



دانشگاه علامه طباطبائی

دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی

پایان نامه جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد در

رشته مشاوره خانواده

عنوان پایان نامه:

اثر بخشی خود بخشودگی بر مبنای مفاهیم قرآنی بر کاهش افسردگی زنان مطلقه

استاد راهنما: خانم دکتر معصومه اسماعیلی

استاد مشاور: آقای دکتر حسین اسکندری

پژوهشگر: الهام فتحی

بهار ۹۰

صلى الله عليه وسلم

شکر و سپاس خدای را که بزرگترین بخشایشگر، امید و یاور در لحظه لحظه زندگیست.

تقدیم به پدر و مادر عزیزم

به پاس تعبیر عظیم و انسانی شان از کلمه انسان، از خودگذشتگی و آموختن.

به پاس حافظه سرشار و گرمای امید بخش وجودشان که در این سردترین روزگار ان بهترین پشتیبان است

و به پاس قلب های بزرگشان که فریادرس است.

و با سپاس از خانواده عزیزم که لحظات ناب باور بودن، لذت و غرور دانستن، جسارت خواستن، عظمت رسیدن و تمام تجربه های یکتا و زیبای زندگی من، مدیون حضور سبز آنهاست.

و دوست عزیزم زحرا که حضورش آرایش، اطمینان و قدرت است و به پاس محبت های بی درینش که هرگز فروکش نمی کند.

تقدیر و تشکر:

بانشکر و سپاس فراوان از استاد ارجمند خانم دکتر اسماعیلی عزیز که بارها بهمانی و مهربانی خود، همواره راهنمایی و پشتیبانی نمودند و از جناب آقای دکتر اسکندری استاد مشاور محترم این پایان نامه که در تدوین این پایان نامه یاریگریم بودند و از جناب آقای دکتر فرخجین که با مساعدت و کار داور این پایان نامه را به عهده داشتند، کمال تشکر را دارم.

چکیده:

پژوهش حاضر، با هدف بررسی اثر بخشی بر نامه ی درمانی خود بخشودگی مبتنی بر مبانی قرآنی بر کاهش افسردگی در زنان مطلقه، انجام گرفت. ابتدا در مرکز بهزیستی شهر زنجان، از ۶۵ زن طلاق گرفته که بواسطه فراخوان اطلاع یافته بودند، آزمون افسردگی بک(۲) اجرا شد. سپس برای ۲۰ نفر از شرکت کنندگان که نمرات افسردگی ۱۰-۳۰ (خفیف تا متوسط) کسب کرده بودند، آزمون خودبخودگی موگر اجرا شد و سپس آزمودنی ها به صورت تصادفی در ۲ گروه آزمایشی و کنترل (در هر گروه ۱۰ نفر) جایگزین شدند. طی ۲ ماه، ۸ جلسه ی مشاوره ی گروهی خود بخشودگی بر مبنای مفاهیم قرآنی بر گروه آزمایشی انجام شد. پس از اتمام جلسات، پرسشنامه افسردگی بک(۲) و آزمون خود بخشودگی موگر مجددا برای هر دو گروه اجرا شد.

نتایج حاصل از تحلیل کوواریانس نشان دادند که نمرات خود بخشودگی در گروه آزمایشی افزایش یافته و به تبع آن نمره ی افسردگی نیز در این گروه در مقایسه با گروه کنترل کاهش یافته بود.

واژه های کلیدی: خود بخشودگی، مبانی قرآنی، افسردگی، زنان مطلقه

فهرست مطالب

عناوین

فصل اول: کلیات پژوهش

۱	مقدم و بیان مسئله.....
۵	ضرورت و اهمیت تحقیق.....
۶	هدف تحقیق.....
۶	فرضیه های تحقیق.....
۷	تعاریف نظری و عملیاتی متغیرها.....
۷	تعاریف نظری.....
۸	تعاریف عملیاتی.....

فصل دوم: ادبیات و پیشینه تحقیق

۹	مقدمه.....
۹	طلاق و پیامد های آن.....
۱۳	افسردگی.....
۱۴	جلوه های افسردگی.....
۱۵	خود بخشودگی.....
۱۶	بخشودگی.....
۱۷	استفاده از بخشودگی برای درک فرایند خود بخشودگی.....
۱۹	تعریف بخشودگی بین فردی.....
۲۰	مدل های بخشودگی بین فردی.....
۲۱	مدل چهار مرحله ای بخشودگی اینرایت.....
۲۳	مدل هرمی پنج گامی ورثینگتون.....
۲۵	مدل ۲ عنصری بخشودگی لوسکین.....
۲۶	تعریف خود بخشودگی.....
۲۸	مدل های خود بخشودگی.....
۲۸	مدل خود بخشودگی اینرایت.....
۳۰	روش خود بخشودگی لوسکین.....

۳۱	تأثیرات روانشناختی خود بخشودگی.....
۳۲	تشابه خود بخشودگی و بخشودگی بین فردی.....
۳۳	تفاوت های خود بخشودگی و بخشودگی بین فردی.....
۳۴	بخشودگی چه چیزهایی نیست؟.....
۳۵	مفهوم بخشش و توبه در اسلام.....
۳۷	مولفه های استخراج شده از قران در مورد توبه.....
۴۶	پژوهش های مرتبط در داخل کشور.....
۵۳	پژوهش های مرتبط در خارج از کشور.....
	فصل سوم: روش پژوهش
۵۷	مقدمه.....
۵۷	جامعه آماری.....
۵۷	نمونه و روش نمونه گیری.....
۵۷	ابزار های اندازه گیری.....
۶۴	روش اجرای پژوهش.....
	فصل چهارم: تجزیه و تحلیل داده ها
۶۸	مقدمه.....
۶۸	شاخصه های توصیفی متغیرها.....
۷۳	تحلیل فرضیه های پژوهش.....
۷۳	فرضیه اول.....
۷۴	فرضیه دوم.....
	فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری..
۷۶	مقدمه.....
۷۶	بحث و بررسی فرضیه ها.....
۸۴	محدودیت های پژوهش.....
۸۴	پیشنهادات پژوهش.....
۸۶	منابع فارسی.....
۸۹	منابع انگلیسی.....

پیوست ها.

- پیوست اول: طرح جلسات مشاوره گروهی..... ۹۷
- پیوست دوم: آیات مربوط به توبه..... ۱۰۹
- پیوست سوم: پرسشنامه افسردگی بک و خود بخشودگی موگر..... ۱۲۵

فهرست جداول و نمودارها

- جدول (۱-۳): خلاصه جلسات مشاوره گروهی..... ۶۶
- جدول (۱-۴): شاخصه های توصیفی متغیر سن..... ۶۸
- جدول (۲-۴): توزیع نمونه ها از نظر سطح تحصیلات..... ۶۹
- جدول (۳-۴): توزیع نمونه ها از نظر شغل افراد..... ۷۰
- جدول (۴-۴) توزیع نمونه ها از نظر مدت زمان طلاق..... ۷۱
- جدول (۵-۴) شاخصه های توصیفی متغیرهای پژوهش در گروه کنترل و آزمایش (پیش آزمون)..... ۷۲
- جدول (۶-۴) شاخصه های توصیفی متغیرهای پژوهش در گروه کنترل و آزمایش (پس آزمون)..... ۷۲
- جدول (۷-۴) نتایج تحلیل کواریانس در مورد فرضیه اول..... ۷۴
- جدول (۸-۴) نتایج تحلیل کواریانس در مورد فرضیه دوم..... ۷۵

فهرست نمودارها

- نمودار (۱-۴) توزیع نمونه ها از نظر سطح تحصیلات..... ۶۹
- نمودار (۲-۴) توزیع نمونه ها از نظر شغل افراد..... ۷۰
- نمودار (۳-۴) توزیع نمونه ها از نظر مدت زمان طلاق..... ۷۱
- نمودار (۴-۴) مقایسه نمرات گروه کنترل و آزمایش در مرحله پیش آزمون..... ۷۲
- نمودار (۵-۴) مقایسه نمرات گروه کنترل و آزمایش در مرحله پس آزمون.....

فصل اول

کلیات پژوهش

مقدمه و بیان مسئله

نرخ طلاق به صورت فزاینده ای در چند دهه اخیر افزایش داشته است. به صورتی که در مقابل هر ۷ ازدواج ۱ ازدواج منجر به طلاق می شود و در ۹ ماه اول سال ۱۳۸۹ تعداد ۱۰۰۸۳۷ طلاق در کشور به ثبت رسیده است که نسبت به مدت مشابه سال قبل ۷.۵ درصد افزایش داشته است. (سازمان ثبت احوال ایران، ۱۳۹۰)

طلاق یکی از فقدان های عمده ی زندگی خانواده های مبتلاست. طلاق بدعتی است اجتماعی و به عنوان ابزاری اجتماعی در مواجهه با شکست در ازدواج به کار گرفته می شود. طلاق موجب از هم پاشیدگی شخصی، خانوادگی و اجتماعی می شود (پوتن^۱، ۱۹۸۷).

طلاق پدیده ای است که عواقب و پیامدهای متفاوت اقتصادی، اجتماعی و روانشناختی دارد؛ در این میان ابعاد روانشناختی از اهمیت بسزایی برخوردار است. افراد طلاق گرفته با کشمکش های متعدد فردی و بین فردی مواجه می شوند به طوری که در این فرایند هویت آشفته، فقدان امید، تغییر در سبک زندگی و مشکلات جدی در شبکه اجتماعی و شغلی را تجربه می کنند (برک^۲، ۱۹۹۸). استرس ها و به هم ریختگی در کارکرد خانواده که با فرایند طلاق همراه است می تواند منجر به بروز مشکلات عاطفی و رفتاری در افراد شود (هترینگتون و کلی^۳، ۲۰۰۲). اخوان تفتی (۱۳۸۲) در پژوهش خود نشان داده است که زنان از بسیاری جهات در مقابل طلاق آسیب پذیرتر هستند و نیز بیشتر از مردان از مشکلات عاطفی-روانی رنج می برند.

¹ Pothen , S.

² Berk,L.E.

³ Hethrington , E.,M. & Kelly, j.

یکی از عواقب عاطفی طلاق افسردگی است (کوپر^۱، ۲۰۰۱). افسردگی از جمله شایع ترین اختلالات روانی است (طبق گزارش سازمان بهداشت جهانی، ۲۰۱۱). برخی از تحقیقات نشان داده اند که افسردگی در زنان طلاق گرفته بیشتر از زنان متأهل می باشد (جانسون^۲، ۱۹۹۶؛ ترنر^۴، ۲۰۰۶؛ جانگ^۵، ۲۰۰۹). از نظر پین هی و پرز^۶ (۲۰۰۰) عوامل تنش زای پس از طلاق را نمی توان جدای از ارزش های اجتماعی شکل دهنده ی آن ها در نظر گرفت. خودارزیابی همراه با احساس گناه در مورد طلاق، ناشی از برجسب های اجتماعی است و باعث احساس گناه، پریشانی و یاس شدید در افراد طلاق گرفته می شود. از این رو، نبود خودبخودگی که از مولفه های نگاه منفی نسبت به خود، افکار منفی نسبت به خویشتن، احساس گناه تشکیل یافته است از جمله عواملی است که می تواند رابطه نزدیکی با افسردگی در زنان مطلقه داشته باشد. موگر و همکاران^۷ در تحقیق خود (۱۹۹۲) به این نتیجه رسیده اند که کسانی که قادر به بخشش خود نبوده اند میزان بالاتری از افسردگی، نوروژ، اضطراب و کاهش سلامت کلی را داشته اند. همچنین ملت بای، مکاسکیل و دی^۸ (۲۰۰۱) بیان نمودند که برای افراد، شکست در بخشش خود، رابطه ی مثبت و معناداری با روان رنجورخویی، اضطراب و افسردگی داشته است.

اینرایت (۱۹۹۶) خودبخودگی را اینگونه تعریف کرده: "شخص با وجود خطایی که انجام داده، افکار، احساسات و رفتارهای منفی نسبت به خود را رها کرده و آنها را با عشق، بخشندگی و شفقت جایگزین کند" (به نقل از

¹ Cooper, C. C.

² World health Organization

³ Johnson, E. A.

⁴ Turner, H. A.

⁵ Jang, S. N.

⁶ Pinhey, K., & Perez . M. P.

⁷ Mauger P.A.

⁸ Maltby, J., Macaskill, Day, L.

واکینی^۱، (۲۰۰۸). خودبخشودگی برگرفته از بخشودگی^۲ است، به طوری که عده ای آن را فرزند خوانده ی بخشودگی می دانند(هال و فینچام، ۲۰۰۵).

پک^۳ (۲۰۰۰) بیان می کند که خودبخشودگی بر اساس شرایط محیطی، باورها و ارزش ها و اعتقادات فرد و نرم های جامعه معنا پیدا می کند؛ از این رو با توجه به آنچه که در مورد عدم خودبخشودگی در زنان مطلقه بیان شد، برای کار کردن بر روی خودبخشودگی زنان مطلقه مسلمان در جامعه ایرانی، می توان از مبانی دین اسلام در زمینه این مفهوم استفاده نمود. دین اسلام برای مفهوم بخشش اهمیت زیادی قائل است؛ مثلا در آیه ی ۱۳۴ سوره ی اعراف آمده است: "کسانی که در فقر و بی نیازی انفاق می کنند و خشم خود را فرو می برند و از خطاهای مردم در می گذرند نیکوکارند و همانا خداوند نیکوکاران را دوست دارد." و یادر آیه ۲۲ سوره ی نور می فرماید: و با خلق عفو و صلح پیشه کنید و از بدی ها در گذرید، آیا دوست نمی دارید که خدا هم در حق شما مغفرت و احسان کند که خدا بسیار آمرزنده و مهربان است. در آیه ی ۲۵ سوره ی اسراء ذکر شده است: "خدایان به آنچه که در دل- های شماست داناتر است، اگر همانا در دل اندیشه ی صلاح دارید خدا هر که را با نیت پاک به درگاه تضرع و توبه کند البته خواهد بخشید".

در دین اسلام به سه نوع ظلم اشاره می گردد که باعث ایجاد احساس گناه و نابخشودگی در فرد می گردد که عبارتند از ظلم در حق مردم، ظلم در حق خدا و ظلم در حق خود(علامه طباطبایی، ۱۳۸۶). برای رهایی از این احساس گناه و اثرات سوء خطا، در اسلام مسیر توبه در مقابل فرد قرار داده می شود. با نگاهی به آیات و روایاتی که در مورد توبه وجود دارد، مفهوم توبه بنده(عبد) عبارت است از "برگشتن اختیاری از گناه به طاعت و عبودیت".

¹Wahkinney, R. L.

² Forgiveness

³ Peck, J.M.

با توجه به آیه ۱۱۸ سوره توبه: «... وَظَنُوا أَنْ لَا مَلْجَأَ مِنَ اللَّهِ إِلَّا إِلَيْهِ ثُمَّ تَابَ عَلَيْهِمْ لِيَتُوبُوا إِنَّ اللَّهَ هُوَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ»، توبه بنده بین دو توبه خداوند قرار دارد، به این معنا که ابتدا خدا به سوی بنده باز می‌گردد و توفیق توبه به وی می‌دهد، سپس بنده توبه می‌کند، آنگاه خداوند توبه می‌کند، یعنی توبه بنده را می‌پذیرد و او را مورد بخشش و مرحمت قرار می‌دهد (علامه طباطبایی، ۱۳۸۶). هال و فینچام (۲۰۰۸)، در پژوهش خود در بررسی عوامل افزایش دهنده خود بخشودگی به این نتیجه رسیده‌اند که عواملی نظیر درک فرد از خطایی که انجام داده است، کاهش احساس گناه و احساس آشتی و اتصال با منبع الهی، می‌تواند در رسیدن به خودبخودگی موثر باشد. با توجه به آنچه که بیان شد، می‌توان چنین استنباط نمود که یک فرد مسلمان با عبور از گذار بخشش الهی می‌تواند به احساس خودبخودگی دست یافته و و از آثار سوء گناه و خطا در سلامت روان و مضرات و پیامدهای منفی‌ای که احساس گناه در فرد ایجاد می‌کند در امان بماند و بنابراین می‌توان از مفهوم توبه در نیل به خودبخودگی در زنان مطلقه استفاده نمود با وجود اینکه تاثیر مثبت برنامه‌های برگرفته از مفاهیم معنوی و مذهبی در کاهش افسردگی تایید شده است (هیل و پارگامانت^۱، ۲۰۰۳؛ یوهناس و کوینگ و بالدوین و کونولی^۲، ۲۰۰۸؛ بوسینگ و فینکر و استرمن و متیسن^۳، ۲۰۰۸) و همچنین در ایران برنامه‌های مداخلاتی، بر افزایش خودبخودگی انجام شده است (حمیدی پور، ۱۳۸۹؛ افشاری، ۱۳۸۸؛ کاظمی، ۱۳۸۸؛ غفوری، ۱۳۸۸؛ خدایاری فرد و غباری بناب، ۱۳۸۱)، اما هیچ پژوهشی در زمینه‌ی خودبخودگی به‌ویژه با استفاده از مفاهیم دینی در ایران انجام نشده است. بعلاوه تا به حال در ایران پژوهشی در راستای گروه درمانی مبتنی بر خودبخودگی جهت کاهش افسردگی زنان مطلقه انجام نشده است. از این رو با توجه به این که طبق گزارش سازمان ثبت احوال ایران از هر ۷ ازدواج یکی به طلاق منجر می‌شود و با نگاهی به پیامدهای منفی آن بر زنان مطلقه؛ به ویژه افسردگی و شیوع بالای آن، و با عنایت به این که افسردگی و عدم

¹ Hill, P.C., Pargament, K.I.

² Johannes, A., M., Koenig, H.G., Baldwin, R.C., Connolly, M.J

³ Büssing, A., Fischer, J., Ostermann, T. Matthiessen, P.F

وجود خودبخودگی رابطه معناداری با یکدیگر دارند؛ و با این استنباط از آیات قرآنی که قواعد توبه می تواند در نیل به خودبخودگی موثر باشد؛ بنابراین این پژوهش در نظر دارد با مطالعه مولفه‌های توبه در قرآن، و تدوین طرحی شامل مراحل خودبخودگی از دل این مولفه ها، تاثیر برنامه‌ی درمانی خود بخودگی با استناد به آیات قرآنی را بر کاهش افسردگی زنان مطلقه در قالب مشاوره‌ی گروهی بررسی نماید

اهمیت و ضرورت پژوهش:

طلاق پیامدهای عمیق اجتماعی، روانی، قانونی، اقتصادی و والدینی دارد (ویس، ۱۹۷۵). نخستین پیامد اجتماعی که مرد یا زن پس از جدایی تجربه می کنند، از دست دادن پایه‌هایی است که هویت اجتماعی وی بر آنها بنا شده است. علائم روانی - عاطفی طلاق، مانند ناکامی، ماتم زدگی، نگرانی، وحشت، اضطراب، ترس، خشم و غیره طرفین را در وضعیت آسیب پذیری قرار می‌دهد. در مطالعات زیادی که در دهه ۱۹۹۰ انتشار یافت افراد مطلقه با افرادی که ازدواج مجدد داشتند مورد مقایسه قرار گرفتند. نتایج نشان دادند که افراد مطلقه، میزان بهزیستی روانی پایین و نشانه‌های درماندگی و روانشناختی بیشتر و خودپنداره ضعیفتری نسبت به افرادی که ازدواج مجدد کرده بودند دارا هستند (کردتمینی، ۱۳۸۴). تحقیقات نشان می‌دهند که زنان طلاق، در معرض خطر روز افزون افسردگی قرار دارند (باقریان نژاد اصفهانی، ۱۳۸۰). افسردگی از شایع ترین اختلالات روانی در بزرگسالان است. این بیماری غالباً با اختلال در کار، ناتوانی در فعالیت و پایین بودن بازده کاری همراه است و هزینه های بالایی را بر جوامع تحمیل می کند و تقریباً ۹۷ درصد بیماران مبتلا به افسردگی از کاهش انرژی شکایت دارند. (هادوی، دلاکی، هلاکویی، ۱۳۸۵)

افسردگی پیامد های منفی و مخربی برای فرد و جامعه دارد. بنابراین برای پیشگیری از پیامدهای منفی افسردگی، لزوم انجام مداخلاتی برای کاهش افسردگی در این زنان بدیهی به نظر می رسد. از آنجا که خودنابخودگی یکی از دلایل مهم افسردگی در این قشر به شمار می رود، لذا محقق در صدد برآمد تا با استفاده از مبانی قرآنی، شیوه ای

نوین را که مطابق با بستر دینی، مذهبی و فرهنگی جامعه ایران باشد، برای افزایش خودبخودگی در این زنان تدوین نماید. از این رو با توجه به این که در جامعه کنونی ما تمهیدات چندانی برای حمایت روانی از جامعه مورد نظر این پژوهش یعنی زنان مطلقه در نظر گرفته نشده است، لذا چنانچه فرضیه های این تحقیق تایید شوند، می توان از این طرح گروه در مراکز خدمات بهداشت روانی مثلا مراکز روانشناسی و مشاوره، و مراکزی که به صورت متمرکز با این جامعه سروکار دارند مانند مراکز بهزیستی، کمیته ی امداد، و همچنین خانه های سلامت شهرداری و تمام مراکزی که به نوعی با سلامت روانی در ارتباط هستند، استفاده کرد. بعلاوه از آنجا که طبق گزارش فرهنگستان علوم جمهوری اسلامی ایران (بهادری نژاد، ۱۳۸۰، به نقل از حسینی، ۱۳۸۳) یکی از محورهای زمینه های پژوهشی کشور در دهه های ۱۳۸۰ و ۱۳۹۰ در بخش علوم انسانی، پرورش ارزش های انسانی چون ایمان به خدا، توکل، محبت، پشتکار، خوش بینی، رضایت، گذشت و بخشش می باشد؛ لذا با عنایت به اینکه در پژوهش های داخلی در زمینه خودبخودگی پژوهشی که انجام شده باشد مشاهده نشد، کار بر روی خودبخودگی زنانی که بعد از طلاق دچار آسیب هایی از قبیل افسردگی می شوند می تواند به ما در حفظ سلامت روانی جامعه یاری رساند.

هدف پژوهش

هدف پژوهش حاضر بررسی اثر بخشی برنامه درمانی خودبخودگی بر مبنای مفاهیم قرآنی به شیوه ی گروهی بر کاهش افسردگی زنان مطلقه است.

فرضیه های پژوهش:

۱- برنامه ی درمانی خود بخودگی بر مبنای مفاهیم قرآنی برافزایش خود بخودگی زنان مطلقه موثر است.

۲- برنامه ی درمانی خود بخودگی بر مبنای مفاهیم قرآنی بر کاهش افسردگی زنان مطلقه موثر است.

تعاریف نظری و عملیاتی متغیرها:

تعاریف نظری

خودبخشودگی: اینرایت (۱۹۹۶) خودبخشودگی را: "تمایل برای رهایی از رنجش علی رغم تایید عینی فرد برای اشتباهش در حالی که شفقت، بخشندگی و عشق به سمت خود را در خود می‌پروراند" تعریف می‌کند.

خودبخشودگی بر مبنای مفاهیم قرآنی: رهایی از احساس گناه و رسیدن به احساس آرامش بواسطه ی اعتراف فرد به خطا، احساس ندامت و اصلاح خطا و درک کرامت و جایزالخطا بودن انسان و قرار گرفتن این مسیر در فلسفه زندگی فرد و مقاومت در مقابل انجام با گذر از بخشش الهی و محبوبیت توبه کاران نزد خداوند.

افسردگی: طبق گزارش انجمن روانشناسی آمریکا^۱ (۲۰۰۰) یک فرد افسرده کسی است که حداقل یکی از علامت-های زیر را در طول ۲ هفته تجربه کند. ۱) داشتن خلق و خو و حالت افسردگی در بیشتر طول روز و تقریباً هر روز (۲) کاهش علاقه در تمام و یا بیشتر فعالیت‌ها تقریباً هر روز و در بیشتر طول روز (۳) افزایش و یا کاهش وزن (۴) کم‌خوابی و یا پرخوابی (۵) آشفتگی روانی - حرکتی (۶) احساس خستگی و از دست دادن انرژی (۷) احساس بی‌ارزشی و یا گناه (۸) کاهش توانایی در فکر کردن، تمرکز و مردد بودن (۹) افکار مداوم در مورد مرگ، ایده، نقشه و یا تمایل برای خودکشی. این علائم باعث پریشانی زیاد در زندگی فرد و اختلال در کارکرد شغلی و اجتماعی فرد می‌شود.

¹ American psychological Association

تعاریف عملیاتی

خودبخشودگی: نمره‌ای است که آزمودنی از تست بخشودگی موگر و همکاران (MFS¹) از خرده مقیاس خودبخشودگی بدست می‌آورد و حاکی از میزان خود بخشودگی اوست، هر چه نمره ی آزمودنی بیشتر باشد مشخص است که میزان خود بخشودگی فرد نیز بیشتر است.

افسردگی: نمره ای است که فرد در آزمون افسردگی بک(II)² می‌گیرد که اگر بین ۱۰-۳۰ باشد نشان دهنده‌ی افسردگی خفیف تا متوسط است.

¹ Mauger Forgiveness scale

¹ Beck II depression scale

² Beck Depression Inventory

فصل دوم

ادبیات و پیشینه تحقیق

مقدمه

در این فصل در ابتدا به بررسی طلاق و پیامد های آن در حیطه های اقتصادی، تغییر در نقش، تغییر در شبکه اجتماعی، مسائل والدینی و روانی و جسمانی پرداخته می شود. یکی از تاثیرات روانی طلاق روی افراد افسردگی می باشد، که به بحث در مورد افسردگی، شیوع آن، تاثیرات آن روی فرد و نشانگان افسردگی پرداخته می شود. با توجه به اینکه یکی از دلایل افسردگی نبود خودبخودگی است به بحث و بررسی در مورد خودبخودگی و بخشودگی و تفاوت های بین آن ها و مدل های مطرح در این زمینه ها پرداخته شد، در نهایت به بررسی چگونگی بخشش در اسلام و مفهوم توبه پرداختیم.

طلاق و پیامد های آن

طلاق یکی از فقدان های عمده ی زندگی خانواده های مبتلاست که نرخ آن به صورت روزافزونی در حال افزایش است. طلاق پیامد های متفاوتی دارد؛ از جمله ی این پیامد ها می توان مسائل اقتصادی، تغییر در شبکه اجتماعی فرد، تغییر در نقش، مشکلات فیزیکی و مشکلات روان شناختی را نام برد که در ادامه به توضیح آن ها خواهیم پرداخت:

مسائل اقتصادی: طلاق به معنای تقسیم قابلیت ها، دارایی ها و سرمایه هایی است که زن و شوهر در طی زندگی مشترک با هم اندوخته اند (ویس، ۱۹۹۶). مشکلات مالی نه تنها در طلاق بلکه سال ها پس از آن افراد را تحت تاثیر قرار می دهد. گرانگ و برک در کتاب خود با نام "بازی طلاق"، خاطر نشان می سازند که در طلاق، طبقات فقیر،

متوسط و ثروتمند، همه یکسان ضرر می بینند. نگرانی های مالی در تصمیم گیری های طلاق بسیار جدی است، چون نه تنها سرمایه های خانواده که حاصل دست رنج مشترک زن و شوهر است در کشاکش طلاق به تاراج می رود بلکه زمینه های حقوقی، دادگاهی، مشاوره، نفقه، سرپرستی فرزندان و هزینه ی تشکیل زندگی جدید نیز به آن اضافه می شود (اخوان تفتی، ۱۳۸۲). با وجود اینکه زن و مرد هر دو بعد از طلاق با مسائل اقتصادی مواجه می شوند. برخی تحقیقات نشان می دهند که درآمد مالی زنان بعد از طلاق به صورت متوسط ۳۰ درصد کمتر از زنان متأهل است (دی و باهر^۱، ۱۹۸۶، به نقل از استوارت، ۲۰۰۶).

تغییر در شبکه اجتماعی فرد: طلاق باعث تغییرات زیادی در زندگی افراد می شود، اولین و مهمترین این تغییرات تغییرات عمده در کارهایی که مربوط به همسر است می باشد به علاوه زمانی که فرد از همسرش جدا می شود، از خانواده و اقوام فرد نیز به نوعی جدا می شود و به سرعت روابط با خانواده همسر نیز به شدت کاهش می یابد، در مطالعه ای ۶۶ درصد پاسخ دهندگان قبل از طلاق حداقل ۱ بار در ماه خانواده همسر خود را می دیدند اما بعد از طلاق ۴۲ درصد هیچگاه خانواده همسر خود را ندیده بودند و ما بقی گاهگاهی آن ها را می دیدند (استوارت^۲، ۲۰۰۶). در مطالعه دیگری تنها ۱۳ درصد زنان مطلقه والدین همسر سابق خود را می دیدند و در مقابل ۵۰ درصد زنان معتقد بودند که برای آن ها رابطه با خانواده همسر سابق خود سخت بوده است، و برای خانواده همسرشان بسیار دشوار بوده است که بدون سوگیری و جانبداری از فرزند خود با آن ها بر خورد نمایند (براملت و موشر^۳، ۲۰۰۲). این تغییر تنها محدود به شبکه خانواده و اقوام فرد نمی شود، بلکه تغییرات عمده ای در شبکه های دوستی فرد نیز انجام می شود مخصوصا اگر این دوستی ها در دوران زندگی مشترک شروع شده باشند و دوست مشترک با همسر باشند. به

¹ Day, R. D., and Bahr, S. J.

² Stewart, A., C.

³ Bramlett, M. D., and Mosher, W. D.