

## مقاله پژوهشی

# روایت زنان از موانع آرامش در زندگی زناشویی

شهره روشنی<sup>۱</sup>      نهله غروی نائینی<sup>۲</sup>      سوسن باستانی<sup>۳</sup>

### چکیده

از اهداف مهم ازدواج و تشکیل خانواده، رسیدن به آرامش است؛ اما بررسی وضعیت موجود خانواده‌ها بر اساس پرونده‌های مراجعین به مراکز مشاوره و دادگاه‌های خانواده و نیز افزایش آمار طلاق نشان می‌دهد زندگی زناشویی برای بسیاری از افراد آرامش‌آفرین نیست. بنابراین با توجه به این‌که اختلال در آرامش در زندگی زناشویی از چالش‌هایی است که خانواده ایرانی امروزه با آن روبروست و از سویی آرامش زنان به دلیل نقش تربیتی آنان در خانواده اهمیتی خاص دارد، مسئله پژوهش حاضر شناسایی موانع آرامش زنان در زندگی زناشویی است. در این راستا با استفاده از روش کیفی، با مصاحبه عمیق با ۶۰ نفر از زنان متأهل ساکن شهر تهران و تحلیل محتوای مصاحبه‌ها، عوامل اختلال در آرامش زنان در زندگی زناشویی در پنج مقوله اصلی استخراج شد. شرایط زمینه‌ای «گزینش اختلال‌گر»، «نگرش اختلال‌گر»، «عملکرد اختلال‌گر» و «ساختار اختلال‌گر» زمینه‌ساز تحقق شرایط علی اختلال در آرامش یعنی «شکاف بین هست‌ها و خواست‌ها» بود. درون‌مایه استخراج‌شده از مقولات نیز، «اختلال در تأمین امنیت مدار نیازهای اعضای خانواده» بود که عامل اختلال در آرامش زنان در زندگی زناشویی است.

**واژگان کلیدی:** زندگی زناشویی، آرامش زنان، تأمین امنیت‌مدار نیازهای اعضای خانواده

<sup>۱</sup> استادیار گروه مطالعات علوم اجتماعی و توسعه، پژوهشکده زنان، دانشگاه الزهراء (س) - تهران، ایران (نویسنده مسئول) sh.rowshani@alzahra.ac.ir

<sup>۲</sup> استاد گروه علوم قرآن و حدیث، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران

<sup>۳</sup> استاد گروه علوم اجتماعی، دانشکده علوم اجتماعی و اقتصادی، دانشگاه الزهراء (س) - تهران، ایران

## مقدمه و بیان مسأله

خانواده به‌عنوان مهم‌ترین نهاد بنیادین جامعه انسانی، دارای کارکردهای بی‌بدیل و سازنده در وجوه مختلف زندگی فردی و اجتماعی است و نقش بسیار مؤثری در کسب موفقیت‌ها، شکوفایی استعدادها و نیز ارتقاء سلامت فرد و جامعه دارد (ملکوتی خواه، ۱۳۹۰: ۱۱۲). امروزه، اگرچه ازدواج و تشکیل خانواده شرط پذیرش و مقبولیت اجتماعی نیست، اما بیشتر افراد ازدواج می‌کنند و خواهان ازدواجی رضایت‌بخش و ماندگار هستند (کارنی<sup>۱</sup> و برادبوری<sup>۲</sup>، ۲۰۲۰: ۱۰۰). ازدواج همچنان به‌عنوان یک ایده‌آل توسط بسیاری از افراد، باهدف رسیدن به روابطی که رضایت و شادکامی را ارتقاء می‌دهد، دنبال می‌شود (مسمان<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۰۶: ۳۱۵). انتظارات در باب ازدواج، فراتر از شادکامی و رضایت، شامل ثبات و امنیت عاطفی و روحی است، که در تعارض با روابط موقت و عاری از تعهد است. ازدواج به‌طور مستقیم سایر حوزه‌های زندگی زوجین از قبیل روابط با فرزندان و خانواده هر دو زوج، کارآیی شغلی، سلامت جسمی، روحی و روانی را به‌شدت تحت تأثیر قرار می‌دهد (ویلا<sup>۴</sup> و دل‌پرت<sup>۵</sup>، ۲۰۱۳: ۳۸۰). ثبات ساختار خانواده به کیفیت رابطه زوجین بستگی دارد (سایه‌میری<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). روابط صمیمانه مثل ازدواج، بخش مهمی از زندگی بزرگسالان هستند و تأثیر مستقیمی بر سلامت ذهنی، جسمی و حرفه‌ای و هم‌چنین کیفیت زندگی خانوادگی دارند (واگنر<sup>۷</sup> و همکاران، ۲۰۱۹). وضعیت زناشویی یکی از پیش‌بینی‌کننده‌های مهم سلامت فردی و رابطه‌ای به‌شمار می‌آید (دوبروولسکا<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). زوجینی که رضایت زناشویی بیشتری دارند، بهزیستی ذهنی بیشتر (دینر<sup>۹</sup> و همکاران، ۲۰۰۰)، روابط بهتر (کریستینسن<sup>۱۰</sup> و همکاران، ۲۰۰۶)، مقابله زوجی بالاتر (فالکونیر<sup>۱۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۵)، پریشانی روان‌شناختی کم‌تر (ویسمن و بوکوم<sup>۱۲</sup>، ۲۰۱۲) و سلامت جسمانی بهتری (بوکوالا<sup>۱۳</sup>، ۲۰۰۵) را گزارش کرده‌اند.

<sup>۱</sup>. Karney

<sup>۲</sup>. Bradbury

<sup>۳</sup>. Mosmann

<sup>۴</sup>. Villa

<sup>۵</sup>. Del Prette

<sup>۶</sup>. Sayehmiri

<sup>۷</sup>. Wagner

<sup>۸</sup>. Dobrowolska

<sup>۹</sup>. Diener

<sup>۱۰</sup>. Christensen

<sup>۱۱</sup>. Falconier

<sup>۱۲</sup>. Whisman & Baucom

<sup>۱۳</sup>. Bookwala



نهاد ازدواج فراهم‌کننده احساس امنیت است (دیلون<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۵). از اهداف مهم ازدواج که در قرآن کریم به آن اشاره شده است سکونت و آرامش بخشی ازدواج است؛ خداوند در آیه ۲۱ سوره روم می‌فرماید «وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ» و نظیر این تعبیر را در آیه ۱۸۹ سوره اعراف نیز بیان می‌فرماید. در میان انسان‌ها نزدیک‌ترین رابطه عاطفی میان زن و شوهر برقرار می‌شود و این رابطه در کاهش نگرانی‌ها، اضطراب‌ها و آشفتگی‌ها نقش اساسی دارد (سالاری‌فر، ۱۳۸۸: ۵۴). بسیاری از مشکلات روانی حاصل از تنش‌های زندگی روزمره توسط یک خانواده سالم التیام می‌یابد؛ به همین دلیل پژوهش‌ها در مجموع نشان می‌دهند افرادی که ازدواج کرده‌اند به‌طور متوسط سالم‌تر و خوشحال‌تر از افرادی هستند که ازدواج نکرده‌اند. اگرچه در ادبیات روان‌شناختی خانواده، به‌عنوان منبع مهمی برای تأمین حمایت روانی و عملی از فرد در مقابله با تنش شناخته می‌شود، اما می‌تواند به شکلی کاملاً معکوس به‌عنوان منبع مهم ایجاد تنش نیز در زندگی فرد عمل کند، به‌طوری‌که یک خانواده نامتعادل سلامت روانی اعضای خود را دچار مشکل ساخته و به خطر می‌اندازد (مظاهری و همکاران، ۱۳۸۲: ۵۳). بنابراین با توجه به اهمیت و نقش خانواده در سلامت فرد و به‌تبع آن سلامت جامعه، صیانت از خانواده اهمیت ویژه‌ای دارد.

یکی از راه‌های صیانت از خانواده آسیب‌شناسی خانواده در راستای حفظ خانواده از آسیب‌هایی است که با آن مواجه است. یکی از شاخص‌های آسیب‌شناسی خانواده آمارهای طلاق است. بر اساس اطلاعات و آمار موجود در سازمان ثبت‌احوال کشور، هر ساله فراوانی تعداد ازدواج‌های ثبت‌شده کاهش پیدا کرده و هم‌زمان تعداد طلاق‌های ثبت‌شده، افزایش یافته است (حسینی و عزیزی، ۱۳۹۵: ۸). بر اساس آمارها، شاخص میزان طلاق متأهلان<sup>۲</sup> از ۳/۲ در سال ۱۳۷۵ به ۸/۱ در سال ۱۳۹۷ رسیده است (سازمان ثبت‌احوال، ۱۳۹۸: ۸۸-۸۹). علاوه بر این در بسیاری از موارد همسران از زندگی زناشویی ناراضی هستند، اما به دلایل مختلف طلاق قانونی نمی‌گیرند و به زندگی سرد و چه‌بسا متشنج و توأم با فرسایش روحی، روانی و حتی جسمی برای سال‌های زیادی ادامه می‌دهند (باستانی و همکاران، ۱۳۹۰: ۲۵۴). مشاهده زندگی زناشویی افراد در سطح جامعه و مطالعه پژوهش‌های موجود در این زمینه بیانگر این است که در همه زندگی‌های خانوادگی، فضای تفاهم، صمیمیت، آرامش، عشق و محبت برقرار نیست

<sup>۱</sup>. Dillon

<sup>۲</sup>. شاخص میزان طلاق متأهلان، بیانگر تعداد طلاق‌های رخ داده به ازای هر هزار نفر زن همسر دار است.

و به بیانی رضایت از زندگی زناشویی برای اکثر افراد تأمین نمی‌شود (آرین‌فر و رسولی، ۱۳۹۸: ۱۴۲). در حال حاضر کاهش رضایت از زندگی زناشویی آفت بسیاری از خانواده‌ها است که آسیب‌های آن کمتر از آسیب‌های طلاق برای فرد، فرزندان و خانواده نیست. شرایط فرهنگی حاکم بر جامعه ایران امکان به‌دست‌آوردن آمار نارضایتی‌ها از زندگی زناشویی را نمی‌دهد، اما یک برآورد از این‌که در کشور چند درصد از نارضایتی‌ها به مراجعه به دادگاه منتهی می‌شود و تناسب بین تعداد طلاق با تعداد پرونده‌های خانوادگی در دست بررسی نشان می‌دهد چند برابر آمار طلاق قانونی نارضایتی از زندگی زناشویی وجود دارد (بانکی پورفرد، ۱۳۹۰: ۸۴۹-۸۴۸).

چنان‌که بیان شد مطابق آیات قران کریم از مهم‌ترین اهداف ازدواج و تشکیل خانواده رسیدن به آرامش در زندگی زناشویی است، اما نارضایتی از زندگی زناشویی و طلاق حاکی از عدم‌دستیابی به این هدف مهم ازدواج در بسیاری از خانواده‌ها است. بنابراین پرداختن به موانع آرامش در زندگی زناشویی می‌تواند گامی مؤثر در جهت آسیب‌شناسی خانواده باشد. علاوه بر این، با توجه به نقش مهم زنان در آرامش و امنیت خانواده (خطیبی، ۱۳۹۴: ۵۹) و نیز نقش تربیتی آنان در خانواده، فراهم کردن زمینه آرامش زنان بسیار مهم است؛ از این‌رو پژوهش حاضر به دنبال شناسایی موانع آرامش زنان در زندگی زناشویی بوده است.

## ادبیات پژوهش

نظریه‌های متعددی در زمینه ازدواج و زندگی زناشویی وجود دارند که به جنبه‌های مختلف تعاملات زناشویی پرداخته‌اند. مرور این نظریات نشان می‌دهد بسیاری از عوامل اثرگذار بر آرامش در زندگی زناشویی در قالب‌های مختلف تبیین شده است، اما از یک‌سو هیچ‌یک از نظریات به موضوع آرامش در زندگی زناشویی نپرداخته‌اند و از سوی دیگر نیز فراوانی نظریه‌های موجود در حوزه‌های مختلف ازدواج و زندگی زناشویی امکان بیان و شرح نظریات موجود را در این بخش از پژوهش محدود ساخته و به این دلیل از بیان نظریات حوزه زناشویی در این بخش اجتناب شده است. بررسی مطالعات پیشین نیز نشان می‌دهد پژوهش‌های متنوعی در حوزه رابطه زناشویی در زمینه‌های مختلف انجام شده است که بخش عمده آن‌ها به بررسی تأثیر عوامل جمعیت‌شناختی، روان‌شناختی، تعاملی، فرهنگی، مذهبی، اجتماعی و اقتصادی بر رابطه زناشویی پرداخته‌اند.

دسته‌ای از پژوهش‌ها به بررسی رضایت زناشویی پرداخته‌اند که نشان‌دهنده تأثیر عوامل بسیاری از جمله مدت زندگی مشترک و تعداد فرزندان، سن، تحصیلات، منزلت شغلی زن و مرد، درآمد زن و



مرد، اشتغال زن، ویژگی‌های شخصیتی، رضایت جنسی، امید و شادکامی، سلامت و بهداشت روانی، مهارت‌های ارتباطی، نگرش و عقاید مذهبی، پایبندی به دین، اخلاق، صداقت، علاقه و احترام متقابل، بیان احساسات، همدلی، بخشش و گذشت، مهربانی، اعتماد، وفاداری، وظیفه‌شناسی، مسئولیت‌پذیری، قدردانی، کم‌توقع بودن، رفتار عطف‌آمیز، تفاهم، هماهنگی ویژگی‌های شخصیتی، تشابه اجتماعی، نزدیکی سبک زندگی، همسان همسری زبانی و مذهبی، هم‌خوانی عادت‌ها، زمینه‌سازی برای رشد و پیشرفت همسر، مدیریت مناسب تعارضات، وجود فرزند، تأمین انتظارات زن از سوی همسر، سرمایه اجتماعی، ساختار قدرت در خانواده، صمیمیت، استرس زنان، همکاری، ارتباط مطلوب همسران با خانواده‌ها، عدم دخالت دیگران در زندگی مشترک، تفاوت دین و مذهب و سطح ایمان، تفاوت آداب و رسوم، پرخاشگری، خیانت، بدگمانی، خشونت و تعارض با خانواده همسر بر رضایت زناشویی است.

دسته دیگر از پژوهش‌ها در زمینه سازگاری زناشویی است که نشان می‌دهد عوامل بسیاری از جمله مدت زندگی مشترک، تعداد فرزند، سن، فاصله سنی همسران، تحصیلات، شغل زن و مرد، رضایتمندی شغلی، اشتغال زن، مهارت‌های ارتباطی، عوامل روان‌شناختی، عملکرد و رضایت جنسی، صمیمیت، دین‌داری و تقیدات مذهبی، توافق زن و مرد، چگونگی ازدواج، سلامت خانواده اصلی، شیوه حل مشکلات، بلوغ عاطفی، دخالت دیگران در زندگی، اختلاف طبقاتی همسران، اختلاف عقاید همسران، اختلاف در میزان دین‌داری، پرخاشگری، عدم تفاهم، نگرش جنسیتی زنان و مردان و ازدواج مجدد، سازگاری زناشویی را تحت تأثیر قرار می‌دهند.

اختلافات و تعارضات زناشویی محور بخشی دیگر از پژوهش‌های حوزه رابطه زناشویی بوده که حاکی از نقش عوامل متنوعی از جمله عدم تجانس اعتقادی و فرهنگی، نارضایتی جنسی، عدم تفاهم، خصوصیات شخصیتی، مهارت‌های ارتباطی، عدم پایبندی به اصول اخلاقی، تحصیلات زن و مرد، مدت آشنایی قبل از ازدواج، رویدادهای مثبت و منفی خانواده، چرخه زندگی خانواده، فشارهای اقتصادی، نوع رابطه عاطفی و زناشویی همسران با یکدیگر، چگونگی ارتباط آن‌ها با خویشان و دوستان، انحرافات همسر، یادگیری ناسازگاری هر دو همسر از والدین، انتظار زیاد همسران از نقش‌های یکدیگر به‌عنوان همسر، بی‌اعتمادی و شک داشتن مرد نسبت به زن و دخالت خانواده‌ها، در ایجاد تعارض و اختلاف در زندگی زناشویی است.

دسته‌ای دیگر از پژوهش‌ها نیز در زمینه کیفیت زناشویی بوده است که نشان‌دهنده تأثیر عوامل گوناگون از جمله اشتغال و منزلت شغلی همسران، درآمد همسران و وضعیت اقتصادی خانواده، همسان همسری در ابعاد مختلف سنی، تحصیلی، مذهبی، طبقاتی، شغلی، سکونتی، قومیتی و باورهای جنسیتی، داشتن ارزش‌ها، فرهنگ و تجارب معنوی مشترک، ویژگی‌های شخصیتی، سبک‌های دل‌بستگی، مهارت‌های اجتماعی، عمل به باورهای دینی، روابط کلامی و غیرکلامی مثبت، ایمان به خدا، نگرش مذهبی، انعطاف‌پذیری، مسئولیت‌پذیری، خوش‌بینی، فضائل اخلاقی و معنوی، تعهد و وفاداری، احترام، اعتماد، مهربانی، صمیمیت، زمان باهم بودن، ارتباط عاطفی، ابراز عشق و محبت، حمایت، کیفیت رابطه جنسی، توافق بر سر مسائل اساسی، مشابهت تصورات و تعاریف همسران، همکاری، جهت‌گیری جنسیتی مردان، مهارت‌های حل تعارضات زناشویی، استقلال از خانواده مبدأ، رابطه با والدین، حمایت والدین، رضایت والدین از ازدواج، سلامت و موفقیت خانواده اصلی، انتخاب نادرست همسر، ناشناخته‌بودن ماهیت زندگی زناشویی، بی‌تدبیری در امور زندگی، عادات و صفات آزاردهنده، مشکلات رفتاری با همسر، مشکلات عاطفی، تفاوت‌های ویژگی‌های شخصیتی همسران، مشکلات ارتباطی، تعارضات زناشویی، تاریخچه مشکلات خانواده، پرخاشگری، دخالت خانواده‌ها، دو همسری و اعتماد بر کیفیت روابط زناشویی است.

برخی پژوهش‌ها نیز بر عوامل تقویت و تضعیف رابطه زناشویی متمرکز شده‌اند. حاجیان مقدم (۱۳۹۳)، در مطالعه‌ای با استفاده از روش مطالعه اسنادی از نوع فراتحلیل به بررسی ۶۴ اثر پژوهشی مرتبط با عوامل تأثیرگذار در نهاد خانواده پرداخته و عوامل مقوم و فرساینده را در سه دسته فردی، خانوادگی و اجتماعی تقسیم‌بندی نموده است.

نتایج بررسی نشان می‌دهد ۶۲ عامل با ۱۹۱ فراوانی، در استحکام خانواده‌های ایرانی نقش دارند که بیشترین فراوانی به ترتیب به عوامل عقاید و سلامت معنوی، مسئولیت‌پذیری، ادراک همسران از تفاوت نقش‌ها، شیوه مثبت تعامل، کنش متقابل، مناسبات تربیتی خانواده، رابطه عاطفی همسران با یکدیگر، سلامت روحی و روانی، هماهنگی و انسجام در روابط زناشویی، همدلی در خانواده اختصاص دارد. مؤلفه‌های مقوم خانواده در بعد فردی شامل ۳ مؤلفه ایمان و عقاید و ارزش‌های اخلاقی، سلامت، رشد فردی بوده است. مؤلفه ایمان، عقاید و ارزش‌های اخلاقی شامل شاخص‌های عقاید، ایمان مذهبی و ارزش‌های اخلاقی است. مؤلفه سلامت شامل شاخص‌های سلامت جسمی و سلامت روحی-روانی است. مؤلفه رشد فردی شامل شاخص‌های دانش حقوقی و آشنایی با تکالیف فردی، خانوادگی و اجتماعی، فراگیری آموزش خانواده (مراقبت از بیمار، مهارت‌های غنی‌سازی روابط زناشویی،



مهارت‌های حل تعارضات زناشویی، مهارت‌های ارتباطی)، تحصیلات بالاتر، فرصت کسب اطلاعات و مهارت‌های جدید، ظرفیت کار، ادراک کیفیت زندگی، اوقات فراغت (فرصت کافی برای خواب و استراحت) است.

مؤلفه‌های مقوم خانواده در بعد خانوادگی شامل ۴ مؤلفه تعاملات مثبت خانوادگی، ایمان و عقاید مشترک، شیوه مناسب اداره زندگی خانوادگی و رفاه مادی بوده است. مؤلفه تعاملات مثبت خانوادگی شامل شاخص‌های میزان پابندی همسران به حقوق و تکالیف، مناسبات تربیتی خانواده (والدگری)، رابطه عاطفی همسران با یکدیگر، اعتماد و حسن‌ظن به اعضای خانواده، دلبستگی و اهمیت دادن به خانواده، همدلی میان اعضای خانواده، گذراندن اوقات لذت‌بخش با یکدیگر و روابط مثبت خویشاوندی است. مؤلفه ایمان و عقاید مشترک شامل شاخص‌های ایمان مذهبی و عقاید است. مؤلفه شیوه مناسب اداره زندگی خانوادگی شامل شاخص‌های هماهنگی و انسجام در روابط زناشویی و خانوادگی، عادلانه و منطقی بودن توزیع وظایف و نقش‌های اعضا و استمرار آن، اقتدار در خانواده/رعایت سلسله‌مراتب در خانواده و تصمیم‌گیری مشارکتی زن و شوهر است. مؤلفه رفاه مادی شامل شاخص مسکن مناسب است.

مؤلفه‌های مقوم خانواده در بعد اجتماعی شامل ۳ مؤلفه محیط مساعد فرهنگی و اجتماعی و سیاسی جامعه، خدمات عمومی و حمل‌ونقل، و ملاحظات بهداشتی بوده است. مؤلفه محیط مساعد فرهنگی و اجتماعی و سیاسی جامعه شامل شاخص‌های سوق‌دادن جامعه به سوی فرهنگ اصیل اسلامی، امنیت اجتماعی، تعامل ویژه میان دولت و خانواده، جامعه مدنی و ارتباطات اجتماعی است. مؤلفه خدمات عمومی و حمل‌ونقل شامل شاخص‌های دسترسی به خدمات عمومی، و حمل‌ونقل شهری است. مؤلفه ملاحظات بهداشتی شامل شاخص بهداشت عمومی است.

علاوه بر عوامل مقوم، ۴۲ عامل با ۱۲۵ فراوانی به‌عنوان عوامل فرساینده شناسایی شده‌اند که بیشترین آن به ترتیب اولویت به عوامل فشارهای اقتصادی، تفاوت تحصیلات همسران، اختلاف سنی با شوهر، نارضایتی از روابط جنسی، اختلال و بیماری‌های روانی، و دخالت دیگران در زندگی همسران اختصاص دارد. در رده بعدی و با توزیع فراوانی یکسان، عوامل تفاوت در انتظارات نقشی همسران، خشونت در خانواده، پایگاه اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی متفاوت همسران، تفاوت عقاید مذهبی همسران قرار دارند.

مؤلفه‌های فرساینده خانواده در بعد فردی شامل ۳ مؤلفه محدودبودن توانایی‌ها و قابلیت‌ها، بیماری‌های جسمی و روحی، عقاید نامطلوب و ضعف اخلاقی-رفتاری بوده است. مؤلفه محدودبودن توانایی‌ها و قابلیت‌ها شامل شاخص‌های پایین‌بودن سطح سواد و تحصیلات، فقدان مهارت‌های ارتباطی، شکست‌های شغلی-تحصیلی، وابستگی زن به شوهر (استقلال نداشتن)، ازدواج در سن پایین، اعمال‌نظر فرد تصمیم‌گیرنده در ازدواج زنان/ شیوه نامناسب گزینش همسر، ضعف و تردید در تصمیم‌گیری، مدت کم آشنایی قبل از ازدواج، ناآگاهی و ابهام از نقش همسری پیش از ازدواج، ضعف مدیریت فشار روحی و بحران در برابر ناملایمات و حوادث زندگی است. مؤلفه بیماری‌های جسمی و روحی شامل شاخص‌های بیماری‌های جسمی و بیماری‌های روحی و روانی (اختلال شخصیت) است. مؤلفه عقاید نامطلوب و ضعف اخلاقی-رفتاری شامل شاخص‌های عقاید نامطلوب، عدم‌پایبندی به آموزه‌های دینی، خصوصیات غیراخلاقی است.

مؤلفه‌های فرساینده خانواده در بعد خانوادگی شامل ۶ مؤلفه تعاملات منفی خانوادگی، مشکلات فرهنگی، مشکلات مادی، اختلاف سنی همسران، مدت زناشویی، تفاوت وضعیت اقتصادی همسران بوده است. مؤلفه تعاملات منفی خانوادگی شامل شاخص‌های خشونت و اختلاف و مشاجره افراد خانواده، برآورده‌نشدن انتظارات همسران از یکدیگر، نداشتن تفاهم اخلاقی با همسر، اعمال قدرت از سوی شوهر، بی‌اعتمادی و شک‌داشتن به همسر، چندهمسری شوهر، داشتن روابط جنسی نامشروع شوهر، تأثیر منفی اینترنت از نظر کاهش صمیمیت در فضای خانواده، نارضایتی از روابط جنسی، دخالت بستگان و دوستان در زندگی همسران، شیوه نامطلوب تربیت فرزند است. مؤلفه مشکلات فرهنگی شامل ناهمسازی وضعیت فرهنگی همسران، سنن و هنجارهای متفاوت، تفاوت‌های قومی، تفاوت در انتظارات نقشی همسران قبل و بعد از ازدواج، تأثیر منفی اینترنت در ارزش‌های خانواده، تفاوت سطح معلومات و تحصیلات زن و شوهر، تفاوت و اختلاف در اعتقادات مذهبی همسران، تفاوت ارزشی میان خانواده و گروه همسالان و اجتماع است. مؤلفه مشکلات مادی شامل شاخص‌های نارضایتی از امکانات رفاهی و فشارهای اقتصادی است. مؤلفه اختلاف سنی همسران شامل شاخص تفاوت سنی کم است. مؤلفه مدت زناشویی شامل شاخص کوتاه‌بودن مدت زناشویی است. مؤلفه تفاوت وضعیت اقتصادی همسران شامل شاخص‌های تفاوت‌های اقتصادی و مالی همسران پیش از ازدواج و اختلافات ناشی از درآمد زن است.

مؤلفه‌های فرساینده خانواده در بعد اجتماعی شامل مؤلفه محیط نامساعد فرهنگی و اجتماعی و سیاسی بوده است که شامل شاخص‌های نگرانی از تردد بانوان و کودکان در ساعت پایانی شب در نقاط





خلوت، احساس ناامنی از همراه داشتن پول نقد به مقدار زیاد یا اشیای قیمتی، بدحجابی در جامعه و بی‌توجهی حکومت است.

در تحلیل نهایی نتایج، با تلفیق مؤلفه‌های مشابه در هر دو وجه تقویت‌کننده و تضعیف‌کننده، ۱۱ ویژگی مؤثر در استحکام خانواده ایرانی شناسایی شدند که به ترتیب اولویت شامل ایمان و عقاید و ارزش‌های اخلاقی (عوامل فرهنگی)، تعاملات خانوادگی، سلامت جسمی و روحی، رشد فردی، شیوه اداره زندگی خانوادگی، امور اقتصادی و رفاه مادی، محیط فرهنگی، اجتماعی و سیاسی جامعه، اختلاف سنی همسران، مدت زندگی زناشویی، خدمات عمومی و حمل‌ونقل، ملاحظات بهداشتی جامعه هستند.

علی‌رغم وجود پژوهش‌های فراوان در حوزه رابطه زناشویی که در زمینه‌های مختلف از جمله رضایت زناشویی، کیفیت زناشویی و سازگاری زناشویی صورت گرفته است، در زمینه آرامش در زندگی زناشویی پژوهش‌های محدودی انجام شده است. ابراهیمی (۱۳۹۸) در پژوهشی باهدف بررسی تأثیر انسجام خانوادگی بر فضای آرامش روانی زنان متأهل بر روی ۱۶۸ نفر از معلمان زن متأهل آموزش‌وپرورش منطقه ۵ شهر تهران نشان داد به ترتیب سازگاری زوجین، انسجام خانوادگی، گذران وقت با خانواده، تقسیم‌کار جنسیتی و تعهد عاطفی از مهم‌ترین عوامل ارتقاء آرامش روانی زنان متأهل است.

بر اساس پژوهش حیدری هرستانی (۱۳۹۷) در «بررسی کیفی سازوکارهای آرامش روانی زنان متأهل در خانواده» که از طریق مصاحبه عمیق با ۲۰ نفر از زنان متأهل ساکن شهرهای تهران و اصفهان و با استفاده از روش گراند تئوری انجام شد، زنان آرامش را نسبی و وابسته به شرایط دانسته‌اند. کدهای محوری شامل آرامش روانی در ارتباط با خدا، در ارتباط با جهان هستی، در ارتباط با خود و در ارتباط با دیگران بوده است. از نظر زنان موردمطالعه، باورها و اعتقادات دینی، افکار و باورهای درست و واقعی نسبت به جهان هستی و بهره‌وری صحیح از آن، عوامل درون‌شخصی و ارتباطات صحیح و اثربخش در خانواده و اجتماع از منابع مهم آرامش زنان در خانواده به‌شمار می‌رود.

حاج‌خلیلی (۱۳۹۳) در پژوهشی با عنوان «آرامش مادر و نقش آن در آرامش خانواده از دیدگاه قرآن و حدیث»، برخی عوامل از جمله ایمان به خدا، یاد خدا، شکیبایی، توکل بر خدا، همسرمداری و پوشش را دارای نقش بیشتری در آرامش مادر و خانواده بیان کرده است و در مقابل برخی موانع از جمله عدم باور و اعتماد به خدا، غفلت از یاد خدا، ناسپاسی و کفران نعمت و دنیاگرایی را بیشتر موجب سلب آرامش

ذکر نموده است. هم‌چنین آرامش‌بخشی مادر به همسر از جهات حفظ حق خاص همسری، حفظ زندگی و کمک به تحمّل ناملایمات زندگی و نیز آرامش‌بخشی مادر به فرزندان از جهات تربیت صحیح، ایجاد اعتماد به نفس و تقویت روحیه مسئولیت‌پذیری و زندگی اجتماعی را مورد تأکید قرار داده است.

ایپکچی (۱۳۹۰) در «بررسی احکام آرامش‌بخش قرآن در حیطه نظام خانواده» که هدف از آن دستیابی به راهکاری برای ایجاد آرامش و ثبات خانواده بوده است، آرامش را حالت اطمینان و سکون نفس تعریف می‌کند به طوری که در برابر رویدادهای مختلف زندگی متزلزل نشود و بتواند با خونسردی در فضای روانی امن و آرامی با مشکلات روبرو شده و راه‌حل مناسبی بیابد و با بروز رفتار انطباقی مناسب، سازگاری لازم را کسب نموده و از این طریق کارآمدی خود در شرایط مختلف را تأمین کند. این پژوهش که به روش اسنادی و تحلیلی انجام شده است، در هر بخش پس از پرداختن به آیات و نظرات مفسرین و روایاتی که ذیل آیات مورد نظر وجود دارد، برای تبیین مطالب به تناسب موضوع به مباحث فقهی، اجتماعی و روان‌شناسی پرداخته است.

بهروان (۱۳۸۸) در پژوهشی با روش پیمایشی به مقایسه ابعاد و زمینه‌های احساس ناامنی در همسران عادی و ایثارگر در خراسان رضوی پرداخته است. بر اساس یافته‌ها تفاوت در ابعاد ناامنی و نگرانی زنان حاکی از تفاوت در سطح نیازهای آنان و نیز تفاوت در شرایط درونی خانواده و روابط با اعضا و نیز تفاوت در نوع روابط با دیگران در بیرون خانواده است. برخی نگرانی‌های زنان به سطح نیازها، ساختار جامعه و تقسیم‌کار جنسیتی مربوط بوده است که صرف‌نظر از وجود تفاوت بین همسران، میزان برخی نگرانی‌ها مانند نگرانی جانی، کمبود مالی، رابطه با شوهر، نگرانی مربوط به فرزند در زمینه‌های کار، تحصیل و ازدواج در هر دو گروه بالا بوده است.

در جمع‌بندی پژوهش‌های پیشین بررسی شده توسط محقق می‌توان گفت در زمینه مطالعه کیفی آرامش در زندگی زناشویی، فقط پژوهش حیدری هرستانی (۱۳۹۷) به مطالعه عوامل آرامش از دید زنان پرداخته است و سایر پژوهش‌های موجود به مطالعه کتابخانه‌ای عوامل مؤثر بر آرامش بسنده کرده‌اند. بنابراین به نظر می‌رسد در زمینه موانع آرامش در زندگی زناشویی مطالعه میدانی انجام نشده است؛ از این رو، پژوهش حاضر به دنبال مطالعه موانع آرامش در زندگی زناشویی از دید زنان بوده است تا بتواند با نگاهی دقیق‌تر به تبیین مسئله پردازد.



## روش‌شناسی پژوهش

اساسی‌ترین ویژگی پژوهش کیفی تعمد صریح آن نسبت به نگرستن به رویدادها، کنش‌ها، هنجارها، ارزش‌ها و غیره از دیدگاه مشارکت‌کنندگان است (برایمن<sup>۱</sup>، ۱۳۸۹: ۸۷) و به این نکته توجه دارد که به دلیل تفاوت دیدگاه‌های ذهنی و پس‌زمینه‌های اجتماعی مرتبط با آن، دیدگاه‌ها و اعمال متفاوتی در میدان وجود دارند (فلیک<sup>۲</sup>، ۱۳۸۷: ۱۷). روش تحلیل محتوای کیفی نیز بر این فرض استوار است که با تحلیل پیام‌های زبانی می‌توان به کشف معانی، اولویت‌ها، نگرش‌ها و شیوه‌های درک جهان دست‌یافت (ویلکینسون و برمنگهام<sup>۳</sup>، ۲۰۰۳، به نقل از تبریزی، ۱۳۹۳: ۱۰۶). بر این اساس، مطالعه حاضر نیز که به دنبال یافتن موانع آرامش در زندگی زناشویی بوده است، برای فهم تجربه زنان از روش تحلیل محتوای کیفی استفاده کرده است.

جامعه هدف پژوهش حاضر را زنان متأهل تشکیل می‌دهند که در زمان انجام پژوهش با همسرشان زندگی می‌کردند. انتخاب افراد بر اساس روش نمونه‌گیری هدفمند بوده است. بر این اساس در ابتدا انتخاب نمونه‌ها با در نظر گرفتن حداکثر تنوع بر اساس ویژگی‌های سن، تحصیلات، طبقه اقتصادی-اجتماعی، وضعیت اشتغال، سن ازدواج، مدت زندگی زناشویی، تعداد فرزند، وضعیت خانواده اصلی و نیز تجارب خاص از قبیل طلاق و ازدواج مجدد همسر صورت گرفته و سپس نمونه‌گیری در خلال گردآوری داده‌ها و بر مبنای ظهور مفاهیم و مقوله‌ها، در راستای پرورش و اشباع مقولات انجام شده است. برای یافتن نمونه‌ها در چند مورد اول به پارک‌هایی در مناطق مختلف شهر تهران مراجعه شده است و سپس سایر نمونه‌ها از طریق پرس‌وجو از آشنایان و نیز شرکت‌کنندگان در مطالعه، شناسایی و بر اساس شرایط موردنظر انتخاب شده‌اند.

روش گردآوری داده‌ها در پژوهش حاضر مصاحبه عمیق بوده است و از راهنمای مصاحبه محقق ساخته، جهت تمرکز بر فرایند هدایت مصاحبه استفاده شده است. سؤالات به‌گونه‌ای طراحی شده تا علاوه بر تمرکز بر هدف پژوهش، تا حد ممکن حوزه وسیع‌تری از تجربه زندگی زناشویی زنان را در برگیرد. محقق پیش از مصاحبه، با معرفی خود و بیان هدف پژوهش تضمین می‌کرد که هویت شرکت‌کننده کاملاً محرمانه خواهد ماند و اطلاعات مربوط به او به‌گونه‌ای به کار گرفته خواهد شد که

<sup>۱</sup>. Bryman

<sup>۲</sup>. Flick

<sup>۳</sup>. Wilkinson & Birmingham

دیگران قادر به شناسایی او نباشند و نیز هیچ فرد یا نهادی از این اطلاعات علیه شرکت‌کننده استفاده نخواهد کرد. هم‌چنین با دادن اطمینان به فرد مبنی بر اینکه پس از پیاده‌سازی متن مصاحبه توسط محقق، فایل صوتی مصاحبه حذف خواهد شد، از فرد درخواست می‌کرد در صورتی که مایل است، مصاحبه ضبط شود، به این ترتیب مقاومتی از سوی افراد برای ضبط مصاحبه مشاهده نشد و تنها یک نفر از افراد ترجیح داد که مصاحبه ضبط نشود. هم‌چنین شرکت‌کننده اجازه داشت در هر قسمت از مصاحبه که مایل است دستگاه ضبط صوت را خاموش کند و یا پیش از پایان یافتن مصاحبه، در صورت تمایل، گفت‌وگو با محقق را خاتمه دهد. با توجه به آنچه بیان شد در این پژوهش کسب رضایت آگاهانه، حفظ بی‌نامی، محرمانه بودن اطلاعات و برخورداری از حق کناره‌گیری از پژوهش در هر زمان، از جمله ملاحظات اخلاقی پژوهش بوده است.

مصاحبه با چند سؤال اولیه باهدف ایجاد فضایی صمیمی، راحت و قابل اعتماد برای مصاحبه‌شونده آغاز شده و در ادامه مصاحبه، محقق در هدایت جریان مصاحبه و جستجوی اطلاعات صریح و روشن، فعال بوده است. بیش از همه گوش دادن باعلاقه به اظهارات مصاحبه‌شونده و همراهی با او از محورهای اصلی در روند مصاحبه بوده است. محقق سؤالات را به طریقی پرسیده است که زمینه‌ای فراهم شود که مصاحبه‌شوندگان آنچه را که برای آن‌ها اهمیت دارد، به طور کامل شرح دهند و احساس نکنند که مجبورند در جهت علایق، دغدغه‌ها و پیش‌داوری‌های محقق صحبت کنند و به این ترتیب فضای مصاحبه، فضایی باز و آزاد بوده است. علاوه بر این در مواقعی که محقق احساس می‌کرد به طور دقیق متوجه منظور پاسخگو نشده است، ناچار با کاوش بیش‌تر در صحبت‌های پاسخگو، سعی در پی بردن به جزئیات بیش‌تری از مسئله داشته است؛ برای مثال زمانی که پاسخگو اظهار کرده است: «انتظارات عاطفی‌ای که از همسرم داشتم برای من تأمین نشد»، محقق با سؤال «منظور شما چه انتظاراتی است، اگر ممکن است نمونه‌هایی بیان کنید»، پاسخگو را تشویق کرده است تا توصیفات جامع و دقیقی از رویدادها و وقایع موردنظر خود ارائه دهد. هم‌چنین محقق در واکنش به پاسخ‌های متفاوت شرکت‌کنندگان، انعطاف‌پذیری و هوشیاری لازم را برای ساخت سؤالات یا تغییر آن‌ها در حین مصاحبه برای کشف بیش‌تر توصیفات جزئی، دقیق و روشن به کار گرفته است. پس از مصاحبه نیز با نگاه نقادانه به سؤالات در صورت لزوم سؤالات برای مصاحبه بعدی اصلاح شده است. مصاحبه‌ها برحسب تمایل شرکت‌کنندگان در مکان‌های مختلفی از جمله منزل، محل کار، محل تحصیل و پارک انجام شد. مدت زمان مصاحبه‌ها نیز بین ۶۰ تا ۱۵۰ دقیقه بود. انجام مصاحبه‌ها تا زمان رسیدن به اشباع داده، یعنی تکراری شدن مقولات و حاصل نشدن مقوله جدید، باهدف به حداکثر رساندن امکان کشف تفاوت بین



مفاهیم و غنا بخشیدن به مقولات از لحاظ ویژگی‌ها و ابعاد آن‌ها، ادامه یافته است. بر این اساس در مجموع با ۶۰ نفر از زنان متأهل ساکن شهر تهران مصاحبه شده است که مشخصات آنان در جدول ۱ آمده است.

جدول ۱. مشخصات زنان مورد مطالعه

ویژگی	توضیحات
سن	۲۳ تا ۷۲ سال
سن ازدواج	۱۲ تا ۳۴ سال
تحصیلات	زیر دیپلم تا دکترا
وضعیت فعالیت	نیمی شاغل و نیمی خانه‌دار
مدت زندگی مشترک	۱ تا ۵۴ سال
تعداد فرزند	۰ تا ۵ فرزند
سن همسر	۲۵ تا ۷۸ سال
سن ازدواج همسر	۲۰ تا ۴۲ سال
تحصیلات همسر	زیر دیپلم تا دکترا
وضعیت فعالیت همسر	اکثریت شاغل، ۵ نفر بازنشسته، ۲ نفر بیکار

برای تحلیل داده‌ها از رویکرد تحلیل محتوا و شیوه پیشنهادی گرانهایم و لوندمان<sup>۱</sup> (۲۰۰۴)، شامل پنج مرحله استفاده شده است. در مرحله اول متن هر مصاحبه مکتوب شده است. سپس متن مصاحبه برای رسیدن به درکی کلی از محتوای آن مطالعه شده است. در مرحله سوم کدهای اولیه استخراج شده‌اند. پس از آن با ادغام کدها بر اساس شباهت‌ها، کدهای مشابه در قالب طبقات جامع‌تری تحت عنوان مقوله دسته‌بندی شده‌اند. در آخرین مرحله نیز محتوای نهفته در داده‌ها تحت عنوان درون‌مایه استخراج شده است.

معیارهای مختلفی برای ارزیابی کیفیت پژوهش‌های کیفی وجود دارد. یکی از معیارهای رایج، معیار اعتمادپذیری<sup>۲</sup> یا قابلیت اعتماد لینکلن و گوبا<sup>۳</sup> (۱۹۸۵) است که دربرگیرنده چهار معیار زیر است:

<sup>۱</sup>. Graneheim & Lundman

<sup>۲</sup>. trustworthiness

<sup>۳</sup>. Lincoln & Guba

باورپذیری<sup>۱</sup> بیان‌کننده هماهنگی بین واقعیات ساخته‌شده توسط شرکت‌کنندگان و تفسیرهای بیان‌شده توسط محقق است. در پژوهش حاضر برای تضمین باورپذیری محقق تلاش شده است گردآوری و تحلیل داده‌ها فارغ از تعصب و ذهنیات پیشین محقق انجام گیرد. هم‌چنین حاصل مرحله تحلیل داده‌ها از جمله کدهای حاصل از مصاحبه‌ها و مقولات به چند نفر از شرکت‌کنندگان ارائه شد و از آنان درخواست شد تا نظرات خود را درباره میزان صحت و مطابقت نتایج با تجربیات بیان شده خود از موانع آرامش در زندگی زناشویی بیان کنند. علاوه بر این، در مراحل مختلف پژوهش با افرادی که درگیر پژوهش نبوده‌اند، بحث و تبادل نظر شده است و مقولات استخراج‌شده و نقل قول‌ها نیز از نظر مطابقت باهم توسط اساتید متخصص بررسی شده است.

انتقال‌پذیری<sup>۲</sup> اشاره به این دارد که یافته‌های پژوهش تا چه میزان در دیگر موقعیت‌ها و گروه‌ها قابل استفاده است. در پژوهش حاضر، رعایت حداکثر تنوع در انتخاب مشارکت‌کنندگان و بیان مشخصات شرکت‌کنندگان در راستای افزایش انتقال‌پذیری بوده است.

اطمینان‌پذیری<sup>۳</sup> توانایی محقق دیگر در پیگیری فرایند گردآوری و تحلیل داده‌ها را بیان می‌کند. در پژوهش حاضر محقق برای اطمینان‌پذیری پژوهش مراحل گردآوری و تحلیل داده‌ها را به‌طور کامل توضیح داده است. علاوه بر این تمام جزئیات مراحل گردآوری و تحلیل داده‌ها شامل متن مصاحبه‌ها، کدگذاری و مفاهیم و مقولات مربوط به هر مصاحبه، جداول خلاصه‌سازی مفاهیم در قالب مقولات و شواهد مربوط به هر مقوله مستندسازی شده است تا در صورت لزوم قابل پیگیری و بازبینی توسط محقق دیگر باشد.

تأییدپذیری<sup>۴</sup> به این معناست که داده‌ها، تفاسیر و نتایج پژوهش ریشه در گزارش‌های واقعی شرکت‌کنندگان دارد و حاصل ذهنیات محقق نیست. در پژوهش حاضر تلاش محقق برای خنثی بودن پرسش‌های مصاحبه و پرهیز از هدایت مشارکت‌کننده به پاسخگویی در مسیری خاص، دور ماندن از پیش‌دوری‌ها و دانش قبلی در تحلیل داده‌ها و نیز ارائه مجموعه‌ای غنی از داده‌ها در قالب شواهد مقولات ارائه‌شده در راستای افزایش تأییدپذیری بوده است.

<sup>۱</sup>. credibility

<sup>۲</sup>. transferability

<sup>۳</sup>. dependability

<sup>۴</sup>. confirmability



## یافته‌ها

زنان در مصاحبه‌ها تعابیر متنوعی را در تعریف آرامش در زندگی زناشویی بیان کرده‌اند. نداشتن تنش، راحتی اعصاب و غصه نداشتن، اطمینان خاطر علی‌رغم وجود مشکلات، ثبات و امنیت خاطر از جمله تعابیر زنان در تعریف آرامش بوده است. «زندگی همیشه دغدغه و مشکلات خودش رو داره، اما در حالت کلی به حالت ثبات و امنیت خاطر هست. امنیت خاطر از اینکه به هر حال به جایی داری، به پناهی داری، به مأمنی داری که بعد از خستگی و مشکلات خودت رو بازیابی کنی و برگردی به حالت قبل. این می‌شه آرامش.» (شماره ۱۶: ۳۳ ساله، با ۱۲ سال زندگی مشترک). زنان هم‌چنین آرامش را آسودگی خیال، نداشتن نگرانی و درگیری ذهنی تعریف کرده‌اند. «آرامش اینه که دغدغه ندارم، نگران آینده چیزی نیستم، نگران کم‌وزیاد زندگی نیستم، مشکل خاصی ندارم، فکر و خیال ندارم، ذهنم درگیر مسئله خاصی نیست.» (شماره ۱۲: ۴۰ ساله، با ۱۱ سال زندگی مشترک). زنان در بیان تجربه خود از آرامش در زندگی زناشویی، به عوامل ایجادکننده اختلال در آرامش اشاره در پنج مقوله اصلی اشاره کرده‌اند. شرایط زمینه‌ای «گزینش اختلال‌گر»، «نگرش اختلال‌گر»، «عملکرد اختلال‌گر» و «ساختار اختلال‌گر» زمینه‌ساز تحقق شرایط علی اختلال در آرامش یعنی «شکاف بین هست‌ها و خواست‌ها» بوده است. در ادامه ارتباطات مقولات اصلی با زیر مقولات و ابعاد مفهومی آن‌ها همراه با نقل نمونه‌هایی از صحبت‌های زنان بیان شده است.

### گزینش اختلال‌گر

مقوله «گزینش اختلال‌گر» بیان‌گر نقش همسرگزینی نادرست به‌عنوان یکی از شرایط زمینه‌ای اختلال در آرامش در زندگی زناشویی است که ابعاد مفهومی آن در نمودار ۱ نشان داده شده و در ادامه به تفصیل بیان شده است.



نمودار ۱. نمودار مفهومی مقوله «گزینش اختلال‌گر»

### نابسندگی معیاری

مقوله «نابسندگی معیاری» بیان‌گر کم‌توجهی به معیارهای اساسی در انتخاب همسر و نقش آن در اختلال در آرامش در زندگی زناشویی است.

«کم‌توجهی به معیار سلامت و تعادل روحی و رفتاری» در انتخاب همسر و مشکلات ناشی از آن از موانع آرامش در زندگی زناشویی بوده است. عدم تعادل روحی همسر که نمودهای رفتاری متفاوتی داشته است، از عوامل مؤثر بر تعاملات منفی همسر با زن و فرزندان بوده است که هر یک به‌گونه‌ای موجب کاهش و سلب آرامش در زندگی زناشویی شده است. یکی از مصادیق عدم تعادل روحی، عصبانیت و پرخاشگری همسر بوده که مانع تعامل صحیح همسر با زن و فرزندان شده و موجب اختلال در آرامش آن‌ها بوده است. وسواسی بودن همسر مشکل دیگری بوده است که با ایجاد دغدغه و نگرانی دائم در زن نسبت به مواردی که همسر به آن حساسیت دارد، موجب سلب آرامش او بوده است. هم‌چنین شکاک بودن همسر، موجب بدبینی او نسبت به زن شده و با ایجاد تنش و اختلاف بین همسران موجب کاهش آرامش زنان در زندگی زناشویی شده است. برخی زنان نیز عدم تعادل روحی همسر را با عنوان بیماری توصیف کرده‌اند به طوری که عدم ثبات شخصیت و رفتار همسر موجب ایجاد اضطراب در زن شده و آرامش و امنیت او را مختل نموده است. «احساس می‌کنم همسرم از نظر روحی بیمار است. هر لحظه یه جوریه، الان از در می‌آد تو یه جوریه، اما نمی‌دونم این حالش چقدر طول می‌کشه. شخصیت پیچیده‌ای داره، غیرقابل پیش‌بینیه، برا همین همیشه استرس دارم که این‌یک ساعت دیگه چه جوریه.» (شماره ۴۸: ۳۵، با ۱۹ سال زندگی مشترک).

«کم‌توجهی به معیار اخلاق» در انتخاب همسر و در نتیجه ویژگی‌های اخلاقی منفی همسر در زندگی زناشویی از موانع آرامش در زندگی زناشویی بوده است. هر یک از ویژگی‌های اخلاقی منفی به نحوی بر آرامش زنان اثرگذار بوده است. عدم صداقت همسر با فراهم کردن زمینه بی‌اعتمادی به همسر در زنان مانع تأمین نیاز آنان به اعتماد به همسر و موجب عدم آرامش شده است. هم‌چنین پنهان‌کاری مرد در زمینه‌های مختلف موجب شکل‌گیری ابهام در ذهن زن و کاهش آرامش او شده است. «اگر حس کنم صداقت واقعی بین من و همسرم هست آرامش دارم. عدم صداقت و پنهان‌کاری خیلی زجر می‌ده، همسرم عادت نداره راجع به کارها و مسائلش صحبت کنه، اخلاقتش جوریه که خوشش نمی‌آد از کارش سر در بیاری، برا همین همیشه یه علامت سؤال تو ذهنمه.» (شماره ۳۱: ۴۷، با ۲۳ سال زندگی مشترک). غرور، لجبازی، حسادت، فحاشی، کینه‌ورزی، نداشتن گذشت و بخشش، منفی‌نگری، زودرنجی و عدم انتقادپذیری با تأثیر منفی بر تعاملات همسران موجب کاهش آرامش زنان شده است.





همچنین عدم رازداری علاوه بر این که زمینه‌ساز دخالت دیگران در زندگی زناشویی شده، موجب بی‌اعتمادی همسران به هم و اختلال در روابط آنان با خانواده‌های یکدیگر شده و افزایش تنش و در نتیجه کاهش آرامش را به دنبال داشته است. خسیس بودن همسر نیز از دیگر ویژگی‌های اخلاقی منفی بوده که از طریق قرارداد زن در مضیقه مالی موجب اختلال در احساس امنیت او نسبت به تأمین نیازهای مادی و در نتیجه مانع آرامش بوده است.

از دیگر عوامل منجر به اختلال در آرامش «کم‌توجهی به معیار ایمان» بوده است. ضعف ایمان همسر موجب عدم پایداری او به ارزش‌های اخلاقی شده که به صورت‌های مختلف بر رفتار و تعاملات او با زن و فرزندان تأثیر منفی گذاشته است؛ برای نمونه عدم پایداری همسر به حلال و حرام در برخی زمینه‌ها، باعث ایجاد نگرانی زن نسبت به عدم پایداری در سایر زمینه‌ها، از جمله تعهد و وفاداری در زندگی زناشویی شده و او را با عدم احساس امنیت در تأمین نیازش به تعلق خاطر و وابستگی و در نتیجه اختلال جدی در آرامش مواجه ساخته است. «فکر می‌کنم اگر ایمان شوهرم قوی بود، بارسیدن به پول به دفعه اینقدر عوض نمی‌شد. به سری بی‌ایمانی‌هایی که از منم خیلی اذیت می‌کنه. رفته بودیم خارج از کشور، دنبال این بود که بره مشروب بخوره. از تعجب داشتم شاخ در می‌آوردم. وقتی هم اعتراض کردم جوابش این بود که تا حالا نداشتم، حالا که دارم دوست دارم هر کاری دلم می‌خواد بکنم. به این فکر می‌کنم که پس ممکنه خیانت هم به کنه، تا حالا نمی‌تونسته، حالا می‌تونه.» (شماره ۳۰: ۳۴ ساله، با ۱۱ سال زندگی مشترک). برخی زنان نیز از آثار تربیتی منفی رفتارهای ناشی از ضعف ایمان همسر بر فرزندان ابراز نگرانی کرده‌اند.

#### نقص شناختی

مقوله «نقص شناختی» بیان‌گر عدم شناخت درست و کامل در انتخاب همسر و نقش اختلال‌گر آن در آرامش در زندگی زناشویی است.

«شناخت ناقص همسر» که دلایل مختلفی داشته است، از عوامل منجر به اشتباه در انتخاب همسر و در نتیجه اختلال در آرامش بوده است. عدم شناخت کامل و درستی در مواردی به خاطر عدم طرح برخی مسائل مهم و تأثیرگذار در انتخاب، توسط همسر بوده است. در این موارد تحقیق خانواده زن درباره همسر نیز، به دلیل سطحی و ناقص بودن نتوانسته است نقص شناختی حاصل از عدم طرح مسائل مهم توسط همسر را جبران کند. در مواردی از ازدواج‌های خویشاوندی نیز، خانواده زن با این تصور که

به دلیل نسبت خویشاوندی، همسر و خانواده او را می‌شناسند، در شناخت و تحقیق درباره همسر سهل‌انگاری کرده‌اند.

علاوه بر شناخت ناقص همسر، «شناخت ناقص خانواده همسر» نیز منجر به اشتباه در انتخاب همسر شده است. این شناخت ناقص در مواردی به دلیل در نظر نگرفتن همه ابعاد در شناخت خانواده رخ داده است. «ما ظاهرشون رو دیده بودیم که آدم‌های خوب و نجیبی هستن، اهل نماز و روزه‌ان، اهل مشروب و این زن و اون زن نیستن، اما اینا که کافی نیست و بعداً دیدیم کنار خوبی‌هاشون این ویژگی رو هم دارن که درک و فهم و شعورشون پایینه.» (شماره ۴۳: ۳۵، با ۱۲ سال زندگی مشترک).

### نامتناسب‌گزینی

مقوله «نامتناسب‌گزینی» بیان‌کننده نحوه اثرگذاری عدم رعایت تناسب و هماهنگی در انتخاب همسر بر اختلال در آرامش در زندگی زناشویی است.

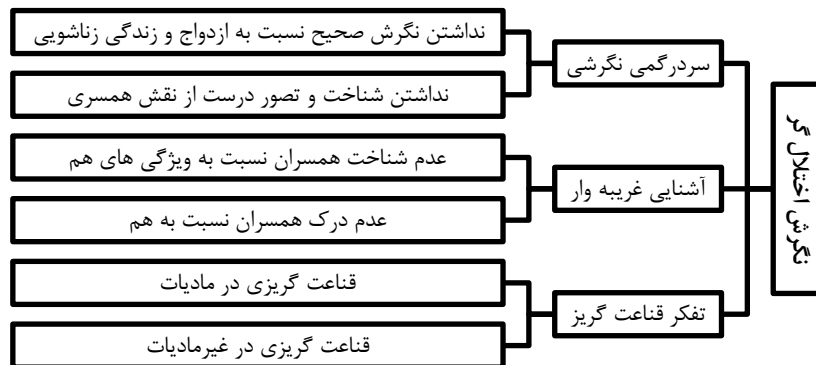
«عدم تناسب همسران» ابعاد مختلفی داشته که هر یک به‌نوعی به اختلال در آرامش در زندگی زناشویی منجر شده است. عدم تناسب و ناهماهنگی شخصیتی همسران باعث تضاد در زمینه‌های مختلف و در نتیجه فاصله گرفتن آن‌ها از یکدیگر با هدف کاهش تنش شده و مانع تأمین نیاز همسران به انس با یکدیگر بوده است. عدم تناسب از نظر فکری و اعتقادی نیز موجب ایجاد کشمکش و تنش دائم بین آنان شده و از این طریق موجب اختلال در تأمین نیاز آنان به تعامل و ارتباط مطلوب با یکدیگر شده است. عدم تناسب فکری هم چنین موجب نگرش متفاوت و در نتیجه عملکرد متفاوت آنان در برخی زمینه‌ها شده و عدم پذیرش این تفاوت‌های عملکردی، زمینه‌ساز بحث و اختلافات همسران شده است. «نگرش ما کاملاً فرق داره، مثلاً من خیلی دوست دارم همه کارهام اخلاقی باشه و مثلاً بیرون، ساده لباس بپوشم، اما ایشون خیلی دنبال ظاهره و می‌خواد من خیلی شیک لباس بپوشم و مطابق مد باشم، این‌ها باعث بحث و اختلاف بینمون می‌شه.» (شماره ۵۲: ۳۹، با ۲۱ سال زندگی مشترک). در مواردی نیز به دلیل عدم همسویی فضای فکری و اعتقادی همسران با یکدیگر فضای خانواده از وحدت مسیر خارج شده و نتوانسته بستر مناسبی برای پیگیری برنامه‌ها و اهداف فردی همسران باشد و از این رو موجب اختلال در رشد و پیشرفت همسران شده و مانع از تأمین نیاز آنان به رشد و خودشکوفایی و پیشرفت بوده است. ناهماهنگی و تفاوت عادات همسران نیز بر آرامش زنان تأثیرگذار بوده است. «آگه تو یه سری چیزا شباهت داشتیم خیلی بهتر بود. مثلاً من عادت دارم شب زود بخوابم و صبح زود پاشم، اما شوهرم برعکسه. این چیزا نظم زندگی رو به هم می‌ریزه و به مرور آرامش آدم رو کم می‌کنه.» (شماره



۱۹: ۳۴ ساله، با ۱۱ سال زندگی مشترک). هم‌چنین تفاوت علایق همسران منجر به کاهش تمایل همسران به گذران وقت با یکدیگر و افزایش فاصله آن‌ها و اختلال در تأمین نیاز آن‌ها به انس با یکدیگر شده است. علاوه بر عدم تناسب همسران، «عدم تناسب خانواده‌های همسران» در زمینه‌های مختلف نیز به طرق مختلف موجب کاهش آرامش زنان در زندگی زناشویی شده است. تفاوت فرهنگی، مذهبی، سبک زندگی و سبک تربیتی خانواده‌ها موجب ایجاد اختلاف و تنش بین همسران و خانواده‌های آنان در زمینه برخی مسائل و اختلال در تأمین نیاز آنان به روابط مطلوب و در نتیجه کاهش آرامش شده است. «همسر من تو یه خانوادهٔ مردسالار بزرگ شده، تو خانواده‌ای که مادر شوهرم فقط گفته چشم؛ یعنی یه مرد کاملاً سنتی والان سیستم زندگی ما هم همینطوره، این شاکلهٔ همسر من شده و نمی‌شه عوضش کرد. خانوادهٔ من این طوری نبوده و خوب این تفاوت‌ها تنش ایجاد می‌کنه و آرامش رو کم می‌کنه.» (شماره ۱۱: ۲۹ ساله، با ۱۱ سال زندگی مشترک). تفاوت سطح اقتصادی خانواده‌های همسران موجب تفاوت کمیت و کیفیت نیازهای مادی همسران و تأمین نشدن برخی انتظارات زن شده است. در مواردی که خانواده زن از نظر سطح اقتصادی بالاتر از خانوادهٔ مرد بوده‌اند، زن بر اساس سطح زندگی در دوران تجرد، توقعات کمی و کیفی بیشتری نسبت به همسر داشته است و در مقابل برای همسر سطح پایین‌تری از زندگی قابل قبول بوده است. این اختلاف سطح موجب شده است که همسر برخی نیازهای مادی زن را نپذیرد و در نتیجه در قبال تأمین آن نیازها احساس وظیفه نکند. این مسئله موجب اختلال در تأمین نیازهای مادی زن و فرزندان شده و به کاهش آرامش در زندگی زناشویی منجر شده است. «خانوادهٔ همسرم از نظر مالی پایین‌تر از خانوادهٔ ما هستن. برای همین همسرم خیلی از توقعات مادی منو بیجا و خرج اضافه می‌دونه و پولی بابت اونا خرج نمی‌کنه، در حالی که من تو خونهٔ پدرم در رفاه بودم والان نداشتن یه سری چیزا برام اذیت‌کننده و سخته.» (شماره ۴۳: ۳۵ ساله، با ۱۲ سال زندگی مشترک).

### نگرش اختلال‌گر

مقولهٔ «نگرش اختلال‌گر» بیان‌گر اثرگذاری نگرش، شناخت و تفکر نادرست بر اختلال در آرامش در زندگی زناشویی است که ابعاد مفهومی آن در نمودار ۲ نشان داده شده و در ادامه به تفصیل بیان شده است.



نمودار ۲. نمودار مفهومی مقوله «نگرش اختلال گر»

### سردرگمی نگرشی

مقوله «سردرگمی نگرشی» بیانگر نقش نگرش و شناخت نادرست همسران در اختلال در آرامش در زندگی زناشویی است.

«نداشتن نگرش صحیح نسبت به ازدواج و زندگی زناشویی» با ایجاد تعارض بین انتظارات از ازدواج و زندگی زناشویی و واقعیت موجود زندگی، زن را دچار دغدغه و چالش نموده و موجب اختلال در آرامش زن شده است. «نداشتن شناخت و تصور درست از نقش همسری» نیز در پذیرش نقش همسری توسط زن اختلال ایجاد کرده و از این طریق او را در انجام وظایف نقش و تأمین انتظارات همسر دچار مشکل ساخته و از عوامل اختلال در آرامش در زندگی زناشویی بوده است. «من در کل معضلی نداشتم، اما اینکه ازدواج منو به درجه بالاتری از آرامش برسونه، این طور نبود، بلکه برعکس بود. من تو سن کم ازدواج کردم و ازدواج تو اون سن برای من یک اختلال و دغدغه بود، چون تصویری از مقوله زوجیت و نقشم به عنوان همسر نداشتم و برای همین هم نمی تونستم نقشم رو درست ایفا کنم.» (شماره ۱۴: ۳۵ ساله، با ۱۶ سال زندگی مشترک).

### آشنایی غریبه وار

مقوله «آشنایی غریبه وار» بیانگر نقش نبود شناخت و درک درست همسران نسبت به هم، در اختلال در آرامش در زندگی زناشویی است.



«عدم شناخت همسران نسبت به ویژگی‌های هم» از ابعاد مختلف از جمله جنسیتی، شخصیتی و اخلاقی از عوامل اثرگذار بر اختلال در آرامش در زندگی زناشویی بوده است. عدم شناخت زن نسبت به ویژگی‌های جنسیتی همسر منجر به تعاملات نادرست زن با همسر و اختلال در آرامش شده است. برای نمونه این عدم شناخت، موجب عدم آگاهی زن از برخی نیازهای ویژه همسر از جمله نیاز به احساس اقتدار شده که منجر به عملکرد نادرست زن در تعامل با همسر و ایجاد مشکلاتی در زندگی زناشویی شده و در اختلال در آرامش نقش داشته است. «من اوایل زندگی خیلی سلطه داشتم و اجازه نمی‌دادم همسر احساس اقتدار کند، چیزی که بعدها متوجه شدم برای مردها خیلی مهمه. فکر می‌کنم همین مسئله باعث شده که الان بخواد تلافی کنه و برخورد و رفتارش رو عوض کنه.» (شماره ۳۰: ۳۴ ساله، با ۱۱ سال زندگی مشترک). عدم شناخت همسر نسبت به ویژگی‌ها و روحیات زن نیز موجب درک نشدن زن توسط همسر و اختلال در تأمین برخی نیازها و نیز ایجاد مشکل در تعاملات همسران شده و در آرامش اختلال ایجاد کرده است. نداشتن شناخت نسبت به برخی تفاوت‌های جنسیتی نیز مسئله‌ساز بوده است. «یه وقتی که از یه چیزی گلیه می‌کنم مسخره می‌کنه، می‌گه چه چیزایی یادته، اصلاً متوجه نیست که من زنم و به جزئیات اهمیت می‌دم.» (شماره ۴۰: ۵۶ ساله، با ۳۷ سال زندگی مشترک).

«عدم درک همسران نسبت به هم» عامل دیگر اختلال در آرامش در زندگی زناشویی بوده است. درک نشدن زن توسط همسر در موقعیت‌های مختلف موجب کاهش همدلی همسر با زن و همچنین بی‌توجهی به نیازهای او شده و در نتیجه موجب اختلال در تأمین نیازهای مختلفی شده که باید توسط همسر تأمین شود و به این ترتیب سبب کاهش آرامش در زندگی زناشویی بوده است. در مواردی نیز زنان از اینکه خود و همسرشان حرف‌های یکدیگر را نمی‌فهمند ابراز نارضایتی کرده‌اند و این مسئله را موجب ایجاد سوءتفاهم و در نتیجه اختلاف و تنش و مشکل اصلی در زندگی زناشویی دانسته‌اند.

### تفکر قناعت‌گریز

مقوله «تفکر قناعت‌گریز» بیان‌گر تأثیر فقدان روحیه و تفکر قناعت‌پیشگی بر اختلال در آرامش در زندگی زناشویی است.

نداشتن تفکر و روحیه قناعت‌پیشگی ابعاد مختلفی داشته است. «قناعت‌گریزی در مادیات» موجب زیاده‌خواهی مادی و در نتیجه تمرکز بر جنبه‌های مادی زندگی شده و با مواجه نمودن زنان با شکاف بین داشته‌ها و خواسته‌های مادی موجب اختلال در احساس امنیت در تأمین نیازهای مادی شده و بر سلب آرامش زنان در زندگی زناشویی مؤثر بوده است. «الان یه فضایی هست تو جامعه که آگه یه

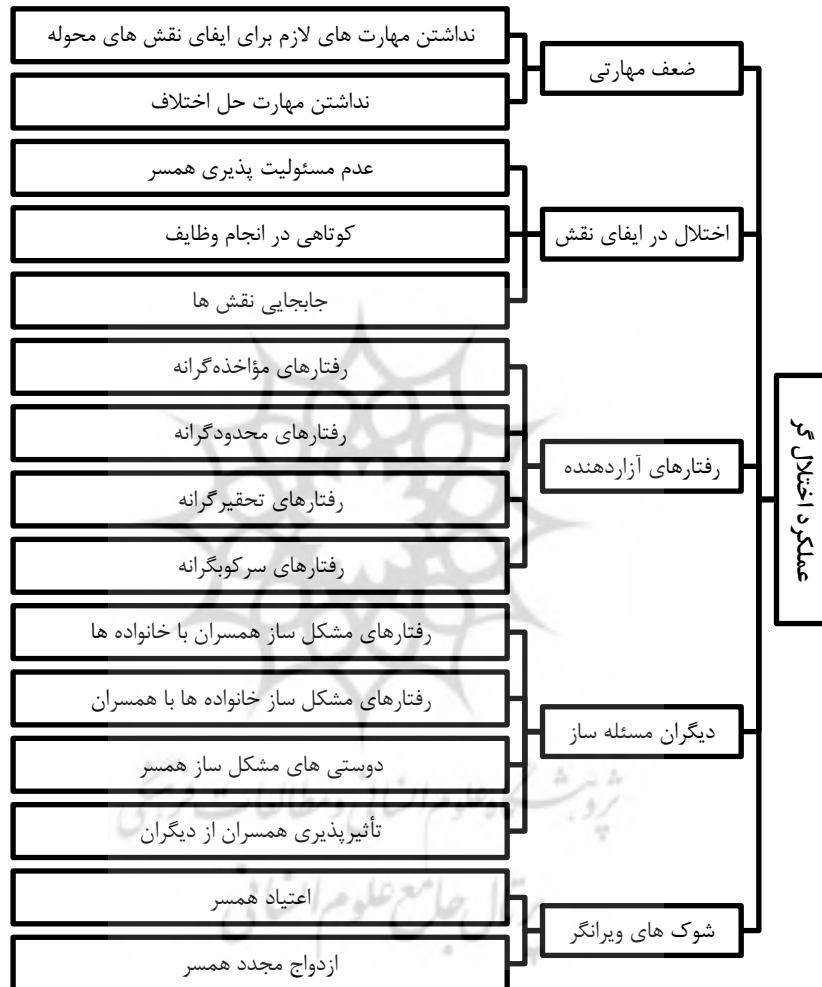
سری امکانات مادی و رفاهی رو نداشته باشی احساس کمبود می کنی و می خواهی که تو هم داشته باشی، برای همین دغدغهت می شه رسیدن به اون چیزا و وقتی نمی رسی یا می رسی و باز می بینی یه چیز بهترش هست که تو نداری، نمی تونی خیلی آرامش داشته باشی.» (شماره ۵۷: ۴۱، ساله، با ۱۲ سال زندگی مشترک).

«قناعت‌گریزی در غیرمادیات» بعد دیگر نداشتن تفکر و روحیه قناعت‌پیشگی بوده است. مقایسه همسر و ابعاد مختلف زندگی زناشویی با دیگران به دلیل ایجاد احساس ناکافی بودن داشته‌ها و نارضایتی نسبت به شرایط موجود، همسران را با خواسته‌هایی مواجه ساخته که شرایط همسر و زندگی زناشویی آن‌ها قادر به تأمین آن نبوده و از این طریق موجب اختلال در آرامش همسران شده است. «مقایسه‌هایی که آدم می کنه رو آرامش تأثیر داره. وقتی من همسر رو با کس دیگه‌ای مقایسه می کنم، این باعث می شه یه احساس نارضایتی از چیزایی که دارم برام ایجاد بشه و اینه که آرامشمو کم می کنه.» (شماره ۱۶: ۳۳، ساله، با ۱۲ سال زندگی مشترک).

#### عملکرد اختلال‌گر

مقوله «عملکرد اختلال‌گر» بیان‌گر تأثیر نحوه عملکرد همسران و خانواده‌ها بر اختلال در آرامش در زندگی زناشویی است که ابعاد مفهومی آن در نمودار ۳ نشان داده شده و در ادامه به تفصیل بیان شده است.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی



نمودار ۳. نمودار مفهومی مقوله «عملکرد اختلال گر»

### ضعف مهارتی

مقوله «ضعف مهارتی» بیانگر تأثیر عدم بهره‌مندی همسران از مهارت‌های لازم برای زندگی زناشویی بر اختلال در آرامش در زندگی زناشویی است.

«نداشتن مهارت‌های لازم برای ایفای نقش‌های محوله» منجر به اختلال در ایفای نقش همسری شده و تأمین نیازهای همسران را با مشکل مواجه ساخته و مانع آرامش در زندگی زناشویی شده است. «من هیچی از زندگی کردن بلد نبودم، به ما هیچ آموزشی نداده بودن، برای همین من خیلی دیر تطابق پیدا کردم و چند سال طول کشید تا به اون ثبات و آرامش رسیدم، چون نمی‌تونستم اون وظایفی رو که از من به عنوان همسر انتظار می‌رفت درست انجام بدم.» (شماره ۱۴: ۳۵، با ۱۶ سال زندگی مشترک). هم‌چنین اختلافات همسران و «نداشتن مهارت حل اختلاف» مانع تأمین نیاز آنان به روابط سازنده و عاری از تنش با یکدیگر شده و موجب اختلال در آرامش آنان بوده است. جروبحث همسران با یکدیگر در اختلافات، عدم کنترل بر خود در اختلافات تنش‌زا، اختلافات و کشمکش‌های مکرر بین همسران، مطرح نکردن مشکلات و اختلافات و رفع نشدن رنجش‌ها و انباشتگی آن‌ها، حل نشدن اختلافات به دلیل نداشتن مهارت لازم و در نتیجه تلخی‌های مکرر حاصل از کشمکش‌ها در زندگی زناشویی آثار مخربی بر روابط همسران و در نتیجه آرامش زنان داشته است. «ما از اول بلد نبودیم چطور باید اختلافاتمون رو حل کنیم. برای همین خیلی بحث و مشاجره داریم، جروبحث‌هایی که مدام تکرار می‌شن و زندگی رو تلخ می‌کنن، این جروبحث‌ها و اوقات تلخی‌ها رابطه‌مون رو خراب کرده و یه جو ناآروم تو زندگیمون درست کرده.» (شماره ۵۰: ۳۴، با ۱۴ سال زندگی مشترک).

### اختلال در ایفای نقش

مقوله «اختلال در ایفای نقش» بیانگر تأثیر اختلال در انجام وظایف نقش‌های محوله در زندگی زناشویی بر اختلال در آرامش در زندگی زناشویی است.

از موانع ایفای صحیح نقش در زندگی زناشویی، «عدم مسئولیت‌پذیری همسر» در برابر زن و فرزندان بوده که موجب اختلال در تأمین نیازهای مختلف آنان شده و از این‌رو در اختلال در آرامش نقش داشته است. عدم مسئولیت‌پذیری همسر در مواردی در زمینه تأمین هزینه‌های خانواده بوده و موجب واردشدن فشار جسمی و روحی به زن شده است و در مواردی نیز در سایر زمینه‌ها از جمله مسائل مربوط به فرزندان بوده است. «بالینکه پسر بودن اما همه کاراشون به عهده خودم بوده، ختنه کردنشون خودم، ثبت‌نامشون خودم، درس و مشقشون خودم، جواب مدیر و دبیرا خودم، دکتر بردن خودم، خریداشون





خودم، اصلاً هیچ مسئولیتی رو به عهده نمی‌گرفت، فقط خرید خونه.» (شماره ۴۰: ۵۶ ساله، با ۳۷ سال زندگی مشترک).

**«کوتاهی در انجام وظایف»** عامل دیگر منجر به اختلال در ایفای نقش بوده است. کوتاهی و سهل‌انگاری همسر در انجام بخشی از کارهای منزل که به عهده اوست، عدم اختصاص وقت کافی توسط همسر برای فرزندان و کوتاهی همسر در قبال تأمین برخی نیازهای غیرمادی، از جمله احساس امنیت همسر و فرزندان موجب سلب آرامش زنان شده است. «مادر شوهرم هفتاد سالشه، مستأجر هم داره و خودش می‌گه تنهایی نمی‌ترسه، ولی شوهرم خیلی از شبا می‌ره خونه مادرش می‌خوابه که اون تنها نباشه و اصلاً براش مهم نیست که من به زن جوون با دو تا بچه کوچیک تو خونه تنها بمونم.» (شماره ۴۷: ۳۵ ساله، با ۱۵ سال زندگی مشترک).

**«جابجایی نقش‌ها»** در زندگی زناشویی و ورود زن به نقش‌های مردانه با ایجاد اختلال در ایفای نقش‌های همسر، مانع تأمین نیاز همسر به احساس لیاقت و کفایت در انجام وظایف محوله و نیز مانع تأمین نیازهایی می‌شود که به واسطه ایفای نقش همسر باید تأمین شوند و به این ترتیب موجب اختلال در آرامش همسران در زندگی زناشویی بوده است. «وقتی می‌خوام مرد باشم و کارهای مردونه بکنم این مخل آرامشه. این که من زن باشم و اون مرد، برای همسرم آرامش بخشه و دوست داره من وارد عرصه‌هایی نشم که حریم مردونه اونه. برای همین مثلاً تو برنامه‌های اقتصادی وقتی وارد می‌شم، نمی‌تونه درست برنامه‌ش رو به انجام برسونه و این باعث می‌شه آرامش اون و به تبعش آرامش من به هم بریزه.» (شماره ۸: ۳۰ ساله، با ۸ سال زندگی مشترک).

#### رفتارهای آزاردهنده

مقوله «رفتارهای آزاردهنده» بیان‌گر تأثیر رفتارهای نادرست، منفی و رنج‌آور همسر در تعامل با زن و فرزندان، بر اختلال در آرامش در زندگی زناشویی است. رفتارهای آزاردهنده انواع مختلفی داشته که «رفتارهای مؤاخذه‌گرانه» یک دسته از آنها بوده است. مؤاخذه دائم همسر از زن با ایجاد دغدغه و نگرانی دائم در زن نسبت به مورد بازخواست واقع شدن در مورد کارهای مختلف، آرامش او را تحت تأثیر قرار داده است. سرزنش کردن زن نوع دیگری از رفتارهای مؤاخذه‌گرانه بوده است که مانع از تأمین نیاز او به عزت نفس و موجب سلب آرامش شده است. «رفتارهای تحقیرگرانه» دسته دیگری از رفتارهای آزاردهنده بوده که به شکل‌های مختلفی توسط زنان تجربه شده است. بی‌احترامی همسر به زن و خردکردن شخصیت زن به صورت‌های مختلف

نمونه‌ای از این رفتارها بوده که مانع از تأمین نیاز او به احترام بوده است. «بارها بهش گفتم شما به کاخ برا من بخری یا به اتاق تو زیرزمین برا من فرقی نمی‌کنه. چون وقتی در رو براش باز می‌کنم جواب سلام منو به زور می‌ده، فقط سرشو می‌آره پایین و با سر جواب می‌ده. هر وقت از این در می‌ره بیرون خداحافظی نمی‌کنه من خرد می‌شم.» (شماره ۴۰: ۵۶، با ۳۷ سال زندگی مشترک).

هم‌چنین زنان شکل‌های متفاوتی از «رفتارهای محدودگرانه» را تجربه کرده‌اند که هر یک به‌نوعی در تأمین نیازهای آنان اختلال ایجاد کرده و موجب اختلال در آرامش شده است. قرار دادن زن در مضیقه مالی علیرغم تمکن مالی تأمین نیازهای مادی او را با مشکل مواجه ساخته است. ایجاد محدودیت‌های غیرمنطقی برای زن نیز مانع تأمین نیاز او به خودمختاری و استقلال بوده است. «مهم‌ترین مشکل من قانون‌مندی بیش از حد همسر مه، وقتی قانون‌های ناعادلانه می‌گذاره و بازور به آدم تحمیل می‌کنه، آدم رو محدود می‌کنه و آزادی طبیعی‌ای که حق انسانه رو از آدم سلب می‌کنه، این خیلی ناراحت‌کننده است.» (شماره ۵۰: ۳۴، با ۱۴ سال زندگی مشترک).

«رفتارهای سرکوبگرانه» که شکل‌های مختلفی داشته است، عامل دیگر اختلال در آرامش در زندگی زناشویی بوده است. برخورد مستبدانه همسر با زن و فرزندان و قائل نبودن فردیت برای آنان مانع از تأمین نیاز آنان به استقلال فکری شده و منجر به اختلال در آرامش شده است. «ما باید مثل ایشون فکر کنیم و گفتار و رفتارمون هم طوری باشه که ایشون می‌خوان؛ اصلاً برای من و بچه‌ها فردیت قائل نیستن، همه چیز باید از کانال فکری ایشون بگذره و من نمی‌تونم نظر مستقلی داشته باشم.» (شماره ۵۲: ۳۹، با ۲۱ سال زندگی مشترک). رفتارهای سرکوبگرانه در مواردی شکل خشونت‌آمیز مانند کتک‌زدن به خود گرفته و موجب ایجاد احساس ترس و ناامنی و مانع آرامش زن در زندگی زناشویی شده است.

### دیگران مسئله‌ساز

مقوله «دیگران مسئله‌ساز» بیان‌گر شکل‌های مختلف نقش‌آفرینی دیگران در اختلال در آرامش در زندگی زناشویی است.

«رفتارهای مشکل‌ساز همسران با خانواده‌ها» به طرق گوناگون موجب اختلال در آرامش زنان در زندگی زناشویی شده است و در مواردی از نگرانی‌های اصلی زن بیان‌شده است. نگرانی زن از بی‌احترامی همسر به او در حضور خانواده‌ها، توهین و بی‌احترامی همسر به خانواده زن، منطقی و انتقادپذیر نبودن همسر در زمینه رفتارهای خانواده همسر با زن، سکوت همسر در برابر آزارها و بدرفتاری‌های خانواده‌اش، سکوت زن در برابر دخالت‌های خانواده‌اش، عدم‌سعه صدر زن در تعامل با



خانواده همسر و وجود مشکل در تعامل با خانواده همسر به علت عدم شناخت آنان در اوایل زندگی موجب ایجاد تنش در برخی موقعیت‌ها و کشمکش و اختلاف بین همسران شده و از این رو بر نارضایتی و کاهش آرامش زنان مؤثر بوده است. «زمانی که تازه ازدواج کرده بودیم، اخلاق خانواده شوهرم دستم نبود، برای همین به رفتارهایی کردم که بعداً دیدم آگه به جور دیگه رفتار می‌کردم خیلی بهتر بود و به سری از کتک‌هایی که ایجاد شد، نمی‌شد.» (شماره ۲۱: ۳۱ ساله، با ۸ سال زندگی مشترک).

**«رفتارهای مشکل‌ساز خانواده‌ها با همسران»** و نارضایتی همسران از خانواده‌های یکدیگر به شیوه‌های مختلفی بر اختلال در آرامش اثرگذار بوده است. آزارها و بدرفتاری‌های خانواده همسر از جمله دلایل اساسی نارضایتی زنان از خانواده همسر بوده است که بر رابطه همسران نیز تأثیرگذار بوده است. در مواردی مواجهه زن با فشارهای روانی حاصل از تداوم آزارهای خانواده همسر، از مشکلات اصلی زندگی بیان شده است. هم‌چنین زنان دخالت‌های خانواده‌ها در زندگی زناشویی را یکی از مهم‌ترین عوامل اختلال در آرامش بیان کرده‌اند. دخالت خانواده‌ها با ایجاد اختلال در تأمین نیاز همسران به استقلال و خودمختاری مانع آرامش آنان در زندگی زناشویی شده است. در مواردی نیز دخالت خانواده‌ها با ایجاد دغدغه تحت نظارت مستمر بودن در زن، آرامش او را مختل نموده است. «دخالت‌های خانواده همسر خیلی رو آرامشم اثر داره. چون دائم دغدغه اونارو دارم که اخلاق و رفتار و زندگی‌م رو زیر نظر دارن و این آرامشمو به هم می‌ریزه.» (شماره ۶: ۳۵ ساله، با ۱۷ سال زندگی مشترک). علاوه بر این عدم حمایت مالی خانواده‌ها از همسران در ابتدای زندگی، تأیید اشتباهات همسر توسط خانواده، نگرانی زن از تأثیرپذیری همسر از خانواده‌اش، نارضایتی همسر از برخی رفتارهای خانواده زن، وابستگی متقابل همسر و خانواده‌اش به همدیگر و انتظارات خانواده همسر در رسیدگی به امور آن‌ها، موجب ایجاد کشمکش بین همسران و تنش در روابط آنان شده و اختلال در آرامش را به دنبال داشته است.

**«دوستی‌های مشکل‌ساز همسر»** از طرق مختلفی موجب اختلال آرامش در زندگی زناشویی شده است. ارتباط افراطی همسر با دوستان و نیز تأثیرپذیری همسر از رفتارهای نادرست دوستان از جمله عوامل مؤثر بر کاهش کمیت و کیفیت تعاملات همسر با زن و فرزندان و ایجاد مشکلاتی در تأمین برخی نیازهای آنان و در نتیجه کاهش آرامش بوده است. «دوست‌بازی‌هاش زندگی ما رو تباہ کرد تا الان هم دنبال همین دوست‌بازی‌هاشه، وقتش فقط صرف اونامی‌شه.» (شماره ۵: ۵۴ ساله، با ۳۷ سال زندگی مشترک).

«تأثیرپذیری همسران از دیگران» از عوامل منجر به اختلال در آرامش در زندگی زناشویی بوده است. تأثیرپذیری همسر از حرف دیگران و قضاوت نادرست بر مبنای آن، موجب رفتارهای اشتباه همسر در تعامل با زن و رنجش او و حتی کشمکش بین همسران بوده است. هم‌چنین تأثیرپذیری زن از حرف دیگران با تأثیر منفی بر رفتار او با همسر، موجب اختلال در روابط همسران و در نتیجه سلب آرامش شده است. «بالاخره آدم یه وقتایی تحت تأثیر حرف دیگران قرار می‌گیره. کسایی که زندگی‌مو می‌بینن می‌گن خیلی مظلومی؛ این حرف باعث می‌شه باینکه به نظر خودم زندگی‌م خوبه و راضی هستم، فکر کنم نکته راست می‌گن و به فکر بیفتم که انتقام بگیرم و یه رفتارهایی بکنم که به آرامش خودم و شوهرم خدشه وارد به شه.» (شماره ۱۶: ۳۳، با ۱۲ سال زندگی مشترک).

#### شوک‌های ویرانگر

مقوله «شوک‌های ویرانگر» بیانگر تأثیر عمیق دو عمل ویرانگر همسر یعنی اعتیاد و ازدواج مجدد بر اختلال در آرامش در زندگی زناشویی است.

«اعتیاد همسر» با ایجاد مشکلات مختلف موجب اختلال در احساس امنیت زن و فرزندان در زمینه‌های مختلف و در نتیجه سلب آرامش آنان شده است. «اصلاً از زندگی‌م راضی نیستم، اصلاً آرامش ندارم. شوهرم هشت‌ساله که شیشه می‌کشه، یه روانی به تمام معناست، خیلی عذاب می‌کشم، مارو هم روانی کرده. تو کار ساخت‌وساز بود، خیلی پولدار بود، کسی که تو خیابون راه می‌رفت می‌تونست بازبون پول در بیاره، الان یه هزار تومن نمی‌تونه پول در بیاره؛ الان فقط می‌گم خدایا این داشته باشه بکشه، به ما کاری نداشته باشه، اگه نداشته باشه بکشه اینقدر اعصابش داغون می‌شه که می‌گم الان مارو می‌کشه.» (شماره ۳۲: ۳۴، با ۱۳ سال زندگی مشترک).

«ازدواج مجدد همسر» با ایجاد اختلال در تأمین نیازهای مختلف زن و فرزندان موجب اختلال در آرامش شده است. علاوه بر این با وارد کردن ضربه روحی جدی و غیرقابل جبران به زن، برقراری مجدد روابط رضایت‌بخش با همسر را، حتی پس از انحلال ازدواج دوم، غیرممکن ساخته است. «زندگی‌مون خوب بود، اما ازدواج شوهرم داغونش کرد، از وقتی زن گرفت مشکلاتمون شروع شد، خیلی کم‌تر می‌اومد خونه و دیگه به من و بچه‌ها توجهی نداشت، همه چیز به عهده خودم بود، حالا اینا یه طرف، حرف مردم یه طرف. خیلی عذاب کشیدم نمی‌تونستم بپذیرم که با من چنین کاری کرده باشه. بعد از چند سال طلاقش داد، اما چه فایده، زندگی‌مون دیگه مثل قبل نشد. خیلی سعی کردم اما دیگه نتونستم مثل قبل دوستش داشته باشم و روش حساب کنم.» (شماره ۱۳: ۵۱، با ۲۷ سال زندگی مشترک).



### ساختار اختلال گر

مقوله «ساختار اختلال گر» بیانگر تأثیر عوامل خارج از اراده فرد و به تعبیری ساختاری، بر اختلال در آرامش در زندگی زناشویی است که ابعاد مفهومی آن در نمودار ۴ نشان داده شده و در ادامه به تفصیل بیان شده است.



نمودار ۴. نمودار مفهومی مقوله «ساختار اختلال گر»

### نامنی اقتصادی

مقوله «نامنی اقتصادی» بیانگر نقش عدم امنیت اقتصادی در اختلال در آرامش در زندگی زناشویی است.

مواجهه با «فشارهای اقتصادی» و مضيقه تأمین نیازهای مادی، با ایجاد اختلال در احساس امنیت نسبت به تأمین نیازهای مادی موجب کاهش آرامش شده است.

فشارهای اقتصادی هم چنین موجب مواجه شدن خانواده با «مضيقه مسکن» شده است که از موانع آرامش بیان شده است. «آسایش به مقدمه ای برای آرامش. وقتی از نظر مالی مشکل داری و آسایش نداری،

آرامش هم نداری. وقتی من مستأجرم و دغدغه اینو دارم که هر لحظه ممکنه صاحبخونه بیاد دم در و کرایه‌ش رو بخواد، نه آسایش دارم، نه آرامش.» (شماره ۶: ۳۵، با ۱۷ سال زندگی مشترک).

### جبر اشتغال

مقوله «جبر اشتغال» بیان‌گر تأثیرات مختلف شرایط شغلی بر اختلال در آرامش در زندگی زناشویی است.

یکی از عوامل مؤثر بر آرامش زنان «ناامنی شغلی» همسر بوده است. ناامنی شغلی گاهی ناشی از تغییر شغل و گاهی به دلیل بی‌ثباتی شغل همسر بوده که موجب عدم‌ثبات در درآمد همسر و از بین رفتن احساس امنیت در تأمین نیازهای مادی اعضای خانواده و در نتیجه کاهش آرامش شده است. «اقتصادمحور نیست، اما اثر می‌گذارد. ما عروسی کردیم من یک ماه بعد حامله شدم، سه ماه بعد شوهرم سر باز شد و وقتی برگشت موقع زایمانم بود، خیلی سخت بود چون شغل و درآمد ثابتی نداشت. بی‌ثباتی خیلی بده، حقوق داری اما نمی‌دونی تا کی، شاید این هفته قطع بشه، شاید دو هفته دیگه، این بی‌ثباتی آرامشو به هم می‌زنه.» (شماره ۲۰: ۲۹، با ۴ سال زندگی مشترک). مشکلات اقتصادی ناشی از بیکاری همسر نیز موجب اختلال در تأمین نیازهای مادی خانواده و هم‌چنین ایجاد مشکلاتی در تعاملات همسران و در نتیجه کاهش آرامش شده است. علاوه بر این وابستگی اقتصادی همسر به خانواده خود در نتیجه بیکاری، زمینه‌ساز دخالت‌های خانواده در زندگی زناشویی بوده است.

«اشتغال محدودیت‌زا» بیان‌گر مشکلات و مسائل ناشی از برخی شرایط شغلی بوده که منجر به اختلال در آرامش در زندگی زناشویی شده است. مشغله زیاد همسر از مصادیق شرایط شغلی محدودیت‌زا بوده که از طریق کاهش فرصت ارتباط همسران موجب به اختلال در تأمین نیاز آنان به تعامل سازنده با یکدیگر و کاهش آرامش شده است. زندگی در شهرهای مختلف به دلیل شرایط شغلی همسر و دشواری‌های حاصل از آن از جمله دوری از خانواده‌ها نیز توسط برخی زنان مؤثر بر آرامش بیان شده است. فشارهای ناشی از اشتغال و تحصیل زن در کنار مسئولیت‌های خانوادگی او و کم‌بودن زمان استراحت نیز موجب فشار بر زن و کاهش آرامش شده است.

### فرهنگ فشارزا

مقوله «فرهنگ فشارزا» بیان‌گر تأثیرات فشارهای ناشی از شرایط فرهنگی بر اختلال در آرامش در زندگی زناشویی است.



«آداب و رسوم خانوادگی فشارزا» از طرق مختلفی در اختلال در آرامش نقش داشته است. زندگی با خانواده همسر یکی از این آداب و رسوم بوده است که زنان مشکلات ناشی از آن را از موانع آرامش در زندگی زناشویی بیان کرده‌اند. برخی خانواده‌ها نیز بر اساس فرهنگ حاکم، فرزند پسر را موظف به ارائه خدماتی به خانواده می‌دانند و بر این اساس از او انتظاراتی دارند که در مواردی بر اختلال در آرامش در زندگی زناشویی اثرگذار بوده است. در برخی موارد توقعات مالی خانواده همسر موجب فشار اقتصادی بر زن و خانواده شده است و در مواردی نیز توقعات غیر مالی خانواده همسر در رسیدگی همسر به آن‌ها، بر کاهش آرامش اثرگذار بوده است.

«آداب و رسوم اجتماعی فشارزا» و دشواری‌های حاصل از پابندی به آن عامل دیگر اختلال در آرامش در زندگی زناشویی بوده است. آداب و رسوم برگزاری مراسم ازدواج موجب تحمیل هزینه‌های سنگین بر همسر و فشار اقتصادی بر خانواده شده است. پابندی به برخی رسوم در برگزاری مهمانی‌ها نیز موجب وارد شدن فشارهای جسمی و روانی به زن و تأثیر منفی آن بر تعاملات همسران شده است. «یه سری از رسومات هم تأثیر می‌گذاره، مثلاً همین مهمونی دادن‌ها و این که باید چند جور غذا باشه و این چیزها، آدمو درگیر و خسته می‌کنه، بعد اعصابمون خرد می‌شه، سر همدیگه خالی می‌کنیم.» (شماره ۱۹: ۳۴ ساله، با ۱ سال زندگی مشترک).

### آشفته‌گی خانواده اصلی

مقوله «آشفته‌گی خانواده اصلی» بیان‌گر نقش آشفته‌گی خانواده اصلی همسران در اختلال در آرامش در زندگی زناشویی است.

«آسیب‌های روانی حاصل از خانواده آشفته» موجب برجاگذاری آثار منفی عمیق روحی شده است، به طوری که با وجود گذشت سال‌ها، ناآرامی‌های حاصل از پرورش زن در خانواده‌ای آشفته، مانع آرامش در زندگی زناشویی شده است. «یه چیزایی تو گذشته آدم هست که اینا تو ذهن آدم تداعی می‌شه، اون اتفاقات و صحنه‌های مختلفی که یاد آدم می‌آد و اینا نمی‌گذاره آرامش داشته باشم. این چیزهای گذشته مال زمان مجردی منه، من خانواده خوبی نداشتم، به دنیا اوادم پدرم زندان بوده، مادرم خونه‌های مردم کار می‌کرد، کسی بالا سر مون نبود، برا همین درست تربیت نشدیم، تو شرایط خوبی بزرگ نشدم و گذشته خوبی ندارم، خیلی آسیب دیدم.» (شماره ۱۳: ۵۱ ساله، با ۲۷ سال زندگی مشترک). آسیب‌های حاصل از محرومیت‌های مالی و عاطفی همسر در دوران کودکی نیز که از آشفته‌گی خانواده نشأت گرفته

است، با تأثیر منفی بر تعاملات همسر با زن و فرزندان موجب ایجاد اختلال در تأمین نیازهای عاطفی زن و فرزندان و اختلال در آرامش در زندگی زناشویی شده است.

«الگوپذیری از رفتارهای نادرست» والدین نیز با تأثیر بر تعاملات همسر با زن و فرزندان در اختلال در آرامش نقش داشته است. «تربیت خانوادگی خیلی مهمه، شوهر من به شدت مثل پدرشه، رفتاراش عین پدرشه، این خیلی مهمه که فرد تو چه سیستم تربیتی بار اومده. همون رفتارهایی که پدرش با مادرش داشته و داره، الان با من داره.» (شماره ۴۳: ۳۵ ساله، با ۱۲ سال زندگی مشترک).

### شکاف بین هست‌ها و خواست‌ها

مقوله «شکاف بین هست‌ها و خواست‌ها» بیان‌گر عدم مطلوبیت وضعیت موجود بر اساس خواسته‌های مورد نظر زنان و نقش آن در اختلال در آرامش در زندگی زناشویی است که ابعاد مفهومی آن در نمودار ۵ نشان داده شده و در ادامه به تفصیل بیان شده است.



نمودار ۵. نمودار مفهومی مقوله «شکاف بین هست‌ها و خواست‌ها»





### انتظارات و نیازهای بی‌پاسخ

مقوله «انتظارات و نیازهای بی‌پاسخ» بیان‌گر نیازها و انتظارات تأمین نشده‌ای است که منجر به اختلال در آرامش در زندگی زناشویی شده‌اند.

«نارضایتی عاطفی زن» از مهم‌ترین عوامل اثرگذار بر آرامش زنان بوده است. کم‌توجهی عاطفی همسر به زن که نمودهای متفاوتی داشته است و فقدان عشق و علاقه در تعاملات همسران موجب نارضایتی عاطفی زن شده و او را با عدم احساس امنیت در تأمین نیازهای عاطفی از جمله نیاز به عشق و محبت مواجه ساخته و به این ترتیب به اختلال در آرامش در زندگی زناشویی منجر شده است. بی‌توجهی همسر نسبت به انتظارات عاطفی زن و عدم ابراز محبت کلامی و رفتاری نیز از دلایل تأمین نشدن نیازهای عاطفی بوده است. «مردها فکر می‌کنن ما ازشون می‌خوایم کار کنن، اما این طور نیست. من بارها به شوهرم گفتم وقتی مهمون داریم، بیا تو آشپزخونه دو دقیقه کنارم وایسی برام کافیه. اون حمایت عاطفی رو می‌خوام، ولی شوهرم اینو درک نمی‌کنه که اون حمایت و درک محبت‌آمیزه که به من آرامش می‌ده.» (شماره ۲۴: ۳۱ ساله، با ۱۳ سال زندگی مشترک).

از دیگر مسائل منجر به اختلال در آرامش زنان، «نارضایتی جنسی همسران» بوده است. زنان دلایل مختلفی برای نارضایتی جنسی بیان کرده‌اند که هر یک با ایجاد اختلال در تأمین نیاز جنسی آنان بر کاهش آرامش اثرگذار بوده است. لذت‌نبردن زن از رابطه جنسی و سردی و بی‌میلی جنسی همسر موجب تأمین نشدن نیاز جنسی زن و هم‌چنین نگرانی او درباره وضعیت رابطه همسری شده و از این طریق بر کاهش آرامش زن اثر داشته است. در مواردی نیز استمرار سردی و بی‌میلی همسر، موجب ایجاد احساس حقارت ناشی از یک‌طرفه بودن درخواست رابطه در زن شده و او را به سوی قطع رابطه سوق داده است. علاوه بر این سردی و بی‌میلی جنسی زن نیز، از سویی موجب تأمین نشدن نیاز جنسی همسر شده و بر تعاملات همسران تأثیر منفی داشته است و از سوی دیگر نیز موجب ایجاد نگرانی در زن نسبت به روی آوردن همسر به روابط خارج از خانواده شده است و به این ترتیب در آرامش او اختلال ایجاد کرده است. «از نظر جنسی به مقدار بی‌میلی و سردی دارم و از این جهت باهم مشکل داریم. وقتی خواسته مرد رو انجام ندی، عصبی می‌شه و لجبازی می‌کنه، مقصر خودمم و این خیلی تأثیر گذاشته رو زندگیمون. من با اینکه به شوهرم کاملاً اعتماد دارم، چون از این نظر مشکل داریم، همیشه این ترس و نگرانی رو دارم که نکنه شوهرم بره سراغ یه زن دیگه.» (شماره ۲۶: ۲۹ ساله، با ۱۲ سال زندگی مشترک).

«حامی و تکیه‌گاه نبودن همسر» و احساس نداشتن پشتوانه در زندگی موجب عدم تأمین نیاز زن به تعلق و وابستگی شده و در مواردی از موانع اصلی آرامش زنان در زندگی زناشویی بوده است. «آدم تا زمانی که ازدواج نکرده به کسی وابسته نیست؛ ولی وقتی ازدواج می‌کند و انتظار دارد که همسرش حامی و تکیه‌گاهش باشد و در عمل می‌بیند که نیست و انگار بودنبودش فرقی برا آدم ندارد، احساس تنهایی و خلأ بزرگی به آدم دست می‌دهد، منشأ اصلی اضطراب من همین احساس تنهایی و پشتیبان نداشتن تو زندگی.» (شماره ۴۳: ۳۵ ساله، با ۱۲ سال زندگی مشترک).

«از بین رفتن تعهد و وفاداری همسر» و برقراری روابط خارج از چهارچوب خانواده توسط او از عواملی بوده است که موجب اختلال جدی در تأمین نیاز زن به احساس امنیت نسبت به تعلق خاطر و وابستگی همسر به او شده و به آرامش و امنیت زنان در زندگی زناشویی آسیب وارد کرده است. در مواردی نیز نگرانی از انحراف و خیانت همسر با وارد کردن خدشه به احساس امنیت زنان نسبت به تعهد و وفاداری همسر موجب کاهش آرامش آنان شده است. این نگرانی در برخی موارد ریشه در وضعیت نامناسب جامعه و وجود شرایط زمینه‌ساز انحراف در آن، داشته است و در مواردی نیز از حمایت‌های قانونی از مردان در ازدواج مجدد نشأت گرفته است. «من می‌دونم که شوهرم اهل ازدواج موقت و مجدد نیست، اما همین که می‌بینم قانون از مردها حمایت می‌کند تو این قضیه، همیشه به نگرانی و ترسی ته دلم هست که نکنه یه روز این کار رو به کنه.» (شماره ۱۸: ۴۵ ساله، با ۲۲ سال زندگی مشترک).

«اختلال در ارتباط صمیمانه همسران» به صورت‌های مختلفی بر کاهش و از بین رفتن آرامش همسران مؤثر بوده است. برخی زنان خراب شدن رابطه با همسر را از مهم‌ترین عوامل سلب آرامش توصیف کرده‌اند. «مهم‌ترین چیزی که آرامشمو از بین می‌بره خراب شدن رابطه‌م با شوهرمه و هیچی جای رابطه با شوهرم نمی‌گیره که بخواد اون آرامشو به هم بده.» (شماره ۲۰: ۲۹ ساله، با ۴ سال زندگی مشترک). اختلال در ارتباط کلامی به دلیل صحبت نکردن همسر مانع نزدیکی و انس بیشتر همسران و در نتیجه تأمین نشدن نیاز همسران به انس و صمیمیت با یکدیگر شده است. علاوه بر این صحبت نکردن همسر سبب مواجهه زن با ابهام در تعامل با همسر و در نتیجه کاهش آرامش بوده است. صحبت نکردن زن با همسر به دلیل برخورد نامناسب او نیز عامل دیگر اختلال در ارتباط کلامی و کاهش آرامش بوده است. «با این آدم اصلاً نمی‌تونم حرف بزنم؛ یه کلمه حرف می‌زنی یا یه چیزی ازش در می‌آره یا یه چیزی از گذشته‌ها پیش می‌کشه؛ همه چی رو با دادوبیداد برخورد می‌کنه، برای همین اصلاً جرأت نمی‌کنم باهاش حرف بزنم.» (شماره ۴۳: ۳۵ ساله، با ۱۲ سال زندگی مشترک). هم‌چنین عدم صرف



زمان همسر با زن از طریق افزایش فاصله همسران موجب عدم تأمین نیاز آنان به انس و صمیمیت باهم شده و بر کاهش آرامش زنان مؤثر بوده است.

از دیگر عواملی که بر اختلال در آرامش زنان در زندگی زناشویی تأثیر بسزایی داشته است، «عدم همدلی، همراهی و همیاری همسر با زن» بوده که موجب اختلال در تأمین نیازهای مختلف زن از جمله نیاز به مساعدت، مهرطلبی و همدردی و در نتیجه کاهش آرامش شده است. بسیاری از زنان از عدم همدلی همسر در شرایط دشوار از جمله بارداری، زایمان و بیماری ابراز ناراضی کرده‌اند. احساس تنهایی در مواجهه با مشکلات و عدم همراهی همسر با زن در حل مسائل و مشکلات زندگی از دیگر مواردی بوده است که زنان به آن اشاره کرده‌اند. «هیچ‌وقت کنار من نبوده، هیچ‌وقت موقع مشکلات احساس نکردم که با من همراه و می‌تونم روش حساب کنم. همیشه مسائل و مشکلاتم رو به تنهایی حل کردم.» (شماره ۴۸: ۳۵ ساله، با ۱۹ سال زندگی مشترک). زنان هم چنین عدم همیاری و همکاری همسر در مسئولیت‌های زندگی را موجب خستگی و دلسردی خود و کاهش آرامش طی زندگی زناشویی بیان کرده‌اند.

«اهمیت ندادن و بی‌توجهی همسر به زن» در زمینه‌های مختلف از موانع مهم آرامش در زندگی زناشویی بوده است. اهمیت ندادن همسر به نظرات زن که مشورت نکردن یکی از مصادیق آن بوده است، با ایجاد این ذهنیت برای زن که همسرش جایگاهی برای او در زندگی قائل نیست، موجب آزرده‌گی خاطر و ناراضی از همسر و در نتیجه کاهش آرامش شده است. علاوه بر این بی‌توجهی همسر به نظرات زن موجب تأمین نشدن برخی انتظارات و خواسته‌های او شده است. بی‌توجهی همسر به علایق، انتظارات و خواسته‌های زن از طریق عدم تأمین نیازها و خواسته‌های او در زندگی زناشویی بر اختلال در آرامش زنان مؤثر بوده است. زنان هم چنین از بی‌توجهی همسر به نیازهایشان و احساس نادیده گرفته شدن سخن گفته‌اند. «من هیچم تو این زندگی، اصلاً منو نمی‌بینه، هیچی حسابم نمی‌کنه. الان برای پام که مشکل داره می‌گم دکتر گفته هفته‌ای سه جلسه برم استخر، می‌گه دکتر غلط کرده، استراحت کن خوب می‌شی. من انتظار دارم نیازهای منو به بینه. اگر مردی نیاز زنشو ببینه اون زندگی بهترینه.» (شماره ۵۳: ۴۴ ساله، با ۲۲ سال زندگی مشترک). از دیگر موارد بی‌توجهی همسر به زن، بی‌توجهی به زحمات و تلاش‌های زن در زندگی زناشویی بوده که موجب دلسردی و کاهش آرامش زن در زندگی زناشویی شده است. «دوست دارم بگه می‌دونم چقدر زحمت می‌کشی، نه اینکه بیاد بگه چی کار می‌کنی از صبح تا شب، یه غذا درست می‌کنی و یه جارو و گردگیری می‌کنی؛ اینا برای تو که مردی و آهن بلند می‌کنی کار نیست،

برای من که زنم، کاره. فقط بگن که ما می فهمیم تو زندگی ما دارید چی کار می کنید، تشکر نمی خواد بکنن؛ همین قدر برا دلخوشی آدم بسه.» (شماره ۴۰: ۵۶، ساله، با ۳۷ سال زندگی مشترک).

«رشد نکردن زن در زندگی» به دلایل مختلف مانع تأمین نیاز او به پیشرفت و خودشکوفایی شده است. برخی زنان از این که همسرشان به نحوی مانع رشد و پیشرفت آنها در زندگی شده است ابراز نارضایتی کرده و این مسئله را مانع آرامش در زندگی زناشویی بیان کرده اند. در مواردی نیز زنان خود را به خاطر رشد نکردن در زندگی مقصر دانسته اند. «اگر به مقدار بیشتر به فکر خودم بودم، الان احساس پشیمونی نمی کردم و آرامشم بیشتر بود همیشه خودمو برای دیگران فدا کردم. چیزی برای خودم ندارم و از این جهت خیلی احساس خلأ می کنم. مثلاً تحصیل خوب، شغل خوب، من اینارو ندارم و به خاطر زندگی ام از اینا گذشتم. آدم باید به اندازه فداکاری کنه، وقتی که شوهر آدم نمی بینه و قدر نمی دونه و می گه می خواستی نکنی.» (شماره ۲۴: ۳۱، ساله، با ۱۳ سال زندگی مشترک). برخی زنان نیز به رشد نکردن از نظر معنوی به دلیل ناهماهنگی فکری و اعتقادی همسر با خود اشاره کرده اند و آن را مانع آرامش بیان کرده اند. «الان آگه بیرسی اگر برگردی عقب باز با ایشون ازدواج می کنی، قاطعانه می گم نه. همسرم همفکرم نبود و برای همین تو زندگی از نظر معنوی رشدی نداشتم. به این خاطر همیشه ته دلم ناراضی هستم و احساس آرامش و خوشبختی نمی کنم.» (شماره ۳۱: ۴۷، ساله، با ۲۳ سال زندگی مشترک).

### مسائل و مشکلات همسر

مقوله «مسائل و مشکلات همسر» بیانگر نقش مشکلات و نگرانی های همسر در اختلال در آرامش زن در زندگی زناشویی است.

زنان آرامش خود را وابسته به آرامش همسر بیان کرده اند و «مشکلات نگران کننده همسر» با ایجاد نگرانی و اختلال در آرامش او، موجب اختلال در آرامش زن نیز شده است. «وقتی شوهرم یه مشکلی داره و ذهنش درگیره، منم نگران می شم. هر وقت آرامش اون بهم بریزه، منم بهم می ریزم.» (شماره ۱۱: ۲۹، ساله، با ۱۱ سال زندگی مشترک). بیماری همسر نمونه ای از مشکلات او بوده است که موجب نگرانی و اختلال در آرامش زن شده است.

### مسائل و مشکلات مربوط به فرزندان

مقوله «مسائل و مشکلات مربوط به فرزندان» بیانگر نقش مسائل و مشکلات مربوط به فرزندان در اختلال در آرامش زن در زندگی زناشویی است.



«نداشتن فرزند» و خلأ حاصل از آن موجب دغدغه‌مندی زن برای حل مشکل و فرزنددار شدن شده که اختلال در آرامش زن را به دنبال داشته است. علاوه بر این فقدان حضور فرزند در زندگی که بسیاری از زنان آن را مایه امید و دلخوشی توصیف کرده‌اند، موجب شده مشکلات رابطه همسری، نقش تخریبی عمیق‌تری در اختلال در آرامش داشته باشند که نتیجه آن تجربه فشارهای روانی شدیدتر در زنان بدون فرزند بوده است. «بالاخره بچه خودش یه انگیزه است، امید می‌ده به آدم، شاید اگه بچه داشتم وضعیت روحیم بهتر بود، مثلاً کارم به دارو خوردن و بستری نمی کشید.» (شماره ۳۸: ۵۳، ساله، با ۳۳ سال زندگی مشترک).

مسائل و مشکلات مربوط به زندگی فرزندان نیز از موانع مهم آرامش زنان بوده است، به طوری که بسیاری از زنان آرامش خود را در گرو آرامش فرزندان دانسته‌اند و «مشکلات فردی فرزندان» را موجب اختلال در آرامش خود بیان کرده‌اند. بیکاری فرزند یکی از این مشکلات بوده است. بیماری فرزند نیز به طرق مختلف بر کاهش آرامش زنان مؤثر بوده است که از جمله آن‌ها ناراحتی زن به دلیل ناراحتی فرزند از مشکلات ناشی از بیماری بوده است. «دخترم میگرن داره، سردردهای شدید می‌گیره، خیلی براش ناراحتم. اگه مشکل میگرن نداشت یا غصه چاقیش رو نمی خورد منم آرامشم بیشتر بود.» (شماره ۶۰: ۴۷، ساله، با ۲۷ سال زندگی مشترک).

«مشکلات زندگی خانوادگی فرزندان» هر یک به نوعی در تأمین نیازهای آنان اختلال ایجاد کرده و موجب اختلال در آرامش آنان و به تبع آن اختلال در آرامش مادران شده است. کمبودهای زندگی خانوادگی فرزندان، از جمله نداشتن فرزند، نداشتن مسکن، مشکلات در زندگی زناشویی و طلاق فرزند موجب ناراحتی و اختلال در آرامش زنان بوده است. «از زندگی ام راضی ام و اگر بچه‌هام مشکلی نداشته باشن آرامش دارم. اگر بچه‌هام ناراحتی داشته باشن منم ناراحت می‌شم، خوشحال باشن منم خوشحال می‌شم. بچه‌ها بزرگ می‌شن ازدواج می‌کنن یه دونه بچه می‌آرن غصه اون بچه رو هم آدم می‌خوره، چیزی کم داشته باشن غصه می‌خورم، بچه‌دار نمی‌شن غصه می‌خورم.» (شماره ۲۷: ۵۷، ساله، با ۴۵ سال زندگی مشترک).

«مسائل پرورشی و تربیتی فرزندان» نیز بر آرامش زنان اثرگذار بوده است. مسائل تحصیلی و آینده فرزندان، و نگرانی در مورد تربیت شایسته فرزندان در شرایط آسیب‌زای جامعه از مسائل مورد اشاره توسط زنان بوده است. «الان خیلی نگران دخترم هستم که تو این جامعه داره بزرگ می‌شه. هر روز می‌آد می‌گه دوستم فلان کار رو کرده، فلان چیز رو خریده و بعضی از این چیزا برا من قابل پذیرش نیست.»

دوست ندارم بچهام بی بندوبار بشه و این نگرانی‌ها آرامشم رو بهم می‌ریزه.» (شماره ۱۷: ۳۶ ساله، با ۱۶ سال زندگی مشترک).

### بحث و نتیجه‌گیری

در پژوهش حاضر درون‌مایه استخراج‌شده از مقولات، «اختلال در تأمین امنیت‌مدار نیازهای اعضای خانواده» بود که عامل اختلال در آرامش زنان در زندگی زناشویی بوده است. بنابراین کارکرد آرامش‌بخشی رابطه زناشویی که کارکرد خاص و بی‌بدیل این رابطه است، زمانی محقق می‌شود که فرد نسبت به تأمین نیازهای خود، همسر و فرزندان در خانواده احساس امنیت داشته باشد. نیاز به امنیت یکی از نیازهای اساسی انسان است که آرامش در زندگی زناشویی در گروی تأمین آن است؛ اما لزوم تأمین نیاز به امنیت، فراتر از لزوم تأمین امنیت به‌عنوان یک نیاز مستقل در کنار سایر نیازهاست؛ به بیانی نقش تأمین امنیت در آرامش‌بخشی در زندگی زناشویی مانند نقش تأمین سایر نیازها نیست؛ بلکه شرط نقش‌آفرینی سایر نیازها در آرامش‌بخشی، تأمین هر یک از آن‌ها توأم با احساس امنیت است. به بیانی دیگر زمانی تأمین یک نیاز مانند نیاز به محبت به آرامش می‌انجامد که توأم با احساس امنیت باشد. بنابراین برای آرامش در زندگی زناشویی لازم است تأمین همه نیازهای اعضای خانواده توأم با احساس امنیت باشد و هرگونه احساس ناامنی در تأمین هر یک از نیازها اختلال در آرامش را در پی خواهد داشت. بنابراین در مجموع بر اساس یافته‌های پژوهش حاضر، «تأمین امنیت‌مدار نیازهای اعضای خانواده» شرط اساسی آرامش در زندگی زناشویی است و بر این مینا می‌توان گفت:

از مهم‌ترین اهداف ازدواج رسیدن به آرامش است، اما برای رسیدن به این هدف لازم است:

- اولاً خانواده تأمین‌کننده همه نیازهایی باشد که انتظار می‌رود در خانواده تأمین شود؛
- ثانیاً نیازهای همه اعضای خانواده در بستر خانواده تأمین شود؛
- ثالثاً تأمین نیازها توأم با احساس امنیت و اطمینان خاطر باشد.

بر این اساس برای ایجاد و افزایش آرامش در خانواده، توجه به نکاتی در راستای این سه محور ضروری است:

#### ۱- تأمین همه نیازهای مورد انتظار

برای ایجاد آرامش در خانواده، لازم است خانواده تأمین‌کننده همه نیازهایی باشد که انتظار می‌رود در خانواده تأمین شود. به عبارتی اگر تأمین برخی نیازهای اعضای خانواده دچار مشکل شود، در آرامش



زن اختلال به وجود خواهد آمد. مدّ نظر قراردادن نکاتی در این زمینه می‌تواند در راستای نیل به این هدف یعنی تأمین همه نیازهای مورد انتظار و در نتیجه آرامش در زندگی زناشویی نقش بسیار مهمی داشته باشد:

الف- ضرورت شناخت خود قبل از انتخاب همسر: اولین گام برای تأمین نیازها در زندگی زناشویی، شناخت خود قبل از انتخاب همسر است. فرد باید شناخت دقیقی از ویژگی‌های خود از جنبه‌های گوناگون از جمله ویژگی‌های اخلاقی، شخصیتی، جنسیتی و خانوادگی، اهداف و آرمان‌های خود داشته باشد تا بر اساس این شناخت بتواند همه نیازهای خود را تشخیص دهد. در این صورت فرد می‌تواند در راستای تأمین نیازهای خود، ملاک‌های انتخاب همسر و اولویت آن‌ها را مشخص کند تا با انتخاب صحیح همسر، اساسی‌ترین گام را در راستای رسیدن به هدف اصلی ازدواج، یعنی کسب آرامش، بردارد.

ب- ضرورت شناخت فرد مورد نظر برای ازدواج: در گام بعد فرد با در نظر گرفتن ملاک‌های تعیین و اولویت‌سنجی شده برای انتخاب همسر، باید برای شناخت صحیح و همه جانبه فرد مورد نظر برای ازدواج تلاش کند تا بتواند با مقایسه ویژگی‌های فرد و ملاک‌های خود، نسبت به تأمین نیازهای خود در زندگی آینده با فرد مورد نظر، تا حد امکان اطمینان نسبی حاصل کند. شناخت فرد مورد نظر برای ازدواج از بعد دیگر نیز اهمیت دارد. فرد با شناخت ویژگی‌های فرد مورد نظر و نیازهای او از ابعاد مختلف باید خود را از نظر توانایی تأمین نیازهای او ارزیابی کند. به عبارتی، علاوه بر حصول اطمینان نسبی نسبت به تأمین نیازهای خود، از تأمین نیازهای او در زندگی آینده نیز اطمینان نسبی کسب کند.

ج- محور قرار گرفتن تأمین همه نیازها در تعاملات همسران: پس از ازدواج و در طی زندگی زناشویی، همسران باید تأمین همه نیازهای یکدیگر را اساس تعاملات زناشویی قرار دهند. از این رو باید اهتمام ویژه‌ای به شناخت هر چه بهتر از نیازهای خود و همسر در طی زندگی زناشویی و تأمین آن‌ها داشته باشند تا تأمین برخی نیازها با کم‌توجهی و اختلال مواجه نشود. بنابراین توجه همسران به ابعاد مختلف نیازهای یکدیگر و کسب مهارت‌های لازم برای تأمین همه جانبه نیازهای اعضای خانواده اهمیت ویژه‌ای دارد.

د- در نظر گرفتن تفاوت‌های فردی در اولویت نیازها: یکی از عواملی که نقش مهمی در تأمین نیازها و ایجاد آرامش در زندگی زناشویی دارد، در نظر گرفتن تفاوت‌های افراد در اولویت‌بندی نیازها است. نتایج پژوهش حاکی از تفاوت زنان در اولویت‌بندی نیازهاست. برای نمونه در حالی که عدم رشد و تکامل فردی در زندگی زناشویی از مهم‌ترین موانع آرامش برخی زنان در زندگی زناشویی بوده است، برای برخی

زنان رشد و تکامل فردی اهمیتی نداشته است. بنابراین هر یک از همسران با در نظر گرفتن درج اولویت نیازهای همسر خود، می‌تواند در تأمین نیازها و آرامش آفرینی برای او عملکرد مؤثرتری داشته باشد.

ه- نقش ساختارهای کلان در تأمین نیازها: توجه به این نکته ضروری است که تأمین برخی نیازها، به‌طور مستقل توسط خانواده امکان‌پذیر نیست و عوامل و ساختارهای خارج از خانواده تأثیر بسزایی در آن دارند. برای نمونه تأمین نیازهای اقتصادی که موجب احساس امنیت در تأمین نیازهای مادی می‌شود، به‌طور مستقیم به ساختارهای اقتصادی جامعه بستگی دارد. اگر شرایط اشتغال و اقتصاد در جامعه به‌گونه‌ای نباشد که سرپرست خانواده بتواند درآمد کافی برای تأمین هزینه‌های خانواده کسب کند، قادر به ایجاد امنیت اقتصادی در خانواده نخواهد بود و در نتیجه اعضای خانواده به سبب عدم تأمین نیازهای مادی از آرامش حاصل از احساس امنیت در حوزه تأمین نیازهای مادی محروم خواهند شد. علاوه بر این، در شرایطی که سرپرست خانواده برای تأمین هزینه‌های زندگی ناگزیر از روی آوردن به شغل دوم و سوم و در نتیجه اختصاص بخش اعظم ساعات شبانه‌روز به اشتغال است، فرصت و توان بسیار کمی برای صرف زمان و تعامل مؤثر با اعضای خانواده خواهد داشت که خود موجب اختلال در تأمین برخی نیازهای غیرمادی اعضای خانواده خواهد شد. بنابراین لازم است برنامه‌ریزی‌ها و سیاست‌گذاری‌های کشور در راستای تأمین نیازهای افراد جامعه به نحو احسن باشد. برای نمونه با توجه به این‌که مسائل مربوط به اشتغال و مشکلات و مضیقه اقتصادی از موانع مهم آرامش در زندگی زناشویی بوده است، نهادهای مربوط باید با رفع موانع اشتغال و مشکلات اقتصادی در تأمین نیازهای مادی اعضای خانواده بکوشند تا از این طریق بتوانند در جهت آرامش آفرینی در خانواده گامی مؤثر بردارند.

## ۲- تأمین نیازهای همه اعضای خانواده

برای ایجاد آرامش در خانواده لازم است نیازهای همه اعضای خانواده در بستر خانواده تأمین شود؛ به عبارتی اگر تأمین نیازهای برخی اعضای خانواده با مشکل مواجه شود، مانعی برای آرامش زن خواهد بود. در این راستا می‌توان به چند نکته اشاره کرد:

الف- ضرورت شناخت نیازهای همه اعضای خانواده: برای تأمین نیازهای همه اعضای خانواده اولین گام، شناخت نیازهاست. بنابراین همسران که با تولد فرزندان، عهده‌دار نقش جدید والدین می‌شوند، علاوه بر شناخت نیازهای یکدیگر، باید اهتمام ویژه‌ای به شناخت نیازهای فرزندان خود در مقاطع مختلف زندگی، که برحسب تمایزاتی از قبیل جنس، سن، خصوصیات شخصیتی و اخلاقی، متفاوت است داشته باشند تا از طریق شناخت هر چه بهتر بتوانند زمینه لازم را برای تأمین نیازهای یکدیگر





و فرزندان در خانواده فراهم نموده و در نتیجه آرامش ایجاد شده برای همه اعضای خانواده در پرتو تأمین نیازهایشان، به آرامش برسند.

ب- اهتمام اعضای خانواده به تأمین نیازهای یکدیگر: پس از شناخت نیازها لازم است همسران با در نظر گرفتن نیازهای یکدیگر و فرزندانشان در راستای تأمین نیازهای یکدیگر تلاش کنند و اهتمام به تأمین نیازهای هم را در تعاملات، محور قرار دهند. علاوه بر این خانواده‌ها باید تلاش کنند بستری مناسب برای تأمین نیازهای مختلف فرزندانشان پس از ازدواج و تشکیل خانواده فراهم کنند. برای نمونه تلاش خانواده‌ها برای آموزش مهارت‌های لازم برای زندگی زناشویی به فرزندان از گام‌های مؤثر در راستای تأمین نیازهای آنان در زندگی آینده و در نتیجه آرامش است.

ج- هویت جمعی خانواده: لزوم تأمین نیازهای همه اعضای خانواده برای آرامش زنان در زندگی زناشویی حکایت از اهمیت توجه به هویت جمعی خانواده دارد. زنان در بیان تجربه آرامش خود در زندگی زناشویی، علاوه بر بیان عوامل آرامش و اختلال در آرامش فردی، به عوامل و موانع آرامش همسر و فرزندان نیز به‌عنوان عوامل و موانع آرامش خود اشاره کرده‌اند و آرامش خود را در گروی آرامش همسر و فرزندان دانسته‌اند. بنابراین خانواده مرکب از اجزای پراکنده‌ای که در کنار هم گردآمده باشند نیست، بلکه جمع یگانه و پایداری است که هویت جمعی آن بر امور مختلف مربوط به آن حاکمیت دارد. بنابراین آرامش هر یک از اعضای خانواده مستقل از دیگری نبوده و وابسته به آرامش سایر اعضای خانواده است و این موضوع تبیین‌کننده اهمیت تأمین نیازهای همه اعضای خانواده است.

### ۳- امنیت‌مداری در تأمین نیازها

برای ایجاد آرامش در خانواده لازم است تأمین نیازهای اعضای خانواده توأم با احساس امنیت و اطمینان خاطر باشد. به عبارتی اگر اعضای خانواده نسبت به تأمین نیازهایشان در خانواده آسودگی خاطر نداشته و با احساس عدم ثبات و امنیت در این زمینه مواجه شوند، مانعی برای آرامش آنان خواهد بود. برای نمونه برخی زنان نگرانی از عدم تعهد و وفاداری همسر را از عوامل اختلال در آرامش بیان کرده‌اند که حاکی از اختلال در احساس امنیت زن نسبت به تأمین نیاز او به تعلق خاطر و وابستگی همسر به او بوده است. بنابراین نگرش و عملکرد همسران و فرزندان باید به‌گونه‌ای باشد که همواره ایجادکننده احساس امنیت و اطمینان خاطر برای اعضای خانواده در زمینه تأمین نیازهایشان باشد و در این شرایط است که از تمایزات اساسی رابطه زناشویی در قالب ازدواج دائم و تشکیل خانواده در مقایسه با سایر

روابط بین زن و مرد باهدف تأمین نیازهایشان، احساس امنیت در حریم خانواده است که آن را پناهگاهی منحصر به فرد برای آرامش خواهد ساخت.

در پایان پیشنهاد می‌شود نهادهای سیاست‌گذار در عرصه خانواده در تدوین قوانین و برنامه‌های حوزه زنان و خانواده، امنیت‌مداری در تأمین نیازهای اعضای خانواده را در اولویت قرار دهند. هم‌چنین مبنای محور قرارگرفتن شناخت نیازها و یادگیری مهارت‌های لازم برای تأمین نیازهای اعضای خانواده و نیز راهبردهای عملی برای تحقق امنیت‌مداری در تأمین نیازها در تدوین برنامه‌های آموزشی خانواده توسط نهادهای مختلف، می‌تواند نقش مهمی در آرامش‌آفرینی در زندگی زناشویی داشته باشد.

### منابع فارسی

- ابراهیمی، فرح. (۱۳۹۸). تأثیر انسجام خانوادگی بر فضای آرامش روانی زنان متأهل (مطالعه موردی معلمان زن متأهل در آموزش و پرورش منطقه ۵ تهران). پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه پیام نور، مرکز پرند.
- آرین‌فر، نیره، و رسولی، رؤیا. (۱۳۹۸). مدل معادلات ساختاری پیش‌بینی رضایت زناشویی بر اساس سلامت خانواده اصلی و متغیر میانجی ابعاد عشق. مطالعات زن و خانواده، ۷(۱)، ۱۳۹-۱۵۷.
- ایپیکچی، مریم. (۱۳۹۰). بررسی احکام آرامش‌بخش قرآن در حیطه نظام خانواده. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه فردوسی مشهد، دانشکده الهیات و معارف اسلامی.
- باستانی، سوسن، گلزاری، محمود، و روشنی، شهره. (۱۳۹۰). پیامدهای طلاق عاطفی و استراتژی‌های مواجهه با آن. خانواده‌پژوهی، ۷(۲)، ۲۵۷-۲۴۱.
- بانکی‌پورفرد، امیرحسین. (۱۳۹۰). آسیب‌شناسی نهاد خانواده در ایران با تأکید بر وضعیت ازدواج و طلاق، کتاب اندیشه‌های راهبردی، زن و خانواده، دبیرخانه نشست اندیشه‌های راهبردی، تهران: پیام عدالت، ۸۵۵-۸۳۴.
- برایمن، آلن. (۱۳۸۹). کمیت و کیفیت در تحقیقات اجتماعی. (هاشم آقابیک‌پوری، مترجم). تهران: جامعه‌شناسان.
- بهروان، حسین. (۱۳۸۸). مقایسه ابعاد و زمینه‌های احساس ناامنی در همسران عادی و ایثارگر نمونه موردی استان خراسان رضوی. زن در توسعه و سیاست، ۷(۲)، ۲۹-۵.
- تبریزی، منصوره. (۱۳۹۳). تحلیل محتوای کیفی از منظر رویکردهای قیاسی و استقرایی. علوم اجتماعی، ۲۱(۱)، ۱۰۵-۱۳۸.
- حاج‌خلیلی، فاطمه. (۱۳۹۳). آرامش مادر و نقش آن در آرامش خانواده. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده اصول دین، واحد قم.



- حاجیان مقدم، فاطمه. (۱۳۹۳). فراتحلیل مطالعات خانواده در زمینه عوامل مقوم و عوامل فرساینده خانواده ایرانی. پژوهش‌نامه زنان، ۱۵(۱)، ۴۰-۱.
- حسینی، سیدحسین، و عزیزی، مینا. (۱۳۹۵). بررسی قوانین و سیاست‌های حمایت از خانواده در دوران پس از انقلاب اسلامی ایران. مطالعات زن و خانواده، ۴(۱)، ۷-۳۴.
- حیدری هرستانی، فرشته. (۱۳۹۷). بررسی کیفی سازوکارهای آرامش روانی زنان متأهل در خانواده. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه علامه طباطبایی<sup>(۶)</sup>، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی.
- خطیبی، اعظم. (۱۳۹۴). بررسی نگرش زنان نسبت به عوامل مؤثر بر تحکیم خانواده. (پژوهشی در بین کارکنان زن دانشگاه‌های پیام نور استان همدان). مطالعات زن و خانواده، ۳(۱)، ۵۹-۹۲.
- سالاری فر، محمدرضا. (۱۳۸۸). خانواده در نگرش اسلام و روان‌شناسی. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- سازمان ثبت‌احوال کشور (۱۳۹۸). سالنامه آمارهای جمعیتی ۱۳۹۷. تهران: سازمان ثبت‌احوال کشور.
- فلیک، اووه. (۱۳۸۷). درآمدی بر تحقیق کیفی. (هادی جلیلی، مترجم). تهران: نی.
- مظاهری، محمدعلی، حیدری، محمود، و پوراعتماد، حمیدرضا. (۱۳۸۲). مقایسه بهداشت روانی در زوج‌های جشن‌های ازدواج دانشجویی و زوج‌های عادی. روان‌شناسی، ۷(۱)، ۷۲-۵۲.
- ملکوتی‌خواه، اسماعیل. (۱۳۹۰). معنانشناسی "میثاق غلیظ" در پیمان همسری و بررسی مؤلفه‌های بنیادین وفاداری به آن. مطالعات راهبردی زنان، ۱۳(۴)، ۱۱۱-۱۴۶.

## References

- Arianfar, N., & Rasouli, R. (1398). Structural equation modeling of the predicting marital satisfaction on the health of the main family and the mediatory variable of lovemaking styles. *Woman and Family Studies*, 7(1), 139-157 [In Persian].
- Banki Pourfard, A. (1390). Pathology of the family in Iran with emphasis on the status of marriage and divorce. In Sadeq Vaezi(Ed.), *Book of strategic thoughts, woman and family, Secretariat of the strategic thoughts conference* (pp. 834-855). Tehran: Payam-e Adalat [In Persian].
- Bastani, S., Golzari, M., & Rowshani, Sh. (1390). Emotional divorce and strategies to face it. *Family Studies*, 7(2), 257-241 [In Persian].
- Behravan, H. (1388). A Comparison of dimensions and indexes of insecurity feeling between normal and martyr wives: case of Khorasan Razavi province. *Woman in Development and Politics*, 7(2), 5-29 [In Persian].
- Bookwala, J. (2005). The role of marital quality in physical health during the mature years. *Journal of Aging and Health*, 17(1), 85-104.
- Bryman, A. (1389). *Quantity and quality in social research*, (H., Aghabeigpouri, Trans.). Tehran: Sociologists [In Persian].

- Christensen, A., Eldridge, K., Catta Preta, A. B., Lim, V. R., & Santagata, R. (2006). Cross cultural consistency of the demand/withdraw interaction pattern in couples. *Journal of Marriage and Family*, 68(4), 1029-1044.
- Diener, E., Gohm, C. L., Suh, E., & Oishi, S. (2000). Similarity of the relations between marital status and subjective well-being across cultures. *Journal of Cross-cultural Psychology*, 31(4), 419-436.
- Dillon, L. M., Nowak, N., Weisfeld, G. E., Weisfeld, C. C., Shattuck, K. S., Imamoğlu, O. E., Marina, B., Shen, J. (2015). Sources of marital conflict in five cultures. *Evolutionary Psychology*, 13(1), 147470491501300101.
- Dobrowolska, M., Groyecka-Bernard, A., Sorokowski, P., Yoo, G., Sorokowska, A. (2020). Global perspective on marital satisfaction. *Sustainability*, 12(21), 8817.
- Ebrahimi, F. (1398). *The effect of family cohesion on the atmosphere of peace of mind of married women (Case study of married female teachers in education in District 5 of Tehran)*, (Master's thesis). Payame Noor University, Parand Center, Iran [In Persian].
- Falconier, M. K., Jackson, J. B., Hilpert, P., & Bodenmann, G. (2015). Dyadic coping and relationship satisfaction: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 42, 28-46.
- Flick, Uwe. (1388). *An Introduction to qualitative research*, ( H. Jalili, Trans.). Tehran: Ney [In Persian].
- Graneheim, U. H., & Lundman, B. (2004). Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse education today*, 24(2), 105-112.
- Hajian moghadam, F. (1393). A Meta-analysis in family studies: strengthening and distorting factors in Iranians' families. *Pazhuheshname-ye Zanan (Women's Studies)*, 5(1), 1-40[In Persian].
- Hajkhalili, F. (1393). *Mother's calmness and its effect on the calmness of family from the viewpoints of the Quran and Hadith*, (Master's thesis). Master Thesis. Usul al-Din College, Qom, Iran [In Persian].
- Heidari Horestani, F. (1397). *Qualitative study of mechanisms of psychological tranquility of married women in the family*, (Master's thesis). Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran [In Persian].
- Hosseini, S. H., & Azizi, M. (1395). Analysis of "family institution" advocacy policies in Islamic Republic of Iran. *Women and Family Studies*, 4(1), 7-34 [In Persian].
- Ipekchi, M. (1390). *A study of the soothing rules of the Qur'an in the field of family system*, (Master's thesis). Ferdowsi University, Mashhad, Iran [In Persian].
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2020). Research on marital satisfaction and stability in the 2010s: challenging conventional wisdom. *Journal of Marriage and Family*, 82(1), 100-116.
- Khatibi, A. (1394). Survey of females' attitude toward factors affecting the family's strength (research done among women staff of Payam Noor



- University; Hamadan province). *Women and Family Studies*, 3(1), 59-92 [In Persian].
- Lincoln, Y. S., Guba, E. G. (1985). *Naturalistic Inquiry*. London: Sage.
- Malakoutikhah, I. (1390). Semantics of "misaq qaliz" and discussing its basic factors, and faithfulness in it. *Strategic Studies of Women*, 13(4), 146-111 [In Persian].
- Mazaheri, M. A., Heidari, M., & Pouratemad, H. R. (1382). Comparison of mental health in student couples of ordinary & mass marriages. *Psychology*, 7(1), 52-72 [In Persian].
- Mosmann, C., Wagner, A., & Féres-Carneiro, T. (2006). Marital quality: mapping concepts. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 16(35), 315-325.
- National Organization for Civil Registration. (1398). *Yearbook of demographic statistics 1397*. Tehran: National Organization for Civil Registration [In Persian].
- Salarifar, M. R. (1388). *Family in the view of Islam and psychology*. Qom: Research institute of hawzah and university [In Persian].
- Sayehmiri, K., Kareem, K. I., Abdi, K., Dalvand, S., & Gheshlagh, R. G. (2020). The relationship between personality traits and marital satisfaction: a systematic review and meta-analysis. *BMC Psychology*, 8(1), 15.
- Tabrizi, M. (1393). Qualitative content analysis from the perspective of deductive and inductive approaches. *Social Sciences*, 21(1), 138-105 [In Persian].
- Villa, M. B., & Del Prette, Z. A. P. (2013). Marital satisfaction: The role of social skills of husbands and wives. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 23(56), 379-388.
- Wagner, A., Mosmann, C. P., Scheeren, P., & Levandowski, D. C. (2019). Conflict, conflict resolution and marital quality. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 29, e2919.
- Whisman, M. A., & Baucom, D. H. (2012). Intimate relationships and psychopathology. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 15(1), 4-13.

**Original Research****The Obstacles of Tranquility in Marital Life From the View of Women**Shohre Rowshani<sup>1</sup> Nahle Gharavi Naeeni<sup>2</sup> Susan Bastani<sup>3</sup>**Abstract**

One of the main goals of marriage and family starting is to achieve tranquility. However, the analysis of the situation of families based on cases referred to counseling centers and family courts as well as the rising divorce rate show that marital life does not bring tranquility for many people. Therefore, as the impairment of the tranquility is a challenge in Iranian families' marital life and women tranquility has a special significance due to their educational role in the family, the purpose of the present study is to explain the obstacles of tranquility in marital life from the view of women. In this regard, utilizing qualitative method, 60 married women living in Tehran were interviewed by in-depth interviews. Through the content analysis of interviews, the factors that disturb the women's tranquility in marital life have been extracted in five main categories. Contextual conditions of "disruptive selection", "disruptive attitude", "disruptive performance", and "disruptive structure" lead to the realization of causal conditions of disruption of sense of tranquility that is "the gap between the assets and demands". The extracted content of the categories was the "disturbance in security-based fulfillment of the family members' needs" which is the factor of disturbance in women's tranquility in marital life.

**Keywords:** marital life, women's tranquility, security-based fulfillment of the family members' needs

<sup>1</sup> PhD, Women Studies, Assistant Professor in Department of Social Science and Development Studies, Women Research Center, Alzahra University, Tehran, Iran (Corresponding Author) sh.rowshani@alzahra.ac.ir

<sup>2</sup> PhD, Quran Sciences Professor in Department of Quran & Hadith Sciences, Faculty of Humanities, Tarbiat Modares University, Tehran, Iran

<sup>3</sup> PhD, Sociology, Professor in Department of Social Sciences, Faculty of Social Sciences and Economics, Alzahra University, Tehran, Iran

**Submit Date: 2020-06-26****Accept Date: 2020-12-19****DOI: 10.22051/JWFS.2020.31953.2461**