

## Research Paper

# Interpersonal Intimacy Experiences of Divorced Canadian Women: A Qualitative Study



\*Mehdi Rostami<sup>1,2</sup>, Sefa Bulut<sup>3</sup>, Nadereh Saadati<sup>1,2</sup>, Netty Herawati<sup>4</sup>, Kamdin Parsakia<sup>1</sup>, Zohreh Zadhassan<sup>1</sup>, Seyed Hadi Seyed Ali Tabar<sup>1</sup>, Farzaneh Mardani<sup>1</sup>, Parichehr Mehdi Abadi<sup>5</sup>

1. Department of Psychology and Counseling, KMAN Research Institute, Richmond Hill, Ontario, Canada.
2. Rehabilitation Department, York Rehab Clinic, Toronto, Canada.
3. Department of Counseling Psychology & Head of the Counseling Center, Ibn Haldun University, Istanbul, Turkey.
4. Department of Social Science & Cultural Science, Program Study of Psychology, University of Trunojoyo Madura, East Java, Indonesia.
5. Department of Positive Psychology, School of Psychology, University of East London, London, United Kingdom.



**Citation** Rostami M, Bulut S, Saadati N, Herawati N, Parsakia K, Zadhassan Z, et al. [Interpersonal Intimacy Experiences of Divorced Canadian Women: A Qualitative Study (Persian)]. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*. 2024; 30:E4964.1. <http://dx.doi.org/10.32598/ijpcp.30.4964.1>

**doi** <http://dx.doi.org/10.32598/ijpcp.30.4964.1>

Received: 07 Apr 2024

Accepted: 28 Oct 2024

Available Online: 23 Dec 2024

## ABSTRACT

**Objectives** Divorce is an important life event that profoundly affects individuals' emotional and social lives, particularly their interpersonal intimacy. This study aims to explore the lived experiences of divorced women in Canada regarding their interpersonal intimacy, identifying their challenges and transformations after divorce.

**Methods** This is a qualitative study. Semi-structured interviews were conducted with 23 divorced women aged 28-54 years in Richmond Hill, Ontario, from April to July 2023, who had divorced at least in the past year. The interviews explored their emotional transitions, social support networks, self-perception, and future outlook on relationships. Data were analyzed using thematic content analysis in NVivo software.

**Results** Four main themes were identified: Emotional Transition, Social Support/Isolation, Identity/Self-Perception, and Future Outlook/Relationships. These themes had some subthemes and concepts, revealing the grieving and self-discovery process, the pivotal role of social networks and societal views, role reevaluation and identity, and the cautious optimism towards building new intimate relationships.

**Conclusion** The complex interaction between emotional, social, and personal factors shapes the experiences of interpersonal intimacy after divorce in Canadian women. The findings highlight the importance of supportive networks, societal acceptance, and personal growth in navigating the complexities of interpersonal intimacy after divorce. This study contributes to a deeper understanding of the challenges and opportunities that divorced women in Canada face in their relationships, offering insights for therapeutic and social support interventions.

### Key words:

Divorce, Interpersonal intimacy, Emotional transition, Social support, Self-Perception

### \* Corresponding Author:

Mehdi Rostami, PhD.

Address: Department of Psychology and Counseling, KMAN Research Institute, Richmond Hill, Ontario, Canada.

Tel: +1 (437) 429-3507

E-mail: [mehdirostami@kmanresce.ca](mailto:mehdirostami@kmanresce.ca)



Copyright © 2024 The Author(s); Publisher by Iran University Medical Sciences  
This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>), which permits use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

## Extended Abstract

### Introduction

The phenomenon of divorce and its aftermath on individuals' interpersonal intimacy and psychological well-being has been a focal point of research in various disciplines. Notably, the transition through and after divorce encapsulates a myriad of emotional, social, and psychological challenges that significantly affect one's capacity for intimacy and relationship dynamics [1-8]. As an important life event, divorce invariably precipitates a profound re-evaluation of self and others in the matrix of intimate relationships [9-14]. Gabardi and Rosén provided an early exploration into how family disruptions caused by divorce engender distinct attitudinal and relational patterns among college students, suggesting that the ripple effects of divorce extend beyond the relational realms. The subsequent emotional transition after divorce is marked by a gamut of emotional responses, with grieving processes delineated as key components [15].

The grieving is not only for the loss of a partner but also for the loss of entire shared life narratives, underscoring the interaction between loss and the reconstruction of identity and intimacy [16]. The emerging adults are susceptible to the negative effects of parental divorce, complicating their intimate relationships. Giovazolias and Paschalidi indicated the effect of rejection sensitivity on the fear of intimacy, elucidating how parental divorce can increase rejection and hinder the development of intimate relationships [17].

The fear of intimacy, along with the vulnerability caused by divorce, underscores the intricate challenges that the people affected by divorce face in building new intimate relationships. The psychological consequences of divorce for women, in particular, have been the focus of many studies. Iri et al. and Noroozi et al [18], evaluated the effectiveness of psychological interventions, such as acceptance and commitment therapy and trauma-focused cognitive-behavioral therapy, in mitigating psychological distress and promoting psychosocial adjustment in divorced women [16]. These interventions consider the resilience and adaptability of divorced women.

The socio-cultural context within which divorce unfolds also plays a critical role in shaping the post-divorce experiences. Ji and Yan showed how societal norms and cultural contexts influence the intimacy needs and psychosocial factors associated with intimacy in divorced and widowed older Chinese women [19].

This implies the importance of considering the broader socio-cultural context in understanding the different experiences of divorced women regarding interpersonal intimacy. Furthermore, the dynamics of self-disclosure and perceived partner responsiveness, as explored by Laurenceau et al., elucidated the foundational elements of intimacy in interpersonal relationships. Their work highlights the critical role of mutual vulnerability and responsiveness in cultivating deep, meaningful relationships, offering valuable insights into how divorced women can navigate new intimate relationships [20].

Navabinejad et al. emphasized the role of family structure and intimacy and highlighted how different family dynamics can influence the emotional consequences of divorce [21]. Yang and McDonnell assessed the impact of social structures and family systems and indicated that cultural factors are crucial in shaping family interactions and intimacy [5]. Jafari and Jafari discussed the effects of cultural marginalization and social competence on family functioning and suggested that marginalized cultural groups may face unique challenges in maintaining social competence and family cohesion after divorce.

Atapour and Darbani indicated the importance of culturally tailored interventions in couple therapy to enhance marital intimacy and reported that recognizing and integrating cultural dynamics can significantly improve therapeutic outcomes for divorced individuals [22]. These studies show the need to consider socio-cultural contexts in understanding the experiences of divorced women with fear of intimacy.

In addition to emotional and psychological consequences, divorce can cause significant social challenges, including alterations in social networks and social stigma. Lavelle and Smock indicated the risk of health insurance loss after divorce in women, which can complicate the recovery from emotional and psychological problems [23]. Digital advancement has introduced new methods to form and maintain intimate relationships after divorce [24]. Lee et al. explored the effects of online self-disclosure on relationship intimacy and satisfaction and suggested that digital platforms may serve as a means of either connection or tension in post-divorce relationships [25].

In this study, we want to contribute to the ongoing discourse on the reconstruction of intimacy after divorce according to the perspectives of divorced women. We seek to address divorce's challenges and opportunities in interpersonal intimacy based on the belief that understanding the nuanced experiences of divorced women is crucial in fostering supportive environments that promote healing,

growth, and the successful navigation of new intimate relationships. In this regard, this study aims to explore the lived experiences of divorced Canadian women regarding interpersonal intimacy.

## Methods

This is a qualitative study. Participants were recruited from the Richmond Hill area of Ontario, Canada, from April to July 2023 using purposive and snowball sampling techniques and after reaching theoretical saturation when no new themes or insights emerged from the semi-structured interviews. The interview covered topics related to personal experiences of intimacy before, during, and after divorce, changes in perceptions of intimacy, and the role of sociocultural factors in shaping these perceptions. The interviews took 45-90 minutes and were audio-recorded and transcribed verbatim for analysis. The data analysis was done using a thematic analysis approach in NVivo software. This method involved a rigorous process of coding the data in iterative cycles, identifying patterns, and constructing themes related to the participant's experiences of interpersonal intimacy after divorce.

## Results

Participants were 23 divorced women with different demographic characteristics shown in Table 1. The analysis revealed a multifaceted exploration of the experiences of divorced women concerning interpersonal intimacy, organized into four main themes: Emotional Transition, Social Support/Isolation, Identity/Self-Perception, and Future Outlook/Relationships. Each theme encompasses a range of sub-themes and concepts, which are detailed in Table 2.

## Discussion

Our study explored the experiences of divorced Canadian women regarding how they navigate new interpersonal relationships after divorce, which led to the identification of four primary themes: Emotional transition, social support/isolation, identity/self-perception, and future outlook/relationships. The emotional transition theme indicated the grieving and self-discovery processes, consistent with the findings of Iri et al. regarding the psychological adjustments required after divorce [16], Gabardi and Rosén who noted the profound impact of divorce on individual psyches, necessitating the re-evaluation of personal and relational identities [15]. The grieving process, marked by sadness and acceptance, supports Iri et al.'s observations on the psychological impacts of divorce, underscoring the necessity of navigating emotional upheavals to achieve psychological adjustment [16].

The emphasis on self-discovery and empowerment among women in our study aligns with Giovazolias and Paschalidi's discussions on the importance of addressing the fear of intimacy, suggesting that overcoming emotional barriers is crucial for fostering healthy future relationships [17]. The social support/isolation theme highlighted the pivotal role of social networks and societal perceptions, consistent with Lavelle and Smock's discussions on the socio-economic challenges divorced women face [23]. The stigma associated with divorce, as found in this theme, is in line with the societal views discussed by Ji and Yan, emphasizing the cultural dimensions of divorce that can influence women's experiences of intimacy [19]. The identity/self-perception theme is consistent with Laurenceau et al.'s findings on the importance of self-disclosure in intimate relationships [20].

The role re-evaluation subtheme reflects a broader societal narrative where divorced women navigate the complexities of redefining identity and intimacy needs after divorce. Finally, the Future Outlook/Relationships theme indicated cautious optimism and resilience among divorced women in forming new relationships, supported by Lee et al.'s findings on the impact of online disclosure on relationship intimacy [25]. This is consistent with Lee et al.'s findings regarding the effects of online disclosure on relationship intimacy, who indicated the potential of digital platforms to facilitate meaningful connections [25]. Regarding the trust and communication subthemes, our results are consistent with Vitek and Yeater's findings related to the impact of sexual violence on relationships, who suggested the necessity of addressing past traumas to foster healthy future relationships [26].

The identified themes underscore the multifaceted nature of post-divorce recovery and the quest for intimacy. Our findings confirm the notion that emotional adjustment, societal support, and role re-evaluation are pivotal for women in managing the complexities of interpersonal intimacy after divorce.

The results of this study revealed a multifaceted nature of post-divorce interpersonal intimacy (emotional, social, and psychological dimensions) among divorced Canadian women. Our findings align with Navabinejad et al.'s results, which emphasized the significant role of family structure and intimacy on the emotional outcomes of divorce [21]. Participants in our study highlighted the profound impact of their pre-divorce family dynamics on their post-divorce emotional transitions. Many women described their grieving process as deeply intertwined with the loss of their established family structures. This connection between family structure and emotional well-

**Table 1.** Participants' demographic characteristics (n=23)

Characteristic	No.	
Age (y)	28-34	5
	35-44	10
	45-54	8
Economic status	Low	8
	Moderate	10
	High	5
Educational level	High school diploma	6
	Bachelor's degree	9
	Master's degree or higher	8
Employment status	Full-time	15
	Part-time	5
	Unemployed	3
Length of marriage (years)	3-10	7
	11-20	10
	21-25	6
Number of children	0	7
	1-2	11
	≥3	5
Ethnicity	Caucasian	12
	African American	4
	Asian	3
	Hispanic	2
	Other	2

being emphasizes the importance of addressing familial contexts in post-divorce support interventions. Yang and McDonnell reported that social structures and family systems are crucial in shaping individuals' intimate relationships after divorce [5].

Some women in our study reported cultural norms and societal expectations as critical factors influencing their ability to build new relationships or rebuild their social networks after divorce. These cultural influences can either support or hinder the emotional recovery process,

depending on the societal context and the level of stigma associated with divorce. This finding emphasizes the need for culturally sensitive interventions that acknowledge and address these societal pressures. Jafari and Jafari investigated the challenges faced by marginalized groups and suggested that social competence and family functioning are often compromised in these groups [27]. Our findings indicated that divorced women from culturally marginalized groups encounter obstacles, such as high societal judgment and limited access to supportive networks. Cultural marginalization can exacerbate isolation

**Table 2.** The emerged themes, sub-themes, and concepts

Theme	Sub-theme	Concepts (Open Codes)
Emotional Transition	Grieving Process	Sadness, Denial, Acceptance, Loneliness, Seeking support, Emotional resilience, Yearning for the past
	Rediscovery the Self	Empowerment, Self-love, Identity shift, Personal growth, Independence, Self-reflection, New interests
	Coping Strategies	Therapy, Spirituality, Hobbies, Social support, Physical activity, Mindfulness, Journaling
	Emotional Barriers to New Relationships	Fear of rejection, Trust issues, Emotional baggage, Vulnerability, Self-doubt, Guardedness, Being ready to date again
Social Support/Isolation	Social Networks Changes	Loss of mutual friends, Gaining new friendships, Family support, Community involvement, Networking events, Supporting group participation
	Stigma and Societal Views	Judgment, Stereotypes, Supportive vs. unsupportive cultures, Privacy concerns, Misconceptions, Public perception
	Role of Technology	Social media, Dating apps, Online support groups, Privacy issues, Virtual connections, Online dating experiences
	Professional Support	Counselors, Legal advice, Financial planning, Therapists, Career coaching, Wellness programs
Identity/Self-Perception	Role Re-evaluation	Parental roles, Career impact, Financial independence, Social roles, Life priorities, Personal values
	Body Image	Self-esteem, Health and fitness, Beauty standards, Aging concerns, Body acceptance, Focus on wellness
	Sexual Identity	Desire, Self-expression, Sexual confidence, Exploring sexuality, Consent, Intimacy needs
Future Outlook/Relationships	Readiness for New Relationships	Emotional availability, Setting boundaries, Expectations, Openness to love, Dating intentions, Self-worth in relationships
	Trust and Vulnerability	Building trust, Fear of vulnerability, Past influences, Emotional safety, Healing process, Sharing personal stories
	Communication in Relationships	Openness, Honesty, Emotional expression, Conflict resolution, Listening skills, Empathy, Negotiating needs
	Perspectives on Marriage and Commitment	Marriage perspectives, Commitment fears, Legal and financial considerations, Independence vs. partnership, Alternatives to marriage, Personal commitment beliefs
	Role of Children and Family	Co-parenting, Blended families, Child welfare, Family dynamics, Parenting styles, Integrating new partners

and hinder the development of healthy interpersonal relationships after divorce. It is important to develop support systems to meet the needs of marginalized divorced women, ensuring that they receive adequate emotional and social support after divorce.

The role of cultural dynamics in therapeutic interventions is also important, as reported by Atapour and Darbani [22], who highlighted the effectiveness of culturally tailored couple therapy in enhancing marital intimacy and suggested that recognizing and integrating cultural fac-

tors can significantly improve therapeutic outcomes [22]. The participants in our study who had received culturally tailored therapy reported better emotional resilience and a more positive outlook on future relationships. These therapeutic approaches, which consider cultural norms and values, can enable divorced women to navigate their emotional journeys more effectively after divorce.

This study, despite providing significant insights into the experiences of divorced women in Canada, had some limitations. The sample size was small, and the focus

on women from Richmond Hill, Ontario, may limit the generalizability of the findings to broader populations. Additionally, the use of semi-structured interviews, although rich in detail, may not capture the full spectrum of experiences, particularly for those who may find it challenging to articulate their feelings verbally. The qualitative design of this study may preclude the establishment of causal relationships between divorce and subsequent experiences of intimacy in women. Future studies should include women with other demographic characteristics and geographical areas to enhance the generalizability of findings. Further quantitative studies can complement this qualitative research, offering broader insights into the prevalence of certain themes and the potential for statistical correlations between divorce and outcomes related to interpersonal intimacy. Moreover, further longitudinal studies for following up of divorced women over time can provide deeper insights into their experiences and strategies for navigating post-divorce life.

## Conclusion

This qualitative study identified four main themes encapsulating the experiences of divorced women in Canada regarding interpersonal intimacy after divorce. These themes included Emotional Transition, Social Support/Isolation, Identity/Self-Perception, and Future Outlook/Relationships. Each theme has various sub-themes, providing a detailed understanding of the experiences of divorced Canadian women as they navigate their paths toward making new relationships. The findings indicate the resilience and adaptability of divorced Canadian women in overcoming societal and emotional barriers to rebuild their lives and foster new intimate relationships after divorce. The findings contribute valuable insights into the psychological and social dynamics of the post-divorce period in Canadian women, highlighting the importance of supportive networks, societal acceptance, and personal growth in navigating the complexities of interpersonal intimacy after divorce.

## Ethical Considerations

### Compliance with ethical guidelines

This research was conducted in accordance with the ethical standards and approved by the Research Ethics Committee of [KMAN Research Institute](#) (Code: KEC.2023.5A3). We ensured the protection of participants' rights, dignity, and privacy throughout the research process. All participants signed a consent form after explaining the study objectives, the voluntary nature of their participation, and their rights, including the right

to withdraw from the study at any time without penalty. Participants were assured of the confidentiality of their information

### Funding

This research did not receive any specific grant from funding agencies in the public, commercial, or not-for profit sectors.

### Authors contributions

The authors contributed equally to this work.

### Conflicts of interest

The authors declare no conflict of interest.

### Acknowledgments

To correct and improve the academic writing of our paper, the authors used the language model ChatGPT. The authors would like to thank all the women who participated in this study for their cooperation.

This Page Intentionally Left Blank



## مقاله پژوهشی

## تجارب صمیمیت بین فردی زنان مطلقه کانادایی: مطالعه کیفی

\* مهدی رستمی<sup>۱</sup>، صفا بلوت<sup>۲</sup>، نادره سعادت<sup>۳</sup>، نئی هرواتی<sup>۴</sup>، کامدین پارساکیا<sup>۵</sup>، زهره زادحسن<sup>۱</sup>، سیدهادی سیدعلی تبار<sup>۱</sup>، فرزانه مردانی<sup>۱</sup>، پرچهر مهدی آبادی<sup>۵</sup>

۱. گروه روانشناسی و مشاوره، مؤسسه تحقیقاتی کیمن (KMAN)، ریچموند هیل، انتاریو، کانادا.

۲. بخش توانبخشی، کلینیک توانبخشی یورک، تورنتو، کانادا.

۳. گروه روانشناسی مشاوره و رئیس مرکز مشاوره، دانشگاه ابن حلدون، استانبول، ترکیه.

۴. گروه علوم اجتماعی و علوم فرهنگی، برنامه تحصیلی روان‌شناسی، ترونوجیو مادورا، جاوا شرقی، اندونزی.

۵. گروه روانشناسی مثبت‌نگر، دانشکده روانشناسی، دانشگاه شرق لندن، لندن، انگلستان.

Use your device to scan and read the article online



**Citation** Rostami M, Bulut S, Saadati N, Herawati N, Parsakia K, Zadhan S, et al. [Interpersonal Intimacy Experiences of Divorced Canadian Women: A Qualitative Study (Persian)]. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*. 2024; 30:E4964.1. <http://dx.doi.org/10.32598/ijpcp.30.4964.1>

doi <http://dx.doi.org/10.32598/ijpcp.30.4964.1>

## چکیده

**اهداف:** طلاق رویدادی مهم در زندگی است که تأثیر عمیقی بر زندگی عاطفی و اجتماعی افراد، به‌ویژه بر تجربیات و درک آن‌ها از صمیمیت بین فردی می‌گذارد. این مطالعه با هدف بررسی تجربیات زیسته زنان مطلقه در زمینه صمیمیت بین فردی، شناسایی چالش‌ها و دگرگونی‌هایی که پس از طلاق متحمل می‌شوند، انجام شد.

**مواد و روش‌ها:** این مطالعه کیفی، با استفاده از مصاحبه‌های نیمه‌ساختارمند با ۲۳ زن مطلقه از ریچموند هیل، انتاریو، در سال ۲۰۲۳ از آوریل تا جولای انجام شد. معیارهای ورود شامل زنی بود که حداقل ۱ سال طلاق گرفته بودند، بین ۲۸ تا ۵۴ سال سن داشتند و مایل به بحث در مورد تجربیات خود بودند. این مصاحبه‌ها گذارهای عاطفی، شبکه‌های حمایت اجتماعی، ادراک از خود و چشم‌انداز آینده در روابط را مورد بررسی قرار دادند. داده‌ها با استفاده از تحلیل مضمون برای دستیابی به اشباع نظری و با استفاده از نرم‌افزار NVivo تجزیه و تحلیل شد.

**یافته‌ها:** چهار موضوع اصلی گذار عاطفی، حمایت اجتماعی و انزوا، هویت و ادراک از خود و چشم‌انداز و روابط آینده شناسایی شد. این مضامین طبقات و مفاهیم مختلفی را دربر می‌گرفت و سفر عاطفی پیچیده سوگواری و خودشناسی، نقش محوری شبکه‌های اجتماعی و ادراکات اجتماعی، بازنگری در هویت خود و خوش‌بینی محتاطانه نسبت به ایجاد روابط صمیمی جدید را آشکار می‌کرد.

**نتیجه‌گیری:** این مطالعه تعامل پیچیده بین عوامل عاطفی، اجتماعی و شخصی را که تجربیات زنان مطلقه از صمیمیت بین فردی را شکل می‌دهد، روشن می‌سازد. یافته‌ها اهمیت شبکه‌های حمایتی، پذیرش اجتماعی و رشد شخصی را در پیمایش پیچیدگی‌های صمیمیت پس از طلاق برجسته می‌کند. همچنین به درک عمیق‌تری از چالش‌ها و فرصت‌هایی که زنان مطلقه در زمینه روابط با آن مواجه‌اند، کمک می‌کند و بینش‌هایی برای مداخلات درمانی و حمایت اجتماعی ارائه می‌دهد.

تاریخ دریافت: ۱۹ فروردین ۱۴۰۳

تاریخ پذیرش: ۰۷ آبان ۱۴۰۳

تاریخ انتشار: ۰۳ دی ۱۴۰۳

## کلیدواژه‌ها:

طلاق، صمیمیت بین فردی، گذار عاطفی، حمایت اجتماعی، ادراک از خود

## \* نویسنده مسئول:

مهدی رستمی

نشانی: کانادا، انتاریو، ریچموند هیل، مؤسسه تحقیقاتی کیمن (KMAN)، گروه روانشناسی و مشاوره.

تلفن: ۲۵۰۷-۴۲۹-۴۳۷ (۴۳۷) +۱

پست الکترونیکی: [mehdirostami@kmanresce.ca](mailto:mehdirostami@kmanresce.ca)



Copyright © 2024 The Author(s); Publisher by Iran University Medical Sciences  
This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>), which permits use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.



## مقدمه

تنوع تجربیات زنان مطلقه در رابطه با صمیمیت بین فردی برجسته می‌کند. علاوه بر این، پویایی خودافشاگری و پاسخ‌دهی درک‌شده از سوی شریک، همان‌طور که توسط لورنسو و همکاران بررسی شد، عناصر بنیادی صمیمیت در روابط بین فردی را روشن می‌کند. نتایج آن‌ها نشان‌دهنده نقش حیاتی آسیب‌پذیری و پاسخگویی متقابل در ایجاد ارتباطات عمیق و معنادار است و بینش‌های ارزشمندی درباره مسیرهایی که زنان مطلقه می‌توانند برای عبور از چالش‌های روابط صمیمی جدید دنبال کنند، ارائه می‌دهد [۲۰]. نوایی نژاد و همکاران بر نقش ساختار خانواده و صمیمیت در جنبه‌های عاطفی طلاق تأکید دارند و نشان می‌دهند که چگونه پویایی‌های مختلف خانواده می‌توانند بر نتایج عاطفی طلاق تأثیر بگذارند [۲۱].

یانگ و مک‌دونل بیشتر به تأثیر ساختارهای اجتماعی و سیستم‌های خانوادگی پرداختند و نشان می‌دهند که تأثیرات فرهنگی نقش حیاتی در شکل‌گیری تعاملات خانوادگی و صمیمیت ایفا می‌کنند [۵]. جعفری و جعفری به بررسی اثرات انزوای فرهنگی و شایستگی اجتماعی بر عملکرد خانواده می‌پردازند و پیشنهاد می‌کنند که افراد منزوی از نظر فرهنگی ممکن است با چالش‌های منحصر به فردی در حفظ شایستگی اجتماعی و انسجام خانواده پس از طلاق مواجه شوند.

عطاپور و دربانی بر اهمیت مداخلات فرهنگی مؤثر در زوج درمانی برای تقویت صمیمیت زناشویی تأکید می‌کنند و خاطر نشان می‌کنند که شناخت و ادغام پویایی‌های فرهنگی می‌تواند به‌طور قابل توجهی بر اثربخشی نتایج درمانی افراد مطلقه تأثیر بگذارد [۲۲]. این مطالعات لزوم توجه به زمینه‌های فرهنگی و خانوادگی را در درک تجربیات زنان مطلقه در رابطه با صمیمیت بین فردی را نشان می‌دهد. طلاق علاوه بر سازگاری‌های عاطفی و روانی، با چالش‌های اجتماعی مهمی از جمله تغییر در شبکه‌های حمایت اجتماعی و قرار گرفتن در معرض انگ اجتماعی همراه است. مطالعه لاول و اسمک بر روی خطر از دست دادن پوشش بیمه سلامت پس از طلاق، نشان‌دهنده پیامدهای ملموس اجتماعی-اقتصادی طلاق است که فرآیند بهبودی عاطفی و روانی را پیچیده‌تر می‌کند [۲۳]. عصر دیجیتال معرف ابعاد جدیدی در شکل‌گیری و حفظ روابط صمیمی پس از طلاق است [۲۴]. لی و همکاران به بررسی تأثیرات افشای اطلاعات در فضای مجاری بر صمیمیت و رضایت در روابط می‌پردازند و پیشنهاد می‌کنند که پلتفرم‌های دیجیتال می‌توانند هم به‌عنوان عرصه‌هایی برای ارتباط و هم به‌عنوان منابع تنش در روابط پس از طلاق عمل کنند [۲۵].

هدف این مقاله کمک به گفت‌وگو جاری در مورد بازسازی صمیمیت پس از طلاق از منظر تجربیات زنان مطلقه است. این مقاله به بررسی چالش‌ها و فرصت‌هایی می‌پردازد که طلاق در زمینه صمیمیت بین فردی ایجاد می‌کند. این بررسی بر این باور استوار است که آگاهی از تجربیات ظریف زنان مطلقه در ایجاد محیط‌های حمایتی که به بهبودی، رشد و مدیریت موفقیت‌آمیز چشم‌اندازهای صمیمی جدید

پدیده طلاق و پیامدهای آن بر صمیمیت بین فردی و سلامت روانی افراد، نقطه کانونی تحقیقات علمی در رشته‌های مختلف بوده است. به‌ویژه، گذر از طلاق و دوران پس از آن شامل مجموعه‌ای از چالش‌های عاطفی، اجتماعی و روان‌شناختی است که به‌طور قابل توجهی بر ظرفیت فرد برای صمیمیت و پویایی روابط تأثیر می‌گذارد [۸-۱]. طلاق، به‌عنوان رویدادی حیاتی در زندگی، به بازنگری عمیق در خود و دیگران در بافت روابط صمیمی منجر می‌شود [۹-۱۴]. گاباردی و روزن به بررسی اولیه‌ای در مورد چگونگی اختلالات خانوادگی که با طلاق مشخص می‌شود، پرداختند و نشان دادند این اختلالات الگوهای نگرشی و رابطه‌ای متمایزی را در میان دانشجویان ایجاد می‌کنند و پیشنهاد کردند که اثرات طلاق به‌طور گسترده‌ای به حوزه‌های روابط فردی گسترش می‌یابد. گذار عاطفی پس از طلاق با طیف وسیعی از واکنش‌های عاطفی مشخص می‌شود و فرایندهای سوگواری اجزای کلیدی این فرایند هستند [۱۵]. این سوگواری تنها شامل از دست دادن شریک زندگی نیست، بلکه سوگواری برای کل زندگی مشترک و تجربیات آن است که بر تعامل پیچیده بین از دست دادن و بازسازی هویت و صمیمیت تأکید می‌کند [۱۶].

بزرگسالی در حال ظهور، مرحله محوری برای توسعه صمیمیت، به‌ویژه در معرض پس‌لرزه‌های طلاق والدین است و مسیر روابط صمیمانه را پیچیده می‌کند. جیوازولیا و پاسخالی دی تأثیر حساسیت طرد شدن بر ترس از صمیمیت را مورد تأکید قرار می‌دهند و بیان می‌کنند که چگونه طلاق والدین باعث نگرانی شدید نسبت به طرد شدن می‌شود و در نتیجه توسعه روابط نزدیک را مختل می‌کند [۱۷]. این ترس از صمیمیت که با آسیب‌پذیری ناشی از طلاق تشدید می‌شود، نشان‌دهنده چالش‌های پیچیده‌ای است که افراد مطلقه در ایجاد ارتباطات صمیمی جدید با آن‌ها مواجه هستند.

پیامدهای روان‌شناختی طلاق بر زنان، به‌ویژه، موضوع تحقیق‌های فراوانی بوده است که نشان‌دهنده پتانسیل این بحران تحول‌آفرین است. ابری و همکاران و نوروزی و همکاران به بررسی اثربخشی مداخلات روان‌شناختی، مانند درمان پذیرش و تعهد و درمان شناختی-رفتاری متمرکز بر ضربه، در کاهش ناراحتی‌های روانی و ارتقای سازگاری روانی-اجتماعی در میان زنان مطلقه پرداختند [۱۸]. این مداخلات بر تاب‌آوری و ظرفیت‌های سازگاری زنان مطلقه تأکید و طلاق را نه تنها به‌عنوان یک نقطه پایان، بلکه به‌عنوان وسیله‌ای برای رشد و نوسازی شخصی معرفی می‌کنند.

زمینه اجتماعی-فرهنگی که طلاق در آن رخ می‌دهد نیز نقش حیاتی در شکل‌گیری تجربه پس از طلاق ایفا می‌کند. جی و یان تأکید می‌کنند که چگونه هنجارهای اجتماعی و زمینه‌های فرهنگی بر نیازهای صمیمیت و عوامل روانی-اجتماعی مرتبط با صمیمیت در میان زنان چینی مسن مطلقه و بیوه تأثیر می‌گذارد [۱۹]. این موضوع اهمیت در نظر گرفتن زمینه اجتماعی-فرهنگی وسیع‌تر را در درک

ترکیب قومی نمونه شامل ۱۲ شرکت‌کننده قفقازی، ۴ نفر آفریقایی-آمریکایی، ۳ نفر آسیایی، ۲ نفر اسپانیایی و ۲ نفر از ملیت‌های دیگر بود. این تنوع جمعیتی چشم‌انداز وسیعی از تجربیات زنان مطلقه در مطالعه ارائه می‌دهد (جدول شماره ۱).

تحلیل ما یک بررسی چندبعدی از تجربیات زنان مطلقه در زمینه صمیمیت بین‌فردی را نشان داد که به چهار دسته اصلی سازمان‌دهی شده است: گذار عاطفی، حمایت اجتماعی و انزوا، هویت و خودادراکی، و چشم‌انداز و روابط آینده. هر دسته شامل طیفی از موضوعات و مفاهیم فرعی بود که در ادامه به تفصیل توضیح داده شده است (جدول شماره ۲).

### گذار عاطفی

سفر عاطفی پس از طلاق عمیق بود و با یک فرآیند سوگواری آغاز شد که به گفته یکی از شرکت‌کنندگان، «شبیه یک ترن هوایی از احساسات» بود. بسیاری از زنان از احساسات غم و تنهایی گزارش دادند، اما همچنین به مرور زمان به پذیرش رسیدند. بازسازی خود موضوعی محوری بود، جایی که زنان از رشد شخصی و توانمندسازی صحبت کردند. یکی از زنان با تأکید بر قدرت تحول‌آفرین خوداندیشی و پرورش علائق جدید بیان کرد «شبیه به بازکشف کردن کسی بود که قبل از ازدواج بودم».

راهنمدهای مقابله خیلی متفاوت بودند و شامل درمان، معنویت و فعالیت‌های بدنی می‌شدند. یکی از شرکت‌کنندگان اشاره کرد: «نوشتن در دفتر خاطرات برایم آرامش‌بخش شد و به من کمک کرد تا افکاری را که نمی‌توانستم به زبان بیاورم، پردازش کنم». باین‌حال، موانع عاطفی برای روابط جدید به‌عنوان یک نگرانی مهم مطرح شد، جایی که ترس از رد شدن و مسائل مربوط به اعتماد رایج بود. یکی از شرکت‌کنندگان گفت: «احساس می‌کنم که محافظه‌کار شده‌ام و از نزدیک شدن هر کسی می‌ترسم» که نشان‌دهنده مبارزه با آسیب‌پذیری و آمادگی برای دوباره قرار گذاشتن بود.

### حمایت اجتماعی و انزوا

تغییرات در شبکه‌های اجتماعی مشهود بود، به طوری که بسیاری از افراد دوستان مشترک خود را از دست دادند اما همچنین دوستی‌های جدیدی به دست آوردند که از تصمیم آن‌ها حمایت می‌کردند. نقش انگ و دیدگاه‌های اجتماعی مهم بود؛ جایی که قضاوت و تصورات نادرست دیگران اغلب به احساس انزوا منجر می‌شد. باین‌حال، فناوری ارتباطات را تسهیل کرده، به طوری که دوستیابی آنلاین و گروه‌های حمایتی راه‌های جدیدی برای تعامل اجتماعی‌اند. حمایت حرفه‌ای توسط مشاوران و درمانگران، برای بسیاری از زنان حیاتی بود که ارائه‌کننده راهنمایی و پشتیبانی بنیادی بود.

کمک می‌کند، حیاتی است. به عبارت دیگر، این مطالعه به بررسی تجربیات زیسته زنان مطلقه در مورد صمیمیت بین‌فردی می‌پردازد.

### مواد و روش‌ها

این مقاله یک مطالعه کیفی است. شرکت‌کنندگان از منطقه ریچموند هیل در انتاریو کانادا، در سال ۲۰۲۳ از ماه آوریل تا جولای از طریق ترکیبی از نمونه‌گیری هدفمند و برفکی انتخاب شدند. نمونه‌گیری تا دستیابی به اشباع نظری و زمانی که هیچ مضمون یا بینش جدیدی از مصاحبه‌ها به دست نیامد ادامه یافت. داده‌ها منحصراً از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته که در سال ۲۰۲۳ انجام شد جمع‌آوری شدند. این قالب به منظور ایجاد تعادل بین هدایت مکالمه در حول محورهای خاص موردعلاقه و اجازه دادن به شرکت‌کنندگان برای به اشتراک گذاشتن تجربیات خود به زبان خودشان انتخاب شد. موضوعات مصاحبه شامل تجربیات شخصی از صمیمیت قبل، حین و پس از طلاق، تغییرات در ادراکات صمیمیت و نقش عوامل اجتماعی و فرهنگی در شکل‌گیری این ادراکات بود. مدت‌زمان مصاحبه‌ها بین ۴۵ تا ۹۰ دقیقه متغیر بود که با رضایت شرکت‌کنندگان ضبط و سپس به‌طور دقیق برای تحلیل نوشته شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از تحلیل مضمون توسط نرم‌افزار NVivo انجام شد. این روش شامل یک فرآیند دقیق کدگذاری داده‌ها در چرخه‌های تکراری، شناسایی الگوها و ساخت مضمون‌هایی بود که جوهره تجربیات شرکت‌کنندگان را در مورد صمیمیت بین‌فردی پس از طلاق به تصویر می‌کشید.

### یافته‌ها

این مطالعه شامل ۲۳ زن مطلقه با طیف متنوعی از ویژگی‌های جمعیت‌شناختی بود.

سن شرکت‌کنندگان از ۲۸ تا ۵۴ سال بود، به طوری که ۵ شرکت‌کننده در گروه سنی ۲۸-۳۴ سال، ۱۰ نفر در گروه سنی ۳۵-۴۴ سال و ۸ نفر در گروه سنی ۴۵-۵۴ سال قرار داشتند.

از نظر وضعیت اقتصادی، ۸ شرکت‌کننده خود را در دسته درآمد پایین، ۱۰ نفر در دسته درآمد متوسط و ۵ نفر در دسته درآمد بالا طبقه‌بندی کردند. سطح تحصیلات نیز متفاوت بود، به طوری که ۶ شرکت‌کننده دارای دیپلم دبیرستان، ۹ نفر دارای مدرک لیسانس و ۸ نفر دارای مدارک تحصیلات تکمیلی بودند.

در مورد اشتغال، ۱۵ شرکت‌کننده به‌صورت تمام‌وقت مشغول به کار بودند، ۵ نفر به‌صورت نیمه‌وقت و ۳ نفر بیکار بودند. مدت زمان ازدواج قبل از طلاق متفاوت بود، به طوری که ۷ شرکت‌کننده مدت آن را ۳ تا ۱۰ سال، ۱۰ نفر ۱۱ تا ۲۰ سال و ۶ نفر ۲۱ تا ۲۵ سال عنوان کردند.

از نظر پویایی خانواده، ۷ شرکت‌کننده هیچ فرزندی نداشتند، ۱۱ نفر ۱ یا ۲ فرزند داشتند و ۵ نفر ۳ یا بیشتر فرزند داشتند.

جدول ۱. جمعیت‌شناسی شرکت‌کنندگان (n=۲۳)

تعداد شرکت‌کنندگان	ویژگی‌های جمعیت‌شناختی
۵	۲۸-۳۴
۱۰	۳۵-۴۴ (سن)
۸	۴۵-۵۴
۸	ضعیف
۱۰	متوسط
۵	بالا
۶	دیپلم
۹	کارشناسی
۸	ارشد
۱۵	تمام وقت
۵	پارموقت
۳	بیکار
۷	۳-۱۰
۱۰	۱۱-۲۰ (مدت ازدواج (سال))
۶	۲۱-۲۵
۷	۰
۱۱	۱-۲
۵	۳ و بیشتر
۱۲	قفقازی
۴	آفریقایی آمریکایی
۳	آسیایی
۲	اسپانیایی
۲	غیره

جدول ۲. نتایج تحلیل موضوعی

طبقه‌ها	زیرطبقه‌ها	مفاهیم (کدهای باز)
گذار عاطفی	فرآیند سوگواری	اندوه، انکار، پذیرش، تنهایی، جستجوی حمایت، تاب‌آوری عاطفی، آرزوی گذشته
	کشف دوباره خود	توانمندسازی، عشق به خود، تغییر هویت، رشد شخصی، استقلال، خوداندیشی، علایق جدید
	استراتژی‌های مقابله	درمان، معنویت، سرگرمی‌ها، حمایت اجتماعی، فعالیت بدنی، ذهن‌آگاهی، یادداشت‌برداری
حمایت اجتماعی و انزوا	موانع عاطفی برای روابط جدید	ترس از طرد شدن، مشکلات اعتماد، بار عاطفی، آسیب‌پذیری، تردید به نفس، احتیاط، آمادگی برای دوباره قرار گذاشتن
	تغییرات شبکه‌های اجتماعی	از دست دادن دوستان مشترک، دوستی‌های جدید، حمایت خانواده، مشارکت در جامعه، رویدادهای شبکه‌سازی، شرکت در گروه‌های حمایتی
	تبعیض و دیدگاه‌های اجتماعی	قضایات، کلیشه‌ها، فرهنگ‌های حمایتی در مقابل غیرحمایتی، نگرانی‌های حریم خصوصی، تصورات نادرست، درک عمومی
	نقش فناوری	رسانه‌های اجتماعی، برنامه‌های دوستیابی، گروه‌های حمایتی آنلاین، مسائل حریم خصوصی، ارتباطات مجازی، تجربیات دوستیابی آنلاین
هویت و ادراک از خود	حمایت حرفه‌ای	مشاوران، مشاوره حقوقی، برنامه‌ریزی مالی، درمانگران، مربی‌گری شفلی، برنامه‌های سلامت روان
	بازنگری نقش‌ها	نقش والدین، تأثیر شفلی، استقلال مالی، نقش‌های اجتماعی، اولویت‌های زندگی، ارزش‌های شخصی
	تصویر بدنی	اعتمادبه‌نفس، سلامت و تناسب اندام، استانداردهای زیبایی، نگرانی‌های مربوط به پیری، پذیرش بدن، تمرکز بر سلامت روان
چشم‌انداز آینده و روابط	هویت جنسی	خواستگاری، ابراز خود، اعتمادبه‌نفس جنسی، کاوش در جنسیت، رضایت، نیازهای صمیمیت
	آمادگی برای روابط جدید	دسترس‌پذیری عاطفی، تعیین مرزها، انتظارات، آمادگی برای عشق، نیت‌های دوستیابی، ارزش خود در روابط
	اعتماد و آسیب‌پذیری	ایجاد اعتماد، ترس از آسیب‌پذیری، تأثیرات گذشته، امنیت عاطفی، فرآیند درمان، به اشتراک‌گذاری داستان‌های شخصی
	ارتباط در روابط	آشکار بودن، صداقت، ابراز عواطف، حل تعارض، مهارت‌های شنیداری، همدلی، مذاکره درباره نیازها
	نگرش‌ها به ازدواج و تعهد	نگرش‌های ازدواج، ترس از تعهد، ملاحظات قانونی و مالی، استقلال در مقابل شراکت، گزینه‌های جایگزین برای ازدواج، باورهای شخصی در مورد تعهد
نقش کودکان و خانواده	نقش کودکان و خانواده	هم‌پروری، خانواده‌های ترکیبی، رفاه کودک، پویایی خانواده، سبک‌های فرزندپروری، ادغام شرکای جدید

## هویت و ادراک از خود

خود بازشناسی بر مفاهیمی از جمله توانمندسازی، تغییر هویت و رشد شخصی تأکید داشت و منعکس‌کننده پتانسیل تحول‌آفرین حرکت در زندگی پس از طلاق بود. استراتژی‌های مقابله شامل درمان، معنویت و حمایت اجتماعی و غیره بود که مکانیسم‌های مختلفی را برای تسهیل بهبود عاطفی نشان می‌داد. موانع عاطفی برای روابط جدید نگرانی‌ها درباره ورود مجدد به صحنه دوستیابی را به تصویر کشید و مفاهیمی مانند ترس از طرد شدن و اعتماد را به‌عنوان موانع قابل توجهی برای دستیابی به صمیمیت نشان داد.

مضمون حمایت اجتماعی و انزوا به نقش‌های شبکه‌های اجتماعی، ادراکات اجتماعی و استفاده از فناوری در شکل‌دهی تجربیات پس از طلاق می‌پرداخت. طبقات این مضمون شامل تغییرات شبکه‌های اجتماعی، انگ و دیدگاه‌های اجتماعی، نقش فناوری و حمایت حرفه‌ای بود. تغییرات شبکه‌های اجتماعی بر از دست دادن و به دست آوردن دوستی‌ها و اهمیت حمایت خانواده تأکید کرد. انگ و دیدگاه‌های اجتماعی به قضاوت‌ها و کلیشه‌های اجتماعی توجه داشت و چالش‌های خارجی که زنان مطلقه با آن‌ها مواجه هستند را مورد تأکید قرار می‌داد. نقش فناوری به نقش دوگانه رسانه‌های اجتماعی و برنامه‌های دوستیابی می‌پرداخت، درحالی‌که حمایت حرفه‌ای بر اهمیت دسترسی به مشاوره‌های درمانی و قانونی پس از طلاق تأکید داشت.

هویت و خودادراکی به ارزیابی مجدد درونی که پس از طلاق رخ می‌دهد، می‌پرداخت. این مضمون به طبقاتی مانند ارزیابی مجدد نقش، تصویر بدنی و هویت جنسی تقسیم شد که هر کدام شامل مفاهیمی بودند که روش‌های دقیق تأثیر طلاق بر دیدگاه زنان نسبت به خود و نقش‌هایشان را نشان می‌دادند. ارزیابی مجدد نقش شامل مفاهیمی مانند نقش والدین و تأثیر شغلی بود، تصویر بدنی شامل عزت نفس و سلامت و تناسب اندام بود، هویت جنسی شامل مفاهیمی مانند تمایل و خودبیانی بود که تصویری جامع از تغییرات در هویت و خودادراکی پس از طلاق ارائه می‌دهد.

مضمون چشم‌انداز آینده و روابط به دیدگاه‌ها و چالش‌های مرتبط با تشکیل روابط صمیمی جدید پس از طلاق می‌پرداخت. این مضمون شامل طبقاتی مانند آمادگی برای روابط جدید، اعتماد و آسیب‌پذیری، ارتباط در روابط و دیدگاه‌ها درباره ازدواج و تعهد بود. آمادگی برای روابط جدید شامل مفاهیمی مانند دسترسی عاطفی و تعیین مرزها بود که نشان‌دهنده خوش‌بینی محتاطانه نسبت به تلاش‌های عاشقانه جدید است. اعتماد و آسیب‌پذیری بر اهمیت حیاتی ساختن اعتماد و مدیریت آسیب‌پذیری در روابط جدید تأکید داشت. ارتباط در روابط بر ضرورت باز بودن و صداقت برای موفقیت در روابط تأکید داشت و دیدگاه‌ها درباره ازدواج و تعهد شامل دیدگاه‌های متنوعی درباره نهاد ازدواج و مفهوم تعهد پس از طلاق بود.

طلاق باعث ارزیابی مجدد نقش‌ها شد، به‌ویژه در مورد نقش والدین و تأثیر شغلی. یکی از شرکت‌کنندگان گفت: «باید تعریف موفقیت را برای خودم دوباره تعیین می‌کردم، فراتر از اینکه همسر یا مادر باشم». تصویر بدنی و هویت جنسی نیز از حوزه‌های مهم خودادراکی بودند که پس از طلاق دچار تحول شدند. زنان از سفری به سمت پذیرش بدن و کاوش در هویت جنسی خود با اعتمادبه‌نفس تازه‌ای خبر دادند.

## چشم‌انداز آینده و روابط

با نگاه به آینده، آمادگی برای روابط جدید نمایانگر خوش‌بینی محتاطانه‌ای بود که بسیاری در مورد عشق و صمیمیت احساس می‌کردند. اعتماد و آسیب‌پذیری با تمرکز بر ساختن اعتماد و غلبه بر ترس از آسیب‌پذیری، به‌عنوان حوزه‌های بحرانی برای مدیریت بحران شناسایی شدند. ارتباط مؤثر در روابط به‌عنوان امری ضروری تلقی شد و تأکید زیادی بر صداقت، شفافیت و همدلی وجود داشت. درنهایت، دیدگاه‌ها درباره ازدواج و تعهد طیف وسیعی از نظرات، از محتاطانه گرفته تا باز، با مضمون مشترک جست‌وجوی باورهای تعهد شخصی که با احساس تازه‌ای از خود همسو هستند را نشان داد.

## بحث

این مطالعه به بررسی تجربیات پیچیده زنان مطلقه درحالی‌که در زمینه صمیمیت بین فردی پس از طلاق حرکت می‌کنند، پرداخت که در نتیجه چهار مضمون اصلی گذار عاطفی، حمایت اجتماعی و انزوا، هویت و خودادراکی و چشم‌انداز و روابط آینده به دست آمد. موضوع گذار عاطفی بر اهمیت فرایندهای سوگواری و خودشناسی تأکید داشت و با یافته‌های ابری و همکاران در مورد سازگاری‌های روانی مورد نیاز پس از طلاق همخوانی داشت [۱۶]. حمایت اجتماعی و انزوا بر نقش محوری شبکه‌های اجتماعی و ادراکات اجتماعی تأکید و با بحث لاول و اسمک در مورد چالش‌های اجتماعی-اقتصادی که زنان مطلقه با آن‌ها مواجه هستند همخوانی داشت [۲۳]. ارزیابی مجدد هویت و خودادراکی با مطالعه لورنسو و همکاران در مورد اهمیت خودافشایی در روابط صمیمی منطبق بود [۲۰]. حال آن که مضمون چشم‌انداز آینده در روابط بر خوش‌بینی محتاطانه در شکل‌گیری روابط جدید تأکید داشت که با یافته‌های لی و همکاران در مورد تأثیر افشای اطلاعات در فضای مجاری بر صمیمیت روابط همخوانی داشت [۲۵].

موضوع گذار عاطفی بر سفر عاطفی پیچیده زنان مطلقه تأکید داشت و شامل طبقاتی مانند فرآیند سوگواری، بازشناسی خود، استراتژی‌های مقابله و موانع عاطفی برای روابط جدید بود. دسته فرآیند سوگواری شامل مفاهیمی مانند غم، تنهایی و پذیرش بود که نشان‌دهنده ماهیت چندوجهی سوگ پس از طلاق است.

تلاقی این مضامین با تحقیقات موجود، نشان‌دهنده ماهیت چندوجهی بهبودی پس از طلاق و جست‌وجوی صمیمیت است. یافته‌های مطالعه حاضر این نظریه را تأیید می‌کند که سازگاری عاطفی، حمایت اجتماعی و بازنگری هویت در مدیریت پیچیدگی‌های صمیمیت پس از طلاق نقش کلیدی دارند. علاوه بر این، نقش پلتفرم‌های دیجیتال در شکل‌گیری روابط جدید، نشان‌دهنده ماهیت در حال تحول ارتباطات اجتماعی در عصر دیجیتال است که با یافته‌های لی و همکاران همخوانی دارد [۲۵].

این مطالعه بررسی چندوجهی‌ای از ابعاد عاطفی، اجتماعی و روان‌شناختی صمیمیت بین‌فردی پس از طلاق در میان زنان مطلقه انجام داد. یافته‌های ما با تحلیل مقطعی نوایی‌نژاد و همکاران که بر تأثیر قابل توجه ساختار خانواده و صمیمیت بر نتایج عاطفی طلاق تأکید می‌کنند هم‌راستا است [۲۱]. شرکت‌کنندگان در مطالعه حاضر تأثیر عمیق پویایی خانواده پیش از طلاق را بر گذار عاطفی پس از طلاق خود مورد تأکید قرار دادند. بسیاری از زنان فرآیند سوگواری خود را به شدت با از دست دادن ساختارهای خانوادگی تثبیت‌شده‌شان مرتبط دانستند که با یافته‌های نوایی‌نژاد و همکاران همخوانی دارد. این ارتباط بین ساختار خانواده و رفاه عاطفی بر اهمیت پرداختن به زمینه‌های خانوادگی در مداخلات حمایتی پس از طلاق تأکید می‌کند.

ابعاد فرهنگی طلاق و تأثیر آن بر صمیمیت بین‌فردی را نمی‌توان نادیده گرفت، زیرا این عوامل به‌طور قابل توجهی بر تجربیات و ادراکات زنان مطلقه تأثیر می‌گذارند. یانگ و مک‌دونل تأکید می‌کنند که ساختارهای اجتماعی و سیستم‌های خانوادگی نقش مهمی در شکل‌دهی به روابط صمیمی افراد پس از طلاق دارند [۵]. شرکت‌کنندگان در مطالعه ما اغلب به هنجارهای فرهنگی و انتظارات اجتماعی به‌عنوان عوامل حیاتی اشاره کردند که بر توانایی آن‌ها در شکل‌گیری روابط جدید و بازسازی شبکه‌های اجتماعی‌شان تأثیر می‌گذارد. این تأثیرات فرهنگی بسته به زمینه اجتماعی و سطح انگ مرتبط با طلاق می‌توانند فرآیند بهبودی عاطفی را یا حمایت کنند یا مانع آن شوند. این یافته با تحلیل یانگ و مک‌دونل هم‌راستا است و نشان‌دهنده لزوم مداخلات حساس به فرهنگ که این فشارهای اجتماعی را شناسایی و حل می‌کنند است.

علاوه بر این، جعفری و جعفری به چالش‌های جمعیت‌های از لحاظ فرهنگی منزوی‌شده اشاره و خاطر نشان می‌کنند که شایستگی اجتماعی و عملکرد خانوادگی معمولاً در این جمعیت‌ها تحت تأثیر قرار می‌گیرد [۲۷]. یافته‌های ما نشان می‌دهد که زنان مطلقه که از لحاظ فرهنگی منزوی شده‌اند با موانع منحصر به فردی، مانند قضاوت‌های اجتماعی شدید و دسترسی محدود به شبکه‌های حمایتی مواجه هستند. این انزوای فرهنگی

یافته‌های ما بر گذار عاطفی به‌عنوان مرحله‌ای حیاتی، جایی که فرایندهای سوگواری و خودشناسی از اهمیت بالایی برخوردارند تأکید دارد. این موضوع با نظر گاباردی و روزن که به تأثیر عمیق طلاق بر روان فردی اشاره کردند و نیاز به ارزیابی مجدد هویت‌های شخصی و رابطه‌ای را ضروری دانستند هم‌راستا است [۱۵]. فرآیند سوگواری که با غم و پذیرش مشخص می‌شود، منعکس‌کننده مشاهدات ایری و همکاران در مورد تأثیرات روانی طلاق است و بر ضرورت مدیریت آسفتگی‌های عاطفی برای دستیابی به سازگاری روانی تأکید می‌کند [۱۶]. علاوه بر این، تأکید بر خودشناسی و توانمندسازی در میان شرکت‌کنندگان ما بازتاب‌دهنده نتایج جیوازولیا و پاسخالییدی در مورد اهمیت پرداختن به ترس از صمیمیت است و نشان می‌دهد غلبه بر موانع عاطفی برای پرورش روابط سالم در آینده ضروری است [۱۷].

مضمون حمایت اجتماعی و انزوا بر نقش دوگانه شبکه‌های اجتماعی و برداشت‌های اجتماعی در شکل‌گیری بهبودی پس از طلاق تأکید می‌کند. تأثیر تحول‌آفرین شبکه‌های حمایت اجتماعی بازتاب یافته‌های لاول و اسماک در مورد چالش‌های اجتماعی-اقتصادی زنان مطلقه است که اهمیت جامعه‌حمایتی را در کاهش این چالش‌ها برجسته می‌کند [۲۳]. علاوه بر این، انگ مرتبط با طلاق که در یافته‌های ما مورد تأکید قرار گرفته است، با دیدگاه‌های اجتماعی مطرح‌شده توسط جی و یان هم‌راستا است و نشان‌دهنده ابعاد فرهنگی طلاق است که می‌تواند بر تجربیات زنان از صمیمیت تأثیر بگذارد [۱۹].

مطالعه ما همچنین بر بازنگری عمیق هویت و خودادراکی پس از طلاق تأکید می‌کند. این مضمون به‌ویژه در زمینه مطالعه لورنسو و همکاران بر روی صمیمیت به‌عنوان یک فرآیند بین‌فردی واضح است و نشان می‌دهد خودافشایی و واکنش‌پذیری درک‌شده از سوی شریک، برای تبادل‌های صمیمی حیاتی هستند [۲۰]. بازنگری نقش‌ها و خودادراکی در میان شرکت‌کنندگان ما، بازتاب‌دهنده یک روایت اجتماعی وسیع‌تر است که در آن زنان مطلقه به پیچیدگی‌های بازتعریف هویت و نیازهای صمیمیتی پس از طلاق می‌پردازند.

در نهایت، مضمون چشم‌انداز آینده و روابط بر خوش‌بینی محتاطانه و تاب‌آوری زنان مطلقه در نزدیک شدن به روابط جدید تأکید می‌کند. این مضمون همچنین در مطالعه گیلث و میلر با عنوان تأثیرات افشای اطلاعات در فضای مجاری بر صمیمیت روابط مطرح شده است و نشان می‌دهد پلتفرم‌های دیجیتال می‌توانند به تسهیل ارتباطات معنادار کمک کنند [۲۵]. علاوه بر این، اهمیت اعتماد و ارتباط در شکل‌گیری روابط جدید با مرور سیستماتیک ویتک و یتر در مورد تأثیر تاریخچه خشونت جنسی بر عملکرد روابط هم‌راستا است و بر لزوم پرداختن به تروماهای گذشته برای پرورش روابط سالم در آینده تأکید می‌کند [۲۶].



برای کسانی که ممکن است در بیان احساسات خود به‌طور کلامی با چالش مواجه شوند دربر نگیرد. همچنین، ماهیت کیفی مطالعه مانع از ایجاد روابط علی بین طلاق و تجربیات آینده روابط صمیمانه با دیگران می‌شود.

تحقیقات آینده باید طیف وسیعی از شرکت‌کنندگان از مناطق جغرافیایی مختلف را بررسی کنند تا قابلیت تعمیم یافته‌ها را افزایش دهند. مطالعات کمی می‌توانند این تحقیق کیفی را تکمیل کنند و بینش‌های وسیع‌تری در مورد شیوع برخی موضوعات و پتانسیل وجود همبستگی‌های آماری بین عوامل طلاق و نتایج مرتبط با صمیمیت ارائه دهند. علاوه بر این، مطالعات طولی که گذار زنان مطلقه را در طول زمان پیگیری می‌کنند، می‌توانند بینش‌های عمیق‌تری در مورد ماهیت در حال تحول تجربیات آن‌ها و راهبردهای مدیریت زندگی پس از طلاق ارائه دهند.

بینش‌های به‌دست‌آمده از این مطالعه دارای پیامدهای عملی برای متخصصان سلامت روان، مددکاران اجتماعی و سیاست‌گذاران هستند. برنامه‌های حمایتی متناسب که به نیازهای عاطفی، اجتماعی و روان‌شناختی زنان مطلقه می‌پردازند، می‌توانند تأثیر قابل‌توجهی بر بهبودی و سازگاری آن‌ها پس از طلاق داشته باشند که شامل توسعه مداخلات درمانی هدفمند است که به تسهیل بهبودی عاطفی، افزایش عزت نفس و بازسازی شبکه‌های اجتماعی کمک می‌کند. علاوه بر این، طرح‌های توسعه‌یافته متناسب با جامعه که به کاهش انگ مرتبط با طلاق می‌پردازند، می‌توانند به ادغام مجدد زنان مطلقه در شبکه‌های اجتماعی کمک کرده و به آن‌ها در تشکیل روابط جدید و معنادار یاری رسانند.

در نهایت، یافته‌ها با توجه به نقش فزاینده پلتفرم‌های آنلاین در تقویت روابط پس از طلاق بر اهمیت ادغام سواد دیجیتال و ایمنی در برنامه‌های حمایتی تأکید می‌کنند. باین‌حال، مسیر بازسازی صمیمیت پس از طلاق مملو از چالش‌های زیادی، از جمله انگ اجتماعی و نیاز به بهبودی روانی است. یافته‌های به‌دست‌آمده نشان‌دهنده نیاز به یک رویکرد یکپارچه برای حمایت از زنان مطلقه است که شامل حمایت عاطفی، پذیرش اجتماعی و فرصت‌هایی برای خودشناسی و رشد باشد.

### ملاحظات اخلاقی

این تحقیق مطابق با بالاترین استانداردهای اخلاقی و تأیید شده توسط کمیته اخلاق پژوهشگاه KMAN (کد اخلاقی: KEK.2023.5A3) انجام شده است. این تأییدیه شامل تمام جنبه‌های مطالعه، از انتخاب شرکت‌کنندگان گرفته تا جمع‌آوری و تجزیه و تحلیل داده‌ها، تضمین حفاظت و احترام به حقوق، حیثیت و حریم خصوصی شرکت‌کنندگان در طول فرآیند تحقیق می‌شود.

می‌تواند احساس انزوا را تشدید و توسعه روابط بین‌فردی سالم پس از طلاق را مختل کند. بینش‌های ارائه‌شده توسط جعفری و جعفری بر اهمیت توسعه سیستم‌های حمایتی که به‌طور خاص به نیازهای گروه‌های حاشیه‌نشین پاسخ دهند و اطمینان حاصل کنند که آن‌ها در طول گذار خود حمایت عاطفی و اجتماعی کافی دریافت می‌کنند تأکید می‌کند [۲۷].

نقش پویایی فرهنگی در مداخلات درمانی نیز همان‌طور که عطاپور و دربانی نشان داده‌اند بسیار حائز اهمیت است. مطالعه آن‌ها بر اثربخشی زوج‌درمانی متناسب با فرهنگ در افزایش صمیمیت زناشویی تأکید و پیشنهاد می‌کند که شناسایی و ادغام عوامل فرهنگی می‌تواند به‌طور قابل‌توجهی نتایج درمانی را بهبود بخشد [۲۲]. شرکت‌کنندگان ما که در درمان فرهنگی آگاهانه شرکت کردند، از تاب‌آوری عاطفی بهتر و نگرش مثبت‌تری نسبت به روابط آینده خود گزارش دادند. این رویکردهای درمانی که هنجارها و ارزش‌های فرهنگی را در نظر می‌گیرند، می‌توانند به زنان مطلقه ابزارهایی ارائه دهند تا گذار عاطفی خود را به‌طور مؤثرتری مدیریت کنند. این یافته با مطالعات متعدد در مورد اهمیت مراقبت فرهنگی مناسب؛ همان‌طور که عطاپور و دربانی به آن اشاره کرده‌اند همخوانی دارد و نشان می‌دهد متخصصان سلامت روان باید حساسیت فرهنگی را در عمل خود بکنجانند.

### نتیجه‌گیری

تحلیل کیفی ما به شناسایی چهار مضمون منجر شد که تجربیات زنان مطلقه در مورد صمیمیت بین‌فردی را دربر می‌گیرد. این مضامین شامل گذار عاطفی، حمایت اجتماعی و انزوا، هویت و خودادراکی و چشم‌انداز و روابط آینده بودند. هر مضمون اصلی شامل طبقات مختلفی بود که به مفاهیم خاص‌تری تقسیم می‌شد و درک دقیقی از پویایی پیچیده‌ای که در زندگی زنان مطلقه در حین پیמודن مسیرهای بهبودی و پویایی جدید روابطشان وجود دارد، ارائه می‌دهد.

در نتیجه، این مطالعه بر تاب‌آوری و سازگاری زنان مطلقه در غلبه بر موانع اجتماعی و عاطفی برای بازسازی زندگی‌شان و ایجاد روابط صمیمی جدید تأکید می‌کند. یافته‌های ما بینش‌های ارزشمندی در مورد پویایی‌های روان‌شناختی و اجتماعی که در دوره پس از طلاق وجود دارد، ارائه می‌دهند و اهمیت شبکه‌های حمایتی، پذیرش اجتماعی و رشد شخصی را در پیמודن پیچیدگی‌های صمیمیت پس از طلاق مورد تأکید قرار می‌دهند.

این مطالعه ضمن ارائه بینش قابل‌توجهی از تجربیات زنان مطلقه، بدون محدودیت نیست. اندازه نمونه و انتخاب شرکت‌کنندگان از ریچموند هیل، انتاریو، ممکن است قابلیت تعمیم یافته‌ها به جمعیت‌های وسیع‌تر را محدود کند. علاوه بر این، استفاده از مصاحبه‌های نیمه‌ساختار یافته، هرچند که جزئیات را پوشش می‌دهد، ممکن است طیف کاملی از تجربیات را به‌ویژه



#### حامی مالی

این پژوهش هیچ‌گونه کمک مالی از سازمانی‌های دولتی، خصوصی و غیرانتفاعی دریافت نکرده است.

#### مشارکت‌نویسندگان

تمام نویسندگان در آماده‌سازی این مقاله مشارکت داشتند.

#### تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان، این مقاله تعارض منافع ندارد.

#### تشکر و قدردانی

از همه افرادی که ما را در انجام پروژه یاری کردند تشکر می‌کنیم.

## References

- [1] Karimnezhad Isfahani R, Mardani F. The effectiveness of compassion-based spouse-treating education on the improvement of family relationships and forgiveness in married deaf and hard of hearing men in Isfahan. *KMAN Counseling & Psychology Nexus*. 2023; 1(1):58-65. [DOI:10.61838/kman.psychnexus.1.1.7]
- [2] Habibi Kordabad N, Darbani SA. The mediating role of triangulation in the family on the relationship between differentiation and marital conflict in parents with disabled children. *KMAN Counseling & Psychology Nexus*. 2023; 1(2):134-40. [DOI:10.61838/kman.psychnexus.1.2.21]
- [3] Zadhasan Z. Evaluating the emotion regulation program on enhancing family resilience. *KMAN Counseling & Psychology Nexus*. 2023; 1(2):51-7. [DOI:10.61838/kman.psychnexus.1.2.9]
- [4] Araghchi E, Saadati N. Predicting the desire for remarriage based on family relationships, attachment styles, and personality traits among married men. *KMAN Counseling & Psychology Nexus*. 2023; 1(1):34-42. [DOI:10.61838/kman.psychnexus.1.1.4]
- [5] Yang J, McDonnell M. Social structures and family systems: An analysis of cultural influences. *Journal of Psychosociological Research in Family and Culture*. 2024; 2(1):31-41. [DOI:10.61838/kman.jprfc.2.1.6]
- [6] Jomenia S, Nazari AM, Soliemanian AA. Identifying the indicators of the problems of couples seeking a divorce in Torkaman city. *Applied Family Therapy Journal (AFTJ)*. 2021; 2(3):170-95. [Link]
- [7] Khandandel S, Mohammadzadeh R, Abbasi Asfajir AA, Sadeghi J. Investigating the psychological status of children of divorce in adulthood using a qualitative method. *Journal of Adolescent and Youth Psychological Studies (JAYPS)*. 2023; 4(5):36-46. [DOI:10.61838/kman.jayps.4.5.4]
- [8] Moradi S. The effectiveness of realistic acceptance and commitment therapy (RACT) on distress tolerance and resilience of divorced women. *Applied Family Therapy Journal (AFTJ)*. 2022; 3(5):581-96. [DOI:10.61838/kman.aftj.3.5.34]
- [9] Amir HG, Moradi O, Arefi M, Ahmadian H. The effectiveness of cognitive behavior therapy and Acceptance and Commitment therapy (ACT) on self-control and resiliency in divorced women. *Applied Family Therapy Journal (AFTJ)*. 2022; 3(4):493-508. [DOI:10.61838/kman.aftj.3.4.27]
- [10] Azizi F, Mohseni R, Hazrati Someeh Z. Sociological study of the effect of informal settlements on social harms (Case Study: Kermanshah city). *Journal of Adolescent and Youth Psychological Studies (JAYPS)*. 2023; 4(8):132-8. [DOI:10.61838/kman.jayps.4.8.15]
- [11] Gorjinpor F, Alipour G, Jelveh M, Abdi M. Effectiveness of compassion-focused therapy in enhancing self-esteem and functional flexibility of children of divorce. *Applied Family Therapy Journal (AFTJ)*. 2020; 1(2):1-22. [Link]
- [12] Mosadegh H, Darbani SA, Parsakia K. The mediating role of sexual satisfaction in the relationship between personality traits and emotional divorce in men. *Applied Family Therapy Journal (AFTJ)*. 2023; 4(4):191-202. [DOI:10.61838/kman.aftj.4.4.11]
- [13] Rashidi F, Munirpour N, Dukanei Fard F. The model of emotional divorce based on differentiation with the mediating role of personality structure and experience of usness. *Applied Family Therapy Journal (AFTJ)*. 2022; 3(2):85-116. [DOI:10.61838/kman.aftj.3.2.5]
- [14] Sorkhabi Abdolmaleki M, Dokaneifard F, Behdodi M. Causal explanation of emotional divorce of married women: the role of cognitive emotion regulation strategies and marital burnout. *Psychology of Woman Journal*. 2021; 2(3):14-28. [Link]
- [15] Gabardi L, Rosén LA. Differences between college students from divorced and intact families. *Journal of Divorce & Remarriage*. 1991; 15(3-4):175-92. [DOI:10.1300/J087v15n03\_10]
- [16] Iri H, Makvandi B, Bakhtiarpour S, Hafezi F. Effectiveness of acceptance and commitment therapy on hypochondriasis and psychosocial adjustment in divorced women. *Jundishapur Journal of Health Sciences*. 2021. [DOI:10.5812/jjhs.106002]
- [17] Giovazolias T, Paschalidi E. The effect of rejection sensitivity on fear of intimacy in emerging adulthood. *European Journal of Psychology Open*. 2022; 81(1). [DOI:10.1024/2673-8627/a000019]
- [18] Noroozi S, Mokhtariaraghi H, Barzoki M. The Effectiveness of Trauma-Focused Cognitive-Behavioural Therapy in the Treatment of Depression of Divorced Women. *Australasian Medical Journal*. 2018; 11(4). [Link]
- [19] Ji Z, Yan E. Psycho-social factors associated with intimacy needs in divorced and widowed older Chinese women. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2022; 19(19):12360. [DOI:10.3390/ijerph191912360] [PMID]
- [20] Laurenceau JP, Barrett LF, Pietromonaco PR. Intimacy as an Interpersonal Process: The importance of self-disclosure, partner disclosure, and perceived partner responsiveness in interpersonal exchanges. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1998; 74(5):1238-51. [DOI:10.1037//0022-3514.74.5.1238] [PMID]
- [21] Navabinejad S, Rostami M, Parsakia K. Influences of Family Structure and Intimacy on Emotional Divorce: A cross-sectional analysis. *Journal of Psychosociological Research in Family and Culture*. 2024; 2(1):23-30. [DOI:10.61838/kman.jprfc.2.1.5]
- [22] Atapour N, Darbani SA. Cultural dynamics in couple therapy: Enhancing marital intimacy through tailored interventions. *Journal of Psychosociological Research in Family and Culture*. 2024; 2(1):4-9. [Link]
- [23] Lavelle B, Smock PJ. Divorce and women's risk of health insurance loss. *Journal of Health and Social Behavior*. 2012; 53(4):413-31. [DOI:10.1177/0022146512465758] [PMID]
- [24] Parsakia K, Rostami M. Digital Intimacy: How technology shapes friendships and romantic relationships. *AI and Tech in Behavioral and Social Sciences*. 2023; 1(1):27-34. [DOI:10.61838/kman.aitech.1.1.5]
- [25] Lee J, Gillath O, Miller A. Effects of self- and partner's online disclosure on relationship intimacy and satisfaction. *Plos One*. 2019; 14(3):e0212186. [DOI:10.1371/journal.pone.0212186] [PMID]
- [26] Vitek KN, Yeater EA. The association between a history of sexual violence and romantic relationship functioning: A systematic review. *Trauma Violence & Abuse*. 2021; 22(5):1221-32. [DOI:10.1177/1524838020915615] [PMID]
- [27] Jafari Z, Jafari M. Understanding family functioning: The influence of cultural marginalization and social competence. *Journal of Psychosociological Research in Family and Culture*. 2023; 1(4):4-10. [DOI:10.61838/kman.jprfc.1.4.2]