

نقش میانجی خستگی روانی در رابطه بین حساسیت به طرد و درد ذهنی زنان سرپرست خانوار Mediator Role of Mental Fatigue in the Relationship Between Rejection Sensitivity and Mental Pain Among Female-Headed Households

Parisa Najaran Tousi

M.A. in Family counseling, Department of Counseling, Roudehen Branch, Islamic Azad University, Roudehen, Iran.

Simindokht Rezakhani *

Associate Professor, Department of Counseling, Roudehen Branch, Islamic Azad University, Roudehen, Iran.

rezakhani.sd@gmail.com

پریسا نجاران طوسی

کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، گروه مشاوره، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران.

سیمین دخت رضاخانی (نویسنده مسئول)

دانشیار، گروه مشاوره، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران.

Abstract

The aim of the present study was to investigate the mediating role of mental fatigue in the relationship between rejection sensitivity and mental pain in female-headed households. This was a descriptive-correlational study using structural equation modeling. The statistical population consisted of female-headed households supported by the Welfare Organization and charitable institutions in Mashhad during the third quarter of 2024. Among them, 260 individuals were selected using convenience sampling and completed the Mental Pain Questionnaire (OMMP; Orbach & Mikulincer, 2003), the Rejection Sensitivity Questionnaire (RSQ; Downey & Feldman, 1996), and the Multidimensional State Boredom Scale (MSBS; Fahlman et al., 2013). The data were analyzed using structural equation modeling. The results indicated that rejection sensitivity had a direct and significant positive effect on mental pain ($P = 0.001$), and mental fatigue also had a direct and significant positive effect on mental pain ($P = 0.001$). In addition, the indirect effect of rejection sensitivity on mental pain through mental fatigue was positive and significant ($P = 0.001$). Moreover, the findings showed that rejection sensitivity and mental fatigue together explained 48% of the variance in mental pain. Therefore, it can be concluded that reducing rejection sensitivity and mental fatigue may help decrease mental pain in female-headed households and thereby contribute to the improvement of their psychological well-being.

Keywords: Rejection Sensitivity, Mental Fatigue, Mental Pain, Female-Headed Households.

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش میانجی خستگی روانی در رابطه بین حساسیت به طرد و درد ذهنی زنان سرپرست خانوار انجام شد. روش پژوهش توصیفی-همبستگی و از نوع مدل‌یابی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری شامل زنان سرپرست خانوار تحت پوشش بهزیستی و مؤسسات خیریه و عام‌المنفعه شهر مشهد در ۳ ماهه سوم سال ۱۴۰۳ بود که از بین آنان ۲۶۰ نفر به روش در دسترس به عنوان نمونه انتخاب شدند و به پرسشنامه‌های درد ذهنی (OMMP؛ اورباخ و میکولینسر، ۲۰۰۳)، حساسیت به طرد (RSQ؛ داوونی و فلدمن، ۱۹۹۶) و مقیاس چندبعدی خستگی روانی (MSBS؛ فالمن و همکاران، ۲۰۱۳) پاسخ دادند. داده‌ها با استفاده از روش معادلات ساختاری تجزیه و تحلیل شدند. نتایج شاخص‌های برازندگی حاکی از تأیید برازش مدل ساختاری بود. براساس یافته‌ها ضریب مسیر کل بین حساسیت به طرد ($\beta = 0.520, p = 0.001$) با درد ذهنی و نیز ضریب مسیر مستقیم بین خستگی روانی و درد ذهنی مثبت و معنادار ($\beta = 0.532, p = 0.001$) بود. همچنین ضرایب مسیر غیرمستقیم بین حساسیت به طرد با درد ذهنی از طریق خستگی روانی مثبت و معنی‌دار ($\beta = 0.272, p = 0.001$) بود. همچنین یافته‌ها نشان داد متغیرهای حساسیت به طرد و خستگی روانی می‌توانند در مجموع ۴۸ درصد از واریانس درد ذهنی زنان سرپرست خانوار را تبیین کنند. باتوجه به یافته‌های پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که با کاهش حساسیت به طرد و خستگی روانی می‌توان درد ذهنی را در زنان سرپرست خانوار کاهش داد و از این طریق در ارتقا و بهبود وضعیت روانی و بهزیستی روانشناختی آنان گام موثری برداشت.

واژه‌های کلیدی: حساسیت به طرد، خستگی روانی، درد ذهنی، زنان سرپرست خانوار.

مقدمه

روند تغییرات روز افزون در جوامع مختلف در دهه‌های اخیر باعث تغییر ساختار خانواده و افزایش تعداد خانواده‌های تک‌والدی با سرپرستی زنان شده‌است که پذیرش مسئولیت و استرس بیشتر آنان را برای اداره زندگی به دنبال داشته‌است (زمانی‌مقدم و افشانی، ۱۴۰۰). زنان سرپرست خانوار^۱ افرادی هستند که به دلایلی همچون فوت همسر، طلاق، مهاجرت، بیماری یا اعتیاد همسر؛ مسئولیت کامل خانواده اعم از تأمین اقتصادی، حمایت عاطفی و تربیت فرزندان را به عهده می‌گیرند (تریس-پراتز و استیو^۲، ۲۰۲۵؛ تیلور^۳ و همکاران، ۲۰۲۰). آمارها نشان می‌دهد که در سطح جهانی، حدود ۳۰ درصد از خانوارها در کشورهای در حال توسعه توسط زنان اداره می‌شوند (لوفوک و تیان^۴، ۲۰۲۴؛ جولکا^۵، ۲۰۱۹) و در برخی مناطق شهری آمریکای لاتین و آفریقا این رقم حتی به ۵۰ درصد نیز می‌رسد (بکا^۶ و همکاران، ۲۰۲۵؛ وارلی^۷، ۲۰۱۶). در ایران نیز داده‌های سازمان بهزیستی (۱۳۹۸) نشان می‌دهد که بیش از ۱۴ درصد خانوارهای ایرانی تحت سرپرستی زنان قرار دارند (سیدشریفی و همکاران، ۱۳۹۸). این روند رو به رشد، ضرورت بررسی ابعاد روانی، اجتماعی و اقتصادی زندگی این گروه را دوچندان می‌کند. در این راستا، زنان سرپرست خانوار با چالش‌های متعددی روبه‌رو هستند؛ از جمله فشارهای اقتصادی ناشی از عدم وجود منبع درآمد کافی، نقش‌های چندگانه (مادری و پدری همزمان)، محدودیت در شبکه‌های اجتماعی و حمایتی و پیامدهای فرهنگی و اجتماعی ناشی از طلاق یا بیوگی (تریس-پراتز و استیو، ۲۰۲۵؛ همتی و کریمی، ۱۳۹۶؛ هربست^۸، ۲۰۱۲). تحقیقات نشان می‌دهند که این زنان در مقایسه با زنان متأهل، سطح بالاتری از افسردگی^۹، اضطراب^{۱۰}، استرس ادراک‌شده^{۱۱} و احساس تنهایی^{۱۲} را تجربه می‌کنند (چاکار و آیدین^{۱۳}، ۲۰۱۹؛ دورمیشی^{۱۴} و همکاران، ۲۰۲۳). چنین وضعیت‌هایی نه تنها کیفیت زندگی^{۱۵} و بهزیستی روان‌شناختی^{۱۶} آنان را کاهش می‌دهد بلکه احتمال ابتلا به آسیب‌های روانی مانند اختلال استرس پس از سانحه^{۱۷} و مشکلات سازگاری اجتماعی^{۱۸} را نیز افزایش می‌دهد (خزائیان و همکاران، ۱۳۹۶؛ تارو^{۱۹} و همکاران، ۲۰۱۸). از سوی دیگر، فشارهای روانی و نقش‌های چندگانه می‌تواند این زنان را در معرض فرسودگی^{۲۰} و خستگی روانی^{۲۱} قرار دهد؛ عاملی که بر کارکردهای شناختی، هیجانی و حتی جسمانی آنان اثر منفی گذاشته و توان مقابله با مشکلات زندگی را کاهش می‌دهد (آلیکس-فاگس^{۲۲} و همکاران، ۲۰۲۲؛ مارک و اسمیت^{۲۳}، ۲۰۱۸). همچنین، محدودیت‌های فرهنگی و اجتماعی، همراه با کاهش سرمایه اجتماعی^{۲۴}، باعث می‌شود بسیاری از زنان سرپرست خانوار در یک چرخه معیوب از انزوا، فقر اجتماعی و طرد خودخواسته^{۲۵} گرفتار شوند (تبریزی و همکاران، ۱۴۰۲). به این ترتیب، آسیب‌پذیری روان‌شناختی این گروه افزایش یافته و احتمال بروز پیامدهایی چون درد ذهنی^{۲۶}، اضطراب و افسردگی بالا می‌رود (براردلی^{۲۷} و همکاران، ۲۰۲۳).

1. female headed households

2. Trias-Prats & Esteve

3. Taylor

4. Lufuke & Tian

5. Julka

6. Becca

7. Varley

8. Herbst

9. depression

10. anxiety

11. perceived stress

12. feeling lonely

13. Chakir & Aydin

14. Dormishi

15. quality of life

16. psychological well-being

17. post-traumatic stress disorder

18. social adjustment problems

19. Taru

20. fatigue

21. mental exhaustion

22. Alix-Fages

23. Mark & Smith

24. social capital

25. self-inflicted rejection

26. mental pain

27. Berardelli

در این راستا، درد ذهنی مفهومی اساسی در آسیب شناسی روانی است که به تجربه‌ای پیچیده از رنج روان شناختی^۱، ناامیدی و کاهش خودارزشمندی^۲ اشاره دارد (اورباخ^۳ و همکاران، ۲۰۰۳؛ دورمیشی و همکاران، ۲۰۲۳). این پدیده نه تنها شامل احساس غم و اندوه و پوچی است، بلکه با درک تغییرات منفی درباره خود و زندگی نیز همراه می‌باشد (سان^۴ و همکاران، ۲۰۱۶). به‌طور کلی، درد ذهنی حالتی است که فرد در آن احساس می‌کند توانایی مقابله با مشکلات را از دست داده و دچار درماندگی روان شناختی^۵ می‌شود؛ وضعیتی که در صورت تداوم می‌تواند منجر به کناره‌گیری اجتماعی، رفتارهای ناسازگارانه و حتی اقدام به رفتارهای خودآسیب‌گرانه شود (براردلی و همکاران، ۲۰۲۳). مطالعات بسیاری نشان می‌دهند که درد ذهنی ارتباطی تنگاتنگی با اختلالات روانی همچون افسردگی، اضطراب، اختلال استرس پس از سانحه و مشکلات تنظیم هیجان^۶ دارد (مرویچ^۷ و همکاران، ۲۰۱۵؛ فرسینیک^۸ و همکاران، ۲۰۱۹). افزون بر این، تجربه مداوم درد ذهنی می‌تواند سیستم شناختی فرد را مختل کرده، سبب افزایش خودانتقادگری^۹ و کاهش احساس کنترل شخصی شود (بکر^{۱۰} و همکاران، ۲۰۱۶). براساس پژوهش‌ها زنانی که در شرایط دشوار اجتماعی و خانوادگی مانند سرپرستی خانواده قرار دارند، بیش از دیگران در معرض تجربه درد ذهنی هستند، زیرا با مسئولیت‌های مضاعف و فشارهای روانی مداوم دست و پنجه نرم می‌کنند (دورمیشی و همکاران، ۲۰۲۳). این امر ضرورت توجه به مکانیزم‌های روان شناختی مرتبط با درد ذهنی را برجسته می‌سازد.

در این راستا حساسیت به طرد^{۱۱} که نشان‌دهنده گرایش پایدار افراد به انتظار طرد شدن از سوی دیگران و واکنش‌های هیجانی شدید به موقعیت‌های احتمالی طرد است می‌تواند تجربه درد ذهنی را پیش‌بینی کند (یانگ^{۱۲} و همکاران، ۲۰۲۱؛ دو^{۱۳} و همکاران، ۲۰۲۴). افراد با سطح بالای حساسیت به طرد، نسبت به نشانه‌های اجتماعی مبهم واکنش منفی نشان داده و آن را به‌عنوان تهدیدی برای پذیرش اجتماعی خود تفسیر می‌کنند (گائو^{۱۴} و همکاران، ۲۰۲۱). این ویژگی روان شناختی باعث می‌شود که چنین افرادی در روابط بین‌فردی خود اضطراب بالاتری تجربه کرده و دچار احساس ناامنی شوند (یانگ و همکاران، ۲۰۲۱). از منظر نظریه دلبستگی^{۱۵}، حساسیت به طرد نتیجه تجربیات اولیه طرد شدن از سوی والدین یا مراقبان اصلی است که بعدها به‌صورت یک طرحواره شناختی-هیجانی^{۱۶} پایدار در روابط بین‌فردی ظاهر می‌شود (چان و مندوزا-دنتون^{۱۷}، ۲۰۰۸؛ بشرپور و همکاران، ۱۳۹۸). پیامدهای این ویژگی شامل افزایش افکار منفی درباره خود، انزوای اجتماعی، کاهش تحمل پریشانی روان شناختی و در نهایت، تشدید درد ذهنی است (پیرسون^{۱۸} و همکاران، ۲۰۱۱؛ جیتایود و کارل^{۱۹}، ۲۰۲۲). شواهد پژوهشی نشان می‌دهند که حساسیت به طرد با افسردگی، اضطراب اجتماعی^{۲۰}، کیفیت پایین زندگی، اختلال در تنظیم هیجان و افزایش رفتارهای پرخطر همبستگی مثبت دارد (هاپوود و گود^{۲۱}، ۲۰۱۹؛ ولوتی^{۲۲} و همکاران، ۲۰۱۷). افزون بر این، افراد با حساسیت به طرد بالا معمولاً در چرخه‌ای از نشخوار فکری و خودانتقادگری گرفتار می‌شوند که خود عاملی مهم در افزایش آسیب‌پذیری روان شناختی و تشدید درد ذهنی است (گائو و همکاران، ۲۰۲۱). این امر نشان می‌دهد که حساسیت به طرد می‌تواند یکی از متغیرهای اساسی در فهم و پیش‌بینی تجربه درد ذهنی در گروه‌های آسیب‌پذیر، به‌ویژه زنان سرپرست خانوار باشد.

در این ارتباط، خستگی روانی یکی از پیامدهای مهم فشارهای روانی مداوم است که به‌عنوان حالتی از فرسودگی ذهنی و کاهش انرژی شناختی تعریف می‌شود (مارک و اسمیت، ۲۰۱۸؛ ویلر^{۲۳} و همکاران، ۲۰۲۵). این وضعیت معمولاً در اثر درگیری طولانی‌مدت با استرس‌های شدید و نقش‌های متعدد ایجاد شده و با علائمی چون کاهش تمرکز، ضعف در تصمیم‌گیری، کاهش انگیزه و احساس بی‌انرژی بودن همراه

1. psychological suffering
2. self-worth
3. Orobach
4. Sun
5. psychological distress
6. emotion regulation
7. Mervick
8. Fresénis
9. self-criticism
10. Becker
11. sensitivity to rejection
12. Jiang
13. Du
14. Gao
15. attachment theory
16. cognitive-emotional schema
17. Chan & Mendoza-Denton
18. Pearson
19. Jitayud & Karl
20. social anxiety
21. Hopwood & Good
22. Velotti
23. Weiler

است (لمبرت^۱ و همکاران، ۲۰۲۴). زنان سرپرست خانوار به دلیل مسئولیت‌های مضاعف اقتصادی، عاطفی و تربیتی، بیش از سایر گروه‌های اجتماعی در معرض تجربه‌ی خستگی روانی قرار دارند (آلیکس-فاگس و همکاران، ۲۰۲۲؛ حافظ امینی^۲ و همکاران، ۲۰۲۴). چنین حالتی می‌تواند به تضعیف توانایی آنان در مقابله با مشکلات، کاهش تاب‌آوری و افزایش آسیب‌پذیری روان‌شناختی منجر شود. ارتباط میان حساسیت به طرد و خستگی روانی در پژوهش‌های اخیر مورد توجه قرار گرفته است. حساسیت به طرد، به دلیل درگیری مستمر با نگرانی‌های ارزیابی منفی، پایش نشانه‌های احتمالی طرد و پردازش شناختی سنگین موقعیت‌های بین‌فردی، مصرف بالای منابع روانی را ایجاد می‌کند (گائو و همکاران، ۲۰۲۱). تداوم این فرایندهای شناختی-هیجانی به مرور موجب تخلیه منابع ذهنی و شکل‌گیری فرسودگی روانی می‌شود (یانگ و همکاران، ۲۰۲۱؛ دو و همکاران، ۲۰۲۴). افزون بر این، احساس ناامنی و نشخوار فکری ناشی از حساسیت به طرد می‌تواند توانایی فرد در تنظیم هیجان را کاهش داده و شرایط را برای بروز فرسودگی ذهنی تشدید کند (اوتانی^۳ و همکاران، ۲۰۱۴؛ تورانی و نعمت‌زاده گتایی، ۲۰۲۵). اهمیت خستگی روانی در این میان از آن‌رو برجسته است که این سازه نه تنها پیامدی مستقیم از تنش‌های بین‌فردی محسوب می‌شود، بلکه نقش تعیین‌کننده‌ای در انتقال اثر حساسیت به طرد بر پیامدهای هیجانی، از جمله درد ذهنی، ایفا می‌کند. بر اساس پژوهش‌های پیشین، فرسودگی روانی با کاهش کارآمدی راهبردهای مقابله‌ای، افزایش استرس ادراک‌شده و احساس ناکامی و درماندگی همراه است (سان و همکاران، ۲۰۲۴؛ مارک و اسمیت، ۲۰۱۸). چنین تجربیاتی به‌ویژه در زنان سرپرست خانوار می‌تواند زمینه‌ساز افزایش درد ذهنی به‌صورت احساس رنج، ناتوانی یا آسیب‌پذیری هیجانی شود (براردلی و همکاران، ۲۰۲۳). از سوی دیگر، خستگی روانی قادر است اثرات منفی حساسیت به طرد را تشدید کرده و احتمال بروز پیامدهایی مانند ناامیدی، افسردگی و کناره‌گیری اجتماعی را افزایش دهد (آلیکس-فاگس و همکاران، ۲۰۲۲). در نتیجه، بررسی خستگی روانی به‌عنوان یک حلقه واسطه نه‌تنها از منظر مفهومی اهمیت دارد، بلکه به فهم عمیق‌تر مکانیزم‌های تبیین‌کننده درد ذهنی در زنان سرپرست خانوار کمک می‌کند.

با وجود گسترش پژوهش‌ها درباره حساسیت به طرد، خستگی روانی و درد ذهنی، بررسی نظام‌مند و یکپارچه این متغیرها در قالب یک مدل ساختاری در جمعیت‌های آسیب‌پذیر اجتماعی، به‌ویژه زنان سرپرست خانوار، همچنان با خلأ روبه‌رو است. بیشتر مطالعات پیشین، حساسیت به طرد را در ارتباط با پیامدهایی همچون افسردگی، اضطراب اجتماعی، کیفیت پایین زندگی و مشکلات تنظیم هیجان بررسی کرده‌اند (هاپوود و گود، ۲۰۱۹؛ ولوتی و همکاران، ۲۰۱۷) و اگرچه ارتباط آن با پریشانی‌های روان‌شناختی مورد توجه قرار گرفته است (یانگ و همکاران، ۲۰۲۱؛ دو و همکاران، ۲۰۲۴)، اما کمتر به پیامدهای عمیق‌تری همچون درد ذهنی به‌عنوان یک سازه مرکزی در آسیب‌شناسی روانی پرداخته‌اند (براردلی و همکاران، ۲۰۲۳). از سوی دیگر، پژوهش‌هایی که خستگی روانی را مطالعه کرده‌اند، عمدتاً آن را در چارچوب فرسودگی ناشی از استرس‌های شغلی یا فشارهای طولانی‌مدت بررسی کرده‌اند (مارک و اسمیت، ۲۰۱۸؛ آلیکس-فاگس و همکاران، ۲۰۲۲) و نقش آن به‌عنوان یک سازوکار میانجی در انتقال اثر متغیرهای بین‌فردی به رنج‌های درونی عمیق‌تر کمتر مورد بررسی قرار گرفته است. افزون بر این، هرچند برخی مطالعات به بررسی درد ذهنی در شرایط دشوار اجتماعی پرداخته‌اند (دورمیشی و همکاران، ۲۰۲۳)، اما مدلیابی هم‌زمان تعامل میان حساسیت به طرد، خستگی روانی و درد ذهنی در زنان سرپرست خانوار، با توجه به فشار نقش‌های چندگانه و مسئولیت‌های مضاعف آنان (آلیکس-فاگس و همکاران، ۲۰۲۲؛ حافظ امینی و همکاران، ۲۰۲۴)، همچنان مغفول مانده است. در نتیجه، هنوز به‌طور دقیق مشخص نیست که آیا حساسیت به طرد در این گروه صرفاً به‌صورت مستقیم با درد ذهنی مرتبط است یا این ارتباط از طریق فرسایش تدریجی منابع روانی و شکل‌گیری خستگی روانی تقویت و تشدید می‌شود (گائو و همکاران، ۲۰۲۱؛ یانگ و همکاران، ۲۰۲۱). همچنین روشن نیست که خستگی روانی تا چه اندازه می‌تواند به‌عنوان سازوکار تبیینی، شدت و جهت این رابطه را توضیح دهد و به فهم عمیق‌تری از فرایندهای شناختی-هیجانی مؤثر بر رنج روان‌شناختی این زنان بینجامد. بر این اساس، پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش میانجی خستگی روانی در رابطه بین حساسیت به طرد و درد ذهنی زنان سرپرست خانوار پرداخت، چرا که شناسایی عوامل روان‌شناختی مؤثر بر این گروه از زنان برای کاهش تأثیرات منفی و مخرب آن بر نظام خانواده می‌تواند دستاوردی در راستای ثبات و پایداری خانواده باشد و نتایج پژوهش می‌تواند در جهت برنامه‌ریزی‌هایی برای بهبود وضعیت روان‌شناختی این افراد کارساز باشد. بنابراین، پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش میانجی خستگی روانی در رابطه بین حساسیت به طرد و درد ذهنی زنان سرپرست خانوار انجام شد.

1. Lambert
 2. Hafez Amini
 3. Otani

پژوهش حاضر توصیفی-همبستگی و از نوع معادلات ساختاری بود. جامعه آماری پژوهش شامل زنان سرپرست خانوار با حداقل سواد خواندن و نوشتن تحت پوشش بهزیستی و مؤسسات خیریه و عام المنفعه شهر مشهد در ۳ ماهه سوم سال ۱۴۰۳ بود. حجم نمونه بر اساس نظر هویت و کرامر (۲۰۰۴؛ ترجمه پاشاشریفی و همکاران، ۱۳۹۶) مبنی بر کفایت ۴۰-۲۰ نفر برای هر مولفه/متغیر پیش‌بین تعیین شد. باتوجه به اینکه در این پژوهش حساسیت به طرد دارای ۲ مولفه و خستگی روانی دارای ۵ مولفه هستند، به ازای هر مولفه ۳۵ نفر و با احتمال افت حجم نمونه ۲۶۰ نفر برآورد شد. از همین رو از بین ۱۳۰ موسسه خیریه و عام المنفعه شهر مشهد، سه موسسه دارالاکرام، بنیاد کودک و مدرسه خیریه علوی بصورت تصادفی انتخاب شدند و از میان زنان سرپرست خانوار در مؤسسات منتخب، ۲۶۰ نفر از افراد علاقمند به شرکت در پژوهش به صورت در دسترس بعنوان گروه نمونه انتخاب شدند. زن بودن و داشتن نقش سرپرستی خانوار، قرار داشتن تحت پوشش یکی از نهادهای مذکور، داشتن حداقل سواد خواندن و نوشتن، تمایل به شرکت در پژوهش و تکمیل آگاهانه پرسشنامه‌ها به عنوان ملاک‌های ورود به پژوهش در نظر گرفته شد و ملاک‌های خروج از پژوهش شامل ناقص بودن بیش از ۱۰ درصد پاسخ‌های پرسشنامه‌ها بود. تمام شرکت‌کنندگان پژوهش، پیش از ورود به پرسشنامه و پاسخ‌گویی به سؤالات، فرم رضایت آگاهانه را در قالب یک گزاره خبری تأیید کردند. در این فرم، مواردی همچون تضمین محرمانگی اطلاعات، اختیار کامل شرکت‌کنندگان برای انصراف در هر مرحله از پژوهش و استفاده از داده‌ها صرفاً در چارچوب اهداف علمی تحقیق توضیح داده شده بود. همچنین به افراد اطمینان داده شد که پاسخ‌های آنان هیچ‌گونه تأثیری بر خدمات دریافتی از نهادهای حمایتی نخواهد داشت. در نهایت داده‌ها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و روش معادلات ساختاری با نرم افزارهای spss نسخه ۲۶ و amos نسخه ۲۶ تحلیل شد.

ابزار سنجش

مقیاس درد ذهنی^۱ (OMMP): مقیاس درد ذهنی توسط اورباخ و میکولینسر (۲۰۰۳) با ۴۴ گویه و ۹ خرده‌مقیاس شامل (۱) تغییرناپذیری، (۲) فقدان کنترل، (۳) خودشیفتگی/بی‌ارزشی، (۴) آشفتگی هیجانی، (۵) خشک‌زدگی (بهت)، (۶) از خود بیگانگی، (۷) سردرگمی، (۸) فاصله‌گیری اجتماعی و (۹) پوچی (بی‌معنایی) ساخته شده است. نمره‌گذاری در طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (۱=کاملاً مخالفم تا ۵=کاملاً موافقم) صورت می‌گیرد. نمره‌گذاری گویه‌های ۲۵ و ۴۲ به صورت معکوس می‌باشد. در بررسی اولیه اورباخ و میکولینسر (۲۰۰۳) ضریب بازآزمایی این مقیاس را در یک فاصله ۳ هفته‌ای در یک نمونه (۵۳ نفر شامل ۳۰ زن و ۲۳ مرد) در دامنه بین ۰/۷۹ و ۰/۹۴ گزارش کردند. ضریب آلفای کرونباخ نیز در خرده مقیاس‌ها به ترتیب برابر با ۰/۹۵، ۰/۹۵، ۰/۹۳، ۰/۹۳، ۰/۸۵، ۰/۷۹، ۰/۸، ۰/۸ و ۰/۷۵ گزارش شده است. علاوه بر این، ضریب همبستگی بین مولفه‌های درد ذهنی و افسردگی ($r=0/64$) و اضطراب ($r=0/50$) به دست آمده است که نشان‌دهنده روایی همگرایی این مقیاس با اضطراب و افسردگی است (اورباخ و میکولینسر، ۲۰۰۳). در ایران نیز براساس پژوهش بگیان و همکاران (۱۳۹۷) بین مولفه‌های درد ذهنی و اضطراب ($r=0/59$) و افسردگی ($r=0/51$) و راهبردهای منفی نظام‌جویی شناختی هیجان ($r=0/43$) رابطه مثبت و معناداری وجود دارد؛ همچنین بین مولفه‌های درد ذهنی و شفقت به خود رابطه منفی و معناداری وجود داشت. در تایید روایی مقیاس نیز نتایج تحلیل عامل تاییدی ۴۴ گویه را در شش عامل تایید کردند که در مجموع این شش عامل ۴۰/۶۶ درصد از واریانس درد ذهنی را تبیین می‌کنند. علاوه بر این، آلفای کرونباخ برای کل مقیاس درد ذهنی ۰/۹۷ و برای خرده‌مقیاس‌های آن به ترتیب برابر با ۰/۹۵، ۰/۸۹، ۰/۸۸، ۰/۸۷، ۰/۸۷ و ۰/۶۲ به دست آمد (بگیان و همکاران، ۱۳۹۷). در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۹۴ و برای خرده‌مقیاس‌های آن به ترتیب ۰/۸۴، ۰/۸۷، ۰/۶۹، ۰/۷۳، ۰/۶۴، ۰/۶۹، ۰/۶۳، ۰/۶۷ و ۰/۶۴ به دست آمد.

پرسشنامه حساسیت به طرد^۲ (RSQ): پرسشنامه حساسیت به طرد توسط داوونی و فلدمن (۱۹۹۶) طراحی شده و شامل ۱۸ سؤال دو قسمتی است. قسمت اول این سؤالات میزان اضطراب افراد را می‌سنجد و روی مقیاس لیکرت ۶ درجه‌ای (از اصلاً نگران نیستم=۱ تا خیلی نگرانم=۶) نمره‌گذاری می‌شود. دامنه نمرات این آزمون از ۱۸ تا ۱۰۸ است که نمرات بیشتر نشان‌دهنده میزان اضطراب بیشتر و نمره کمتر نشان‌دهنده میزان اضطراب پایین‌تر است. قسمت دوم میزان دریافت پاسخ مثبت را می‌سنجد که بر روی مقیاس لیکرت ۶ درجه‌ای (احتمال خیلی کمی دارد تا احتمال خیلی زیادی دارد، ۱ تا ۶) نمره‌گذاری می‌شوند. دامنه نمرات آن از ۱۸ تا ۱۰۸ می‌باشد که نمرات بیشتر در این سؤالات به منزله دریافت پاسخ مثبت بیشتر و نمرات کمتر در این سؤالات به منزله دریافت پاسخ مثبت کمتر است.

1. Orbach & Mikulincer Mental Pain Scale (OMMP)
 2. Rejection Sensitivity Questionnaire (RSQ)

داونی و فلدمن (۱۹۹۶) در پژوهش خود همسانی درونی این پرسشنامه را ۰/۸۱ برآورد نمودند و همچنین ضریب پایایی این پرسشنامه را به روش بازآزمایی ۰/۸۳ گزارش کردند؛ جهت سنجش روایی سازه نسخه اصلی نیز روایی همگرا و واگرا از طریق همبستگی با مقیاس‌های نگرانی و عزت‌نفس بررسی شد؛ به‌طوری که حساسیت به طرد با نگرانی همبستگی مثبت معنی‌دار ($r=0/36$) و با عزت‌نفس همبستگی منفی معنی‌دار ($r=-0/48$) داشت که این یافته‌ها روایی همگرا و واگرا را در نسخه اصلی تأیید می‌کنند. در ایران، خوشکام و همکاران (۱۳۹۳) ضریب پایایی این پرسشنامه را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۴ گزارش کردند. نتایج تحلیل عامل اکتشافی نشان داد که پرسشنامه حساسیت به طرد از دو عامل «انتظار پاسخ» و «نگرانی از عدم پذیرش درخواست» تشکیل شده‌است که در مجموع ۲۸/۲۸ درصد واریانس را تبیین می‌کنند؛ در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه حساسیت به طرد ۰/۸۸ و برای عامل اضطراب ۰/۹۱ و عامل دریافت پاسخ مثبت ۰/۸۴ بدست آمد.

مقیاس چند بعدی خستگی روانی^۱ (MSBS): مقیاس چند بعدی خستگی روانی ۲۹ سوالی توسط فالمن و همکاران (۲۰۱۳) طراحی شده و شامل ۵ خرده‌مقیاس (۱) عدم مشارکت، (۲) برانگیختگی بالا، (۳) برانگیختگی پایین، (۴) عدم توجه و (۵) ادراک زمان است. نمره‌گذاری گویه‌ها در طیف لیکرت ۷ درجه‌ای به‌صورت کاملاً مخالفم (۱)، مخالفم (۲)، نسبتاً مخالفم (۳)، احساسی ندارم (۴)، نسبتاً موافقم (۵)، موافقم (۶) و کاملاً موافقم (۷) انجام می‌شود. دامنه نمرات پرسشنامه چندبعدی خستگی روانی بین ۲۹ تا ۲۰۳ قرار دارد و نمره بالا نشان‌دهنده خستگی روانی بیشتر شرکت‌کننده است. فالمن و همکاران (۲۰۱۳) در مطالعه اولیه با استفاده از تحلیل عاملی اکتشافی و تأییدی، روایی سازه این ابزار را مورد تأیید قرار دادند. همچنین ضرایب پایایی به روش آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۶۹ و برای خرده‌آزمون‌های آن به ترتیب ۰/۹۵، ۰/۸۶، ۰/۸۵، ۰/۸۵ و ۰/۵۸ گزارش شد. در ایران عبدالله‌زاده و همکاران (۱۳۹۴) روایی محتوایی این پرسشنامه را توسط اساتید متخصص رشته‌های روان‌شناسی تأیید کردند و ضریب آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۹۶ و برای خرده‌مقیاس‌ها به‌ترتیب ۰/۸۸، ۰/۸۵، ۰/۹۱، ۰/۹۰ و ۰/۹۰ به‌دست آمد. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه خستگی روانی ۰/۹۱ و برای خرده‌مقیاس‌ها به‌ترتیب برابر با ۰/۸۵، ۰/۷۸، ۰/۶۹، ۰/۷۴ و ۰/۶۷ به‌دست آمد.

یافته ها

در پژوهش حاضر ۲۶۰ زن سرپرست خانوار با میانگین سنی ۴۲/۶ (انحراف معیار = ۵/۸) سال شرکت کردند که میانگین مدت سرپرستی خانوار آنان ۸/۴ (انحراف معیار = ۳/۲) سال بود، همچنین از نظر تحصیلات ۷۱ نفر از شرکت‌کنندگان زیر دیپلم، ۱۱۹ نفر دیپلم، ۶۸ نفر لیسانس و ۲ نفر فوق لیسانس بود. از نظر تعداد فرزندان، ۴۷ نفر فاقد فرزند، ۱۳۰ نفر یک فرزند، ۷۵ نفر دو فرزند و ۸ نفر بیشتر از دو فرزند داشتند. جدول ۱ میانگین، انحراف استاندارد و ضرایب همبستگی بین مؤلفه‌های متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول ۱. ضرایب همبستگی پیرسون و شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

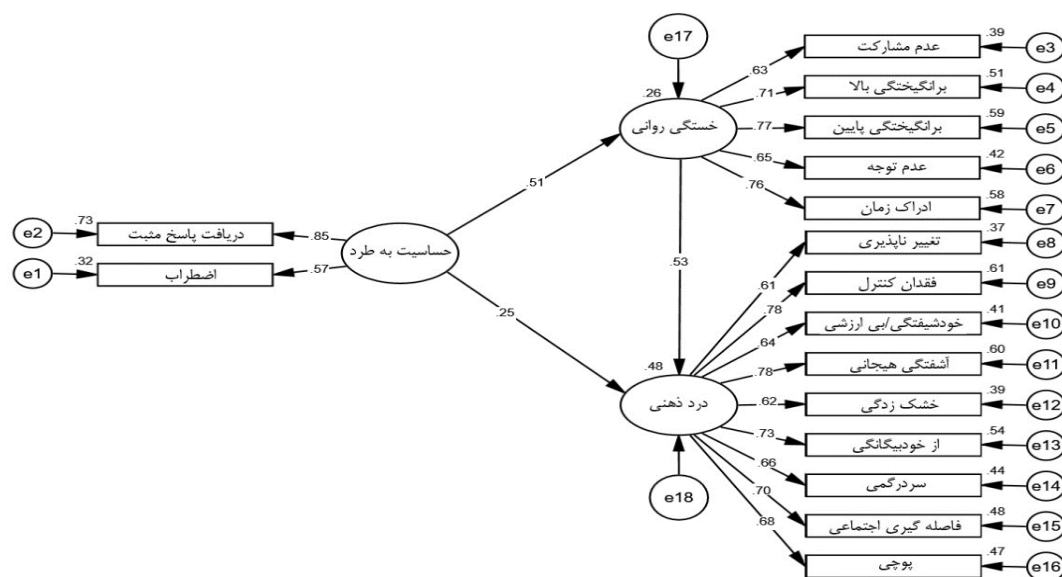
متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶
۱. حساسیت به طرد	-															
- اضطراب																
۲. حساسیت به طرد																
- دریافت پاسخ مثبت		۰/۴۹**														
۳. خستگی روانی - عدم مشارکت			۰/۲۹**													
۴. خستگی روانی - برانگیختگی بالا				۰/۴۵**												
۵. خستگی روانی - برانگیختگی پایین					۰/۵۱**											
۶. خستگی روانی - عدم توجه						۰/۵۲**										
							۰/۳۱**									
								۰/۲۸**								
									۰/۵۲**							
										۰/۴۶**						
											۰/۲۷**					
												۰/۲۵**				
													۰/۴۹**			
														۰/۵۱**		
															۰/۴۵**	
																۰/۲۹**

1. Multidimensional State Boredom Scale (MSBS)

۷.خستگی روانی -	۰/۲۶**	۰/۴۱**	۰/۵۴**	۰/۶۱**	۰/۶۵**	۰/۴۶**	-
ادراک زمان							
۸.درد ذهنی -	۰/۳۷**	۰/۴۵**	۰/۳۱**	۰/۳۷**	۰/۴۶**	۰/۳۰**	۰/۳۹**
تغییر ناپذیری							
۹.درد ذهنی -	۰/۳۰**	۰/۳۸**	۰/۳۹**	۰/۴۷**	۰/۴۹**	۰/۴۶**	۰/۵۵**
فقدان کنترل							
۱۰.درد ذهنی -	۰/۲۳**	۰/۲۹**	۰/۳۲**	۰/۳۴**	۰/۳۷**	۰/۳۵**	۰/۳۶**
خودشیفتگی بی							
ارزشی							
۱۱.درد ذهنی -	۰/۱۸**	۰/۳۷**	۰/۳۰**	۰/۴۸**	۰/۴۳**	۰/۴۲**	۰/۵۱**
آشفته گی هیجانی							
۱۲.درد ذهنی -	۰/۱۱	۰/۳۲**	۰/۲۳**	۰/۳۳**	۰/۳۱**	۰/۳۳**	۰/۲۹**
خشک زندگی							
۱۳.درد ذهنی -از	۰/۱۵*	۰/۲۳**	۰/۳۴**	۰/۴۲**	۰/۴۹**	۰/۴۰**	۰/۳۱**
خودبینگانی							
۱۴.درد ذهنی -	۰/۲۱**	۰/۳۴**	۰/۳۰**	۰/۴۵**	۰/۴۱**	۰/۳۶**	۰/۴۲**
سردرگمی							
۱۵.درد ذهنی -	۰/۰۶	۰/۲۳**	۰/۳۲**	۰/۴۰**	۰/۴۱**	۰/۳۷**	۰/۳۶**
فاصله گیری							
اجتماعی							
۱۶.درد ذهنی -	۰/۱۳*	۰/۲۷**	۰/۲۵**	۰/۳۷**	۰/۳۹**	۰/۳۱**	۰/۲۳**
پوچی							
میانگین	۳۴/۸۳	۳۱/۷۰	۲۳/۳۶	۱۱/۸۶	۱۱/۶۷	۹/۶۲	۱۱/۸۲
انحراف استاندارد	۷/۷۶	۶/۹۲	۵/۱۷	۲/۳۵	۲/۴۰	۱/۶۱	۲/۵۳
کجی	-۰/۶۷	-۰/۶۴	-۰/۹۵	-۰/۰۴	-۰/۱۶	-۰/۱۰	-۰/۲۲
کشیدگی	-۰/۳۴	۰/۲۰	۰/۵۴	-۰/۲۸	۰/۰۹	۰/۰۴	-۰/۱۵

* $P < 0.05$ و ** $P < 0.01$

براساس نتایج به دست آمده از جدول ۱ بین تمام خرده مقیاس‌های متغیر حساسیت به طرد با خستگی روانی و درد ذهنی رابطه مثبت و معناداری جود دارد و این یافته‌ها در جهت مورد انتظار و همسو با فرض‌های حوزه پژوهش بود. پیش از تحلیل داده‌ها مفروضه‌های نرمال بودن و عدم هم‌خطی بررسی شد که نتایج آن در ادامه بیان می‌شود. گارسون (۲۰۰۷؛ به نقل از ریاحی و همکاران، ۱۴۰۴) تاکید می‌کند اگر مقادیر چولگی و کشیدگی داده‌ها بین ۲+ و ۲- باشد داده‌ها در سطح ۰/۰۵ از توزیع بهنجار برخوردارند. در این پژوهش، مقادیر چولگی و کشیدگی داده‌ها بین ۲+ و ۲- به دست آمد. برای بررسی مفروضه عدم هم‌خطی از آماره‌های عامل تورم واریانس (VIF) و شاخص تحمل استفاده شد که با توجه به اینکه هیچ یک از مقادیر مربوط به شاخص تحمل کمتر از ۰/۴۰ و هیچ یک از مقادیر مربوط به عامل تورم واریانس بیشتر از ۱۰ نیست، بر این اساس می‌توان نسبت به مفروضه عدم هم‌خطی نیز اطمینان حاصل کرد. به منظور آزمون مدل مورد نظر، یعنی بررسی نقش میانجی خستگی روانی در رابطه بین حساسیت به طرد و درد ذهنی زنان سرپرست‌خانوار از روش معادلات ساختاری استفاده شد. پارامترهای اندازه‌گیری روابط مستقیم در جدول ۲ ارائه شده است.



شکل ۱. مدل اصلاح شده نقش میانجی خستگی روانی در رابطه بین حساسیت به طرد و درد ذهنی

در شکل ۱ مدل اصلاح شده پژوهش ترسیم شده است ($P < 0.01$) و همچنین مسیرهای مستقیم و غیرمستقیم بین متغیرهای پژوهش با درد ذهنی در جدول ۲ و ۳ ذکر شده است. همانطور که در شکل ۱ مشاهده می‌شود، حساسیت به طرد هم به صورت مستقیم و هم به صورت غیر مستقیم قادر به پیش‌بینی درد ذهنی در زنان سرپرست خانوار است.

جدول ۲. ضرایب مسیر مستقیم اثرات متغیرها و معنی‌داری پارامترهای برآورد شده

متغیر پیش‌بین	متغیر ملاک	ضرایب استاندارد	انحراف استاندارد	آماره (t)	سطح معناداری
حساسیت به طرد	خستگی روانی	۰/۵۱۰	۰/۱۴۹	۴/۱۲۱	۰/۰۰۱
خستگی روانی	درد ذهنی	۰/۵۳۲	۰/۱۰۶	۳/۷۲۶	۰/۰۰۱
حساسیت به طرد	درد ذهنی	۰/۲۴۹	۰/۱۰۴	۲/۰۷۳	۰/۰۳۸

همانطور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود ضرایب مسیرهای مستقیم بین حساسیت به طرد با خستگی روانی ($P < 0.001$)، خستگی روانی با درد ذهنی ($P < 0.001$) و حساسیت به طرد با درد ذهنی ($P < 0.05$) رابطه معناداری داشتند. در ادامه و در جدول ۳ ضرایب مسیر غیر مستقیم ذکر شده است.

جدول ۳. ضرایب مسیر غیرمستقیم اثرات متغیرها و معنی‌داری پارامترهای برآورد شده

مسیر	β	حد پایین	حد بالا	p
حساسیت به طرد $\leftarrow$ خستگی روانی $\leftarrow$ درد ذهنی	۰/۲۷۲	۰/۰۶۴	۰/۴۰۶	۰/۰۰۱

با توجه به جدول ۳ می‌توان مشاهده کرد که ضرایب مسیر غیرمستقیم بین حساسیت به طرد با درد ذهنی ($\beta = 0.272, p = 0.001$) از طریق خستگی روانی مثبت و معنادار است. جدول ۴ شاخص‌های برازندگی مدل ساختاری اصلاح شده پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول ۴. شاخص‌های برازش مدل

شاخص برازندگی	دامنه قابل پذیرش	مدل مفروض
درجه آزادی	-	۱۰۱
نسبت خی دو به درجه آزادی	کمتر از ۵	۲/۲۹
شاخص برازش هنجار شده (NFI)	بزرگتر از ۰/۹۰	۰/۹۰

۰/۹۲	بزرگتر از ۰/۹۰	شاخص برازندگی تطبیقی (CFI)
۰/۹۲	بزرگتر از ۰/۹۰	شاخص برازندگی فزاینده (IFI)
۰/۹۱	بزرگتر از ۰/۹۰	شاخص نیکویی برازش (GFI)
۰/۰۶	کمتر از ۰/۰۸	ریشه دوم میانگین مربعات باقی مانده (SRMR)
۰/۰۷	کمتر از ۰/۰۸	ریشه دوم برآورد واریانس خطای تقریب (RMSEA)

شاخص‌های برازش در جدول ۴ نشان‌دهنده برازش عالی داده‌ها با مدل اصلاح شده است. با توجه به شکل ۱ و جدول ۲ و ۳ حساسیت به طرد به صورت مستقیم و غیرمستقیم از طریق خستگی روانی توانست درد ذهنی را پیش‌بینی کند. این بدان معناست که علاوه بر رابطه مستقیم حساسیت به طرد با درد ذهنی، این متغیر می‌تواند از طریق مسیری دیگر یعنی مسیر میانجی خستگی روانی نیز درد ذهنی را پیش‌بینی کند.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر بررسی نقش میانجی خستگی روانی در رابطه بین حساسیت به طرد و درد ذهنی زنان سرپرست‌خانوار بود. یافته نخست پژوهش نشان داد که حساسیت به طرد با درد ذهنی رابطه مستقیم و معناداری دارد؛ این یافته با پژوهش‌های دو و همکاران (۲۰۲۴)، جیتایود و کارل (۲۰۲۲)، گائو و همکاران (۲۰۲۱)، یانگ و همکاران (۲۰۲۱)، هاپوود و گود (۲۰۱۹)، ولوتی و همکاران (۲۰۱۷) و پیرسون و همکاران (۲۰۱۱) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان بیان کرد افرادی که از حساسیت بالاتری نسبت به طرد برخوردارند، در تعاملات اجتماعی به‌طور مداوم در حالت گوش‌به‌زنگی بین‌فردی قرار دارند و نشانه‌های مبهم را به‌عنوان رد شدن یا بی‌ارزشی تفسیر می‌کنند (گائو و همکاران، ۲۰۲۱). این سوگیری ادراکی، فعال‌سازی مکرر هیجان‌هایی مانند شرم، اضطراب و ناامنی را در پی دارد که به‌تدریج به شکل‌گیری تجربه‌ای پایدار از رنج درونی و کاهش خودارزشمندی منجر می‌شود؛ مؤلفه‌هایی که هسته اصلی درد ذهنی را تشکیل می‌دهند (سان و همکاران، ۲۰۱۶؛ براردلی و همکاران، ۲۰۲۳). از منظر نظریه دلبستگی، تجربه‌های اولیه طرد یا بی‌ثباتی در روابط مراقبتی می‌تواند به شکل‌گیری طرحواره‌های منفی درباره خود و دیگران بینجامد و در بزرگسالی به صورت انتظار مزمن طردشدن بروز یابد (بشرپور و همکاران، ۱۳۹۸). در زنان سرپرست‌خانوار که به‌واسطه شرایطی چون طلاق یا بیوگی در معرض قضاوت‌ها و نگرش‌های منفی اجتماعی قرار دارند (تبریزی و همکاران، ۱۴۰۲)، این طرحواره‌ها ممکن است با شدت بیشتری فعال شده و زمینه تجربه عمیق‌تر درد ذهنی را فراهم آورند (دورمیشی و همکاران، ۲۰۲۳).

یافته دوم پژوهش نشان داد که خستگی روانی با درد ذهنی رابطه مستقیم و معناداری دارد. این یافته با مطالعات مارک و اسمیت (۲۰۱۸)، آلیکس-فاگس و همکاران (۲۰۲۲)، سان و همکاران (۲۰۲۴) و براردلی و همکاران (۲۰۲۳) هم‌راستا بود. در تبیین این یافته می‌توان گفت خستگی روانی نشان‌دهنده فرسایش تدریجی منابع شناختی و هیجانی در اثر مواجهه طولانی‌مدت با استرس است. زمانی که انرژی روانی فرد تحلیل می‌رود، توانایی استفاده از راهبردهای مقابله‌ای سازگارانه کاهش یافته و احساس درماندگی و بی‌کفایتی افزایش می‌یابد (مارک و اسمیت، ۲۰۱۸). در چنین شرایطی، فرد نه‌تنها فشارهای بیرونی را شدیدتر ادراک می‌کند، بلکه در سطح درونی نیز احساس پوچی، ناتوانی و ناامیدی که از مؤلفه‌های اساسی درد ذهنی به شمار می‌روند را تجربه می‌کند (سان و همکاران، ۲۰۱۶). برای زنان سرپرست‌خانوار که با نقش‌های چندگانه اقتصادی، تربیتی و عاطفی مواجه‌اند (آلیکس-فاگس و همکاران، ۲۰۲۲)، خستگی روانی می‌تواند به‌صورت مزمن تداوم یابد و آسیب‌پذیری آنان را در برابر رنج‌های عمیق روان‌شناختی افزایش دهد (حافظ‌امینی و همکاران، ۲۰۲۴).

یافته نهایی نشان داد که حساسیت به طرد از طریق خستگی روانی با درد ذهنی به‌صورت غیرمستقیم رابطه دارد، بدین معنا که خستگی روانی در رابطه بین حساسیت به طرد و درد ذهنی نقش میانجی معناداری ایفا می‌کند. این یافته با چارچوب‌های نظری مرتبط با فرسایش منابع روانی همخوان است؛ به این صورت که حساسیت به طرد با ایجاد درگیری‌های شناختی-هیجانی مداوم، موجب مصرف مستمر منابع روانی می‌شود (یانگ و همکاران، ۲۰۲۱؛ دو و همکاران، ۲۰۲۴). نشخوار فکری، پایش مداوم نشانه‌های طرد و تلاش برای پیشگیری از ردشدن، به‌تدریج به تخلیه انرژی ذهنی و شکل‌گیری خستگی روانی می‌انجامد (گائو و همکاران، ۲۰۲۱). این فرسودگی، ظرفیت تنظیم هیجان و تاب‌آوری را کاهش داده و فرد را در برابر تجربه رنج‌های عمیق‌تر آسیب‌پذیر می‌سازد؛ در نتیجه، درد ذهنی تشدید می‌شود (براردلی و همکاران، ۲۰۲۳). به بیان دیگر، حساسیت به طرد نه‌تنها به‌طور مستقیم با فعال‌سازی هیجان‌های منفی درد ذهنی را

افزایش می‌دهد، بلکه از مسیر فرسایش منابع روانی نیز این رنج را تعمیق می‌بخشد. افزون بر این، مقدار ضریب تعیین نشان داد که حساسیت به طرد و خستگی روانی در مجموع ۴۸ درصد از واریانس درد ذهنی را تبیین می‌کنند؛ رقمی قابل توجه که بیانگر نقش تعیین‌کننده سازوکارهای شناختی-هیجانی در تجربه رنج روان‌شناختی زنان سرپرست خانوار است.

در مجموع، پژوهش حاضر نشان داد که حساسیت به طرد و خستگی روانی از عوامل اساسی تبیین‌کننده درد ذهنی در زنان سرپرست خانوار هستند. این یافته‌ها حاکی از آن است که توجه همزمان به سازوکارهای روان‌شناختی و سیاست‌های حمایتی اجتماعی برای ارتقای سلامت روان و کیفیت زندگی این زنان ضروری است. اتخاذ رویکردی چندسطحی می‌تواند به کاهش چرخه آسیب‌پذیری روانی در زنان سرپرست خانوار و فراهم‌سازی زمینه توانمندسازی پایدار آنان منجر شود. بر اساس نتایج پژوهش، مشاوران و روان‌شناسان می‌توانند با تمرکز بر کاهش حساسیت به طرد، آموزش مهارت‌های تنظیم هیجان و اصلاح باورهای ناکارآمد، در جهت کاهش درد ذهنی گام بردارند. همچنین طراحی و اجرای برنامه‌های حمایتی با هدف کاهش فشار نقش‌های چندگانه، از جمله حمایت‌های مالی، تسهیل اشتغال و فراهم‌سازی خدمات مراقبت از کودک، می‌تواند در کاهش خستگی روانی و متعاقب آن کاهش درد ذهنی مؤثر باشد. افزون بر این، تقویت سرمایه اجتماعی و گسترش شبکه‌های حمایتی برای زنان سرپرست خانوار می‌تواند تجربه طرد اجتماعی و در نتیجه حساسیت به طرد را کاهش دهد. از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس به دلیل شرایط خاص شرکت‌کنندگان اشاره کرد که ممکن است بر تعمیم‌پذیری نتایج تأثیرگذار باشد. علاوه بر این، جامعه آماری محدود به زنان سرپرست خانوار تحت پوشش بهزیستی و مؤسسات خیریه شهر مشهد بود؛ بنابراین تعمیم یافته‌ها به سایر شهرها یا زنان سرپرست خانوار خارج از پوشش نهادهای حمایتی باید با احتیاط صورت گیرد. بر این اساس، پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آینده از روش‌های نمونه‌گیری تصادفی استفاده شود تا قابلیت تعمیم نتایج افزایش یابد و همچنین انجام مطالعات مشابه در مناطق جغرافیایی مختلف می‌تواند به غنی‌تر شدن شواهد پژوهشی در این حوزه کمک کند.

تشکر و قدردانی: از مسئولان سازمان بهزیستی و مؤسسات خیریه و عام‌المنفعه شهر مشهد و نیز شرکت‌کنندگان در پژوهش سپاسگزاری می‌شود.

تعارض منافع: بنابر اعلام نویسندگان مقاله حاضر هیچ‌گونه تعارض منافع وجود نداشت.

منابع

- بشروپور، س؛ درودی، ج؛ حیدری، ف. (۱۳۹۸). نقش شیوه‌های فرزندپروری و حساسیت به طرد در پیش‌بینی تکانشوری دانش‌آموزان. *مجله روان‌شناسی مدرسه*، ۴۰-۲۵. (۴)، <https://doi.org/10.22098/jsp.2020.863>
- تبریزی کاوه، غ؛ صالحی، ک؛ کشاورز افشار، ح؛ مدنی، ی. (۱۴۰۲). پدیدارشناسی تجربه‌ی زیسته زنان سرپرست خانوار از حمایت‌های اجتماعی. *فصلنامه جامعه‌شناسی کاربردی*، ۳۴(۱)، ۱۳۸-۱۱۳. <https://doi.org/10.22108/jas.2022.133767.2294>
- ریاحی، ه؛ شاهقلیان، م؛ عبداللهی، م. ح. (۱۴۰۴). نقش میانجی نقص در شفقت خود در رابطه بین آسیب‌های دلبستگی با خصیصه‌های اختلال شخصیت مرزی. *رویش روان‌شناسی*، ۱۴(۵)، ۳۰-۲۳. <http://frooyesh.ir/article-1-5910-fa.html>
- زمانی مقدم، م؛ افشانی، س. ع. (۱۴۰۰). توانمندسازی زنان سرپرست خانوار در ایران: مروری نظام مند. *فصلنامه رفاه اجتماعی*، ۲۱(۸۰)، ۴۵-۸۰. <https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.17358191.1400.21.80.4.5>
- سیدشیری، م؛ نوابی‌نژاد، ش؛ فرزاد، و. (۱۳۹۸). مقایسه‌ی اثربخشی رویکرد هیجان‌مدار و طرح‌واره درمانگری بر خودکارآمدی والدگری مادران سرپرست خانواده. *مجله علوم روان‌شناختی*، ۱۸(۷۶)، ۴۱۵-۴۰۷. <https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.17357462.1398.18.76.8.9>
- همتی، ر؛ کریمی، ز. (۱۳۹۷). زنان مطلقه و تجربه سرپرستی خانوار: یک پژوهش کیفی (نمونه موردی زنان مطلقه سرپرست خانوار شهر فارس). *پژوهش‌نامه زنان*، ۹(۲۴)، ۱۸۱-۲۱۱. https://womenstudy.ihs.ac.ir/article_3344.html
- Alix-Fages, C., Grajic, M., Jiménez-Martínez, E., Baz-Valle, E., & Balsalobre-Fernández, C. (2022). Mental fatigue in women: Implications for performance and well-being. *Frontiers in Psychology*, 13, 859620. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.859620>
- Becca, F., Esteve, A., & Castro Torres, A. F. (2025). Changes in Latin American and Caribbean household structure amidst fertility decline, 1960–2020. *Studies in family planning*, 56(1), 135-160. <https://doi.org/10.1111/sifp.12282>
- Becker, D. F., Steiner, H., Nitzan, U., & Grossman-Giron, A. (2016). Subjective distress and psychopathology. *Comprehensive Psychiatry*, 70, 14–22. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2016.06.004>
- Berardelli, I., Rogante, E., Sarubbi, S., Trogli, L., Lagana, V., & Erbutto, D. (2023). Psychological pain and suicide risk: A systematic review. *Frontiers in Psychiatry*, 14, 112345. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.112345>

- Berardelli, I., Sarubbi, S., Rogante, E., Cifrodelli, M., Erbuto, D., & Pompili, M. (2023). Psychache and its role in psychological disorders: A systematic review. *Journal of Affective Disorders*, 321, 345–359. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2016.00108>
- Cakir, S., & Aydin, G. (2019). The psychological well-being of single mothers: The mediating role of perceived social support. *Journal of Family Studies*, 25(1), 75–89. <https://doi.org/10.1590/fst.42117>
- Chan, C. S., & Mendoza-Denton, R. (2008). Status-based rejection sensitivity among Asian Americans: Implications for psychological distress. *Journal of Personality*, 76(5), 1317–1346. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2008.00521.x>
- Dormishi, T., Bazsik, Z., & Farkas, J. (2023). The psychosocial challenges of single mothers: A cross-cultural perspective. *Journal of Family Studies*, 29(3), 512–530. <https://doi.org/10.1080/13229400.2021.1894182>
- Downey, G., & Feldman, S. I. (1996). Implications of rejection sensitivity for intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(6), 1327–1343. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.6.1327>
- Downey, G., Feldman, S., & Ayduk, O. (2000). Rejection sensitivity and male violence in romantic relationships. *Personal relationships*, 7, 45–61. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2000.tb00003.x>
- Downey, G., Freitas, A. L., Michaelis, B., & Khouri, H. (2004). The self-fulfilling prophecy in close relationships: Rejection sensitivity and rejection by romantic partners. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87(4), 610–621. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.75.2.545>
- Du, X., Ding, C., Xiang, G., Li, Q., Liu, X., Xiao, M., ... & Chen, H. (2024). Rejection sensitivity and reactive aggression in early adults: The mediating role of loneliness and maladaptive coping. *Psychological reports*, 127(2), 786–806. <https://doi.org/10.1177/00332941221125771>
- Feldman, S., & Downey, G. (1994). Rejection sensitivity as a mediator of the impact of childhood exposure to family violence on adult attachment behavior. *Development and Psychopathology*, 6, 231–247. <https://doi.org/10.1017/S0954579400005976>
- Feršencs, L., Wang, X., & Borders, A. (2019). Psychological pain and its relationship with psychopathology. *Journal of Affective Disorders*, 256, 53–61. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.05.040>
- Gao, S., Asink, M., Liu, Y., Chan, R., & Alpay, A. (2021). Rejection sensitivity and psychological outcomes: A meta-analytic review. *Personality and Individual Differences*, 171, 110528. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110528>
- Hafez Amini, M., Askarian, M., & Niusha, B. (2024). The Modeling Factors Affecting the Psychological Distresses in Female-headed households. *Iranian Journal of Educational Research*, 3(1), 207–220. <http://dx.doi.org/10.22034/3.1.207>
- Herbst, C. M. (2012). Footloose and fancy free? Two decades of single mothers' subjective well-being. *Social Service Review*, 86(2), 189–222. <https://doi.org/10.1086/666390>
- Hopwood, C. J., & Good, E. W. (2019). Structure and correlates of interpersonal problems and sensitivities. *Journal of personality*, 87(4), 843–855. <https://doi.org/10.1111/jopy.12437>
- Jiang, D., Hou, Y., Chen, X., Wang, R., Fu, C., Li, B., ... & Liu, X. (2019). Interpersonal sensitivity and loneliness among Chinese gay men: A cross-sectional survey. *International journal of environmental research and public health*, 16(11), 2039. <https://doi.org/10.3390/ijerph16112039>
- Jiang, T., Yang, L., Zhao, Q., & Liu, Q. (2022). Rejection sensitivity and interpersonal aggression: The mediating role of anger rumination. *Personality and Individual Differences*, 187, 111428. <https://doi.org/10.1111/papt.12293>
- Jiang, Y., Rain, J., Liu, H., & Yu, X. (2021). Rejection sensitivity, self-criticism, and rumination: A moderated mediation model of psychological distress. *Current Psychology*, 40, 5672–5682. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00452-9>
- Julka, N. (2019). Social support and education groups for single mothers: a randomized controlled trial of a community-based program. *Canadian Medical Association Journal*, 173(12), 145–165. <https://doi.org/10.1503/cmaj.050655>
- Lambert, A., Soni, A., Soukane, A., Cherif, A. R., & Rabat, A. (2024). Artificial intelligence modelling human mental fatigue: A comprehensive survey. *Neurocomputing*, 567, 126999. <https://doi.org/10.1016/j.neucom.2023.126999>
- Lufuke, M., & Tian, X. (2024). Women's empowerment and food consumption: Evidence from female-headed households in Tanzania. *Journal of Integrative Agriculture*, 23(2), 457–467. <https://doi.org/10.1016/j.jia.2023.12.005>
- Marc, M., & Smith, A. (2018). Mental fatigue: Theory and assessment. *Current Opinion in Psychology*, 18, 73–79. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.07.009>
- Mark, G., & Smith, A. (2018). Coping and its relation to gender, anxiety, depression, fatigue, cognitive difficulties and somatic symptoms. *Journal of Education, Society and Behavioral Science.*, 25(4), 1–22. <http://dx.doi.org/10.9734/JESBS/2018/41894>
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Pereg, D. (2003). Attachment theory and affect regulation: the dynamics. Development and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation and emotion*, 27, 77–102. <https://doi.org/10.1023/A:1024515519160>
- Mizuno, K., Tanaka, M., Yamaguti, K., Kajimoto, O., Kuratsune, H., & Watanabe, Y. (2011). Mental fatigue caused by prolonged cognitive load: Effects on cognitive performance and physiological arousal. *Brain Research*, 1369, 134–143. <https://doi.org/10.1016/j.brainres.2010.10.102>
- Orbach, I., Mikulincer, M., Sirota, P., & Gilboa-Schechtman, E. (2003). Mental pain: a multidimensional operationalization and definition. *Suicide and life-threatening behavior*, 33(3), 219–230. <https://guilfordjournals.com/doi/abs/10.1521/suli.33.3.219.23219>
- Otani, K., Suzuki, A., Matsumoto, Y., Shibuya, N., Sadahiro, R., & Enokido, M. (2014). Correlations of interpersonal sensitivity with negative working models of the self and other: evidence for link with attachment insecurity. *Annals of general psychiatry*, 13, 1–4. <https://doi.org/10.1186/1744-859X-13-5>

- Pearson, K. A., Watkins, E. R., & Mullan, E. G. (2011). Rejection sensitivity prospectively predicts increased rumination. *Behaviour Research and Therapy*, 49(10), 597–605. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2011.06.004>
- Sun, F. K., Chan, E. A., & Chan, Y. L. (2016). The experience of psychological pain in patients with depression: A qualitative study. *Journal of Clinical Nursing*, 25(21–22), 3270–3280. <https://doi.org/10.1111/jocn.13397>
- Taru, M. Y., Audu, M. D., Philip, T. F., John, D. F., Yushau, A. A. U., Nnaemeka, C. N., & Bamidele, L. I. (2018). Armed conflict and depression among heads of households in Dogonahawa, north-central Nigeria: Prevalence and correlates. *Open Journal of Depression*, 7(2), 17-30. <https://doi.org/10.4236/ojd.2018.72002>
- Taylor, J. L. (2013). Motor control and motor learning under fatigue conditions. In *Routledge handbook of motor control and motor learning* (pp. 358-388). Routledge. <https://www.taylorfrancis.com/chapters/edit/10.4324/9780203132746-23/motor-control-motor-learning-fatigue-conditions-janet-taylor>
- Tourani, F., & Nematzadeh Getabi, S. (2025). The effectiveness of emotion regulation therapy on job burnout and mental fatigue of nurses. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal (RRJ)*, 13(9), 91-100. <https://frooyesh.ir/article-1-5421-en.pdf>
- Trias-Prats, R., & Esteve, A. (2025). Rising Female-Headed Households: Shifts in Living Arrangements or Heightened Gender Symmetry?. *Population and Development Review*, 51(2), 889-917. <https://doi.org/10.1111/padr.12692>
- Velotti, P., Garofalo, C., Bottazzi, F., & Caretti, V. (2017). Rejection sensitivity, self-regulation, and aggression: A multiple mediation model. *Aggressive Behavior*, 43(6), 588–598. <https://doi.org/10.1002/ab.21709>
- Weiler, H., Russell, S., Spielmann, J., & Englert, C. (2025). Mental fatigue: is it real?. *Journal of Applied Sport and Exercise Psychology*. <https://doi.org/10.1026/2941-7597/a000033>