

An Investigation of the Effectiveness of Islamic-oriented Consultation on Psychological Distress in Female Students with Love Trauma Syndrome

Zahra Kouhi , Marziyeh Alivandi-Vafa* 

Department of Psychology, Faculty of Literature and Humanities, Tabriz Branch, Islamic Azad University, Tabriz, Iran.

*Correspondence should be addressed to Dr. Marziyeh Alivandi-Vafa; Email: M.alivand.iaut.ac.ir

Article Info

Received: Apr 1, 2021

Received in revised form:

May 12, 2021

Accepted: Jun 8, 2021

Available Online: Sep 23, 2022

Keywords:

Consultation

Islam

Love

Psychological Distress



 <https://doi.org/10.22037/jrrh.v8i3.34697>

Abstract

Background and Objective: As the definitions of human relationships have changed in the present-day world, people from all walks of life, particularly university students, undergo emotional failure as well as psychological distress. Given the fact that the psychological distress could weaken performance within and between individuals and that the cultural spiritual factors play an important part in psychotherapy, the current research examined the effects of Islamic-oriented consulting on psychological distress (depression, anxiety, and stress) of female students with love trauma in Tabriz University of Medical Sciences.

Methods: The research method drew on a quasi-experimental study with pretest-posttest control group design. The participants including 20 female students were selected by the purposive sampling method and were randomly assigned into the experimental and control groups. Data collection instruments consisted of the Ross Love Trauma Inventory, and Depression-Anxiety-Stress scale (DASS). In this study, all the ethical considerations were observed and the authors reported no conflict of interests.

Results: The results of analysis of covariance indicated that Islamic-oriented consulting had a positive effect on psychological distress (depression, anxiety, and stress) of female students with love trauma.

Conclusion: Given the results obtained, it is concluded that Islamic-oriented psychotherapy has a potential effect on depression, anxiety, and stress of female university students. These findings suggest that Islamic-oriented consulting could effectively ameliorate psychotherapy interventions.

Please cite this article as: Kouhi Z, Alivandi-Vafa M. An Investigation of the Effectiveness of Islamic-oriented Consultation on Psychological Distress in Female Students with Love Trauma Syndrome. Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2022;8(3):53-67. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v8i3.34697>

Summary

Background and Objective

Having an interpersonal relationship in the framework of a love relationship is undoubtedly one of the most important human experiences. It is considered as one of the most serious issues in psychology (1, 2) in a way that turbulence in this kind of relationship can expose one's whole life to risk in case of love failure (3, 4). Studies show that female students suffer from a higher level of

stress, distress, sadness, concern, anxiety, and other negative emotions due to new psychological changes (5, 6). On the other hand, there is a wide scope of negative experiences following love failure. Therefore, those affected suffer from a wide range of mental problems such as depression, anxiety and stress, which is known as psychological distress. Psychological distress is experienced as a significant index in mental health in the framework of love failures (7).

Although there are many methods of treatment for psychological distress (8, 9), Islam-oriented

Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat

(i.e., Research on Religion & Health)

Vol. 8, No. 3, Autumn 2022

This work is distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution 4.0 International License \(CC BY 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

interventions are one of the different types of intervention that can be used by the experts in consultation and treatment. Richard and Bergin believe that as long as the spiritual dimension of a person is not linked and integrated with his/her mental structure, there will be no real treatment (10). Based on the studies, religiosity in its wider sense can moderate the effects of severe crises in life and increase the effectiveness of psychological interventions (11). In fact, spiritual-religious psychotherapy can be considered as an effective approach to improve the psychological problems (12-14) though there is a need for many culture-oriented studies to put it into a scientific perspective. The major question addressed in the present study is whether consultation based on an Islamic approach has an effect on psychological distress (depression, anxiety, and stress) in female students with a love failure experience.

Methods

Compliance with ethical guidelines: In the present study, we tried to observe the ethical guidelines during the study by explaining the purpose of the study to the participants, ensuring confidentiality of their personal information, obtaining their informed consent and leaving them free to leave the study.

The present study is quasi-experimental with a pretest-posttest control group design. The statistical population of the study includes all female students of the University of Medical Sciences of Tabriz, Iran. Since random selection of the participants was not possible, purposeful sampling was used. The instruments used for data collection included Ross's Love Trauma Inventory and Depression-Anxiety Stress Scale (Dass). In the process of intervention, the protocol suggested by Fatemi with an emphasis on consultation with a scientific approach was used.

Results

Based on the results of analysis of covariance, there was a significant difference between the control and experimental groups in depression ($F=7.967$; $P=0.012$) showing the effect of the intervention on depression in female students with a love failure experience; almost 31% of the difference between the groups in depression scores is related to the effect of consultation with an Islamic approach. Furthermore, a significant difference was found between the groups in their anxiety levels after the intervention ($F=4.048$; $P=0.047$), showing the effect of consultation with an Islamic approach on anxiety in female students with a love failure experience. Considering the

coefficient of determination, about 19% of the difference between the groups' anxiety scores was related to the effect of the intervention. In addition, a significant difference was found between the two groups in their posttest scores related to anxiety ($F=4.947$; $P=0.040$). This result confirms the effect of consultation with an Islamic approach on anxiety. Based on the coefficient of determination, about 20% of the difference between the groups in their stress scores is related to the effect of the intervention.

Conclusion

The present study examined the effect of consultation with an Islamic approach on psychological distress in female students who have had a love failure experience. The results indicated that following the intervention, the level of depression decreased significantly in the experimental group. This finding is consistent with the results of the previous studies (15, 16). The reason for the effectiveness of the intervention is related to its overall structure, i.e. its Islam-oriented intervention with a focus on the overall human constructs such as purposefulness, agency, and responsibility, which can be focused on the whole existence of human being and lead to his/her mental wellbeing. Further, culture-oriented factors such as religion and spirituality lead to creation of meaning and human integration by targeting human experience, behavior and values and lead to his/her development and growth (17, 18).

The findings related to the variable of anxiety revealed that consultation with an Islamic approach affects anxiety in female students with an experience of love failure. This finding is consistent with the results of similar studies (14, 15). It can be inferred from this finding that belief-oriented Islam-oriented intervention with a focus on story-oriented and non-judgmental processing along with acceptance and purposefulness could significantly affect anxiety in the experimental group. In other words, psychotherapy with a focus on cultural, belief, and value contents can increase the effectiveness of psychological interventions and influence its efficiency (10, 19).

In examining the level of effectiveness of consultation with an Islamic approach on stress in the female students with a love failure experience also showed positive effects. This result is matched with the results of previous studies (8, 15).

Love relationships with subsequent love failures are defined as high mental pressures that

can endanger overall mental health of an individual. Despite that, experts in the field believe that including religious beliefs in the treatment process can make the challenges of references meaningful and influence their definition of stress (17). Overall, experiencing love failure, marriage, and destruction of the relationship are considered as important life events that can lead to complicated behavioral disorders and signs of sadness and grief (3). It can be inferred from the findings that the consistency of psychological strategies with the belief and cultural structure of references is one of the appropriate methods in the current intervention world. On the other hand, explaining the effectiveness of this intervention shows that the patients themselves care about its obvious and hidden form and expect that their whole existence be attended to in treatment and they be treated as a being with complicated mental dimensions, which is ignored in the current interventions (20) and requires wide interventional attention.

Acknowledgements

The researchers would like to express their gratitude to all those who helped to carry out the study.

Ethical considerations

According to the authors, this study has been obtained from the thesis of the first author and approved by the Ethics Committee of Specialized Studies in the Department of Psychology of Islamic Azad University, Tabriz Branch.

Funding

According to the authors, this study was not sponsored and was carried out at the personal expense of the authors.

Conflict of interest

The authors reported no conflict of interests in this study.

Authors' contribution

Responsible for conducting and writing the research: first author; and supervisor: the second author.

References

- Knopp K, Rhoades GK, Stanley SM, Markman HJ. "Defining the relationship" in adolescent and young adult romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*. 2020;37(7):2078-97.
- Konrath SH, Chopik WJ, Hsing CK, O'Brien E. Changes in adult attachment styles in American college students over time: A meta-analysis. *Personality and Social Psychology Review*. 2014;18(4):326-48.
- Sailor JL. A Phenomenological Study of Falling Out of Romantic Love. *Qualitative Report*. 2013;18:37.
- Kiecolt-Glaser JK, Newton TL. Marriage and health: his and hers. *Psychological bulletin*. 2001;127(4):472.
- Sontag LM, Graber JA, Brooks-Gunn J, Warren MP. Coping with social stress: Implications for psychopathology in young adolescent girls. *Journal of abnormal child psychology*. 2008;36(8):1159-74.
- Rajabi S, Joukar M, Alimoradi K. The Effectiveness of trauma specific cognitive-behavioral therapy on reducing love focused syndromes in college students. *Biannual Journal of Applied Counseling*. 2018;8(1):79-96. (Full Text in Persian)
- Drapeau A, Marchand A, Beaulieu-Prévost D. Epidemiology of psychological distress. *Mental illnesses-understanding, prediction and control*. 2012;69(2):105-6.
- Rahnama M, Sajjadian I, Raoufi A. The effectiveness of acceptance and commitment therapy on psychological distress and medication adherence of coronary heart patients. *Iranian Journal of Psychiatric Nursing*. 2017;5(4):34-43. (Full Text in Persian)
- Yousefi Z. The efficacy examination of healthy relationship instructing with social learning perspective instructing on increasing awareness about boys and abusive relationships among girls. *Journal of Fundamentals of Mental Health*. 2007;9(36):99-105. (Full Text in Persian)
- Richards PS, Bergin AE. A spiritual strategy for counseling and psychotherapy. 1997.
- Pargament KI. Spiritually integrated psychotherapy: Understanding and addressing the sacred: Guilford press; 2011.
- Singh BM. Spirituality and Mental Health; an Unbreakable Interface. 2020.
- Marashi SA, Hamid N. The Efficacy of Spiritual/Religious Psychotherapy—Emphasizing the Importance of 15th and 23th Prayers of Sahifeh Sajjadiyeh-on Quality of Life and Attitude Toward Disease in Cancer Patients in Ahvaz City. *Iranian Journal of Psychiatric Nursing*. 2018;6(5):34-41. (Full Text in Persian)
- Koopani S, Taghavi MR. The effectiveness of spiritual-religious group therapy based on Islamic viewpoints on reducing generalized anxiety in university students. *Culture In The Islamic University* 2015;5(2):183-200.
- Bolhari J, Naziri G, Zamanian S. Effectiveness of spiritual group therapy in reducing depression, anxiety, and stress of women with breast cancer. *Quarterly Journal of Women and Society*. 2012;3(9):87-117. (Full Text in Persian)

16. Behdost P, Kargar K, Ziaaddini Z, Salimi H. The effectiveness of spiritual-religious psychotherapy on love trauma syndrome and acceptance in female students with love failure. *Health, Spirituality and Medical Ethics*. 2019;6(2):45-51.
17. Pargament KI. Spiritually integrated psychotherapy: Understanding and addressing the sacred: Guilford press; 2011.
18. Smith TB, Bartz J, Richards PS. Outcomes of religious and spiritual adaptations to psychotherapy: A meta-analytic review. *Psychotherapy research*. 2007.
19. Richards PS, Bergin AE. A theistic spiritual strategy for psychotherapy. 2004.
20. Hashemi-Nosratabad T, Badri-Gargari R, Beirami M, Roohani-Majd A. The Effectiveness of Teaching the Characteristics of Islamic Life in Improving Students' Resilience. *Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat*. 2021;6(4):45-56. (Full Text in Persian)
21. Hofmann SG. The importance of culture in cognitive and behavioral practice. Elsevier; 2006. p. 243-5

دراسة تأثير الإستشارة ذات التوجه الإسلامي على الإضطراب النفسي الناتج عن العلاقة الغرامية الفاشلة لدى الطالبة الجامعية

زهراء كوهي ^{id}، مرضية عليوندي وفا ^{id}*

قسم علم النفس، كلية الآداب والعلوم الانسانية، فرع تبريز، جامعة آزاد الإسلامية، تبريز، إيران.
* المراسلات الموجهة إلى الدكتور مرضية عليوندي وفا؛ البريد الإلكتروني: M.alivand.iaut.ac.ir

معلومات المادة

الوصول: ١٨ شعبان ١٤٤٢
وصول النص النهائي: ٢٩ رمضان ١٤٤٢
القبول: ٢٧ شوال ١٤٤٢
النشر الإلكتروني: ٢٦ صفر ١٤٤٤

الكلمات الرئيسية:

الإسلام
الإستشارة
الإضطراب النفسي
الغرام

الملخص

خلفية البحث وأهدافه: إنّ التغيرات الجذرية التي طرأت على العلاقات الإنسانية في العصر الحديث، مهدت البيئة المناسبة لإنشاء علاقات غرامية معظمها مشوب بالقلق ومطبوع بطابع الإضطراب. ولهذا نرى الكثير من الفتيات قد مررن بتجربة العلاقة الغرامية الفاشلة. فبالنظر إلى أنّ القلق هو عبارة عن إضطراب نفسي يمكن أن يعرقل العلاقات الفردية والاجتماعية لكل من يعيش هذه التجربة، ونظراً لتأكيد الأوساط العلمية الحديثة على المؤثرات الثقافية/ العقائدية؛ تسعى هذه المقالة الى دراسة مدى تأثير الإستشارة ذات التوجه الإسلامي على الإضطراب النفسي (الكآبة، والإضطراب، والقلق) لدى الطالبات الجامعيات في جامعة العلوم الطبية اللواتي واجهن تجربة غرامية فاشلة.

منهجية البحث: يعتمد هذا البحث المنهجية شبه التجريبية من نوع تصميم ما قبل/ ما بعد الاختبار مع مجموعة التحكم. أما الجمعية الإحصائية فهي اشتملت على جميع طالبات جامعة تبريز للعلوم الطبية وقد اختيرت ٢٠ طالبة عبر أسلوب أخذ المناذج الهادفة وأدرجت المناذج في الفئات المشاركة بصورة عشوائية. أما الآلية التي اعتمدت عليها الدراسة لجمع المعطيات فهي استبيان دلالات صدمة الحب لرأس واستبيان مقياس الإضطراب النفسي لداس. وقد تمت مراعاة جميع الموارد الأخلاقية في هذا البحث وأضافه إلى ذلك فإنّ مؤلفي البحث لم يشيروا إلى أيّ تضارب في المصالح.

المعطيات: اشارت النتائج الحاصلة من منهج تحليل كوواريانس أنّ الإستشارة ذات التوجه الإسلامي تؤثر بصورة إيجابية على القلق النفسي (الكآبة، والإضطراب، والقلق) لدى الطالبات التي واجهن تجربة غرامية فاشلة.

الاستنتاج: أثبتت المعطيات أنّ العلاج النفسي الذي يعتمد الإستشارة ذات التوجه الإسلامي بامكانها أن تترك آثاراً إيجابية على الشعور بالإضطراب والقلق لدى تلك الفتيات. ما يعني أنّ هذه الطريقة العلاجية يمكن أن تؤثر في تحسين نفسيات الذين يعانون من الإضطراب والقلق.

يتم استناد المقالة على الترتيب التالي:

Kouhi Z, Alivandi-Vafa M. An Investigation of the Effectiveness of Islamic-oriented Consultation on Psychological Distress in Female Students with Love Trauma Syndrome. Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2022;8(3):53-67. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v8i3.34697>

بررسی اثربخشی مشاوره با رویکرد اسلامی بر پریشانی روان‌شناختی دانشجویان دختر با تجربه نشانگان شکست عشقی

زهرا کوهی^{id}، مرضیه علیوندی وفا^{id*}

گروه روان‌شناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران.
*مکاتبات خطاب به دکتر مرضیه علیوندی وفا؛ رایانامه: M.alivand.iaut.ac.ir

اطلاعات مقاله

دریافت: ۱۲ فروردین ۱۴۰۰
دریافت متن نهایی: ۲۲ اردیبهشت ۱۴۰۰
پذیرش: ۱۸ خرداد ۱۴۰۰
نشر الکترونیکی: ۱ مهر ۱۴۰۱

واژگان کلیدی:

اسلام
پریشانی روان‌شناختی
عشق
مشاوره

چکیده

سابقه و هدف: در دنیای امروز، بنا به تغییر تعاریف اصیل روابط انسانی، بسیاری از قشرهای مختلف به‌ویژه دانشجویان شکست عشقی را به همراه آشفتگی روان‌شناختی تجربه می‌کنند. با عنایت به این امر که پریشانی روان‌شناختی اختلالی هیجانی است و می‌تواند عملکرد فردی و بین‌فردی را با مشکل مواجه سازد؛ و با توجه به تأکید محافل مداخلاتی جدید بر استفاده از عامل‌های فرهنگی-اعتقادی؛ پژوهش حاضر با هدف بررسی میزان اثربخشی مشاوره با رویکرد اسلامی بر پریشانی روان‌شناختی (افسردگی، اضطراب و استرس) دختران دانشجوی دارای تجربه نشانگان شکست عشقی دانشگاه علوم پزشکی شهر تبریز انجام شده است.

روش کار: این پژوهش نیمه‌تجربی از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل است. جامعه آماری تمامی دانشجویان دختر دانشگاه علوم پزشکی شهر تبریز بود که از میان آنان ۲۰ دانشجو با استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب و به‌طور تصادفی در گروه‌ها جایگزین شدند. ابزارهای گردآوری داده‌ها پرسش‌نامه نشانگان ضربه عشق راس و پرسش‌نامه مقیاس پریشانی روان‌شناختی داس بود. در این پژوهش همه موارد اخلاقی رعایت شده است و مؤلفان مقاله تضاد منافی گزارش نکرده‌اند.

یافته‌ها: نتایج حاصل از روش تحلیل کوواریانس نشان داد که مشاوره با رویکرد اسلامی بر پریشانی روان‌شناختی (افسردگی، اضطراب و استرس) دختران دانشجوی دارای تجربه شکست عشقی اثر مثبت داشت.

نتیجه‌گیری: بر اساس یافته‌ها، چنین استنباط می‌شود که مقابله درمانی با رویکرد اسلامی قادر است بر آشفتگی روانی دانشجویان دختر مؤثر واقع گردد؛ نتیجه‌ای که می‌تواند مسیر حرکت مداخلات درمانی را تحت تأثیر قرار دهد.

استناد مقاله به این صورت است:

Kouhi Z, Alivandi-Vafa M. An Investigation of the Effectiveness of Islamic-oriented Consultation on Psychological Distress in Female Students with Love Trauma Syndrome. Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2022;8(3):53-67. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v8i3.34697>

است؛ مقوله‌ای که بی‌شک یکی از جدی‌ترین مسائل روان‌شناسی محسوب می‌شود. متخصصان روابط انسانی بر این باورند که یافتن دوست و همراه یکی از مهم‌ترین رخدادهای

مقدمه

انسان در طول زندگی خود ناگزیر از داشتن رابطه با دیگران

زندگی هر انسانی است. از این رو، روابط عاشقانه بخش مهمی از زندگی بیشتر نوجوانان و جوانان را تشکیل می‌دهد (۱-۳). باور بر این است که روابط عاشقانه می‌تواند از لحاظ امنیت روانی انسان بسیار مهم قلمداد گردد (۴-۸)؛ به‌طوری که آسیب به این نوع روابط ممکن است یکی از سخت‌ترین اتفاقاتی باشد که فرد می‌تواند در کل زندگی خود آن را تجربه کند (۹-۱۲)؛ تجربه‌ای که از آن به شکست عشقی یاد می‌شود. به نظر براون‌استین^۱ در شکست عشقی، زنان بیش از مردان آسیب‌پذیرند (۱۳) که این بی‌توازی موجب بروز پیامدهای منفی مانند افسردگی و اضطراب در این جنس آسیب‌پذیر می‌شود (۱۴). کر^۲ بیان می‌کند که عموماً شکست در روابط عشقی حملات افسردگی را به دنبال دارد و این مسئله به‌ویژه در بین دختران جوان صادق‌تر است (۱۵). تحقیقات نشان داده است که دانشجویان دختر بنا به تغییرات روان‌شناختی جدید از میزان بالایی از استرس و پریشانی، غمگینی، نگرانی، اضطراب و سایر هیجانات منفی رنج می‌برند (۱۶، ۱۷). از این رو، پس از شکست عشقی نمی‌توان به راحتی از تجارب روانی منفی و مخرب همراه با روابط عاشقانه اجتناب کرد.

از نگاه نظری، استرنبرگ^۳ معتقد است که داشتن صرف روابط عاشقانه نمی‌تواند امنیت و آرامش روانی را به همراه داشته باشد؛ زیرا سلامت و دوام روابط عاشقانه منوط به داشتن سه مؤلفه (صمیمیت، شهوت یا شور و اشتیاق و تعهد) است (۱۸). به باور وی، تمامی روابط عاشقانه در معرض خطر انواع آسیب‌های روانی قرار دارد. مرور ادبیات نشان می‌دهد که دامنه تجارب منفی بعد از شکست عشقی گسترده است. بنابراین، افراد آسیب‌دیده طیف وسیعی از مسائل روانی مانند افسردگی، اضطراب و استرس را تجربه می‌کنند؛ آسیبی که در مجموع با نام پریشانی روان‌شناختی معروف است. پریشانی روان‌شناختی^۴ شاخص سلامت روانی در نظر گرفته شده است و از آن به عنوان یک پیامد در مطالعات بالینی و اثربخشی استفاده می‌شود (۱۹). درواقع، پریشانی روان‌شناختی ناراحتی خاص و حالتی هیجانی است که افراد به‌طور موقت یا دائم در پاسخ به فشارهای روانی خاص و درخواست‌های آسیب‌زا آن را تجربه می‌کنند (۲۰). افزون‌براین، پریشانی روان‌شناختی حالات ذهنی ناخوشایند افسردگی و اضطراب است که هر دو علائم هیجانی و فیزیولوژیکی را دارد (۲۱)؛ پریشانی

روان‌شناختی اختلالی هیجانی است که می‌تواند عملکرد فردی و بین فردی افراد را به‌طور جدی تحت تأثیر قرار دهد (۲۲). پژوهش‌ها نشان داده است که شکست عشقی نشانه‌هایی از قبیل افسردگی، خشم، اضطراب، استرس و اختلال در زمینه‌های متعدد (تحصیلی، اجتماعی و حرفه‌ای) را به همراه دارد (۲۳).

مطالعه تاریخیچه مداخلاتی این آسیب روانی نشان می‌دهد که روش‌های درمانی متعددی همچون مداخله شناختی-رفتاری، درمان پذیرش و تعهد، آموزش ذهن‌آگاهی و آموزش روابط سالم برای درمان پریشانی روان‌شناختی در جوامع بالینی و نیمه‌بالینی مختلف وجود دارد (۲۴، ۲۵). با وجود نتایج مثبت و منفی حاصل از کاربست صرف فنون درمانی جهان‌شمول، چند دهه است که متخصصان به‌جد بر مقوله فرهنگ و باورهای دینی در حوزه‌های درمانی بسیار تأکید دارند (۲۶، ۲۷). بر اساس ساخت فرهنگی-دینی کشورمان، مشاوره با رویکرد اسلامی یکی از انواع مداخلاتی است که می‌تواند در مسیر مشاوره و درمان، توجه متخصصان امر را به خود جلب کند؛ زیرا به‌روشنی نشان داده شده است که انسان ذاتاً و فطرتاً موجودی معنوی و دین‌مدار است؛ و می‌توان از این بُعد الهی در جریان انواع مداخلات بهره جست. ریچارد و برگین^۵ معتقدند تا زمانی که این بُعد معنوی فرد به ساختار روانی او پیوند نخورد و با آن یکپارچه و منسجم نگردد درمان واقعی او صورت نمی‌گیرد (۲۸).

بیش از دو دهه است که علاقه به پژوهش درباره ارتباط دین و مقابله در بین محققان علوم اجتماعی و سلامت روان افزایش داشته است. تحقیقات نشان داده است که دین‌داری بودن به معنای وسیع کلمه، می‌تواند آثار بحران‌های شدید زندگی را تعدیل کند (۲۹). بر اساس پژوهش‌های مستند علمی، راه‌های مقابله با فشار روانی متعدّدند؛ اما نکته مهم در انتخاب راهبرد مناسب برای مقابله با فشار روانی و ارتقای سطح سلامت روان‌شناختی، همخوانی این راهبردها با زمینه‌های اعتقادی و فرهنگی افراد یک جامعه است (۳۰-۳۴). نتایج تحقیقات نشان می‌دهد که روان‌درمانی معنوی-مذهبی می‌تواند رویکردی مؤثر در بهبود مشکلات روان‌شناختی در نظر گرفته شود (۳۵-۴۱). به‌علاوه، پژوهش‌ها نشان از این امر دارد که ترکیب درمان‌های رایج با رویکرد دین و معنویت قادر است میزان تأثیر را بالاتر ببرد (۴۲-۴۶)؛ زیرا باور بر این است که دین‌مداری می‌تواند مانع بسیاری از بیماری‌های روانی و

^۱) Brownstein^۲) Kerr^۳) Sternberg^۴) psychological distress^۵) Richard & Burgin

مجله پژوهش در دین و سلامت

بین ۱۰ تا ۱۹ نشان می‌دهد که نشانگان ضربه عشقی وجود دارد؛ اما در حد قابل تحمل‌تری است. نمره پایین‌تر نشان می‌دهد که نشانگان ضربه عشق در سطح قابل تحمل و کنترل‌شدنی است و مخرب نیست. ویژگی‌های روان‌سنجی این پرسش‌نامه تأیید شده است (۴۸، ۴۹)؛ به‌طوری که دهقانی در پژوهش خود ضریب همسانی درونی را ۰/۸۱ و پایایی به‌شکل بازآزمایی را ۰/۸۳ گزارش کرده است (۵۰).

۲) **مقیاس پریشانی روان‌شناختی داس^۲**: لاویباند و لاویباند^۳ (۵۱) نسخه اصلی این مقیاس را طراحی کرده‌اند. این نسخه شامل سه خرده‌مقیاس است که برای ارزیابی حالت‌های منفی افسردگی، اضطراب و استرس استفاده می‌شود. در این پژوهش از فرم کوتاه (۲۱ سؤال) استفاده شده است. پاسخ به هر یک از خرده‌مقیاس‌ها بر اساس مقیاس درجه‌بندی لیکرت از صفر (اصلاً درباره من صادق نیست) تا سه (کاملاً درباره من صادق است) سنجیده می‌شود. بر اساس جدول نمره‌گذاری این ابزار، در این تحقیق نمره بین ۲۰ تا ۳۰ شاخصی برای تجربه جدی نشانگان ضربه عشق در نظر گرفته شد. لاویباند و لاویباند، ضرایب همسانی درونی سه خرده‌مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس را از طریق آلفای کرونباخ به‌ترتیب ۰/۹۱، ۰/۸۱ و ۰/۸۹ گزارش کرده‌اند. در ایران نیز ویژگی‌های این ابزار تأیید شده است (۵۲).

بسته مداخله مشاوره با رویکرد اسلامی: مشاوره با رویکرد اسلامی در پژوهش حاضر طبق شیوه‌نامه پیشنهادی فاطمی انجام شد (۵۳). این برنامه در هشت جلسه دو ساعته برگزار شد. خلاصه جلسات مشاوره در جدول شماره ۱ ارائه شده است:

تأمین‌کننده سلامت روانی باشد. درکل، می‌توان این‌گونه گفت که تقویت باورهای دینی افراد می‌تواند در کاهش نشانه‌های بیماری‌های روانی کارساز باشد؛ اگرچه قرارداد این نتایج در قالب علمی نیازمند مطالعات فرهنگی و بین‌فرهنگی بسیاری است. از این‌رو، سؤال اصلی پژوهش حاضر این است که آیا مشاوره با رویکرد اسلامی در پریشانی روان‌شناختی (افسردگی، اضطراب و استرس) دانشجویان دختر با تجربه شکست عشقی تأثیر دارد؟

روش کار

پیروی از اصول اخلاق پژوهش: در این تحقیق تلاش شد اساس ملاحظات اخلاقی در طول انجام پژوهش شامل بیان واضح اهداف، اطمینان‌دادن به افراد درباره محرمانه‌بودن اطلاعات شخصی، رضایت آگاهانه و اختیاری‌بودن شرکت در تحقیق رعایت گردد.

پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل است. جامعه آماری پژوهش تمامی دانشجویان دختر دانشگاه علوم پزشکی شهر تبریز بود. با توجه به نبود امکان انتخاب تصادفی، روش نمونه‌گیری در این پژوهش بر پایه نمونه‌گیری هدفمند بود؛ اگرچه برای بالابردن اعتبار بیرونی و کم‌کردن تفاوت گروه‌ها از روش جایگزینی تصادفی استفاده شد. یادآوری این نکته لازم است که انتخاب نمونه کوچک برای کارهای بالینی با تکیه بر برآورد اندازه اثر ۰/۱۴ (یعنی پایین‌ترین حد یک اندازه اثر بزرگ) با مقدار $P=0/05$ مانعی ندارد (۴۷). معیارهای ورود به مطالعه داشتن رضایت، داشتن نمره تقریباً یکسان در پرسش‌نامه ضربه عشق راس (شدت متوسط به بالا) و داشتن سلامت روان‌پزشکی (استفاده‌نکردن از داروهای روان‌پزشکی) در نظر گرفته شد. ملاک‌های خروج نیز رضایت‌نداشتن برای ادامه شرکت در جلسات، داشتن غیبت بیش از دو جلسه؛ و شرکت‌داشتن در جلسات روان‌درمانی به‌شکل هم‌زمان با این مطالعه بود. داده‌های مربوط به سنجش متغیرهای تحقیق از طریق مقیاس‌های زیر به دست آمد:

۱) **پرسش‌نامه ضربه عشق راس^۱**: این پرسش‌نامه از ۱۰ ماده چهارگزینه‌ای تشکیل شده است و ارزیابی کلی از میزان آشفتگی فراهم می‌کند. اگر نمره بین ۲۰ تا ۳۰ باشد این وضعیت به‌معنای تجربه جدی نشانگان ضربه عشق است. نمره

^۲ depression, anxiety and stress scale (DASS)

^۳ Lovibond & Lovibond

^۱ love trauma inventory (LTI)

جدول (۱) خلاصه جلسات مشاوره

جلسه اول	الف) اجرای پیش‌آزمون؛ ب) معارفه؛ ارائه برنامه زمان‌بندی شده مداخله مشاوره‌ای، تعداد جلسات، فاصله زمانی جلسات، انتظارات از گروه، معرفی مهارت‌ها، بیان هدف از آموزش مهارت‌های پنج‌گانه و توضیح درباره شکست عشقی و پریشانی روان‌شناختی. در جلسه اول، وضعیت کلی تجربه‌شده و موجود بررسی شد و ج) با تکیه بر مرحله الف، کمک به مراجع تا روایت و داستان (عشقی) خود را بیان کند.
جلسه دوم	کمک به مراجع تا به نقطه‌های کور خود واقف شود و فرصت‌های بالقوه خود را با تکیه بر اصول مطرح در مبانی اسلامی شناسایی نماید. نکته‌های کور و نگاه به بخش‌های اغفال‌شده به مراجع امکان می‌دهد تا به مسائل واقع‌بینانه‌تر نگاه کند. در ادامه، مشاور بررسی امکان آینده بهتر را برای مراجع به وجود می‌آورد؛ به‌طوری که به فرد کمک می‌شود تا با استفاده از تخیل فعال خود (با تأکید بر مبانی غایی اسلامی)، آینده‌ای بهتر برای خویشتن در نظر بگیرد.
جلسه سوم	دستورالعمل برای تغییر: در این مرحله به مراجع کمک می‌شود تا اهداف واقع‌بینانه‌ای را برای مدیریت یا حل مسئله با تکیه بر مبانی انسانی اسلامی انتخاب کند. دستورالعمل برای تغییر به مجموعه‌ای از اولویت‌ها اطلاق می‌شود. در مشاوره اسلامی اولویت‌ها بر اساس وسع وجودی فرد انتخاب می‌شود. آسان‌گیری رحمت‌محور در ذیل دستورالعمل‌های روشنی‌بخشی است که به مراجع کمک می‌کند تا از نگاه‌های منفی به خود و آینده آگاهانه اجتناب کند.
جلسه چهارم	التزام و تعهد: در این مرحله تلاش می‌شود تا مراجع انگیزه‌های لازم را برای پیگیری آنچه می‌خواهد پیدا کند. توجه به عاملیت و مسئولیت‌پذیری (کلکم راع و کلکم مسئول) که زیربنای منظر اسلامی است، خود را در اینجا نشان می‌دهد. مشاور با رویکرد اسلامی بر نقش مسئولیت‌پذیری و آگاهی در فرایند مشاوره تأکید می‌ورزد (در نگاه اسلامی، تعالی انسان‌ها با اختیار تحقق پیدا می‌کند). مشاور به مراجع کمک می‌کند تا دریابد انتخاب و تعهد جزء جدایی‌ناپذیر زندگی است. در این مرحله، مشاور از مراجع می‌خواهد فهرستی از همه ناراحتی‌ها، اضطراب‌ها و نگرانی‌های خود را تهیه کند و پس از تهیه فهرست عددی بر اساس شدت، به دسته‌بندی موضوعات بر اساس قابلیت کنترل بپردازد.
جلسه پنجم	یافتن راهبردها برای عمل و امکان‌سنجی آنها؛ در این مرحله به مراجع کمک می‌شود تا چگونگی رسیدن به خواسته‌ها یا برآورده‌ساختن نیازها را درک کند. همچنین، لازم است مراجع روش‌های برطرف کردن فاصله را درک کند؛ یعنی میان آنچه او در حال حاضر تجربه می‌کند (موقعیت موجود) و آنچه او ترجیح می‌دهد تجربه کند (موقعیت ترجیحی).
جلسه ششم	انتخاب بهترین راهکارها: به‌طوری که در این مرحله به مراجع کمک می‌شود تا بهترین راه‌حل‌ها را متناسب با استعداد خود، منابع، سبک، خلق‌و‌خو و زمان خود برگزیند. در اینجا طبق فرمایش حضرت علی (ع) که «با مردم به اندازه عقل‌ها و ظرفیت‌های آنان سخن بگویند» باید تناسب در اتخاذ راهبردها و راهکارها در نظر گرفته شود؛ یعنی توجه به مخاطب‌شناسی از یک سو و توجه به ظرفیت از سوی دیگر لازم و ضروری است.
جلسه هفتم	برنامه‌ریزی: در این مرحله به مراجع کمک می‌شود تا اعمالی را که برای نیل به اهداف انتخاب می‌کند سازمان‌دهی و منظم کند. در فراهم‌آوردن یک برنامه منسجم و منظم به مراجع کمک می‌شود تا التزام در عمل را آگاهانه تجربه کند. الگوی مشاوره با رویکرد اسلامی در همه مراحل سعی دارد تا مراجع را به تلاش آگاهانه اعتقادمحور برای تغییر تشویق کند. این تلاش آگاهانه بر مبنای انتخاب است و در عمل، مراجع یاد می‌گیرد که تعالی و شکوفایی شخصیت در سایه رفتارهای مسئولانه است.
جلسه هشتم	این جلسه شامل مرور جلسات قبل به‌طور کامل، رفع اشکال و مشکلات بین اعضا، ارزشیابی مهارت‌های آموخته‌شده (مقایسه اهداف قبلی و اهداف اعتقادمحور فعلی) و اجرای پس‌آزمون است.

یافته‌ها

بر اساس یافته‌های توصیفی، میانگین سن آزمودنی‌ها در گروه‌های آزمایش و کنترل ۲۶/۲۵ با انحراف استاندارد ۴/۶۱۰ بود. همچنین، از لحاظ مقطع تحصیلی نیز از بین ۲۰ آزمودنی در این پژوهش، پنج نفر در مقطع لیسانس، ۱۰ نفر در مقطع فوق لیسانس و پنج نفر دانشجوی دکتری پزشکی بودند. بر اساس یافته‌ها، در بررسی میزان اثربخشی مشاوره با رویکرد اسلامی بر افسردگی دانشجویان دختر خوابگاهی با تجربه شکست عشقی، از آزمون تحلیل کوواریانس استفاده شد. به‌منظور بررسی مفروضه همگنی شیب رگرسیون با استفاده از آزمون تجزیه و تحلیل کوواریانس تعامل بین متغیر همپراش و متغیر افسردگی بررسی شد که نتایج نشان داد تعامل بین نمرات پیش‌آزمون و گروه معنی‌دار نبود ($P < 0/512$) و

$F=0/449$). بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت که مفروضه همگنی شیب رگرسیون رعایت شده؛ همچنین، به‌منظور بررسی همگنی واریانس‌ها نیز از آزمون لوین^۱ استفاده شده که نتایج بیانگر رعایت این مفروضه است.

جدول (۲) نتایج آزمون لوین مبنی بر همگنی واریانس‌ها

F	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	P-value
۱۲/۳۰۹	۱	۱۸	۰/۰۵۳

پس از تأیید همه مفروضه‌ها، به‌منظور مقایسه میانگین نمرات افسردگی گروه‌ها، از آزمون آنکوا^۲ استفاده شد. به این صورت که نمرات پیش‌آزمون به‌عنوان متغیر همپراش کنترل و سپس نمرات پس‌آزمون مقایسه شد که نتایج آن در جدول شماره ۳ ارائه شده است.

^۱ Leven's Test

^۲ ANCOVA

جدول ۳) نتایج تجزیه و تحلیل کوواریانس جهت مقایسه میانگین نمرات پس آزمون افسردگی گروه‌ها

منبع	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	P-value	مجدور ایتا
الگوی اصلاح شده	۸۷۰/۹۰۴	۲	۴۳۵/۴۵۲	۴/۲۰۶	۰/۰۳۳	۰/۳۳۱
ثابت	۱۲۳/۳۱۷	۱	۱۲۳/۳۱۷	۱/۱۹۱	۰/۲۹۰	۰/۰۶۵
پیش آزمون	۱۲/۸۵۴	۱	۱۲/۸۵۴	۰/۱۲۴	۰/۷۲۹	۰/۰۰۷
گروه	۸۲۴/۷۸۴	۱	۸۲۴/۷۸۴	۷/۹۶۷	۰/۰۱۲	۰/۳۱۹
خطا	۱۷۵۹/۸۴۶	۱۷	۱۰۳/۵۲۰			
جمع	۵۸۸۲/۰۰۰	۲۰				
جمع اصلاح شده	۲۶۳۰/۷۵۰	۱۹				

تفاوت‌های گروه‌ها در نمرات افسردگی در پس آزمون مربوط به تأثیر مشاوره با رویکرد اسلامی بود. در بررسی میزان اثربخشی مشاوره با رویکرد اسلامی بر اضطراب دانشجویان دختر با تجربه شکست عشقی نیز از تحلیل کوواریانس استفاده شد. نتایج حاصل از آزمون در جدول شماره ۴ نشان داده شده است.

نتایج به دست آمده در جدول شماره ۳ نشان می‌دهد که بعد از تعدیل نمره‌های پیش از مداخله، تفاوت معنی‌داری بین دو گروه (گروه کنترل و گروه آزمایش) در نمره‌های پس از مداخله در افسردگی وجود داشت ($F=7/967$ و $P=0/012$). این نتایج بیانگر تأثیر مشاوره با رویکرد اسلامی در افسردگی دانشجویان دختر با تجربه شکست عشقی است. همچنین، ضریب تأثیر به دست آمده نشان می‌دهد که تقریباً ۳۱ درصد از

جدول ۴) نتایج تجزیه و تحلیل کوواریانس جهت مقایسه میانگین نمرات پس آزمون اضطراب گروه‌ها

منبع	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	P-value	مجدور ایتا
الگوی اصلاح شده	۵۲۴/۶۹۶	۲	۲۶۲/۳۴۸	۸/۶۲۲	۰/۰۰۳	۰/۵۰۴
ثابت	۱/۴۲۱	۱	۱/۴۲۱	۰/۰۴۷	۰/۸۳۱	۰/۰۰۳
پیش آزمون	۳۲۶/۲۴۶	۱	۳۲۶/۲۴۶	۱۰/۷۲۲	۰/۰۰۴	۰/۳۸۷
گروه	۱۲۳/۱۸۲	۱	۱۲۳/۱۸۲	۰/۰۴۷	۰/۱۹۲	۰/۱۹۲
خطا	۵۱۷/۲۵۴	۱۷	۳۰/۴۲۷	۴/۰۴۸		
جمع	۲۳۰۶/۰۰۰	۲۰				
جمع اصلاح شده	۱۰۴۱/۹۵۰	۱۹				

نمرات اضطراب در پس آزمون، مربوط به تأثیر مشاوره با رویکرد اسلامی بود. در بررسی میزان اثربخشی مشاوره با رویکرد اسلامی بر استرس دانشجویان دختر با تجربه شکست عشقی نیز از تحلیل کوواریانس استفاده شد که نتایج در جدول شماره ۵ ارائه شده است.

تجزیه و تحلیل کوواریانس جهت مقایسه میانگین نمرات پس آزمون اضطراب در جدول شماره ۴ نشان می‌دهد که بعد از تعدیل نمره‌های پیش آزمون، تفاوت معنی‌داری بین دو گروه (کنترل و آزمایش) در نمره‌های پس از مداخله در اضطراب وجود داشت ($F=4/048$ و $P=0/047$). این نتایج بیانگر تأثیر مشاوره با رویکرد اسلامی بر اضطراب دانشجویان دختر با تجربه شکست عشقی است. به علاوه، ضریب تأثیر به دست آمده نشان می‌دهد که تقریباً ۱۹ درصد از تفاوت‌های گروه‌ها در

جدول ۵) نتایج تجزیه و تحلیل کوواریانس جهت مقایسه میانگین نمرات پس آزمون استرس گروه‌ها

منبع	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	P-value	مجذورتا
الگوی اصلاح شده	۶۱۲/۱۲۵	۲	۳۰۶/۰۶۳	۴/۱۸۵	۰/۰۳۳	۰/۳۳۰
ثابت	۱۳/۷۲۲	۱	۱۳/۷۲۲	۰/۱۸۸	۰/۶۷۰	۰/۰۱۱
پیش آزمون	۱۰۲/۰۷۵	۱	۱۰۲/۰۷۵	۱/۳۹۶	۰/۲۵۴	۰/۰۷۶
گروه	۳۶۱/۸۲۸	۱	۳۶۱/۸۲۸	۴/۹۴۷	۰/۰۴۰	۰/۲۲۵
خطا	۱۲۴۳/۳۷۵	۱۷	۷۳/۱۴۰			
جمع	۵۵۰۰/۵۰۰	۲۰				
جمع اصلاح شده	۱۸۵۵/۵۰۰	۱۹				

بین فردی تأثیر بگذارد و طرفین را در معرض تجربه افسردگی قرار دهد (۱۳)؛ آسیبی که به نظر می‌رسد در قالب شکست عشقی در زنان بیش از مردان آسیب‌پذیر باشد (۱۴).

در نگاه استرنبِrg رابطه‌ای که بر مبنای دو یا بیشتر از دو مؤلفه از سه مؤلفه (یعنی رابطه نزدیک یا صمیمیت، شور و اشتیاق و تعهد) بنا شده باشد، بادوام‌تر از عشقی است که تنها بر اساس یکی از این مؤلفه‌ها باشد. وی معتقد است که ترکیب مؤلفه‌های موجود موجب ساخت انواع عشق با سطوح بالاتری از رضایتمندی همراه است (۱۸). به نظر می‌رسد علت تأثیرگذاری مداخله آزمایش شده به ساخت کلی آن مربوط باشد؛ زیرا رویکرد اسلام‌محور با مرکزیت قراردادن برخی از مؤلفه‌های کلی انسان (مانند عاملیت، مسئولیت‌پذیری و غایت‌مندی) توانسته است کل وجود فرد را هدف قرار دهد و رضایت کلی او را سبب گردد. اگرچه در این تحقیق، ابعاد تعریف شده فوق به‌طور مستقیم مطالعه نشده است؛ ولی از نتایج چنین استنباط می‌شود که رویکرد مشاوره اسلامی قادر به تغییر حالات و هیجانات روان‌شناختی گروه نمونه، با وجود تفاوت‌های احتمالی بر اساس ابعاد متفاوت رابطه است؛ مقوله‌ای که عمده‌تأ به قدرت اثرگذاری باورهای بنیادین و اعتقادی مربوط و تبیین‌پذیر است. در اصل، مؤلفه‌های مذهب و معنویت از مهم‌ترین عامل‌های فرهنگی هستند که به تجربه‌ها، رفتار و ارزش‌های انسان‌ها معنا و ساختار منسجم می‌بخشند (۲۹، ۳۱). درحقیقت، مشاوره با رویکرد اسلامی از آب‌خور هستی‌شناسی اسلامی تغذیه می‌کند؛ یعنی مشاوره که از رویکرد اسلامی استفاده می‌کند یا به آن باور و اعتقاد دارد می‌تواند در نگاه خود به مراجع یا در گزاره‌های تجویزی خود برای وی از ویژگی‌های موجود در هستی‌شناسی اسلامی استفاده کند (۵۳).

نتایج آزمون میزان تأثیر مشاوره با رویکرد اسلامی بر اضطراب

همان‌طور که در جدول شماره ۵ مشهود است؛ بعد از تعدیل نمره‌های پیش از مداخله، تفاوت معنی‌داری بین دو گروه (کنترل و آزمایش) در نمره‌های پس از مداخله در استرس وجود داشت ($F=4/947$ و $P=0/040$). این نتایج نشان‌دهنده تأثیر مشاوره با رویکرد اسلامی بر استرس دانشجویان دختر با تجربه شکست عشقی است. همچنین، ضریب تأثیر به‌دست‌آمده نشان می‌دهد که حدود ۲۲ درصد از تفاوت‌های گروه‌ها در نمرات استرس در پس‌آزمون مربوط به تأثیر مشاوره با رویکرد اسلامی بود.

بحث و نتیجه‌گیری

در کل، پژوهش حاضر به بررسی اثربخشی مشاوره با رویکرد اسلامی بر پریشانی روان‌شناختی (افسردگی، اضطراب و استرس) دانشجویان دختر با تجربه شکست عشقی پرداخته است. نتایج آزمون مربوط به متغیر افسردگی نشان می‌دهد که نمرات افسردگی دانشجویانی که در گروه آزمایش بودند، نسبت به گروه کنترل کاهش معناداری داشت. با تکیه بر ادبیات پژوهشی، این یافته با نتایج پژوهش‌های پیشین همسو است (۳۸، ۳۹، ۴۱، ۴۲). در چند دهه اخیر، کیفیت و کمیت روابط دختران و پسران چنان تغییر کرده است که این امر به یکی از مسئله‌های مهم اجتماعی، خانوادگی و روان‌شناختی تبدیل شده است. در تبیین این یافته می‌توان گفت که ورود به دانشگاه، دوره‌ای بسیار حساس در زندگی به شمار می‌رود و غالباً با تغییرات عمده‌ای در زندگی فرد همراه است (۲). متخصصان معتقدند که روابط عاشقانه بخش مهمی از زندگی بیشتر نوجوانان و جوانان را تشکیل می‌دهد و برای آنان می‌تواند از جنبه‌های مهم هویت، منبع صمیمیت، موقعیت اجتماعی و امنیت عشقی باشد (۵، ۷)؛ چنانکه نارضایتی از این نوع روابط می‌تواند بر چارچوب شخصیتی و روانی فردی و

دانشجویان دختر با تجربه شکست عشقی نشان داد که مشاوره با رویکرد اسلامی بر اضطراب دختران دانشجوی دارای تجربه شکست عشقی اثر معنی‌داری دارد. اگرچه این یافته به‌طور مستقیم قابل مقایسه با تحقیقات قبلی نیست؛ ولی همپوشی بالایی در مقایسه دیده می‌شود (۳۷، ۳۸، ۴۱-۴۳). در تبیین این یافته می‌توان چنین اذعان داشت که دانشگاه محیط جدیدی برای جوانان با تجربه‌های خاص ارتباطی است؛ به‌طوری که تغییر موقعیت خانوادگی موجب می‌شود که نیازمندی‌های عشقی متفاوت شود و احتمال درگیر شدن در روابط عشقی با جنس مکمل ظهور بیشتری پیدا کند. اگرچه تجربه اضطراب در هر دوره‌ای از زندگی وجود دارد؛ ولی این تجربه در محیط جدیدی مانند دانشگاه بیشتر احساس می‌شود؛ تجربه‌ای که بی‌شک مسائل روانی متعددی را در پی خواهد داشت؛ زیرا تجربه‌ای که فرد ادراک می‌کند فراسوی کنترل و دارای ویژگی پیش‌بینی‌نشده است. گاه این احساس به‌قدری شدید است که تنها فکرکردن درباره تجربه گذشته عاشق شدن، فضای ذهنی مثبتی را به وجود می‌آورد (۶). بر این اساس، نداشتن تجربه‌های مثبت در این قالب می‌تواند بر فشارهای تجربه‌شده روانی فرد تأثیر بگذارد و سلامت روانی وی را با مشکل مواجه سازد. به‌علاوه، در نظریه استرنبرگ، هرکدام از ترکیب‌های مربوط به روابط عاشقانه حالات ذهنی خاص خود را دارد. برای مثال، ترکیب صمیمیت و تعهد به عشق دلسوزانه و ترکیب شهوت و رابطه نزدیک به عشق شهوانی می‌انجامد. بنابراین، از آنجایی که روابط سبک‌تر عمق غنی و آرام ندارد؛ از این‌رو، احتمال تجربه عشق‌هایی با عمق کم و آسیب‌رسان بسیار بالا است؛ مقوله‌ای که در نهایت به آسیب‌های جدی روان‌شناختی مانند تجربه اضطراب و افسردگی می‌انجامد. از طرفی، روان‌درمانی تحت تأثیر زمینه‌های فرهنگی، باورها و ارزش‌های درون فرهنگی مراجعان قرار دارد و نمی‌توان بدون در نظر گرفتن آنها، انتظار درمان‌های مفیدتر و کارآمدتری داشت (۲۷، ۲۸). درکل، به نظر می‌رسد که مداخله اعتقادمحور به‌کاررفته با تکیه بر پرداخت داستان‌مدار و غیرقضاوتی همراه با پذیرش و غایت‌مندی توانسته است بر اضطراب شناور گروه مطالعه‌شونده تأثیر بگذارد؛ فرایندی که نیازمند بازاندیشی در تمام حوزه‌های مداخلات روان‌شناختی است. همچنین، در بررسی میزان اثربخشی مشاوره با رویکرد اسلامی بر استرس دانشجویان دختر با تجربه شکست عشقی، یافته‌های مشابهی به دست آمده است. بر اساس یافته‌ها، شرکت در جلسات مشاوره با

رویکرد اسلامی توانست نمرات استرس دانشجویانی را که در گروه آزمایش بودند، نسبت به گروه کنترل کاهش معناداری دهد. این یافته با نتایج پژوهش‌های پیشین همسو است (۲۴، ۳۸، ۴۶). در تبیین این یافته می‌توان چنین اذعان داشت که روابط عاشقانه و ازدواج و انحلال رابطه، رویدادهای مهم زندگی شناسایی شده‌اند که می‌توانند نتایج منفی متعددی از جمله بروز اختلالات خلقی و نشانه‌های غم و اندوه پیچیده به‌دنبال داشته باشند (۸)؛ زیرا تحقیقات نشان داده است که آسیب‌های ناشی از ارتباطات عشقی دارای ابعاد شناختی، هیجانی، جسمی و آسیب‌های فردی و اجتماعی است (۱۱، ۱۳). درواقع، نه تنها خود روابط عاشقانه بلکه شکست‌های عشقی متعاقب آن همواره فشار روانی بالا تعریف می‌شود؛ از این‌رو، توجه به باورها و داشته‌های اعتقادی مراجع در فرایند درمانی می‌تواند چالش‌های او را معنی‌دار کند و بر روش‌های مقابله‌ای وی تأثیر بگذارد. بر اساس بافت کلی مداخله، تکیه بر دین‌داری قادر است بر آثار مخرب روانی استرس‌های شدید زندگی تأثیر بگذارد و شدت آنها را متعادل نماید (۲۹). درواقع، ساخت روایتی مداخله چنان بود که امکان مقابله با خود از یک طرف و امکان رویارویی با مشکلات را از طرف دیگر فراهم می‌آورد؛ زیرا بررسی کلی چارچوب زندگی و بازنویسی مشکل و راه‌حل‌سنجی واقع‌بینانه قادر است شدت تجربه فشار روانی را هموار سازد. بررسی ادبیات مربوط به قدرت اثربخشی این نوع مداخلات اعتقادمحور نشان می‌دهد که در انتخاب راهبرد مناسب برای مقابله با فشار روان‌شناختی، هم‌خوانی این راهبردها با زمینه‌های اعتقادی و فرهنگی افراد یک جامعه از اهمیت زیادی برخوردار است و قدرت اثربخشی دارد (۳۰).

درکل، متخصصان معتقدند یکی از راه‌های قدرتمندسازی مداخلات روانی به‌کاررفته در فرایند درمان، همخوانی راهبردهای روان‌شناختی با بافت اعتقادی و فرهنگی مراجع است؛ به‌طوری که بی‌توجهی به این مقوله می‌تواند کارآیی درمان را به‌شدت تحت تأثیر قرار دهد (۳۰). به‌علاوه، چنین استنباط می‌شود که بیماران انتظار دارند طی مراحل درمان، همچون یک انسان با ابعاد متعدد به آنها توجه شود؛ یعنی توجه‌نکردن به همه ابعاد انسانی بیمار می‌تواند با درمان و بهبودی وی تداخل پیدا کند. به بیانی دیگر، با توجه به این امر که درمان‌ها و شیوه‌های مشاوره امروزی با زمینه‌های فرهنگی مراجعان هماهنگ نیست (۳۳)؛ بنابراین، در مشاوره با رویکرد اسلامی که به ابعاد مختلف انسان توجه می‌شود، امکان

حامی مالی

بنا بر اظهار مؤلفان مقاله، این پژوهش حامی مالی نداشته و با هزینه شخصی مؤلفان انجام شده است.

تضاد منافع

مؤلفان مقاله تضاد منافی درباره این پژوهش گزارش نکرده‌اند.

مشارکت مؤلفان

مسئول اجرا و نگارش تحقیق: مؤلف اول؛ و استاد راهنما: مؤلف دوم.

References

1. Knopp K, Rhoades GK, Stanley SM, Markman HJ. "Defining the relationship" in adolescent and young adult romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*. 2020;37(7):2078-97.
2. Konrath SH, Chopik WJ, Hsing CK, O'Brien E. Changes in adult attachment styles in American college students over time: A meta-analysis. *Personality and Social Psychology Review*. 2014;18(4):326-48.
3. Lindzey GE, Aronson EE. *The handbook of social psychology*. 1968.
4. Santona A, De Cesare P, Tognasso G, De Franceschi M, Sciandra A. The mediating role of romantic attachment in the relationship between attachment to parents and aggression. *Frontiers in psychology*. 2019;10:1824.
5. Gómez-López M, Viejo C, Ortega-Ruiz R. Well-being and romantic relationships: A systematic review in adolescence and emerging adulthood. *International journal of environmental research and public health*. 2019;16(13):2415.
6. Clark LF, Collins JE. Remembering old flames: How the past affects assessments of the present. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 1993;19(4):399-408.
7. Feeney JA, Noller P. *Adult attachment*: Sage; 1996.
8. Sailor JL. A Phenomenological Study of Falling Out of Romantic Love. *Qualitative Report*. 2013;18:37.
9. Kiecolt-Glaser JK, Newton TL. Marriage and health: his and hers. *Psychological bulletin*. 2001;127(4):472.
10. Tardast K, Amanollahi A. Prediction of General Health based on the Attachment Styles and Differentiation of Self among Ahwaz Universities

اثربخشی این نوع مداخلات اعتقادمحور احتمالاً بالا است. به باور فاطمی مشاوره با رویکرد اسلامی دارای جنس هستی‌شناسی اسلامی است (۵۳)؛ یعنی مشاوره درمانی اسلام‌محور می‌تواند در نگاه خود به مراجع یا در گزاره‌های تجویزی خود برای مراجعه از ویژگی‌های موجود در هستی‌شناسی اسلامی استفاده کند؛ عاملی که قدرت درمانی قابل‌تأملی دارد و می‌تواند مسیرهای جدیدی از درمان‌های فطرت‌محور و اسلام‌محور را برای قشرهای مختلف آسیب‌پذیر مهیا سازد.

محدودیت‌های پژوهش

بر اساس ساخت کلی این پژوهش، تحقیق حاضر از لحاظ تعداد افراد مطالعه‌شده و از نظر مکانی، جنسیتی و ابزاری دارای محدودیت بود.

پیشنهادهای پژوهش

با توجه به نبود امکان انجام مطالعه پیگیری، پیشنهاد می‌شود پژوهشگران آتی با در نظر گرفتن محدودیت‌های فوق، بر مطالعه‌های پیگیری برای ارزیابی ماندگاری درمان تأکید نمایند. علاوه‌براین، با توجه به اثربخش بودن مداخله با چارچوب دینی و اعتقادی، پیشنهاد می‌شود متخصصان روان‌شناسی، بالینی‌گران و مشاوران از نتایج این تحقیق برای انواع مداخلات درمانی و آموزشی برای بهبود پریشانی روان‌شناختی دانشجویان دختر دارای تجربه شکست عشقی استفاده نمایند.

قدردانی

محققان از همه افرادی که به‌نوعی در تمامی فرایند تحقیق یاری‌گیشان بوده‌اند، تشکر و قدردانی می‌نمایند.

ملاحظات اخلاقی

بنا بر اظهار مؤلفان مقاله، این پژوهش برگرفته از پایان‌نامه مقطع کارشناسی ارشد مؤلف اول با عنوان «بررسی اثربخشی مشاوره با رویکرد اسلامی بر پریشانی روان‌شناختی دختران دانشجو با تجربه شکست عشقی» است که کمیته اخلاق در پژوهش‌های تخصصی گروه روان‌شناسی دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تبریز آن را تأیید کرده است.

Female Students with Love Breakup Experience. *Journal of Family Research*. 2016;11(3):385-407. (Full Text in Persian)

11. Parkes CM. Love and loss: The roots of grief and its complications: Routledge; 2013.

12. Amanelahi A, Tardast K, Aslani K. Prediction of love trauma syndrome based on self compassion among female students having experienced romantic breakups. *Journal of Applied Psychology*. 2015; 8(4):32. (Full Text in Persian)

13. Brownstein J. Bad Romance: Women Regret Love Failures More than Men. 2011.

14. Collins TJ, Gillath O. Attachment, breakup strategies, and associated outcomes: The effects of security enhancement on the selection of breakup strategies. *Journal of Research in Personality*. 2012; 46(2):210-22.

15. Kerr M. Depression and College Students 2012 [Available from: www.healthline.com.

16. Sontag LM, Graber JA, Brooks-Gunn J, Warren MP. Coping with social stress: Implications for psychopathology in young adolescent girls. *Journal of abnormal child psychology*. 2008;36(8):1159-74.

17. Rajabi S, Joukar M, Alimoradi K. The Effectiveness of trauma specific cognitive-behavioral therapy on reducing love fouced syndromes in college students. *Biannual Journal of Applied Counseling*. 2018;8(1):79-96. (Full Text in Persian)

18. Steinberg R. The triangle of love: Intimacy, passion, commitment. New York: Basic. 1987.

19. Drapeau A, Marchand A, Beaulieu-Prévost D. Epidemiology of psychological distress. *Mental illnesses-understanding, prediction and control*. 2012; 69(2):105-6.

20. Ridner SH. Psychological distress: concept analysis. *Journal of advanced nursing*. 2004;45(5):536-45.

21. Horwitz AV. Selecting outcomes for the sociology of mental health: Issues of measurement and dimensionality. *Journal of health and social behavior*. 2002;43(2).

22. Wheaton B. The twain meet: distress, disorder and the continuing conundrum of categories (comment on Horwitz). *Health*. 2007;11(3):303-19.

23. Ghazinejad N, Asayesh MH, Bahonar F. Explanation of cognitive reactions in girls with love trauma syndrome: A phenomenological study. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal (RRJ)*. 2020;9(1):97-106. (Full Text in Persian)

24. Rahnama M, Sajjadian I, Raoufi A. The effectiveness of acceptance and commitment therapy on psychological distress and medication adherence of coronary heart patients. *Iranian Journal of Psychiatric*

Nursing. 2017;5(4):34-43. (Full Text in Persian)

25. Yousefi Z. The efficacy examination of healthy relationship instructing with social learning perspective instructing on increasing awareness about boys and abusive relationships among girls. *Journal of Fundamentals of Mental Health*. 2007;9(36):99-105. (Full Text in Persian)

26. Kirmayer LJ. Resistance, reactance, and reluctance to change: A cognitive attributional approach to strategic interventions. *Journal of Cognitive Psychotherapy*. 1990;4(2):83-104.

27. Richards PS, Bergin AE. A theistic spiritual strategy for psychotherapy. 2004.

28. Richards PS, Bergin AE. A spiritual strategy for counseling and psychotherapy. 1997.

29. Pargament KI. Spiritually integrated psychotherapy: Understanding and addressing the sacred: Guilford press; 2011.

30. Hashemi-Nosratabad T, Badri-Gargari R, Beirami M, Roohani-Majd A. The Effectiveness of Teaching the Characteristics of Islamic Life in Improving Students' Resilience. *Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat*. 2021;6(4):45-56. (Full Text in Persian)

31. Smith TB, Bartz J, Richards PS. Outcomes of religious and spiritual adaptations to psychotherapy: A meta-analytic review. *Psychotherapy research*. 2007.

32. Zohar D, Marshall I. Spiritual capital: Wealth we can live by: Berrett-Koehler Publishers; 2004.

33. Hofmann SG. The importance of culture in cognitive and behavioral practice. Elsevier; 2006. p. 243-5.

34. Gheshlaghi S, Alivandi Vafa M, Esmailpour J, Azmodeh M. The Effectiveness of Islamic Spiritual-Religious Group Therapy on Marital Happiness and the Quality of Marital Perceived Relationship among Women Having an Experience in Marital Boredom. *The Islamic Journal of Women and the Family*. 2019;7(3):71-94. (Full Text in Persian)

35. Singh BM. Spirituality and Mental Health; an Unbreakable Interface. 2020.

36. Marashi SA, Hamid N. The Efficacy of Spiritual/Religious Psychotherapy-Emphasizing the Importance of 15th and 23th Prayers of Sahifeh Sajjadiyeh-on Quality of Life and Attitude Toward Disease in Cancer Patients in Ahvaz City. *Iranian Journal of Psychiatric Nursing*. 2018;6(5):34-41. (Full Text in Persian)

37. Koopani S, Taghavi MR. The effectiveness of spiritual-religious group therapy based on Islamic viewpoints on reducing generalized anxiety in university students. *Culture in The Islamic University* 2015;5(2):183-200.

38. Bolhari J, Naziri G, Zamanian S. Effectiveness of

spiritual group therapy in reducing depression, anxiety, and stress of women with breast cancer. *Quarterly Journal of Women and Society*. 2012;3(9):87-117. (Full Text in Persian)

39. Behdost P, Kargar K, Ziaaddini Z, Salimi H. The effectiveness of spiritual-religious psychotherapy on love trauma syndrome and acceptance in female students with love failure. *Health, Spirituality and Medical Ethics*. 2019;6(2):45-51. (Full Text in Persian)

40. Rafiei-Mohammadi N, Jahangiri MM. The Effect of Logic Therapy Combined with Quran Recitation and Prayer on Depression Symptoms in Women with Major Depressive Disorder. *Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat*. 2020;5(4):88-98. (Full Text in Persian)

41. Askari M, Mohammadi H, Radmehr H, Jahangir AH. The effect of spiritual-religious psychotherapy on enhancing quality of life and reducing symptoms of anxiety and depression among the elderly. *J Res Relig Health*. 2018;4(2):29-41. (Full Text in Persian)

42. Shahabi M, Mashhadi A, Hasani J. The role of religious attitude in coping with psychological distress and emotion regulation difficulties of UT students. *J Res Relig Health*. 2017;3(4):32-47. (Full Text in Persian)

43. Barrera TL, Zeno D, Bush AL, Barber CR, Stanley MA. Integrating religion and spirituality into treatment for late-life anxiety: Three case studies. *Cognitive and Behavioral Practice*. 2012;19(2):346-58.

44. Mueller PS, Plevak DJ, Rummins TA, editors. Religious involvement, spirituality, and medicine: implications for clinical practice. *Mayo clinic proceedings*; 2001: Elsevier.

45. Baetz M, Bowen R, Jones G, Koru-Sengul T. How spiritual values and worship attendance relate to psychiatric disorders in the Canadian population. *The Canadian Journal of Psychiatry*. 2006;51(10):654-61.

46. Geshlaghi S, Alivandi Vafa M, Esmailpour J, Azmodeh M. Moghayeseh Asar-Bakhshi Gorooh-Darmani Raftari Ertebati, Manavi Dini Eslam Mehvar bar Ehssasat-e Mosbat Daray-e Tajrobe Delzadegi Zanashooei. *The Women and Families Cultural-Educational Journal*. 2020;15(51):7-27. (Full Text in Persian)

47. Smith PL, Little DR. Small is beautiful: In defense of the small-N design. *Psychonomic bulletin & review*. 2018;25(6):2083-101.

48. Rosse RB. The love trauma syndrome: free yourself from the pain of a broken heart: Da Capo Lifelong Books; 2007.

49. Rosse R. The love trauma syndrome: free yourself from the pain of a broken. Perseus Publishing, a Member of the Perseus Books Group; 1999.

50. Dehghani M, Atef-Vahid M-K, Gharaee B. Efficacy of short-term anxiety-regulating

psychotherapy on love trauma syndrome. *Iranian journal of psychiatry and behavioral sciences*. 2011;5(2):18. (Full Text in Persian)

51. Lovibond PF, Lovibond SH. The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour research and therapy*. 1995;33(3):335-43.

52. Aazami Y, Khanjani M, Sader MM. Confirmatory factor structure of depression, anxiety and stress scale in students. *Journal of Mazandaran University of Medical Sciences*. 2017;27(154):94-106. (Full Text in Persian)

53. Fatemi M. Counselling with Islamic Approach. Tehran: Beh Nashr Publication; 2007. (Full Text in Persian)