نشریه علمی‌پژوهشی فرهنگستان علوم پزشکی
سال دوم، شماره دوم، تابستان ۹۷، صفحات ۲۲۵ تا ۲۳۱

اثربخشی مشاوره گروهی مبتنی بر معنویت بر خودمختاری و تسلط بر محیط دختران پس از طلاق والدین

نویسندگان:
مریم صف‌آراء*[۱]، مینا خانبابایی[۲]، مینو خانبابایی[۳]

چکیده

زمینه و هدف: هدف پژوهش حاضر، تعیین اثربخشی مشاوره گروهی مبتنی بر معنویت برافزایش خودمختاری و تسلط بر محیط دختران پس از طلاق والدین بود.

روش بررسی: تحقیق حاضر از نوع آزمایشی و طرح مورد استفاده طرح پیش‌آزمون ـ پس‌آزمون با گروه شاهد بود. برای گردآوری داده‌ها از پرسشنامه بهزیستی روانشناختی ریف استفاده شد. تعداد ۲۰ نفر از دختران پس از طلاق والدینشان که دارای ملاک‌های ورود به آزمایش بودند، به صورت نمونه در دسترس انتخاب شدند و از بین آن‌ها، تعداد ۱۰ نفر در گروه آزمایش و ۱۰ نفر دیگر در گروه شاهد به‌طور تصادفی جایگزین شدند. سپس شرکت‌کنندگان گروه آزمایش در طی هشت جلسه، هر جلسه به مدت دو ساعت به‌صورت گروهی در جلسات، مداخلات را دریافت کردند. پس از اتمام جلسات درمانی، پس آزمون از نمونه‌ها گرفته شد. داده‌ها با استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس تجزیه‌وتحلیل شدند.

یافته‌ها: یافته‌های حاصل نشان دادند که مشاوره گروهی مبتنی بر معنویت بر خودمختاری و تسلط بر محیط دختران پس از طلاق والدین تأثیر معناداری داشته است ($p < ۰/۰۵$).

نتیجه‌گیری: نتایج این پژوهش نشان داد معنویت درمانی می‌تواند در افزایش خودمختاری و تسلط بر محیط دختران پس از طلاق والدینشان به عنوان درمان اصلی یا کمکی به کار گرفته شود.

کلیدواژه: استقلال فردی، تطبیق عاطفی، درمان‌های معنوی، مشاوره، طلاق

مقدمه

طلاق از مهم‌ترین پدیده‌های حیات انسانی است که نه تنها تعادل روانی دو انسان، بلکه تعادل روانی فرزندان را به هم می‌ریزد. نخستین آسیب طلاق به‌گونه مستقیم روی فرزندان تأثیر می‌گذارد و در واقع فرزندان ضعیف‌ترین و اصلی‌ترین قربانیان بحران طلاق، هستند (۱). طلاق والدین در بسیاری از موارد مشکل‌های اقتصادی، اجتماعی و روانی به همراه دارد. چنین تغییراتی باعث می‌شود کودکان احساس خشم، گناه، ناراحتی، ترس و مشکلات انطباقی را تجربه کنند(۲). در این شرایط، دور از انتظار نیست که کودکان هم مثل والدین، برای تحمل شرایط، به کناره‌گیری از روند زندگی عادی روی بیاورند(۳).

شواهد پژوهشی وجود دارد که نشان می‌دهد حوادث نامطلوب زندگی قادرند بهزیستی روانشناختی را مختل کنند و به ایجاد مشکلات روانی منجر شوند(۴). بهزیستی روانی فرزندانی که والدینشان دوره‌های انتقالی از قبیل طلاق یا ازدواج مجدد را طی می‌کنند، پایین‌تر از فرزندان عادی است. در این میان دو مؤلفه مهم

۱. استادیار روانشناسی، پژوهشکده زنان، دانشگاه الزهرا(س)، تهران، ایران.
۲. کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه علوم و تحقیقات، قزوین، ایران.
۳. کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه علوم و تحقیقات، قزوین، ایران.
* **نویسنده مسئول:** مریم صف‌آراء، گروه روانشناسی، پژوهشکده زنان، دانشگاه الزهرا، تهران، ایران.
آدرس پست الکترونیک: m.safara@alzahra.ac.ir

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-10-07]

بهزیستی روانی، خودمختاری و تسلط بر محیط است. خودمختاری به معنای توانایی مقاومت در برابر فشارهای اجتماعی، توانایی تنظیم رفتار از درون و ارزیابی خود به‌وسیله معیارهای شخصی است(۵) حتی اگر برخلاف عقاید و رسوم پذیرفته شده در جامعه باشد؛ درواقع فرد به‌عنوان یک انسان به‌طورکامل رشدیافته و خودشکوفا، رها از هرگونه قرارداد اجتماعی و سنن می‌باشد(۶).

تسلط بر محیط نیز یعنی هر کسی باید بتواند تا حد زیادی بر زندگی و محیط اطرافش تسلط و احاطه داشته باشد و این کار در گرو آن است که فرد محیطش را مطابق خصوصیات و نیازهای فردی خود شکل دهد و برای حفظ محیط خانوادگی مطلوب هر شخصی، همواره به نیروی خلاقه او احتیاج است(۷).

طلاق عامل استرس‌زای بسیار قوی است که بهزیستی روانشناختی فرزندان را به شدت کاهش می‌دهد. این امر مشکلات سازگاری را در فرزندان موجب می‌شود(۸). معنویت درمانی برای کمک به کنار آمدن افراد با مشکلات و رویدادهای استرس‌زا کمک‌کننده است و با افزایش مهارت‌های مقابله‌ای و حمایت‌های عاطفی و ایجاد معنا و هدف در زندگی در درمان و پیشگیری بسیاری از بیماری‌های روانی مؤثر می‌باشد(۱). معنویت با دادن بینش عمیق به فرد، وی را در برابر رویدادها، حوادث زندگی، سختی‌ها و مشکلات آن بیمه می‌کند. درواقع فرد را قادر می‌سازد تا با صبر و تفکر با استرس‌های زندگی مقابله کرده و راه‌حل‌های منطقی و انسانی برای مشکلات بیابد(۹). معنویت درمانی باعث می‌شود که مشکلات ارزشی و وجودی حل شده و با به‌کارگیری صحیح اصول معنوی، زندگی در چارچوبی ایمن، غنی، وسیع و با معنا قرار گیرد(۱۰).

پژوهش‌ها نشان دادند که مداخلات معنویت می‌تواند باعث افزایش مؤلفه‌های بهزیستی از جمله تسلط بر محیط و خودمختاری شود به‌عنوان مثال مطالعه شجاعی و سلیمانی(۱۳۹۴) نشان داد که آموزش هوش معنوی بر خودمختاری، تسلط محیطی، رشد شخصی، ارتباط مثبت، هدفمندی در زندگی و پذیرش خود دانش‌آموزان تحت پوشش کمیته امداد امام‌خمینی«ره» مؤثر است(۱۱). پژوهش عزیزمحمدی و مجتبایی (۱۳۹۷) نشان داد که معنویت درمانی گروهی بر بهزیستی روانشناختی و اقدام برای رشد شخصی دانشجویان تأثیر دارد(۱۲). مطالعه فتحی و امرانی(۱۳۹۵) نشان داد که دین و معنویت در سطح فردی، خشنودی و رضایت از زندگی را به دنبال دارد(۱۳). مطالعه یانکر[1] و همکاران(۲۰۱۲) نشان داد نوجوانانی که گرایش معنوی و مذهبی بالاتری دارند رفتارهای پرخطر کمتری از خود بروز می‌دهند و از بهزیستی روانی و عزت نفس بیشتری برخوردارند(۱۴). پژوهش فیسچر و همکاران(۲۰۱۰) رابطه بین هویت مذهبی و استراتژی‌های مقابله ای در افراد مسلمان و مسیحی نشان داد که وابستگی‌های معنوی که برای کمک به کنار آمدن افراد با رویدادهای استرس‌زا کمک‌کننده می‌باشند در مورد مسیحیان و مسلمانان هر دو صدق می‌کند(۱۵).گود(۲۰۱۰) در پژوهشی نشان داد که به‌کارگیری معنویت درمانی در کاهش نشانه‌های افسردگی مؤثر است(۱۶).

از آنجایی که معنویت یکی از نیازهای اساسی انسان بوده و طبق پژوهش‌های صورت گرفته در زمینه‌های مختلف از جمله افزایش سلامت روان و بهزیستی روانی افراد اثرگذار است و با توجه به اینکه نیاز به پژوهش‌های بیشتر در حوزه معنویت برافراد با مسایل و شرایط خاص وجود دارد و همچنین با توجه به اهمیت معنویت در عرصه‌های مختلف زندگی به‌ویژه در بحران‌ها و شرایط استرس‌زا، مطالعه حاضر با هدف پاسخگویی به این سؤال صورت گرفته است که آیا مشاوره گروهی مبتنی بر معنویت می‌تواند بر خودمختاری و تسلط بر محیط دختران پس از طلاق والدین اثر بخش باشد؟

روش

پژوهش حاضر از نوع طرح‌های آزمایشی با پیش‌آزمون - پس‌آزمون همراه با گروه شاهد می‌باشد. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دختران ۱۲ تا ۱۶ ساله‌ای هست که والدین آن‌ها از هم جدا شدند و در سال تحصیلی ۹۶-۹۷ در مدارس شهر کرج مشغول تحصیل بودند. از بین تعداد کل این دانش آموزها ۲۰ نفر به صورت نمونه در دسترس انتخاب شدند و از بین آن‌ها ۱۰ نفر در گروه آزمایش و ۱۰ نفر در گروه شاهد، به طور تصادفی جایگزین شد. معیارهای ورود شرکت‌کنندگان در مطالعه شامل؛ داشتن سن ۱۲ تا ۱۶ سال، جدایی پدر و مادرشان از یکدیگر و شرکت دختران. و معیارهای خروج شامل؛ ابتلاء به بیماری‌های روانی و شرکت آن‌ها

1. Yonker

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-10-07]

جدول ۱ ـ جلسات آموزشی اجرا شده برای گروه آزمایش

جلسات	محتوا
اول	– آشنایی اعضا گروه با یکدیگر -آشنایی با قوانین گروه -بحث درباره مهارت خودآگاهی و آشنایی با پس معنوی خود – ارائه تمرین مربوط به جلسه اول
دوم	-آموزش معنای زندگی و تعیین هدف در زندگی - ارائه تمرین مربوط به جلسه دوم
سوم	- صحبت در مورد مسایل اعضا و بازیابی و شناسایی مسایل مربوط به طلاق در گروه
چهارم	-شناسایی مسایل مشترک مرتبط با طلاق والدین اعضا -بازخورد و آموزش برمبنای مقابله هیجان محور و مسأله محور در ارتباط با مسایل مشترک اعضا - ارائه تکلیف مربوط به جلسه چهارم
پنجم	-پیگیری تکلیف ارائه شده در جلسه قبل -بازخورد و آموزش برمبنای مقابله هیجان محور و مسأله محور با مسایل مشترک اعضا - ارائه تکلیف مربوط به جلسه پنجم
ششم	-پیگیری تکلیف ارائه شده در جلسه قبل -بازخورد و آموزش برمبنای توکل با مسایل مشترک اعضا - ارائه تکلیف مربوط به جلسه ششم
هفتم	-پیگیری تکلیف ارائه شده در جلسه قبل -بازخورد و آموزش برمبنای بخشش با مسایل مشترک اعضا - ارائه تمرین مربوط به جلسه هفتم
هشتم	-بازخورد و آموزش برمبنای ذکر با مسایل مشترک اعضا -جمع‌بندی جلسات و جلسه پایانی - اجرای پس‌آزمون

در کلاس‌های آموزشی دیگر. سپس مداخله معنویت در ۱۰ جلسه، هفته‌ای دو مرتبه در قالب جلسات دو ساعته برای گروه آزمایش برگزار شد. برنامه مشاوره گروهی مبتنی بر معنویت در این پژوهش طبق متون علمی و منابع اطلاعاتی طراحی شد؛ بدین ترتیب مقالاتی که بیشترین همسویی را با هدف برنامه پژوهش حاضر داشتند به‌صورت کامل مورد مطالعه و بررسی قرار گرفتند و با جمع‌بندی منابع اطلاعاتی که مرتبط با هدف برنامه بود و همچنین کتاب‌های آموزش مهارت‌های معنوی (۱۷و۱۸)، مورد تحلیل قرار گرفته و برنامه مشاوره گروهی مبتنی بر معنویت تدوین شد. در این برنامه، مشاوره گروهی طبق استانداردهای مشاوره‌ای صورت گرفت بدین‌صورت که مراجعان را توانمند سازد تا مشکلات خود را کشف کنند و سعی شود اعضا را به فعالیت وادارد تا مسایلشان را با دیگران به اشتراک بگذارند و نیز در برابر مشکلات و تجارب دیگران قرار گیرند و به مطرح کردن مشکلات در جمع به جای مواجهه انفرادی با مشکلات خود تأکید کنند و از طریق مداخلات معنویت که بر طبق منابع مذکور شناسایی گردید به بازخورد، جهت‌دهی، روشن‌سازی و غالب‌دهی برای هدایت جلسات استفاده شود. مشروح جلسات مشاوره گروهی در جدول ۱ به اختصار بیان گردیده است. برای اندازه‌گیری بهزیستی روانشناختی از مقیاس بهزیستی روانشناختی ریف[2] (۱۹۸۹) استفاده شد(۱۹). این پرسشنامه به‌منظور سنجش بهزیستی روانشناختی طراحی شده است. ضریب پایایی به روش بازآزمایی مقیاس بهزیستی

2. Ryff

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-10-07]

جدول۲ ـ میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش در گروه آزمایش و شاهد

متغیرها	پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
	گروه آزمایش	گروه شاهد	گروه آزمایش	گروه شاهد
	میانگین (انحراف معیار)	میانگین (انحراف معیار)	میانگین (انحراف معیار)	میانگین (انحراف معیار)
خودمختاری	۵۳/۹۰(۶/۲۰)	۵۳/۴۰(۵/۱۰)	۶۶/۸۰(۶/۱۶)	۵۳/۷۰(۷/۷۰)
تسلط بر محیط	۵۴/۱۰(۵/۹۱)	۴۹/۹۰(۱۲/۴۶)	۶۲/۸۰(۷/۷۷)	۵۰/۰۰(۱۰/۳۸)

روانشناختی ریف بین ۰/۸۱ تا ۰/۸۵ و شامل خرده مقیاس‌های خودمختاری۰/۷۶، تسلط بر محیط۰/۹۰، رشد فردی ۰/۸۷، ارتباط مثبت با دیگران ۰/۹۱، زندگی هدفمند۰/۹۰ و پذیرش خود ۰/۹۳ است. بیانی و همکاران (۱۳۸۷) به‌منظور هنجاریابی مقیاس‌های بهزیستی روانشناختی در ایران آن را بر روی نمونه‌ای متشکل از ۱۴۵ دانشجوی دانشگاه آزاد اسلامی واحد آزاد شهر اجرا کردند. ضریب پایایی به روش بازآزمایی مقیاس بهزیستی روانشناختی ریف ۰/۸۲ و خرده مقیاس‌های پذیرش خود، روابط مثبت با دیگران، خودمختاری، تسلط بر محیط، زندگی هدفمند و رشد شخصی به تربیت ۰/۷۱، ۰/۷۷، ۰/۷۸، ۰/۷۷، ۰/۷۰، ۰/۷۸ به دست آمد که از نظر آماری معنادار بود(۲۰).

یافته‌ها

جدول ۲ نشان می‌دهد، میانگین و انحراف معیار متغیر مورد بررسی پژوهش در گروه آزمایش مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون تفاوت چشمگیری دارند ولی در گروه شاهد تفاوت چشمگیری مشاهده نمی‌شود. در ادامه به‌منظور بررسی بهتر نتایج از آزمون تحلیل کواریانس استفاده شده است.

با توجه به نتایج جدول (۳) (F=۸/۷۷ ،P<۰/۰۰۰۱)، پس از تعدیل نمرات پیش‌آزمون، تفاوت بین گروه آزمایش و شاهد در متغیر خودمختاری در سطح آلفای ۰/۰۵ معنادار است؛ بنابراین، مشاوره گروهی مبتنی بر معنویت با ۰/۹۵ درصد اطمینان بر خودمختاری دختران پس از طلاق والدین مؤثر است و ۰/۴۹ درصد از تغییرات واریانس در نمرات پس آزمون متغیر مستقل است. بنابراین فرضیه پژوهش با ۹۵ درصد اطمینان تأیید می‌شود و می‌توان ادعا کرد مشاوره گروهی مبتنی بر معنویت بر روابط خودمختاری دختران پس از طلاق والدین مؤثر است.

با توجه به نتایج جدول (۴) (F=۸/۷۷ ،P<۰/۰۰۰۱)، پس از تعدیل نمرات پیش‌آزمون، تفاوت بین گروه آزمایش و شاهد در متغیر تسلط بر محیط در سطح آلفای ۰/۰۵ معنادار است؛ بنابراین، مشاوره گروهی مبتنی بر معنویت با ۰/۹۵ درصد اطمینان بر تسلط بر محیط دختران پس از طلاق والدین مؤثر است و ۰/۳۴ درصد از تغییرات واریانس در نمرات پس آزمون متغیر مستقل است. بنابرین فرضیه پژوهش با ۹۵ درصد اطمینان تأیید می‌شود و می‌توان ادعا کرد مشاوره گروهی مبتنی بر معنویت بر تسلط بر محیط دختران پس از طلاق والدین مؤثر است.

جدول۳ ـ نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیری بر روی نمرات تعدیل‌شده مؤلفه خودمختاری

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	F	سطح معنی‌داری	اندازه اثر	توان آزمون
پیش‌آزمون خودمختاری	۲۱/۵۷	۱	۰/۴۳	۰/۵۲	۰/۰۲	۰/۰۹
گروه	۸۴۳/۶۶	۱	۱۶/۷۹	۰/۰۰۱	۰/۴۹	۰/۹۷
خطا	۸۵۴/۱۲	۱۷				
کل	۷۴۳۳۵/۰۰	۲۰				

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-10-07]

جدول۴ ـ نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیری بر روی نمرات تعدیل‌شده مؤلفه تسلط بر محیط

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	F	سطح معنی داری	اندازه اثر	توان آزمون
پیش‌آزمون تسلط بر محیط	۴۸۵/۵۳	۱	۸/۰۲	۰/۰۱	۰/۳۲	۰/۷۶
گروه	۵۳۰/۷۲	۱	۸/۷۷	۰/۰۰۹	۰/۳۴	۰/۷۹
خطا	۱۰۲۸/۰۶	۱۷				
کل	۶۵۹۵۲/۰۰	۲۰				

بحث

پژوهش حاضر نشان داد که مشاوره گروهی مبتنی بر معنویت بر خودمختاری، دختران پس از طلاق والدین مؤثر است ($p > ۰/۰۵$) و ۰/۴۹ درصد از تغییرات واریانس در نمرات پس‌آزمون ناشی از مشاوره گروهی مبتنی بر معنویت است. این یافته با نتایج تحقیقات(۱۱)، (۱۲)، (۱۴) و (۱۶) هماهنگ است.

در تبیین این یافته می‌توان گفت هنگامی که فرد عملی را آزادانه انتخاب کند نیاز به خودمختاری در او رشد می‌یابد، و وقتی که بر آن عمل تسلط یابد احساس شایستگی خواهدکرد و هنگامی که با افراد مهم زندگی ارتباط بر قرار کند و از حمایت آن‌ها برخوردار گردد، احساس تعلق در او رشد می‌کند. محیطی که با حمایت خود زمینه ارضای این نیازها را فراهم کند، باعث لذت بردن فرد از اعمال و در نتیجه تنظیم خودمختار می‌شود(۲۱). در همین راستا تحقیقات نشان می‌دهند که حمایت از خودمختاری و گرمی والدین با انگیزش خودمختاری رابطه مثبت و با اشکال غیرخودمختاری آن رابطه منفی دارد (۲۲). خانواده‌های طلاق که سبب آسیب‌دیدگی روابط بین والدین و کودک می‌شود(۲۳). می‌تواند موجب کاهش خودمختاری در این فرزندان گردد.

مداخله معنوی با کمک به افراد برای مقابله بهتر با عوامل استرس‌زای زندگی، از طریق مشارکت معنوی با نوع‌دوستی، سپاس‌گذاری، بخشش و آرامش باعث می‌شود که فرد کمتر درگیر روابط و احساسات استرس‌زا شود(۲۴). و با افزایش خودآگاهی، ایجاد ارتباط و پیوند با اطرافیان و دریافت حمایت اجتماعی از سوی دیگران با افزایش حس اطمینان، موجب بهبود و ارتقای بهزیستی افراد شده (۲۵). و به خصوص با پرورش زمینه لازم موجبات ارتقاء خودمختاری را در فرندان طلاق ایجاد کند. همچنین آنترینر و همکاران (۲۰۱۴) نشان دادند که معنویت با ارتقای مؤلفه های روان شناختی و شخصیتی همراه است، به‌طوری‌که می‌توان انتظار داشت افراد برخوردار از معنویت ادراک شده ی بالا، میزان بیشتری از سلامت روان‌شناختی و بهزیستی هیجانی و میزان کمتری از روان‌رنجوری را گزارش کنند(۲۶).

پژوهش حاضر همچنین نشان داد که مشاوره گروهی مبتنی بر معنویت بر تسلط بر محیط، دختران پس از طلاق والدین مؤثر است ($p <۰/۰۵$). و ۳۴ درصد از تغییرات واریانس در نمرات پس‌آزمون ناشی از مشاوره گروهی مبتنی بر معنویت است. این یافته با نتایج تحقیقات(۱۱)، (۱۳)، (۱۵)، (۱۶) هماهنگ است.

یکی از کلیدهای رسیدن به بهزیستی، تحت شاهد داشتن جهان پیرامون است. یعنی هر کسی باید بتواند تا حد زیادی بر زندگی و محیط اطرافش تسلط و احاطه داشته باشد و این کار در گرو این است که فرد محیطش را مطابق خصوصیات و نیازهای فردی خود شکل دهد و بتواند آن را به همان شکل نگه دارد. چنین تسلط و احاطه‌ای تنها با تلاش ها و عملکرد خود فرد، و در متن کار، خانواده و زندگی اجتماعی او به‌دست می آید(۲۷). در دختران برخورداری از حمایت اجتماعی مناسب از جانب خانواده منجر به داشتن حس تعلق به جامعه، خوش بین بودن در مورد آن، پذیرش آن و میل به مشارکت بیشتر در آن می‌شود (۶). افرادی که از حمایت اجتماعی کمتری برخوردارند به‌طور ضعیف‌تری می‌توانند با استرس‌های زندگی مقابله کنند میزان پیشرفت تحصیلی آن‌ها از سایر همکلاسی‌هایشان ضعیف‌تر است(۲۷). بنابراین می‌تواند موجب کاهش تسلط بر محیط در فرزندان طلاق شود.

ایجاد و پیشرفت احساس معنویت، یکی از راه‌های مناسب سازگاری با مشکلات بود و می‌تواند تأثیر به‌سزایی بر تسلط محیط

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-10-07]

داشته باشد؛ و با استفاده از مداخلات معنویت و با ایجاد روابط بهتر در خانواده از طریق مداخلاتی چون بخشش و کسب آرامش در فرد شده و در نتیجه با ایجاد محیطی مطلوب زمینه را برای پرورش تسط محیط در فرزندان طلاق ایجاد کند.

نتیجه‌گیری

در مجموع می توان گفت از آنجایی که فرزندان طلاق با مسایل متعددی از جمله اقتصادی، اجتماعی و روانی روبه رو هستند این امر سبب می شود در زمینه‌های مختلف به‌ویژه خودمختاری و تسلط بر محیط ضعیف‌تر عمل کنند. مداخلات معنوی می‌تواند با خودآگاهی، هدفمندی در زندگی، بخشیدن دیگران و ایجاد آرامش بر خودمختاری و تسلط بر محیط مؤثر بوده و منجر به ارتقاء سلامت روان و بهزیستی روانی فرزندان خانواده‌های طلاق شود. به همین منظور پیشنهاد می‌شود این برنامه به‌طور گسترده برای فرزندان خانواده طلاق در کلیه مدارس و کلینک‌های روان‌درمانی و مشاوره مورد استفاده قرار گیرد.

سپاس و قدردانی

بدین‌وسیله از دانشگاه الزهرا(س) بابت حمایت از مجریان در انجام طرح پژوهش تشکر می‌کنیم.

Effectiveness of Spiritual Group Counseling on Environmental Adjustment and Autonomy of Girls after Parental Divorce

Maryam Safara*[1], Mina Khanbabaee[2], Minoo Khanbabaee[3]

Abstract

Background and Objectives: The purpose of this study was to develop a group counseling model based on spirituality for girls in order to help them cope in the social environment and develop autonomy after divorce of their parents.

Methods: This experimental research assessed data obtained from 20 girls after parental divorce who were selected via a convenience sampling method. From the 20 girls 10 were allocated to the experimental group of the divorced family, and 10 girls of the non-divorced family group were selected as controls. Group counseling model based on spirituality in 8 session (per session 2 hours) were taught. For assessment of psychological wellbeing, the Ryff psychological wellbeing questionnaire was applied.

Results: The results showed that group counseling based on spirituality had a significant effect on environmental mastery and autonomy in girls of divorced families ($p<0.05$).

Conclusion: The results of this study indicated that spirituality and spiritual therapy can be used as a primary and/or add-on therapy to increase environmental mastery and autonomy in girls after parental divorce.

Keywords: Counseling, Divorce, Emotional Adjustment, Personal Autonomy, Spiritual Therapies

1. ***Correspondence:** Assistant professor, Department of Psychology, Women Research Center, Alzahra University, Tehran, Iran, m.safara@alzahra.ac.ir
2. M.A. in Psychology, Department of Psychology, Science and Research University, Ghazvin, Iran.
3. M.A. in Psychology, Department of Psychology, Science and Research University, Ghazvin, Iran.

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-10-07]

منابع

1. Ghamari Givi H, Khoshnoodniay Chomachaei B. Comparison of Social Skills, Mental Health and Academic Performance in Children with Divorced, Divorcing and Intact Parents. Family Research 2016; 12(1): 69-92. [In Persian]
2. Hoseini Yazdi A, Mashhadi A, Kimiaee A, Asemi Z. Effectiveness of Children of Divorce Intervention Program (CODIP) on externalized and internalized problems in children of divorce. Family Psychology 2015; 2(1): 3-14. [In Persian]
3. Arjomand E, Piramoon N. A Pathological Study on the Emotional Divorce of Women (20-39) and its Effects on their Children. The Sociological Studies of Youth Journal 2014; 5(14): 9-22. [In Persian]
4. Palanghi A, Rezaei E. A comparison of psychological well-being and control of anger in mothers of children with learning disabilities and normal children. Journal of Learning Disabilities 2016; 6(2): 132-139. [In Persian]
5. Babapoor Kher Aldin J, Rasoulzudeh Tabatabai K, Fathi Ashtiani A, Ezhehei J. Study of the relationship between problem solving style and psychology well-being among university students. Journal of psychology 2003; 7(1): 3-16. [In Persian]
6. Tamanaifar M, Salami Mohamadabadi F, Dashtbanzadeh S. Investigating the relationship between psychological well-being and social support and happiness. Journal of Behavioral Sciences 2013; 5(18): 53-74. [In Persian]
7. Bakhshizadeh M. The Effectiveness of Forgiveness Education on the Psychological Well-being and Happiness of Mothers of Students with Special Learning Disabilities in Tabas. Master's Thesis, Birjand: Islamic Azad University Birjand Branch; 2017. [In Persian]
8. Hetherington EM. An overview of the Virginia Longitudinal Study of Divorce and Remarriage with a focus on early adolescence. J Fam Psychol 1993; 7(1): 39-56.
9. Kalhornia-Golkar M, Banijamali Sh, Bahrami H, Hatami H.R, Ahadi H. Effectiveness of Mixed Therapy of Stress Management Training and Spiritual Therapy on Level of Blood Pressure, Anxiety and Quality of Life of High Blood Pressure Patients. Journal of Clinical Psychology 2014; 3(6): 1-12. [In Persian]
10. Wilson L, Steel E, Stewart M, Cascio W. Spirituality and Quality of Life Health Failure patients. Heart & lung 2009; 38(3): 263-4.
11. Shojaei A, Soleymani E. The effectiveness of spiritual intelligence training on psychological well-being of students covered by the Imam Khomeini relief committee. Journal of School Psychology 2015; 4(1): 104-121. [In Persian]
12. Azizmohamadi Z, Mojtabai M. The Effectiveness of Group Spirituality Therapy on Psychological Well-being and Action for Students' Personal Growth. Journal of Clinical Psychology & Personality 2018; 16(1): 203-209. [Persian]
13. Fathi A, Amrani E. The Role and Function of Religion and Spirituality in Mental Health. Insight and Islamic education 2016; 13(37): 45-66. [In Persian]
14. Yonker JE, Schnabelrauch CA, DeHaan LG. The relationship between spirituality and religiosity on psychological outcomes in adolescents and emerging adults: A meta-analytic review. J Adolesc 2012; 35(2): 299-314.
15. Fischer P, Amy L, Nilüfer A, Dieter Frey S, Haslam A. The Relationship Between Religious Identity and Preferred Coping Strategies: An Examination of the Relative Importance of Interpersonal and Intrapersonal Coping Muslim and Christian Faiths. Rev Gen Psychol 2010; 4(14): 365-381.
16. Good JJ. Integration of Spirituality and Cognitive-behavioral Therapy for the Treatment of Depression. Ph.D. Thesis, Philadelphia: Philadelphia College of Osteopathic Medicine; 2010.
17. Bolhari J, et al. Spiritual skills training. Tehran: Tehran University; 2013. [In Persian]
18. Noori R. Spiritual skills training. Tehran: Tehran University; 2013. [In Persian]
19. Ryff CD. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological wellbeing. J Pers Soc Psychol 1989; 57(6): 1069- 1081.
20. Bayani A, Koocheky A, Bayani A. Reliability and Validity of Ryff's Psychological Well-being Scales. Psychiatry & Clinical Psychology 2008; 14(2): 146-151. [In Persian]
21. Gagne M. The role of autonomy support and autonomy orientation in prosocial behavior engagement. Motiv Emot 2003; 27: 199-223.
22. Tanhaye Reshvanloo F, Hejazi E. The Role of Maternal and Paternal Involvement, Autonomy Support and Warmth on Adolescents` Self-Determined Motivation and Academic Achievement. Journal of Family Research 2012; 8(1): 67-82. [In Persian]
23. Mahmoudi E, Mirfardi A, Mokhtari M. A Study of Social Factors Influencing Tendency towards Divorce in Yasouj. Journal of Applied Sociology 2014; 1(25): 141-157. [In Persian]
24. Asefi R, Alipur A, Saffaryniya M. A Comparative Study of the Effectiveness of Spiritual- Therapy and Schema -Therapy on Students' Depression. Psychology and Religion 2014; 2(34): 27-42. [In Persian]
25. Sotoodeh H, Shakerinia I, Ghasemi Jobaneh R, Kheyrati M, Hoseini Seddigh M. Role of Family Health and Spiritual health on Nurses Psychological Wellbeing. J Med History 2016; 7(25): 161-184. [In Persian]
26. Ryff CD, singer BH, Love G. Positive health: connecting well-being with biology. Philos Trans R Soc Lond B Biol Sci 2004; 359(1449): 1383-94.
27. Raisee R, Ganji F, Shahmoradi R, Mardanpour-Shahrekordi E, Shemiyan A, Nekouee A, et al. The effect of life skills face to face meeting on mental health of children of divorce. Journal of Shahrekord University of Medical Sciences 2012; 14(4): 30-37. [In Persian]

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-10-07]