوری تدوین گردید و نهایتاً کار با تدوین کدهای انتخابی برای هر مجموعه‌ای از کدهای انتخابی پایان یافت. این فرآیند برای هر مصاحبه تکرار و تا زمانی ادامه یافت که اطلاعات جدیدی به دست نیامد و مطالب استخراجی صرفاً تکرار داده قبلی بوده است.

در مطالعه حاضر برای رعایت اخلاق، محقق، موارد ذیل را در اجرای پژوهش مدنظر قرار داده است:

۱. در ابتدا، رضایت آگاهانه از مشارکت‌کنندگان برای حضور در تحقیق گرفته شد.
۲. به مشارکت‌کنندگان برای حفظ رازداری، اطمینان خاطر داده شد.
۳. به مشارکت‌کنندگان توضیح داده شد که حق کناره‌گیری از پژوهش را در هر زمان دلخواه در آغاز و حین مصاحبه دارند.
۴. رضایت آن‌ها برای ضبط محتوای مصاحبه جلب و حق مطالبه صوت و متن اجراشده آن به مشارکت‌کنندگان داده شد.
۵. محقق برای حفظ اسرار مشارکت‌کنندگان و محرمانه نگه‌داشتن اطلاعات متعهد شد که جزئیات

<sup>1</sup>Credibility

تغییرات لازم اعمال شد. به‌منظور تعیین قابلیت تصدیق، محقق سعی نموده است که در پیاده‌سازی مصاحبه‌ها، رعایت اصل رازداری و محرمانه‌ماندن اطلاعات، حفظ حق کناره‌گیری در هر مرحله از پژوهش را رعایت کند. در جدول شماره ۱، مشخصات توصیف‌کنندگان آورده شده است.

پژوهش نیز سعی شده از دو معیار مؤثر بودن تحقیقات: یعنی قابلیت اعتبار<sup>۱</sup> و قابلیت تصدیق<sup>۲</sup> استفاده گردید. جهت تضمین قابلیت اعتبار که عبارت است از میزان صحت یافته‌ها پس از تجزیه و تحلیل؛ هر مصاحبه مجدداً به شرکت‌کنندگان تحویل داده شد و صحت مطالب تأیید و

#### جدول ۱: مشخصات توصیفی مشارکت‌کنندگان

Table 1: Descriptive characteristics of participants

| ردیف | نام    | متولد | تحصیلات    | وضعیت اشتغال | مدت زمان زندگی با خانواده |
|------|--------|-------|------------|--------------|---------------------------|
| ۱    | ملکا   | ۱۳۷۹  | لیسانس     | خانه‌دار     | ۳ سال                     |
| ۲    | نسترن  | ۱۳۷۵  | فوق لیسانس | کارمند       | ۵ سال                     |
| ۳    | فاطمه  | ۱۳۷۶  | لیسانس     | خانه‌دار     | ۴ سال                     |
| ۴    | شادی   | ۱۳۷۳  | لیسانس     | هنرمند       | ۳ سال                     |
| ۵    | ترانه  | ۱۳۷۸  | لیسانس     | خانه‌دار     | ۴ سال                     |
| ۶    | مونا   | ۱۳۷۲  | لیسانس     | خانه‌دار     | ۳ سال                     |
| ۷    | سمانه  | ۱۳۷۵  | لیسانس     | خانه‌دار     | ۶ سال                     |
| ۸    | نازنین | ۱۳۷۷  | لیسانس     | فروشگاه      | ۲ سال                     |
| ۹    | نسیبه  | ۱۳۷۷  | لیسانس     | خانه‌دار     | ۱ سال                     |
| ۱۰   | نیلوفر | ۱۳۷۸  | لیسانس     | خانه‌دار     | ۳ سال                     |
| ۱۱   | الهه   | ۱۳۷۸  | لیسانس     | خانه‌دار     | ۲ سال                     |
| ۱۲   | آدرینا | ۱۳۷۸  | دانشجو     | خانه‌دار     | ۳ سال                     |
| ۱۳   | گلنوش  | ۱۳۷۸  | دانشجو     | خانه‌دار     | ۱ سال                     |
| ۱۴   | آینوش  | ۱۳۷۹  | لیسانس     | دانشجو       | ۶ سال                     |
| ۱۵   | مهنا   | ۱۳۷۷  | لیسانس     | دانشجو       | ۲ سال                     |
| ۱۶   | دلربا  | ۱۳۷۸  | لیسانس     | خانه‌دار     | ۵ سال                     |
| ۱۷   | آیلار  | ۱۳۷۸  | لیسانس     | خانه‌دار     | ۲ سال                     |
| ۱۸   | آوینا  | ۱۳۷۳  | لیسانس     | خانه‌دار     | ۲ سال                     |
| ۱۹   | نگارین | ۱۳۷۵  | دانشجو     | خانه‌دار     | ۴ سال                     |
| ۲۰   | گلرخ   | ۱۳۷۱  | دانشجو     | کارمند       | ۳ سال                     |

## ۴ یافته‌های تحقیق

مقوله‌های اصلی، فرعی و مفاهیم استخراج‌شده در جدول شماره ۲ نمایش داده شده است.

<sup>2</sup> Confirmability

<sup>1</sup> Credibility

جدول ۲: مقوله‌های اصلی / مقوله‌های فرعی و کدهای استخراج‌شده  
Table 2: Main categories/subcategories and extracted codes

| مقوله‌های اصلی             | مقوله‌های فرعی                  | کدها/ مفاهیم                                                                                             |
|----------------------------|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| توانمندی اقتصادی           | پشتیبانی اقتصادی                | حمایت‌های مالی، کم نداشتن، پرو بال گرفتن، ساپورت شدن                                                     |
|                            | دسترس‌پذیری امکانات             | آماده و حاضر بودن همه چیز، فراهم‌بودن همه چیز، شرایط عالی و مناسب زندگی                                  |
|                            | خودکفایی مالی                   | استقلال مالی، عدم نیاز مالی، مساعدت مالی پدر، خرید خانه و ماشین                                          |
|                            | درآمدآفرینی                     | رفتن سرکار، کار در فروشگاه، تأمین اشتغال مطلوب                                                           |
| مشاوره تخصصی               | مداخلات روان‌شناختی و مشاوره‌ای | تحت‌نظر روان‌شناس بودن، ارجاع به روان‌شناس برای حل مشکلات، دریافت اطلاعات و راهنمایی، رفتن پیش مشاور     |
|                            | تعامل مشاور - مراجع             | حرف‌زدن با مشاور، گفت‌وگو با مشاور، پاسخ‌گو بودن مشاور                                                   |
| روابط اجتماعی              | دوست‌یابی                       | آشنایی با افراد متفاوت، یافتن دوستان جدید                                                                |
|                            | تعاملات دوستانه                 | اکیپ دوستانه، رفت‌وآمد با دوستان، تفریح با دوستان                                                        |
| زیست آگاهانه               | زیست رضایت‌بخش                  | حس عمیق و لذت‌بخش زندگی، تجربه لذت‌بخش زندگی، تجربه لحظات خوب                                            |
|                            | زیست معنادار                    | رنگ گرفتن زندگی، دروازه‌های جدید زندگی، ادامه‌دار بودن زندگی، استفاده از لحظه لحظه زندگی، بهینه‌سازی وقت |
| به‌زیستی روانی             | روحیه امیدوارانه                | امید و انگیزه نو، افزایش سطح امیدواری، خوش‌بینی آینده‌نگر                                                |
|                            | آرامش درونی                     | آرامش داشتن، غرق آرامش، احساس آرامش، آسایش بیشتر، عدم استرس، عدم ترس، عدم تنهایی، عدم دغدغه‌مندی         |
|                            | زیست علاقه‌محور                 | دنبال‌کردن علایق، انجام کارهای مورد علاقه، ادامه تحصیل                                                   |
|                            | سرمایه روان‌شناختی مثبت         | انرژی مثبت، باور مثبت، دوستان مثبت‌اندیش                                                                 |
|                            | شادکامی                         | خوشحال بودن، احساس شادی، راضی بودن، زندگی خوب و شاد                                                      |
|                            | زندگی هدف‌دار                   | رسیدن به اهداف، تعریف اهداف زیاد، زندگی هدفمند                                                           |
| حمایت وجودی و عاطفی        | حمایت عاطفی                     | حمایت عاطفی، آغوش باز خانواده، آغوش امن و مهربان، دلسوز بودن، درک متقابل                                 |
|                            | تشویق‌گری                       | باور به توانمندی، هواخواهی بیشتر نسبت به قبل، مشوق بودن والدین                                           |
|                            | دلبستگی ایمن                    | توجه والدین، مراقبت‌کردن، مراقبت زیاد                                                                    |
|                            | پناه امن                        | حامی بودن، کوه بودن، ایستادگی‌کردن، مأمّن امن                                                            |
|                            | ارتباط همدلانه                  | زنده شدن خاطرات، خریدهای دونفره، صحبت‌های دونفره                                                         |
| اوقات فراغت                | لذت‌های فردی                    | پاساژگردی، خوش‌گذراندن، رفتن به باشگاه، فیلم دیدن                                                        |
|                            | لذت خانوادگی                    | مسافرت و تفریح با خانواده، بیرون رفتن                                                                    |
| زیست مبتنی بر آزادی و وفور | آزاد بودن                       | آزاد و رها بودن، راحت گذاشتن، عدم محدودیت، گیرندادن، عدم سؤال‌وجواب                                      |
|                            | عدم کمبود                       | عدم کمبود در زندگی، عدم احساس کمبود                                                                      |
| بازسازی شخصیتی             | تحول فردی                       | بازسازی روحیه، تلاش برای روحیه بهتر                                                                      |
|                            | خودشناسی در بستر خانواده        | بازسازی در کنار خانواده، پیدا کردن دوباره                                                                |
|                            | سبک زندگی متوازن                | سلامتی جسمی و روحی، خواب و خوراک بهتر                                                                    |
|                            | تاب‌آوری روان‌شناختی            | فراموش کردن خاطرات تلخ، کنار آمدن با شرایط                                                               |
|                            | توسعه فردی                      | برنامه‌ریزی برای کارها، کسب آگاهی و مهارت بیشتر                                                          |

«بابا و مامان تو زندگی برای من سنگ تمام گذاشتن و نداشتن تو زندگی آب تو دل من تکون بخوره. تلاش می‌کردن تا از نظر امکانات چیزی رو از من دریغ نکنند» (کد ۳ فاطمه).

### خودکفایی مالی

«پدرم بخشی از حقوق ماهانه‌اش رو به من میده تا احساس کمبود نداشته باشم تا کار مناسبی پیدا کنم. پدرم خانه‌ای برای من خریده و پول اجاره رو هم در اختیار من قرار داده تا از نظر درآمد مستقل باشم و هرکاری دلم میخاد با این پول‌ها بکنم» (کد ۱۳ گلنوش).

«سرکار می‌رفتم و احساس استقلال بیشتری می‌کردم دوست داشتم برم. با اینکه از نظر مالی هیچ نیازی نداشتم. وقتم پر میشد و روحیه من کمی تغییر کرده بود» (کد ۱۷ آیلار).

### درآمدآفرینی

«رفتم تو یه فروشگاه کار می‌کنم. کمی سرگرم و مشغول شدم و تونستم برای خودم منبع درآمدی داشته باشم و شغلی رو به دست بیارم. بیشتر به‌خاطر اینکه وقتم پر باشه و یه محیط جدید رو تجربه کنم» (کد ۸ نازنین).

«تونستم با معرفی یکی از آشنایان در اداره‌ای مشغول به کار بشم و وقتم را از این طریق پر کنم تا کمتر دچار فکر و خیال بشم و کمی زندگیم هدفمندتر بشه. کمتر غصه بخورم و زندگیم به بطالت نره» (کد ۱۳ گلنوش).

### ۴،۲ مشاوره تخصصی

دومین مقوله اصلی استخراج‌شده از مصاحبه‌ها، مقوله مشاوره تخصصی است. برای درک شرایط بهتر زندگی و کنار آمدن با شرایط تجربه‌شده قبلی، بسیاری از مشارکت‌کنندگان نسبت به دریافت خدمات تخصصی مشاوره رغبت فراوان نشان می‌دادند و قریب به اتفاق آن‌ها برای درک بهتر زندگی و حل مسأله تحت‌نظر رهنمودهای روان‌شناس بودند و نسبت به این امر واکنش مثبتی داشتند. بسیاری از مشارکت‌کنندگان در مصاحبه‌ها، اذعان داشتند از خدمات مشاور بهره می‌برند و معتقد بودند حضور روان‌شناس و گفت‌وگو با او،

مقوله‌های اصلی استخراج‌شده از مصاحبه‌ها به همراه متن مصاحبه‌ها به شرح ذیل می‌باشد:

### ۴،۱ توانمندی اقتصادی

اولین مقوله اصلی استخراج‌شده از مصاحبه‌ها، مقوله توانمندی اقتصادی است. بدین معنا که فرد در مراحل زندگی خود با خانواده از لحاظ مالی از توانمندی اقتصادی برخوردار بوده است. نکته حائز اهمیت در مشارکت‌کنندگان این بوده که اکثر قریب به اتفاق آن‌ها بعد از طلاق و در زندگی مجدد با خانواده پدری نیاز مالی رو احساس و تجربه نکردند و شرایط همواری رو پشت‌سر گذاشته‌اند. طبق نظریه اینگلهارت افراد وقتی شرایط اقتصادی مناسبی را تجربه کنند دیگر درگیر نیازهای اساسی خویش نیستند و به سمت ارزش‌های فرامادی حرکت می‌کنند (طبق فرضیه کمیایی و جامعه‌پذیری). نسل دهه ۷۰ به دنبال استقلال مالی است و بخشی از این استقلال مالی از طریق خانواده و بخشی از طریق کسب درآمد برای خودشان به-واسطه فرصت‌های شغلی جدید مهیا بود. این مقوله اصلی دارای ۴ مقوله فرعی است: پشتیبانی اقتصادی، دسترس‌پذیر بودن امکانات، خودکفایی مالی، درآمدآفرینی.

### پشتیبانی اقتصادی

«خانوادم بعد از طلاق حمایت‌های مالی از من کردن و با آغوش باز پذیرای من بودند و چیزی را برای من کم نگذاشتند. شرایط زندگی مجدد من با خانواده خیلی خوبه و از هر نظر ساپورت میشم و مشکلی ندارم» (کد ۱ ملیکا).

«از نظر مالی تو زندگی هیچی کم نداشتم. هرچی دلم می‌خواست خانواده برام مهیا می‌کردند. حسرت چیزی تو زندگی از نظر امکانات مالی رو ندارم» (کد ۲ نسترن).

### دسترس‌پذیری امکانات

«لب تر می‌کردم همه چیز حاضر و آماده بود. من تک‌فرزند پدر و مادرم هستم. هر چی اراده کنم برام فراهمه. دغدغه چیزی در زندگی ندارم» (کد ۱ ملیکا).

بسیار اهمیت می‌دادند و از آن به‌عنوان یک عامل قوی و مهم برای گذران لحظه‌ها یاد می‌کردند. در گذر زمان و تغییر نسل‌ها، نقش دوستان و همسالان در شکل‌گیری شخصیت و جامعه‌پذیری افراد پررنگ‌تر شده است. به‌ویژه در میان متولدین دهه ۷۰، ارتباط با هم‌نسلان نه تنها بستری برای یادگیری و تطبیق با تحولات اجتماعی بوده، بلکه به‌عنوان منبعی مهم برای تجربه زیستن و عبور از چالش‌های زندگی تلقی می‌شود. بسیاری از مشارکت‌کنندگان این نسل، دوستی را عنصری کلیدی در مسیر بازسازی زندگی خود می‌دانند؛ همراهانی که با حضورشان، لحظه‌ها معنا می‌گیرند و عبور از سختی‌ها آسان‌تر می‌شود. یافتن دوستان جدید و معاشرت با آن‌ها نقش مهمی در سلامت روان ایفا می‌کند. معاشرت‌ها متنوع‌تر شده‌اند: معاشرت‌ها از فضای سنتی به کافه‌ها، سفرهای گروهی، ارتباطات مجازی، شبکه‌های اجتماعی و سفرهای گروهی منتقل شده‌اند. طبق نظریه کاستلز آدم‌ها در دنیای کنونی درگیر ارتباطات اجتماعی و جامعه شبکه‌ای هستند. معاشرت آزادتر و فردگرایی بیشتر است. معاشرت با دوستان فراتر از خانواده و محله است و اغلب مستقل از نظارت والدین شکل می‌گیرد. این مقوله اصلی دو مقوله فرعی دارد: دوست‌یابی و تعاملات دوستانه.

### دوست‌یابی

«با افراد از دنیاهای متفاوت تو دانشگاه آشنا شدم. دوستای جدیدی پیدا کردم از فرهنگ‌ها و اقوام مختلف. سرم حسابی باهاشون گرم بود. با هم گپ می‌زنیم. بیرون می‌رفتیم و خوش می‌گذروندیم» (کد ۱۹ نگارین).

«تازگی‌ها با یک گروه کوه‌نوردی آشنا شدم که آخر هفته‌ها با هم کوه‌نوردی می‌ریم. اونجا تونستم چند دوست جدید پیدا کنم و یه جورایی باهاشون اخت بشم. کلی می‌گیم و می‌خندیم. روحیه آدم خیلی عوض میشه. با دنیاهای جدید از افکار و آدم‌ها آشنا میشی» (کد ۱۲ آدرینا).

### تعاملات دوستانه

«یه اکیپ با دوستام داریم که همیشه همه‌جا با هم می‌ریم و بهمون خوش می‌گذره. تا می‌تونم

نقش مهمی در درک بهتر مسائل، حل تعارضات درونی و سازگاری با شرایط جدید زندگی ایفا کرده است. مداخلات روان‌شناختی و مشاوره‌ای که به‌عنوان یک فرآیند حمایتی و درمانی، به زنان کمک کرده تا با چالش‌های پس از طلاق و مشکلات پیش‌رو بهتر کنار بیایند. تعامل مشاور - مراجع به‌عنوان بستری امن برای بیان احساسات، تخلیه هیجانات و دریافت راهکارهای عملی در مواجهه با مشکلات دوران پس از طلاق عمل کرده است. واکنش مثبت مشارکت‌کنندگان به این خدمات، نشان‌دهنده اهمیت بالای حمایت روانی و تخصصی در مسیر بازسازی زندگی و ارتقاء سلامت روانی آنان است. این مقوله اصلی دارای دو مقوله فرعی می‌باشد: مداخلات روان‌شناختی و مشاوره‌ای، تعامل مراجع - مشاور.

### مداخلات روان‌شناختی و مشاوره‌ای

«سعی می‌کنم تحت‌نظر یه روان‌شناس زندگی کنم و برای مشکلاتم حتماً بهش رجوع می‌کنم و ازش اطلاعات و کمک می‌گیرم. میخام از این به بعد در مورد هر چیزی مشورت بگیرم و آگاهانه تصمیم بگیرم و همه جوانب رو بسنجم» (کد ۱۰ نیلوفر).

### تعامل مشاور - مراجع

«خیلی با مشاور حرف می‌زنم. خیلی از حرف‌هایی که نمی‌تونستم به بابا و مامان بگم به مشاور می‌گفتم. انگار سنگ صبورم در زندگی شده بود. بهش اعتماد داشتم و مسایل زندگی رو باهاش در میون می‌ذاشتم. احساس می‌کردم یه گوش شنوا هست تا بدون قضاوت و نصیحت منو بشنوه و درک کنه» (کد ۱۸ آوینا).

### ۴٫۳ روابط اجتماعی

سومین مقوله اصلی استخراج‌شده از مصاحبه‌ها، مقوله روابط اجتماعی است. روابط اجتماعی بخش جدایی‌ناپذیر از زندگی انسان‌هاست؛ پلی است میان فرد و جامعه که از طریق آن، انسان معنا می‌یابد و نقش خود را در اجتماع ایفا می‌کند. مشارکت‌کنندگان به نقش دوستان در شرایط زندگی مجدد

نداشته باشم. احساس می‌کنم بزرگ‌تر شدم. احساس می‌کنم بیشتر از قبل قدر زندگی با خانواده‌ام رو می‌دونم و خدا رو شکر می‌کنم بابت اینکه تونستم دوباره کنارشون باشم. تحمل خیلی چیزها برام با وجود بابا و مامان راحت‌تره. سعی می‌کنم تا جایی‌که بتونم از لحظه لحظه‌اش استفاده کنم» (کد ۹ نسیبه).

«انگار قدر زندگی و وقت رو بیشتر می‌دونم. احساس می‌کنم نسبت به قبل خیلی پخته‌تر شدم و از اون سبکسری‌ها خبری نیست» (کد ۶ مونا).

### روحیه امیدوارانه

«نسبت به آینده امیدوارترم. این انگیزه‌ای میشه تا حرکت کنم و تلاشم را ادامه بدم و زندگی کنم. انگار انگیزه جدیدی برای شروع زندگی دوباره دارم تجربه می‌کنم که به من حس سبکی و آرامش میده و من رو وادار می‌کنه تا به جلو حرکت کنم» (کد ۱۸ آوینا).

### آرامش دورنی

«احساس می‌کنم غرق در آرامش هستم. خوشحالم که مادرم انقدر منو درک می‌کنه و کنارش خیلی آرامش دارم. وقتی کنارمه انگار دنیا مال منه. انگار آب تو دل من تکون نمی‌خوره» (کد ۸ نازنین).

«از استرس خبری نیست. با بابام رابطه خیلی خوبی دارم. با هم بیرون می‌ریم. حرف می‌زنیم. خیلی باهاش راحتم. بیشتر از گذشته هوامو داره. از چیزی نمی‌ترسم. ترسی در وجود من از آینده نیست. آینده برام روشن» (کد ۵ ترانه).

«لحظه‌ای احساس غم، پریشانی، ناراحتی و کمبود در زندگی نمی‌کنم و دغدغه چیزی در زندگی ندارم» (کد ۱۲ آدرینا).

### ۴،۵ به‌زیستی روانی

پنجمین مقوله اصلی استخراج‌شده از مصاحبه‌ها، مقوله به‌زیستی روانی است. به‌زیستی روانی شامل توانایی زندگی کردن همراه با شادی و بهره‌وری است. می‌توان واکنش‌های عاطفی و شناختی به ادراک ویژگی‌ها و توانمندی‌های شخصی، تعامل کارآمد و تأثیرگذار با جهان، داشتن رابطه مطلوب با دیگران و

سعی می‌کنم لذت ببرم و تفریح کنم و از فرصت‌ها استفاده کنم. دورهمی‌های دوستانه داریم و به خونه همدیگه رفت‌وآمد می‌کنیم» (کد ۵ ترانه).

«با دو تا از دوستانم خیلی صمیمی و پایه هستیم. همیشه با هم کنسرت، رستوران و طبیعت‌گردی می‌ریم و سعی می‌کنیم به غم فرصت جولان ندیم و شاد باشیم، لذت ببریم و وقتمون رو پر کنیم» (کد ۱۱ الهه).

### ۴،۴ زیست آگاهانه

چهارمین مقوله اصلی استخراج‌شده از مصاحبه‌ها، مقوله زیست آگاهانه است. بدین معنا که زندگی در نظر مشارکت‌کنندگان توأم با آگاهی بوده است و نسبت به دوران قبل زندگی خود نمود بیشتری پیدا کرده و دروازه‌های جدیدی را به سمتشان گشوده است. یکی از برجسته‌ترین مقوله‌هایی است که در تجربه زیسته زنان مطلقه نسل دهه ۷۰ به چشم می‌خورد. مشارکت‌کنندگان این نسل اذعان داشتند که زندگی برایشان معنای تازه‌ای پیدا کرده است؛ معنایی که در دوران زندگی مجدد با خانواده پدری، پررنگ‌تر و ملموس‌تر شده است و دروازه‌های جدیدی از درک، آرامش، رضایت‌مندی و رشد فردی را به روی آنان گشوده است. این بازتعریف زندگی، حاصل تأمل در گذشته، پذیرش شرایط جدید و قدردانی از فرصت‌های دوباره‌ای است که در بستر خانواده شکل گرفته است. این مقوله اصلی چهار مقوله فرعی دارد: زیست رضایت‌بخش، زیست معنادار، روحیه امیدوارانه، آرامش درونی.

### زیست رضایت‌بخش

«وقتی دوباره طعم شیرین زندگی با خانواده رو چشیدم، برای من لذتی بزرگ محسوب میشه. همه این‌ها گذران زندگی را برای من عمیق‌تر و لذت‌بخش‌تر می‌کنه. بودن کنار خانواده پر از لذت و آرامشه» (کد ۷ سمانه).

### زیست معنادار

«زندگیم معنادارتر شده. دروازه جدیدی به روی زندگی من باز شد. نگاهم نسبت به زندگی خیلی عوض شده. سعی می‌کنم نگاه سطحی

«به بابا و مامان خیلی وابسته شدم. پرو بال من رو گرفتند و به من یک امنیت خاطر دوباره دادند برای زندگی مجدد باهاشون. حس شاد بودن و شغف درونی دارم» (کد ۷ سمانه).

### زندگی هدفدار

«خانواده‌ام خیلی بهم کمک کردند تا خودم رو دوست داشته باشم. برای رسیدن به اهدافم تلاش کنم. برای انجام کارهام برنامه‌ریزی دارم و سعی می‌کنم هدفمند زندگی کنم» (کد ۱۵ مهنا).

### ۴٫۶ حمایت وجودی و عاطفی

ششمین مقوله اصلی استخراج‌شده از مصاحبه‌ها، مقوله حمایت وجودی و عاطفی خانواده است. مهم‌ترین فاکتوری که اغلب مشارکت‌کنندگان مطرح کردند، بحث حمایت وجودی و عاطفی خانواده از آن‌ها بوده است. مهربانی، محبت، ترحم، دلسوزی خانواده و القای حس حامی داشتن، دلگرمی خاصی را در زندگی با خانواده ایجاد کرده است. نقش والدین، به‌ویژه پدر و مادر، در زندگی فرزندان نقشی بنیادین و تعیین‌کننده است؛ حمایت وجودی و عاطفی خانواده یکی از مهم‌ترین عوامل مؤثر در زندگی مطلوب عاطفی افراد است؛ موضوعی که اغلب مشارکت‌کنندگان بر آن تأکید داشتند. نوعی دلگرمی و آرامش در زندگی آنان ایجاد کرده بود. این احساس که کسی در کنارشان ایستاده و بی‌قید و شرط پشتیبان‌شان است، نقش مهمی در عبور از بحران‌ها و بازسازی زندگی ایفا می‌کرد. این مقوله اصلی پنج مقوله فرعی دارد: حمایت عاطفی، تشویق‌گری، دلبستگی ایمن، پناه امن، ارتباط همدلانه.

### حمایت عاطفی

«خانواده بعد از طلاق حمایت‌های عاطفی زیادی از من کردند و با آغوش باز پذیرای من بودند. بابا و مامان خیلی با محبت و مهربون بودند. به من محبت می‌کردند و همامو داشتن» (کد ۱ ملیکا).

«من تک‌فرزند خانوادم هستم. بعضی وقت‌ها شب‌ها که می‌خوابیدم مامان می‌ومد پتو رو کنار میزد تا ببینه من حالم خوبه یا نه. بوسم می‌کرد. اون قدر

پیشرفت‌کردن در طول زمان بیان کرد. بدین معنا که زندگی در نظر مشارکت‌کنندگان کیفیت مطلوب‌تری پیدا کرده و نسبت به دوران قبل زندگی خود نمود بیشتری پیدا کرده و افق جدیدی را به سمتشان گشوده است. آن‌ها اذعان داشتند شرایط زندگی دوباره با والدین دریچه جدیدی از زندگی را برای آن‌ها تبیین می‌کند که بیشتر از قبل قدردان این زندگی هستند که منجر به به‌زیستی روانی شده است. کسی که به‌زیستی روانی دارد، نه‌تنها از مشکلات شدید روانی رنج نمی‌برد، بلکه احساس رضایت و شکوفایی در زندگی را تجربه می‌کنند. این مقوله اصلی چهار مقوله فرعی دارد: زیست علاقه‌محور، سرمایه روان‌شناختی مثبت، شادکامی، زندگی هدفدار.

### زیست علاقه‌محور

«کارهای مورد علاقه‌ام را انجام می‌دم. رفتن به باشگاه، تفریح با دوستانم، پاساژگردی. سعی می‌کنم علایقم رو تو زندگی دنبال کنم. تصمیم دارم کلاس موسیقی ثبت‌نام کنم. یوگا برم. باشگاه برم. کارهای هنری رو دنبال کنم» (کد ۴ شادی).

«علاقه‌مندی من شامل ادامه تحصیل، پیدا کردن شغل مناسب، خرید ماشین و خرید هر چیزی که دوست داشته باشم، تفریح و خوش‌گذرانی و ... این‌ها بهم انرژی می‌ده و حالم رو خوب می‌کنه» (کد ۱۳ گلنوش).

### سرمایه روان‌شناختی مثبت

«باور مثبت و تشویق خانوادم رو من تأثیر زیادی داشت و باعث شد نگاه من به زندگی خیلی تغییر کنه و مثبت‌تر بشه. فکر منفی نکنم» (کد ۱۱ الهه).

«با تأکید رو انرژی مثبت، باورهای درست و خیرخواهی تونستم بر مشکلاتم غلبه کنم؛ البته با تمرین، ممارست و تلاش تا حال روحی بهتری رو تجربه کنم. نیم‌خام غر بزنم، نق بزنم و انرژی منفی رو به زندگیم دعوت کنم» (کد ۱۷ آیلار).

### شادکامی

«پیش خانواده حالم خیلی خوبه. خوشحالم که کنارشون هستم و از این بابت که تو زندگی دارمشون خداروشکر می‌کنم» (کد ۱۶ دلربا).

مهربونی می‌کردن انگار من توی اون خونه مهمونم»  
(کد ۱۴ آینوش).

### تشویق‌گری

«هر کاری که دوست داشتم انجام بدم خانواده منو خیلی تشویق می‌کرد و به من انگیزه می‌داد. به من روحیه می‌دادن و می‌گفتن تو از پس همه چیز برمیایی» (کد ۱۲ آدرینا).

«خانوادم خیلی مواظبن و بیشتر از گذشته همامو دارن. تلاش میکنن کارهایی که دوست دارم رو انجام بدم. منو راهنمایی و تشویق میکنن تا به جلو حرکت کنم و درجا نزنم» (کد ۶ مونا).

### دلبستگی ایمن

«پدرم می‌گه من همه کار برات می‌کنم تا خوشحال باشی. تو نگران نباش و غصه نخور. هر کاری داشتی حتماً به من بگو. من مثل یه کوه پشتت ایستادم. هیچ وقت تنهات نمی‌زارم» (کد ۵ ترانه).

«خانوادم ازم خیلی مراقبت می‌کنن و بیشتر از گذشته همامو دارن. همه‌ش مراقبم هستن. تلاش میکنن چیزی برام کم نزارن» (کد ۶ مونا).

### پناه امن

«بابا و مامان خیلی حامی من هستن تو زندگی و مثل یه کوه پشتم ایستادن. تکیه‌گاه و مأمن امنی رو تو زندگی دارم. دلم قرصه به حضورشون» (کد ۷ سمانه).

«پدرم بیشتر از قبل برای من وقت می‌ذاره. باهاش دردل می‌کنم. کنارش حس امنیت و آرامش دارم. همه‌جوره ازم مراقبت می‌کنه و حامی منه. باهام حرف می‌زنه. به من می‌گه هر کاری داشتی یا به هر مشکلی برخوردی بیا به خودم بگو. من حواسم بهت هست. تو دردانه زندگی منی» (کد ۸ نازنین).

### ارتباط همدلانه

«بیشتر با خانواده وقت می‌گذرونم. به حرف‌هاشون بیشتر گوش می‌دم. سعی می‌کنم وقتی می‌خان با من حرف بزنن در مورد موضوعی، حسابی بهشون گوش کنم و براشون وقت بزارم. نه اینکه حواسم این طرف و اون طرف باشه. از طرفی اون‌ها هم برام وقت می‌زارن با اینکه هر دو شاغل هستن و پرمشغله ولی برای من کم نمیزارن» (کد ۱۳ گلنوش).

«من و مامان مثل دو تا دوست هستیم. وقت برای همدیگه می‌زاریم و با هم صحبت می‌کنیم. مادرم لایه-لای حرفهایش نصیحت هم به من می‌کنه» (کد ۳ فاطمه).

### ۴٫۷ اوقات فراغت

هفتمین مقوله اصلی استخراج‌شده از مصاحبه‌ها، مقوله اوقات فراغت است. بخشی از تجربه زیسته زنان مطلقه از زندگی مجدد با خانواده پدری به بخش انتخاب نوع اوقات فراغت که بخشی از زندگی روزمره آن‌ها محسوب می‌شود برمی‌گردد که نقش مهمی در سازگاری با زندگی جدید آن‌ها داشته است. زنان مطلقه، پس از بازگشت به خانواده پدری، برای تثبیت موقعیت خود و کنترل بهتر شرایط زندگی، سعی کردند به فعالیت‌های تفریحی و سرگرم‌کننده روی آورند. این رویکرد، نه تنها به کاهش فشارهای روانی کمک می‌کند، بلکه بستری برای بازیابی انرژی و ایجاد حس امید در آنان فراهم می‌کند. در میان زنان دهه ۷۰، سرگرمی‌ها بیشتر حول محور دوستان شکل گرفته است؛ دوره‌ی دوستانه و سفرهای کوتاه. البته مشارکت‌کنندگان مسافرت با خانواده را به عنوان فرصتی برای تقویت روابط خانوادگی، تجربه لحظات مشترک و فاصله‌گیری از فضای روزمره تلقی می‌کردند و نقش مهمی در ایجاد حس امنیت، آرامش و بازسازی ارتباطات خانوادگی دارد. این مقوله اصلی دو مقوله فرعی دارد: لذت فردی، لذت خانوادگی.

### لذت فردی

«کارهای مورد علاقه‌ام را انجام می‌دم. رفتن به باشگاه، تفریح با دوستانم، خواندن کتاب مورد علاقه. سریال‌ها و فیلم‌های مورد علاقه‌م رو می‌بینم. سینما می‌رم. کافه و رستوران رفتن رو خیلی دوست دارم» (کد ۲۰ گلرخ).

«می‌رم شهر کتاب. کتاب‌های مورد علاقه‌م رو می‌خرم و می‌خونم. یه وقتایی می‌رم کتابخانه محله-مون، اونجا میشینم تو فضای کتابخونه رمان‌های مورد علاقه و جذاب خودم رو تورق می‌کنم و مطالعه می‌کنم، حتی یه جاهایی ارزش نت هم برمی‌دارم» (کد ۷ سمانه).

## لذت خانوادگی

«با پدر، مادر و برادرم مسافرت و تفریح میریم. جاهای دیدنی میریم. سعی می‌کنیم تو مسافرت‌ها با هم باشیم و بهمون خوش بگذره. بابا و مامان پایۀ مسافرت هستن» (کد ۵ ترانه).

«برنامه‌های هفتگی خانوادۀ من اینه که هر هفته کوه‌نوردی و پیاده‌روی تو برنامه‌مون هست و سعی می‌کنیم دل به طبیعت بزنیم و ازش حسایی لذت ببریم. کلی از طبیعت انرژی می‌گیریم و سرحال میشیم» (کد ۱۵ مهنا).

## ۴٫۸ زیست مبتنی بر آزادی و وفور

هشتمین مقولۀ اصلی استخراج‌شده از مصاحبه‌ها، زیست مبتنی بر آزادی و وفور است. متولدین دهۀ ۷۰ به لحاظ شرایط اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی خاص خودشان و نوع جامعه‌پذیری متفاوت‌تری که تجربه کردند، نسبت به نوع زندگی و شئون آن، آزادانه‌تر برخورد می‌کنند و خانواده‌های آنان فضای بازتری را برایشان در نظر گرفته‌اند و محدودیت و کمبودی را در زندگی احساس نمی‌کنند. مشارکت‌کنندگان این نسل، در مصاحبه‌ها اذعان داشتند که در زندگی مجدد با خانواده، احساس محدودیت و کمبود نداشته‌اند و خانواده‌هایشان نیز با درک تربیت نسلی متفاوت، فضای بازتری را برای آنان فراهم کرده‌اند. این نسل، برخلاف نسل‌های پیشین، با آزادی بیشتر در تصمیم‌گیری، ابراز احساسات و پیگیری علایق شخصی مواجه بوده‌اند. این تجربه‌ها نشان می‌دهد که نسل دهۀ ۷۰ با وجود چالش‌های پس از طلاق، در بستری متفاوت و بازتر از گذشته، توانسته‌اند مسیر زندگی خود را با آزادی و وفور بیشتری دنبال کنند. آرمان آزادی در انتخاب مسیر زندگی، شغل، پوشش و روابط وجود دارد. این مقولۀ اصلی دو مقولۀ فرعی دارد: آزادبودن و عدم کمبود.

## آزاد بودن

«هر کاری که دوست داشته باشم انجام می‌دم. آزاد و رها هستم. هیچ محدودیتی تو زندگی ندارم و

کسی هم از من بابت کارهایی که انجام میدم سؤال و جواب نمی‌کنه» (کد ۴ شادی).

«خانواده همه‌جوره منو راحت گذاشتن و بهم گیر نمیدن. اصلاً تو کارم دخالت نمی‌کنن. نمی‌گن چیکار کنم یا چیکار نکنم. منو محدود نمی‌کنن» (کد ۱۴ آینوش).

## عدم کمبود

«بابا و مامان اجازه نمیدن حتی لحظه‌ای تو زندگی احساس ناراحتی و کمبود کنم. در حد توان خودشون چیزی کم نمی‌زارن و همراهی دارند» (کد ۱۲ آدرینا).

«انقدر همه‌جوره بابا و مامان همامو دارن که اصلاً احساس کمبودی تو هیچ زمینه‌ای ندارم و احساس خلأ نمی‌کنم» (کد ۹ نسیم).

## ۴٫۹ بازسازی شخصیتی

نهمین مقولۀ اصلی استخراج‌شده از مصاحبه‌ها، مقولۀ بازسازی شخصیتی است. در این نسل، تلاش برای احیای روحیات از دست‌رفته، بازتعریف هویت فردی و تطبیق با شرایط جدید زندگی به‌وضوح مشاهده می‌شود. این فرآیند، حاصل ترکیبی از انگیزه‌های درونی مشارکت‌کنندگان و تأثیرات محیط خانوادگی بر روند بازسازی شخصیتی آنان بوده است. زنان این نسل، با تکیه بر توانمندی‌های شخصی و در مواجهه با چالش‌های زندگی، گام‌هایی به سوی بازسازی خود با کمک خانواده برداشتند. درعین‌حال، نقش خانواده نیز در این مسیر بی‌تأثیر نبوده است؛ برخی از مشارکت‌کنندگان از تجربه حمایت، پذیرش و همراهی خانواده در کشف دوبارۀ خود و بازسازی شخصیتی خویش سخن گفته‌اند. بازسازی که نشان‌دهندۀ تلاش فردی برای بازیابی هویت، اعتمادبه‌نفس و روحیۀ از دست‌رفته است. برخی از زنان تصمیم گرفتند به بازسازی در مسیر زندگی، یادگیری مهارت‌های جدید و تغییر سبک زندگی روی آورده‌اند. آن‌ها بازسازی شخصیتی خود را در گرو تحول فردی، تغییر باورها و رشد روانی می‌دانستند. استفاده از کتاب‌های توسعۀ فردی، دوره‌های آنلاین و روان‌درمانی گام مهم در بازسازی شخصیتی آنان ایفا می‌کرد. این نسل به‌طور فعال

## توسعه فردی

«تونسستم رو خودم مسلط‌تر بشم و با کمک مادرم بهتر تونسستم با شرایط کنار بیام؛ چون کمکم کرد و سعی کرد با دادن اطلاعات و آگاهی به من، مهارت‌های زندگی رو افزایش بده تا بهتر با زندگی کنار بیام» (کد ۱۰ نیلوفر).

«برنامه‌ریزی برای انجام کارهام دارم و سعی می‌کنم هدفمند زندگی کنم. سعی می‌کنم هرازگاهی تو کارهای خودم دقیق بشم و برای کارهام برنامه‌ریزی داشته باشم. نقاط مثبت و منفی خودم رو روی کاغذ می‌نویسم و سعی می‌کنم روش فکر کنم و جاهایی که نیاز به اصلاح داره تغییر بدم» (کد ۱۶ دلریا).

## ۵ بحث و نتیجه‌گیری

در جوامع در حال گذار همچون ایران، طلاق و زندگی پس از آن یکی از مهم‌ترین چالش‌های حوزه خانواده و آسیب‌شناسی اجتماعی به‌شمار می‌رود. نسل‌های مختلف، به‌واسطه زیست در بسترهای تاریخی، فرهنگی و اقتصادی متفاوت، نگرش‌ها و رفتارهای متمایزی نسبت به پدیده‌هایی چون طلاق، زندگی پس از آن و بازگشت به خانواده پدری دارند. این تفاوت‌ها، به‌ویژه در میان زنان مطلقه، می‌تواند بازتابی از تحولات ارزشی، هنجاری و سبک‌های زندگی در جامعه باشد. نسل دهه ۷۰ در فضای فرهنگی متفاوتی، تربیت نسلی خاص، سلطه ابزارهای ارتباطی و تأثیر گروه همسالان جامعه‌پذیری خود را تجربه کرده است.

درک تجربه زیسته زنان مطلقه از زندگی مجدد با خانواده پدری، می‌تواند افق‌های تازه‌ای در شناخت تحولات اجتماعی و خانوادگی جامعه ایرانی بگشاید. بازگشت به خانه پدری پس از طلاق، تصمیمی است که تحت تأثیر مجموعه‌ای از عوامل اقتصادی، فرهنگی و اجتماعی اتخاذ می‌شود؛ اما آنچه این تجربه را پیچیده‌تر و چندلایه‌تر می‌کند، تفاوت در سبک زندگی و جامعه‌پذیری میان نسل‌های مختلف زنان است. شناسایی و واکاوی دقیق تجربه زنان مطلقه در دهه ۷۰، امکان ترسیم تصویری روشن از

در مسیر خودشناسی، تغییر باورها و رشد فردی حرکت می‌کند. این مقوله اصلی پنج مقوله فرعی است: تحول فردی، خودشناسی در بستر خانواده، سبک زندگی متوازن، تاب‌آوری روان‌شناختی، توسعه فردی.

## تحول فردی

«دید مثبت و حمایت خانواده تو بازسازی روحیه من خیلی تأثیر داشت. تو گروه‌ها و کانال‌های بازسازی و تغییر زندگی شرکت می‌کردم تا به خودم کمک کنم» (کد ۸ نازنین).

«به کتاب‌های ماورایی و روان‌شناسی خیلی علاقه دارم. مخصوصاً کتاب‌های انرژی‌درمانی وین دایر. وقتی مطالعه می‌کنم سعی می‌کنم تمرین ذهنی داشته باشم و از مطالبش استفاده کنم. به من حس خیلی خوبی میده و دنیا و جهان‌بینی منو تغییر میده و احساس سبکی خاصی می‌کنم» (کد ۱۲ آدرینا).

## خودشناسی در بستر خانواده

«پدر و مادرم نقش مهمی در بازسازی من داشتند. از رفتار خوب و همدلانه‌شون تا حمایت‌های همه‌جانبه‌شون از من» (کد ۵ ترانه).

## سبک زندگی متوازن

«آرامش، خواب و خوراک بهتری رو دارم. تجربه کیفیت زندگی بهتری دارم کنار خانواده. الان از زندگیم راضیم. سعی می‌کنم مراقب سلامتی و روحيات خودم باشم» (کد ۸ نازنین).

«از نظر سلامت جسمی و روحی حالم خیلی بهتره. احساس می‌کنم دوباره توان لازم رو برای زندگی مجدد و تجربه‌های پیش رو به دست آوردم» (کد ۲ نسترن).

## تاب‌آوری روان‌شناختی

«تلاش کردم تا خاطرات تلخ را فراموش کنم و به جوری با شرایط کنار بیام و با محیط زندگی جدید با خانواده سازگارتر بشم» (کد ۱۱۵ مهنا).

«شرایط سخت زندگی باعث شد من بتونم تا حدودی با شرایط زندگی آپدیت بشم و مدارای خودم را کمی بیشتر کنم. این حالم را بهتر می‌کنه» (کد ۲ نسترن).

کیفیت زندگی است. برای این نسل، اقتصاد فقط وسیله‌ای برای بقا نیست؛ بلکه ابزاری برای دست‌یابی به آزادی‌های فردی، سفر، مصرف فرهنگی و سبک زندگی مدرن است. برخلاف نسل‌های قبل که امنیت شغلی و درآمد ثابت را کافی می‌دانستند، این نسل خواهان انعطاف‌پذیری، خلاقیت و فرصت‌های برابر اقتصادی است. ارزش‌های فرامادی در این نسل با تأثیر رسانه‌ها و ارتباطات جهانی تقویت شد؛ توانمندی اقتصادی برای آنان به معنای امکان مشارکت در فرهنگ جهانی است. این یافته با تحقیق افرادی نظیر (محمدپور، ۱۳۹۱؛ Kamberi&Shala, 2020; Michael, 2020) هم‌سو بوده است.

**مشاوره تخصصی:** دریافت خدمات مشاوره‌ای، یکی از مهم‌ترین عوامل مؤثر در بهبود شرایط روانی و اجتماعی زنان مطلقه دهه ۷۰ در دوران زندگی مجدد با خانواده پدری بوده است. بسیاری از مشارکت‌کنندگان در مصاحبه‌ها، اذعان داشتند از خدمات مشاور بهره می‌برند و معتقد بودند حضور روان‌شناس و گفت‌وگو با او، نقش مهمی در درک بهتر مسائل، حل تعارضات درونی و سازگاری با شرایط جدید زندگی ایفا کرده است. مداخلات روان-شناختی که به‌عنوان یک فرآیند حمایتی و درمانی، به زنان کمک کرده تا با چالش‌های پس از طلاق و مشکلات پیش‌رو بهتر کنار بیایند. تعاملات دوجانبه به‌عنوان بستری امن برای بیان احساسات، تخلیه هیجانات و دریافت راهکارهای عملی در مواجهه با مشکلات روزمره عمل کرده است. براساس نظریه مید، مشاوره تخصصی برای نسل دهه ۷۰ باید براساس تعامل اجتماعی، تعادل بین فردیت و هنجارهای جمعی و توانایی ساختن هویت در فضای چندارزشی تمرکز کند. این نسل بیش از هر چیز نیازمند یادگیری مهارت‌های ارتباطی و بازتعریف «خود» در تعامل با جامعه و شرایط زندگی پس از طلاق است. این یافته با تحقیق افرادی نظیر (باستانی و همکاران، ۱۴۰۱) هم‌سو بوده است.

تحولاتی را فراهم می‌کند که در بستر زمان و تغییرات اجتماعی شکل گرفته‌اند.

در پژوهش حاضر با استفاده از رویکرد پدیدارشناسی به بررسی تجربه زیسته زنان مطلقه تهرانی از زندگی مجدد با خانواده پدری بعد از طلاق پرداخته شده است. یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد دلیل اصلی بازگشت به خانه پدری برای زندگی بعد از طلاق دریافت حمایت عاطفی خانواده، فراهم‌بودن امکانات مالی، وابستگی خود فرد به خانواده، وابستگی پدر و مادر به فرد، دریافت آرامش و امنیت روانی، نداشتن استقلال لازم برای زندگی مستقل بوده است. ۱۶۸ مفهوم، ۲۹ مقوله فرعی و ۹ مقوله اصلی استخراج شد. خلاصه یافته‌های تحقیق به شرح زیر است: (توانمندی اقتصادی، مشاوره تخصصی، روابط اجتماعی، زیست آگاهانه، به‌زیستی روانی، حمایت وجودی و عاطفی، اوقات فراغت، زیست مبتنی بر وفور و آزادی، بازسازی شخصیتی) می‌باشد که در ذیل به تشریح و تبیین آن‌ها پرداخته می‌شود.

**توانمندی اقتصادی:** زنان مطلقه نسل دهه ۷۰ در دوره‌ای رشد یافته‌اند که با گسترش افزایش رفاه نسبی، امنیت معیشتی و تحولات فرهنگی همراه بوده است. تجربه زیسته آنان از زندگی مجدد با خانواده پدری، با استقلال مالی همراه بوده است. نظریه رونالد انگلهارت درباره تغییر ارزش‌ها نشان می‌دهد که نسل‌های متولد دهه ۷۰ در ایران، به دلیل تجربه امنیت نسبی اقتصادی و اجتماعی، گرایش بیشتری به ارزش‌های «فرامادی» مثل آزادی فردی، خودابرازگری و کیفیت زندگی دارند. این تغییر ارزش‌ها توانمندی اقتصادی آنان را نه فقط در سطح درآمد، بلکه در سطح «انتظارات و سبک زندگی» بازتعریف می‌کند. این تحول ارزشی، نه تنها در نگرش به طلاق، بلکه در شیوه مواجهه زندگی پس از طلاق با خانواده، بازتعریف نقش زن و سبک زندگی پس از طلاق به‌وضوح قابل مشاهده است. نسل دهه ۷۰ به جای تمرکز صرف بر درآمد و امنیت شغلی، به دنبال فرصت‌های رشد فردی، استقلال مالی و

**روابط اجتماعی:** نوع معاشرت و ارتباط برگزیده- شده توسط بانوان حول محور دوستان و معاشرت با آن‌ها تعریف می‌شود و شکل می‌گیرد. پس از طلاق، حمایت اجتماعی دوستان و نزدیکان می‌تواند به سازگاری بهتر افراد مانند هم‌صحبتی، پذیرش فرد با شرایط جدید کمک کند. حمایت اجتماعی و عاطفی در جمع دوستان و معاشرت با آن‌ها، مناسب‌ترین حمایت است و در مقایسه با حمایت‌های مالی و مادی، اهمیت بیشتری دارد. افرادی که دوستان بیشتری دارند، شبکه اجتماعی بزرگ‌تری و با دوستان خود تعاملات بیشتری دارند، بهتر با طلاق سازگار می‌شوند. آنچه مهم است، کیفیت تعامل اجتماعی است. شبکه‌های پایدار که شامل دوستان خوب صمیمی هستند، اهمیت زیادی دارند. کیفیت تعاملات خانوادگی پس از طلاق، نه تنها بر احساس امنیت و آرامش زن تأثیر می‌گذارد، بلکه تعیین‌کننده مسیر آینده او نیز هست. خانواده‌هایی که بتوانند با درک، احترام و حمایت واقعی در کنار زن مطلقه باشند، نقش مهمی در بازسازی روانی، اجتماعی و حتی اقتصادی او ایفا خواهند کرد. این تعاملات، اگر با آگاهی و مسئولیت‌پذیری همراه باشند، می‌توانند طلاق را از یک بحران به یک نقطه آغاز برای زندگی بهتر تبدیل کند. این مقوله با پژوهش (قریشی و همکاران، ۱۳۹۳؛ خلج آبادی نصرآبادی، ۱۳۹۶؛ باغمیانی و جوادیان، ۱۳۹۶؛ عبداللهی و همکاران، ۱۳۹۹؛ ملکیها و همکاران، ۱۴۰۱؛ صفا، ۱۴۰۲؛ Calmin & Uunk, 2006؛ Smith & Eceiza, 2021) همسو است.

**زیست آگاهانه:** زندگی مجدد برای زنان مطلقه دارای معنای جدیدی شده است. اینکه درک و نگرش آن‌ها نسبت به مقوله زندگی مجدد دچار تغییراتی شده و دروازه جدیدی برای زندگی به روی آن‌ها گشوده شده است. فهم جدیدی از زندگی پس از طلاق به دست آوردند. باورهای آن‌ها دچار تغییر شده است. این یافته با تحقیق افرادی نظیر (Kamberi & Shala, 2016؛ Michael, 2020) هم-سو بوده است.

**اوقات فراغت:** از نظر ریتزر اوقات فراغت یک مفهوم فرهنگی و جزئی از نظام فرهنگی است و در ارتباط با خرده‌نظام شخصیتی، در پی تحقق مطلوبیت فردی اعضای جامعه بوده است و کارکرد عمده آن، علاوه بر تأمین نیازهای فراغت‌گران، نوعی کارکرد اجتماعی در راستای اجتماعی‌شدن، انتقال ارزش‌ها و هنجارها، تأمین حیات اجتماعی، ایجاد تعادل و توازن در نظام اجتماعی است. از این‌رو نوع تفریحات و سرگرمی زیست‌شده بانوان مطلقه در زندگی مجدد حول محور مطالعه کتاب‌ها و رمان‌ها، رفتن به مهمانی‌های دوستانه، کوه‌نوردی، کلاس‌های انگیزشی و مسافرت با خانواده خلاصه می‌شود. این یافته با تحقیق افرادی نظیر (Kavas, 2010؛ Ababeh, 2021) همسو بوده است.

**به‌زیستی روانی:** حمایت روانی نیز بخش مهمی از این فرآیند است. خانواده‌ای که بتواند فضای گفت‌وگو، همدلی و درک متقابل را فراهم کند، به زن این امکان را می‌دهد که احساساتش را بیان و تجربه‌اش را پردازش کند و به تدریج به تعادل روانی برسد. براساس نظریه بنگستون، به‌زیستی روانی پس از طلاق در نسل دهه ۷۰ به شدت تحت تأثیر کیفیت روابط بین‌نسلی است. اگر خانواده و شبکه‌های اجتماعی بتوانند حمایت عاطفی و عملی فراهم کنند، فرد با وجود بحران طلاق، می‌تواند به-زیستی روانی خود را بازسازی کند؛ اما در صورت ضعف همبستگی، فشارهای فرهنگی و اجتماعی می‌تواند به‌زیستی روانی را کاهش دهد. این یافته با تحقیق افرادی نظیر (محمدپور، ۱۳۹۱؛ Kavas, 2010) همسو بوده است.

**حمایت وجودی و عاطفی:** حمایت اجتماعی عبارت است از ادراک فرد از اینکه مورد توجه و علاقه دیگران است. از دیدگاه آنان افراد ارزشمند هستند و چنانچه دچار مشکل و ناراحتی شوند، خانواده به او یاری خواهند رساند. حمایت خانواده پدری پس از طلاق، یکی از مهم‌ترین عوامل تعیین‌کننده در کیفیت زندگی زنان مطلقه و مسیر بازسازی روانی و اجتماعی آنان است. در شرایطی که زن با فروپاشی

درعین‌حال، به دلیل دسترسی به منابع و شبکه‌های اجتماعی، کمتر دچار احساس کمبود می‌شود. این یافته با تحقیق افرادی نظیر (محمدپور، ۱۳۹۱؛ Kamberi&Shala, 2016؛ Michael, 2020) هم‌سو بوده است.

**بازسازی شخصیتی:** این نسل در فضایی رشد کرد که هم ارزش‌های سنتی خانواده و هم ارزش‌های مدرن جهانی حضور داشتند. پس از طلاق، بازسازی شخصیت آنان در تعامل با خانواده و جامعه شکل می‌گیرد. رسانه‌ها و شبکه‌های اجتماعی نیز نقش مهمی در بازتعریف هویت پس از طلاق دارند. برگر و لاکمن معتقدند فرد پس از طلاق تجربه‌های جدید خود (احساس آزادی، شکست، یا استقلال) را در تعامل با خانواده و دوستان بیان می‌کند. خانواده و جامعه این تجربه‌ها را در قالب هنجارها و ارزش‌ها تفسیر می‌کنند. فرد این تفسیرها را دوباره درونی می‌کند و شخصیت جدیدی می‌سازد؛ اگر خانواده حمایت‌گر باشد، هویت جدید مثبت‌تر شکل می‌گیرد. این یافته با تحقیق افرادی نظیر (شفیعی‌نیا و همکاران، ۱۴۰۰) هم‌سو بوده است.

زندگی پس از طلاق، فرصتی برای بازنگری در ارزش‌ها، اولویت‌ها و اهداف فردی است. فرد ممکن است احساساتی چون اندوه، خشم، ترس یا حتی رهایی را تجربه کند. این احساسات طبیعی‌اند و اگر در فضایی امن و حمایت‌گرانه پردازش شوند، می‌توانند به نقطه‌ی شروعی برای تحول درونی تبدیل شوند. در این مسیر، خانواده می‌تواند نقش ستون عاطفی و روانی را ایفا کند؛ جایی برای شنیده‌شدن، درک‌شدن و بازگشت به تعادل؛ اما نقش خانواده تنها به همدلی محدود نمی‌شود. آن‌ها می‌توانند در تربیت فرزندان، مدیریت بحران‌های مالی و حتی بازتعریف هویت فردی پس از طلاق مؤثر باشند. خانواده‌هایی که با احترام به استقلال فرد، بدون قضاوت و دخالت‌های مخرب، در کنار او می‌مانند، زمینه‌ساز رشد و آرامش‌اند. در مقابل، خانواده‌هایی که با سرزنش، تحمیل نظر یا ایجاد تنش، فضای روانی فرد را آشفته می‌کنند، روند بهبود را کند و گاه

رابطه‌ی زناشویی، تغییر جایگاه اجتماعی و چالش‌های اقتصادی و روانی مواجه می‌شود، خانواده‌ی پدری می‌تواند به‌عنوان یک پناهگاه امن عمل کند؛ البته به شرطی که نوع حمایت ارائه‌شده، همدلانه، متعادل و متناسب با نیازهای واقعی زن باشد. حمایت عاطفی، نخستین و شاید حیاتی‌ترین شکل حمایت است. زن مطلقه در مرحله‌ای از زندگی‌اش قرار دارد که ممکن است با احساس شکست، طرد، یا بی‌ارزشی دست‌وپنجه نرم کند. در چنین وضعیتی، حضور خانواده‌ای که بدون قضاوت با پذیرش کامل و محبت بی‌قیدوشرط در کنار او باشد، می‌تواند نقش درمانی داشته باشد. این حمایت عاطفی نه تنها به کاهش اضطراب و افسردگی کمک می‌کند، بلکه عزت‌نفس زن را تقویت کرده و او را برای مواجهه با چالش‌های آینده آماده‌تر می‌کند. این نوع حمایت، اگر با احترام به استقلال فردی همراه باشد، می‌تواند نقطه‌ی شروعی برای بازسازی زندگی باشد؛ نه ابزاری برای کنترل یا وابسته نگه‌داشتن. این یافته با تحقیق افرادی نظیر (محمدپور، ۱۳۹۱؛ Kamberi&Shala, 2016) هم‌سو بوده است.

**زیست‌متنی بر وفور و آزادی:** دهه ۷۰ محدودیت و کمبودی را در زندگی به پشتوانه‌ی والدین احساس نمی‌کردند. زنان مذکور فرزندان ارتباطات و جامعه‌ی مصرفی هستند. نسل انتخاب هستند. محدودیت و کمبود برایشان معنی ندارد. این نسل آزادتر و داناتر شده و امکان انتخاب بیشتری دارد. راحت تصمیم می‌گیرد و عمل می‌کند و خودش را درگیر قید و بندهای دست‌وپاگیر زندگی نمی‌کند. محدودیت برای آن‌ها معنی نداشت. برای نسل دهه ۷۰، طلاق می‌تواند به معنای رهایی از نقش‌های سنتی و فشارهای اجتماعی باشد. با وجود دسترسی بیشتر به آموزش، اشتغال و شبکه‌های اجتماعی، کمتر دچار احساس کمبود می‌شود. با وجود آزادی، درگیر مقایسه‌شدن و قضاوت هستند. براساس نظریه‌ی رایزن، نسل دهه ۷۰ پس از طلاق بیشتر به سمت درون‌محوری و آزادی فردی حرکت می‌کند و طلاق را فرصتی برای بازتعریف هویت می‌بیند.

مجدد با خانواده پدری با زندگی مستقلانه مورد توجه قرار بگیرد. نتایج مقایسه‌ای و تحلیلی این موضوع می‌تواند به گلوگاه مهمی برای تبیین زندگی پس از طلاق و چگونگی مواجهه خانواده‌ها با این پدیده و در سطح کلان جهت جلوگیری از آسیب‌های اجتماعی ثانویه مبدل شود.

### منابع مالی

این مقاله هیچ منابع مالی نداشته است.

### سهم نویسندگان

سهم هریک از نویسندگان در نگارش این مقاله یکسان بوده است.

### تعارض منافع

هیچ تعارض منافی وجود ندارد.

### تشکر و قدردانی

نویسندگان از داوران و همچنین مدیرمسئول و سردبیر مجله جامعه‌شناسی نهادهای اجتماعی به‌خاطر حمایت‌هایشان تشکر می‌کنند.

متوقف می‌سازند. درنهایت، زندگی پس از طلاق نه شکست است و نه پایان؛ بلکه فرصتی‌ست برای بازگشت به خود، کشف توانایی‌های نهفته و ساختن آینده‌ای که بر پایه آگاهی، تجربه و انتخاب‌های تازه بناشده. خانواده، اگر نقش خود را با درایت و محبت ایفا کند، می‌تواند یکی از مهم‌ترین عوامل موفقیت در این مسیر باشد. از محدودیت‌های مطالعه پیش رو می‌توان به موارد زیر اشاره کرد: یافتن مشارکت‌کنندگان، بازده زمانی محدود برای جمع‌آوری مصاحبه‌ها، تفهیم و اقناع مشارکت‌کنندگان برای حفظ محرمانگی اطلاعات آن‌ها.

### پیشنهادهات

با توجه به اهمیت دوران زندگی پس از طلاق با خانواده، سازگاری و تاب‌آوری، نقش مهم آن در سبک زندگی فردی و اجتماعی سالم، سلامت عمومی و کاهش آسیب‌های اجتماعی مبرهن هست تا تحقیقاتی در زمینه بررسی مقایسه‌ای بین زندگی

## منابع

مردان ایرانی از سازگاری با طلاق: یک پژوهش کیفی. *پژوهش‌های انجمن مشاوره ایران*، ۱۳۱(۸)، ۵-۳۱.

<http://doi.org/10.18502/qjcr.v22i82.10109>

باقری زنجانی اصل منفرد، لیلا؛ فرش‌باف مانی صفت، فرناز؛ ابراهیمی، لقمان و خادمی، علی (۱۴۰۳). شناسایی عوامل امید به زندگی در زنان پس از طلاق: یک پژوهش کیفی. *مدیریت ارتقای سلامت*، ۱۳(۳)، ۱-۱۷.

<http://doi.org/10.22034/JHPM.13.3.31>

بگی، میلاد و کریمی آرام، نسترن (۱۴۰۲). جایگزینی نسلی و خانواده‌گرایی در ایران. *جامعه‌شناسی نهادهای اجتماعی*، ۱۰(۲۱)، ۱۲۷-۱۵۸.

ابوالمعالی، خدیجه (۱۳۹۱). *پژوهش کیفی از نظریه تا عمل*. تهران: نشر علم.

آرمند، محمدعلی و اژدری، آرام (۱۳۹۸). زندگی زنان پس از طلاق با رویکردی کیفی (مطالعه موردی شهرستان شاهین‌دژ). *پژوهش‌های جامعه‌شناختی*، ۹(۳)، ۷-۲۴.

اینگلهارت، رونالد (۱۳۸۳). *بازشناسی مفاهیم نسل و شکاف نسلی*. ترجمه مریم وتر، تهران: انتشارات کویر.

اینگلهارت، رونالد و آبرامسون، پل (۱۳۸۵). امنیت اقتصادی و دگرگونی ارزشی. ترجمه شهناز شفیعی‌خانی، *نامه پژوهش*، ۳(۱۴)، ۹۸-۱۱۱.

باستانی، سهیلا؛ غلامزاده جفره، مریم و سودانی، منصور (۱۴۰۱). بررسی تجربه زیسته زنان و

پدیدارشناختی. برنامه‌ریزی رفاه توسعه  
اجتماعی، ۱۰(۴۷)، ۱۹۱-۲۲۴.

<https://doi.org/10.22054/qjsd.2021.59661.2145>

شفیعی‌نیا، اعظم؛ ولی‌الله، فرزاد؛ حسینیان، سیمین  
و ابوالمعالی الحسینی، خدیجه (۱۴۰۰).  
تجربه زیسته زنان مطلقه با طلاق‌های  
غیرمنتظره: یک مطالعه کیفی.  
خانواده‌درمانی کاربردی، ۲(۴)، ۱۹۲-۲۱۴.

<https://doi.org/10.22034/aftj.2021.305286.1204>

صفا، داود (۱۴۰۲). واکاوی طلاق زود هنگام در بین  
زوجین جوان شهر قم؛ مطالعه‌ای کیفی  
مبتنی بر گراند تئوری. پژوهش‌نامه اسلامی  
زنان و خانواده، ۱۱(۳۳)، ۱۶۹-۲۰۳.

عبداللهی، اصغر؛ احدی، حسن؛ تاجری، بیوک و حاج  
علیزاده، بیوک (۱۳۹۹). تجربه طلاق از  
منظر زوجین مطلقه در شهر تهران (در پنج  
سال اول زندگی). مطالعات راهبردی زنان،  
۲۳(۸۹)، ۱۴۳-۱۶۲.

<https://doi.org/10.22034/JWSS.2020.252782.2507>

عسکری باغمیانی، اشرف و جوادیان، سید رضا  
(۱۳۹۶). فشار مضاعف زندگی، پیامد اصلی  
طلاق در زنان: یک مطالعه کیفی. مجله  
تحقیقات کیفی در علوم سلامت، ۶(۴)،  
۴۳۶-۴۲۷.

قانع‌راد، سید محمدامین (۱۳۹۶). زوال پدرسالاری؛  
فروپاشی خانواده یا ظهور خانواده مدنی؟.  
تهران: نشر نقد فرهنگ.

قریشی، فردین؛ شیرمحمدی، داود- و برجوند، آوات  
(۱۳۹۳). فهم عوامل طلاق از منظر مردان و  
زنان در معرض طلاق و طلاق‌گرفته مطالعه  
موردی شهر سقز. پژوهش‌های راهبردی  
امنیت و نظم اجتماعی، ۳(۱)، ۱۹-۳۰.

<https://doi.org/10.22080/SSI.2023.24876.2073>

برگر، پیتر و لاکمن، توماس (۱۳۸۷). ساخت اجتماعی  
واقعیت. ترجمه فریبرز مجیدی، تهران:  
شرکت انتشارات علمی و فرهنگی.

بگی، میلاد و حسینی، حاتم (۱۴۰۰). تفاوت‌های  
نسلی در نگرش نسبت به طلاق در ایران:  
کاربرد الگوی چندسطحی. راهبردی مسائل  
اجتماعی ایران، ۱۰(۳)، ۴۴-۲۳.

<http://dx.doi.org/10.22108/srsp.2021.132060.1764>

جلیلی، روح‌الله؛ ابراهیمی منش، مریم؛ خضری، الهام  
و میرجلیلی، سید محمدعلی (۱۴۰۱). واکاوی  
پدیدارشناختی تفسیر زنان از زندگی پس از  
طلاق. تدویم و تغییر اجتماعی، ۱(۳)، ۲۷۸-  
۲۶۱.

<https://doi.org/10.22034/jscc.2022.2729>

جوانمرد، کرم الله (۱۴۰۳). سنخ‌شناسی طلاق  
براساس تجربه زیسته زوجین طلاق‌گرفته  
(مورد مطالعه شهر خرم‌آباد). انحرافات و  
مسائل اجتماعی، ۸، ۱۶۷-۱۹۴.

<https://doi.org/10.48308/jfr.19.3.415>

خلج‌آبادی 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)،  
۲۴۰-۲۲۳.

<https://doi.org/10.22059/jwdp.2017.62355>

ذکایی، محمد (۱۳۸۶). فرهنگ مطالعات جوانان.  
تهران: نشر آگه.

رضاپور، داریوش و سعیدی، نرگس (۱۴۰۰). طلاق  
توافقی از دیدگاه زنان: مطالعه‌ای

محمدپور، احمد (۱۳۹۱). بسترها، پیامدها و سازگاری زنان مطلقه شهر تهران (یک مطالعه پدیدارشناسانه). *فصل‌نامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۴(۱)، ۱۷۲-۱۳۵.

ملکیها، مرضیه؛ اصلانی، فرشید و باقری، رضوان (۱۴۰۱). واکاوی تجربه زیسته زنان در تزلزل بنیاد خانواده و طلاق. *نشریه علمی زن و فرهنگ*، ۱۳(۵۲)، ۹۵-۱۰۶.

یاریرگروش، محیا (۱۴۰۱). تجربه زیسته زنان از زندگی خود و فرزندانشان پس از طلاق. *فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، ۱۳(۵۰)، ۲۷۴-۲۵۳.

<https://doi.org/10.22054/QCCPC.2022.62748.2761>

Abdollahi, A., Ahadi, H., Tajeri, B., & Haj Alizadeh, B. (2010). Divorce experience from the perspective of divorced couples in Tehran (in the first five years of life). *Women's Strategic Studies*, 23(89), 162-143. [In Persian].

<https://doi.org/10.22034/JWSS.2020.252782.2507>

Abebe, Y.M. (2015). Lived experiences of divorced women in rural Ethiopia. a special focus in hulet ejju enessie worda: Addis zemen kebele. *International Journal of Political Science and Development*, 3(6), 268-281.

Abolmaali, K. (2012). *Qualitative research from theory to practice*, Tehran: Alam Publishing. [In Persian].

Andric, M., Hsueh, J.W.J., Zellweger, T., & Hatak, I. (2024). Parental divorce in

کاستلز، مانوئل (۱۳۸۵). *عصر اطلاعات: اقتصاد، جامعه و فرهنگ*. ترجمه احد علیقلیان و افشین خاکباز، تهران: نشر طرح نو.

گودون، مارشال (۱۳۸۸). *فرهنگ جامعه‌شناسی*. ترجمه حمیرا مشیرزاده، تهران: نشر میزان.

محمدی، جمال؛ امجدی، سروه و رایان‌پور، راضیه (۱۴۰۲). مطالعه کیفی تجارب زیسته زنان تنها - زیست در زندگی پس از طلاق. *جامعه‌شناسی نهادهای اجتماعی*، ۱۰(۲۱)، ۱۷۸-۱۵۹.

<https://doi.org/10.22080/SSI.2023.25194.2092>

early life and entrepreneurial performance in adulthood. *Journal of Business Venturing*, 67(1), 1-25.

<https://doi.org/10.1016/j.jbusvent.2024.106390>

Armand, M., A. & Azhdari, A. (2019). Women's life after divorce with a qualitative approach (case study of Shahindej county). *Sociological Research*, 9(3), 7-24. [In Persian].

Arne, B., & Das, R. (2019). an Agenda in the Interest of audiences: facing the challenges of intrusive media technologies. *Television & New Media*, 20(2), 184-198.

[doi.10.1177/1527476418759604](https://doi.org/10.1177/1527476418759604).

Askari Baghmiani, A., & Javadian, S. R. (2017). Double life pressure, the main consequence of divorce in women: A qualitative study. *Journal*

- of Qualitative Research in Health Sciences, 6(4), 427-436. [In Persian].
- Bagheri Zanjani Asl Monfared, L., Farshbaf Mani Sefat, F., Ebrahimi, L., & Khademi, A. (2024). Identifying the factors of life expectancy in women after divorce: A Qualitative study. *Health Promotion Management*, 13(3), 1-17. [In Persian].  
<http://doi.org/10.22034/JHPM.13.3.31>
- Bastani, S., Gholamzadeh Jafareh, M., & Sudani, M. (2012). Investigating the lived experience of Iranian women and men in adjusting to divorce: A qualitative study. *Quarterly Journal of Iranian Counseling Association Research*, 1(8), 5-31. [In Persian].  
<http://doi.org/10.18502/qjcr.v22i82.10109>
- Begi, M., & Hosseini, H. (2001). Generational differences in attitudes towards divorce in Iran: Application of multilevel. *Strategic Model of Iranian Social Issues*, 10(3), 23-44. [In Persian].  
<http://dx.doi.org/10.22108/srsp.2021.132060.1764>
- Begi, M., & Karimi Aram, N. (2022). Generational replacement and family orientation in Iran. *Sociology of Social Institutions*, 10(21), 127-158. [In Persian].  
<https://doi.org/10.22080/SSI.2023.24876.2073>
- Berger, P., & Luckman, T. (2008). *Social construction of reality*. Translated by Fariborz Majidi, Tehran: scientific and cultural publishing company. [In Persian].
- Birditt, K. S., Brown, E., Orbuch, T. L., & McIlvane, J. M. (2010). Marital conflict behaviors and implications for divorce over 16 years. *Journal of Marriage and Family*, 72(5), 1188-1204.  
<https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00758.x>
- Calmin, D., Uunk, W. (2006). Remarriage as a way to overcome the financial consequences of divorce a test of the economic need hypothesis for european women. *European Sociological Review*, 24(3), 393-407.  
<https://doi.org/10.1093/esr/jcn025>
- Castells, M. (2006). *The age of information: Economy, society and culture*. Translated by Ahad Ali Qolian and Afshin Khakbaz, Tehran: Tarh No Publishing. [In Persian].
- Charmaz, K. (2006). *Grounding grounded theory: a Practical guide through qualitative analysis*. London: Sage Publications Ltd.
- Clemente, M., Espinosa, P., Aguilar-Valera, A., & Guevara, C. (2024). The eye of the beholder: Attitudes toward divorced parents and perception of children's happiness in peru and spain. *Journal of Family Issues*, 10(3), 1-12.  
<https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e36260>

- Ghanei-Rad, S. M. A. (2017). *Decline of patriarchy; Collapse of the family or the rise of the civil family?*. Tehran: Naqd Farhang Publishing. [In Persian].
- Given, L. M. (2008). *The sage encyclopedia of qualitative research methods*. SAGE Publications.
- Godon, M. (2009). *The culture of sociology*. Translated by Homeira Moshirzadeh. Tehran: Mizan Publishing. [In Persian].
- Hjern, A., Palacios, J., Despax, J., & Vinnerljung, B. (2023). Couple partnership and divorce in domestic and non-european international adoptees. a swedish national cohort study with follow up until 36 to 45 years. *Children and Youth Services Review*, 155(2), 1-10.  
<https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2023.107215>
- Inglehart, R. (2003). *Recognizing the concepts of generation and generation gap*, Translated by Maryam Weter, Tehran: Kavir Publications. [In Persian].
- Inglehart, R., & Abramson, P. (2006). *Economic security and value transformation*. Translated by Shahnaz Shafikhani, Nameh-e-Phaezouq, 3(14), 98-111. [In Persian].
- Jalili, R., Ebrahimi Manesh, M., Khozri, E., & Mirjalili, S. M. A. (2001). Phenomenological analysis of women's interpretation of life after divorce. *Continuity and Social Change*, 1(3), 261-278. [In Persian].  
<https://doi.org/10.22034/jscc.2022.2729>
- Javanmard, K. (2003). Typology of divorce based on the lived experience of divorced couples (case study of Khorramabad city). *Deviations and Social Issues*, 8, 167-194. [In Persian].  
<https://doi.org/10.48308/jfr.19.3.415>
- Kamberi, F., Shala, A. (2016). Phenomenology of divorce in Kosovo for the period between 2004-2014. *International Electronic Scientific*, 2(12), 1-11.  
<https://doi.org/10.22178/pos.17-12>
- Kavas, S. (2010). *Post-divorce experience of highly educated and professional women*. PHD, Department of Sociology.
- Khalajabadi Farahani, F., Tanha, F., & Abutorabi Zarchi, F. (2017). The lived experience of divorced women in Saveh city in the field of family and social relations. *Women in Development and Politics*, 15(2), 223-240. [In Persian].  
<https://doi.org/10.22059/jwdp.2017.62355>
- Malekiha, M., Aslani, F., & Bagheri, R. (2012). Analyzing the lived experience of women in the weakening of the

- family foundation and divorce. *Scientific Journal of Women and Culture*, 13(52), 95-106. [In Persian].
- Michael, M., Hong, Y., & Bernhardt, E. (2020). Parental divorce and union disruption among young adults in Sweden. *Journal of Marriage and Family*, 30(5), 52-74.  
<https://doi.org/10.1177/0192513X08331028>
- Mohammadi, J., Amjadi, S., & Rayanpour, R. (2002). A qualitative study of the lived experiences of single women -life after divorce. *Sociology of Social Institutions*, 10(21), 178-159. [In Persian].  
<https://doi.org/10.22080/SSI.2023.25194.2092>
- Mohammadpour, A. (2012). Contexts, consequences and adjustment of divorced women in Tehran (a phenomenological study). *Quarterly Journal of Family Counseling and Psychotherapy*, 4(1), 135-172. [In Persian].
- Pellon, I., Martínez-Pampliega, A., & Cormenzana, S. (2024). Post-divorce adjustment, coparenting and somatisation: Mediating role of anxiety and depression in high-conflict divorces. *Journal of Affective Disorders Reports*, 16(1), 1-8.  
<https://doi.org/10.1016/j.jadr.2023.100697>
- Quraishi, F., Shirmohammadi, D., & Borjvand, A. (2014). Understanding the factors of divorce from the perspective of men and women exposed to divorce and divorced-case study of Saqqez city. *Strategic Research on Security and Social Order*, 3(1), 19-30. [In Persian].
- Rezapour, D., & Saeedi, N. (2017). Divorce by agreement from the perspective of women: a Phenomenological study. *Welfare Planning for Social Development*, 10(47), 224-191. [In Persian].  
<https://doi.org/10.22054/qjsd.2021.59661.2145>
- Rijan, R., van der Valk, I., & Branje, S. (2021). Post divorce coparenting patterns and relations with adolescent adjustment. *Journal of Family Issues*, 43(7), 1739-1759.  
<https://doi.org/10.1177/0192513X211030027>
- Roper, S. W., Fife, S. T., & Seedall, R. B. (2020). The intergenerational effects of parental divorce on young adult relationships. *Journal of Divorce and Remarriage*, 61(4), 249-266.  
<https://doi.org/10.1080/10502556.2019.1699372>
- Safa, D. (2022). Analysis of early divorce among young couples in Qom: A qualitative study based on grand theory. *Islamic Journal of Women and Family*, 11(33), 169-203. [In Persian].

- Sandfield, A. (2019). Talking divorce: The role of divorce in women's constructions of relationship status. *Journal of Divorce & Remarriage*, 16(2), 95-110.  
<https://doi.org/10.1177/0959-353506062971>
- Shafieinia, A., Valiollah, F., Hosseinian, S., & Abolmaali Hosseini, K. (2017). The lived experience of divorced women with unexpected divorces: A qualitative study. *Applied Family Therapy*, 2(4), 192-214. [In Persian].  
<https://doi.org/10.22034/aftj.2021.305286.1204>
- Smith, J. A., Flowersm, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretative phenomenological analysis: theory, method, and research*. SAGE Publications.
- Smith. K., & Eceiza. A. (2021). Parental divorce, interparental conflict, and parent-child relationships in Spanish young adults. *Psychology*, 37(3), 1-9.  
<https://doi.org/10.1017/SJP.2020.38>
- Starks, H., & Trinidad, S. B. (2007). Choose your method: A Comparison of phenomenology, discourse analysis, and grounded theory. *Qualitative Health Research*, 17 (10), 1372-1380.  
<https://doi.org/10.1177/1049732307307031>
- Teresa, J., & Sakraida, D. (2019). Stress and coping of midlife women in divorce transition. western. *Journal of Nursing Research*, 30(7), 110-121.  
<https://doi.org/10.1177/0193945907311324>
- Wadsby, M, & Svedin, G. (2020). Divorce: Different experiences of men and women. *Journal of Family Issues*, 42(6), 170-185.  
<https://doi.org/10.1093/fampra/9.4.451>
- Yarigerroosh, M. (2001). Women's lived experience of their lives and their children's lives after divorce. *Culture of Counseling and Psychotherapy*, 13(50), 274-253. [In Persian].  
<https://doi.org/10.22054/QCCPC.2022.62748.2761>
- Zakaei, M. (2007). *Culture of youth studies*. Tehran: Ageh Publishing. [In Persian].