



تجربه زیسته زنان متأهل شاغل از کیفیت زندگی در دوران همه‌گیری ویروس کرونا

عباس جواهری^۱، مطهره وکیلی^۲، اکرم اسماعیلی^۳

چکیده

پژوهش حاضر باهدف بررسی تجربه زیسته زنان متأهل شاغل از کیفیت زندگی در دوران همه‌گیری ویروس کرونا به روش کیفی از نوع پدیدارشناسی انجام شد. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه زنان شاغل متأهل شهر تهران بود که تعداد ۱۳ نفر ایشان در اسفندماه سال ۱۴۰۰ به روش هدفمند و تارسییدن به اشباع نظری در مصاحبه عمیق نیمه ساختاریافته انتخاب و وارد پژوهش شدند. داده‌های پژوهش به روش هفت مرحله‌ای کلایزی تجزیه و تحلیل شد. یافته‌ها در ۴ مضمون اصلی و ۱۹ مضمون فرعی طبقه‌بندی شد که عبارتند از: مضمون اصلی فرصت‌های به دست آمده در دوران کرونا (با مضامین فرعی فراهم شدن فرصت حضور فیزیکی و روانی کنار فرزندان؛ فراهم شدن فرصت رشد فردی؛ فرصت قدرشناسی نسبت به خدا، خود، خانواده و شغل)، مضمون اصلی حمایت‌های دریافت شده در دوران کرونا (با مضامین فرعی مورد حمایت قرارگرفتن از طرف والدین؛ مورد حمایت قرارگرفتن در محل کار؛ مورد حمایت قرارگرفتن از سوی همسر)، مضمون اصلی چالش‌های خانوادگی در دوران کرونا (با مضامین فرعی افت تحصیلی فرزندان؛ عدم امکان مراقبت فیزیکی و حمایت عاطفی کافی از فرزندان؛ تشدید اختلافات با همسر؛ تشدید اختلافات با فرزندان؛ کاهش رابطه جنسی زوجین؛ احساس تنهایی؛ اضطراب از دست دادن به سبب کرونا) و مضمون اصلی چالش‌های شغلی در دوران کرونا (با مضامین فرعی نگرانی به دلیل درست انجام نشدن کارها؛ کاهش عملکرد و بازدهی شغلی؛ کاهش تمرکز در انجام امورات مربوط به شغل؛ افزایش وظایف شغلی به دلیل بیماری همکاران؛ فشار مالی و عدم حمایت مالی از طرف محل کار؛ تجربه احساسات منفی در خانه مانند مثل افسردگی، احساس بی‌کفایتی و سرزنش خود به دلیل عدم توانایی در انجام همزمان کارها). باتوجه به یافته‌ها می‌توان گفت که هرچقدر زنان متأهل شاغل از سرمایه‌های روان‌شناختی، اقتصادی و حمایتی بیشتری در حوزه کاری و خانواده خود برخوردار باشند، به همان نسبت می‌توانند مشکلات ناشی از دوران‌های بحران‌زا مثل دوران کرونا و آثار پس از آن را به‌طور اثربخش‌تری مدیریت کنند. همچنین غنی‌سازی محیط کار و خانواده در طول بحران کرونا، می‌تواند آمادگی زنان شاغل متأهل را در برابر بحران‌های مشابه در آینده افزایش دهد.

واژگان کلیدی: زنان شاغل، تجربه زیسته دوران کرونا، پدیدارشناسی، چالش‌های شغلی دوران کرونا، تعارضات کار و زندگی در دوران کرونا.

DOI: 10.22034/ijwf.2023.15618.2071

نوع مقاله: پژوهشی تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۱/۱۲ تاریخ بازنگری: ۱۴۰۲/۰۷/۰۱ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۷/۲۰

۱. استادیار گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه تهران، تهران، ایران. Email: javaheri.m@ut.ac.ir

ORCID ID: 0000-0003-4783-198X

۲. دانشجوی دکتری مشاوره، گروه مشاوره، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران. Email: motahareh.vakili@ut.ac.ir

ORCID ID: 0000-0001-9672-5759

۳. کارشناسی ارشد روان‌شناسی صنعتی و سازمانی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران. (نویسنده مسئول) Email: Akram_esmaily@atu.ac.ir

ORCID ID: 0000-0003-3444-5545

The Lived Experience of Working Married Women on the Quality of Life during the COVID-19 Pandemic

Abas Javaheri ¹, Motahereh Vakili ², Akram Esmaeili³

The present research was done with the aim of investigating the lived experience of working married women on the quality of life during the COVID-19 pandemic by using a qualitative method of phenomenology. The population of the research included all married working women in Tehran, 13 of whom were selected and included from March 2021 in a purposeful way until theoretical saturation was reached in an in-depth semi-structured interview. The data was analyzed by the seven-step Colaizzi method. The findings were classified into 4 main themes and 19 sub-themes as follows: the main theme of the opportunities obtained during the COVID-19 pandemic (including the sub-themes of providing the opportunity to be physically and mentally with children; providing the opportunity for personal growth; the opportunity to appreciate God, oneself, family and job), the main theme of support received during the COVID-19 pandemic (including the sub-themes of being supported by parents; being supported at the workplace; being supported by the spouse), family challenges in the COVID-19 pandemic (including the sub-themes of children's academic failure; the impossibility of physical care and sufficient emotional support for children; intensification of disputes with spouses; intensification of disputes with children; reduction of couples' sexual relations; feelings of loneliness; anxiety of loss due to the COVID-19 pandemic) and the main theme of career challenges in the COVID-19 pandemic (with sub-themes of worry for the right reason) not getting things done; reducing job performance and efficiency; reducing concentration in doing work-related matters; increasing job duties due to the illness of colleagues; financial pressure and lack of financial support from the workplace; experiencing negative feelings of staying at home such as depression; feelings of incompetence and self-blame due to inability to do things at the same time. According to the findings, it can be concluded that the more psychological, economic and supportive working women have in the field of work and family, the more they can deal with the problems caused by crisis times such as the Corona era and its aftermath. Manage more effectively. Additionally, enriching the work and family environment during the COVID-19 pandemic can increase the preparedness of married working women against similar crises in the future.

Keywords: working women, lived experience of the COVID-19 pandemic, phenomenology, career challenges of the COVID-19 pandemic, conflicts of work and life in the COVID-19 pandemic.

DOI: 10.22034/ijwf.2023.15618.2071

Paper Type: Research

Data Received: 2023/04/01

Data Revised: 2023/09/23

Data Accepted: 2023/10/12

1. Assistant Professor, Department of Counseling, Faculty of Educational Sciences and Psychology, University of Tehran, Tehran, Iran.

Email: javaheri.m@ut.ac.ir

ORCID ID: 0000-0003-4783-198X

2. Ph.D. Student in Counseling, Department of Counseling, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran.

Email: motahareh.vakili@ut.ac.ir

ORCID ID: 0000-0001-9672-5759

3. M.A. in Industrial and Organizational Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran. (Corresponding Author)

Email: akram_esmaili@atu.ac.ir

ORCID ID: 0000-0003-3444-5545

۱. مقدمه

در طول تاریخ و با صنعتی شدن جوامع، زنان نیز مانند مردان با کار در خارج از خانه به زندگی اقتصادی خانواده کمک کردند. (بابایی‌گیوی، نظری و محسن‌زاده، ۲۰۱۵) مطالعات و پژوهش‌های علوم اجتماعی نشان می‌دهد که دستیابی به توسعه پایدار بدون مشارکت فعال زنان امکان‌پذیر نیست و حضور زنان در همه عرصه‌های زندگی اعم از خانوادگی، اقتصادی و اجتماعی امری ضروری است (طاعتی، ۱۳۸۹). تحقیقات بیانگر آن است که اشتغال زنان دارای هر دو جنبه مثبت و منفی است. برخی زنان شاغل به خاطر شغلشان با مشکلات خانوادگی یا تعارضات کار و خانواده مواجه می‌شوند که این مشکلات، بر کیفیت اشتغال و زندگی آنان تأثیرگذار است (مقصودی، و بستان، ۱۳۸۳). زنان با اشتغال خود می‌توانند کیفیت زندگی را بالا ببرند و احساس استقلال داشته باشند. همچنین می‌توانند زمینه خودشکوفایی، توانمندسازی، افزایش اعتماد به نفس و افزایش ارتباطات را فراهم سازند (ترکمن و فتحی، ۱۳۹۵). در واقع، کار می‌تواند منبعی برای رشد فردی زنان و همچنین، در مقابل، منبعی برای ایجاد استرس‌های روزمره باشد. (عباسی اسفجیر و امیری موسوی، ۲۰۱۸). با بررسی پژوهش‌های صورت گرفته در داخل و خارج از کشور می‌توان گفت که برخی مطالعات تأثیری از اشتغال زنان بر رضایت زناشویی را نشان نمی‌دهند در حالی که برخی دیگر از مطالعات نشان داده‌اند که رضایت زناشویی در زنان شاغل در مقایسه با زنان خانه‌دار کمتر است. در مقابل، مطالعاتی نیز نشان دهنده تأثیر مثبت اشتغال زنان بر رضایت زناشویی بوده است (ر.ک.، دابون، ۲۰۱۴؛ روتز، ۲۰۱۶؛ فرجی‌پاک، خجسته‌مهر و امیدیان، ۱۳۹۹).

حجم کاری زیاد و خسته‌کننده می‌تواند موجب بروز شکایات‌های روان‌تنی زیادی در زنان شاغل شود. (هیومیدا، ۲۰۱۲) پژوهش‌ها بیانگر آن است که اضطراب، شکایات جسمانی و افسردگی در زنان شاغل بیشتر از زنان خانه‌دار است (خانقاهی، بامدی و خوش‌دل دریا ساری، ۱۳۹۸). معمولاً زنان به نسبت مردان استرس کاری بیشتری را تجربه می‌کنند (لیان و تام، ۲۰۱۴) و شرایط کاری

1. Babaeigivi, R., Nazari, A. M., & Mohsenzadeh, F.
2. Abbasi Asfajir, A. A., & Amiri Mousavi, S. S.
3. Dabone, K. T.
4. Rotz, D.
5. Humaida, I. A. I.
6. Lian, S. Y., & Tam, C. L.

استرس‌زا، اضافه‌کاری و عدم حمایت می‌تواند بر سلامت جسمانی و روانی کارکنان زن تأثیر منفی بگذارد (خانقاهی، و همکاران، ۱۳۹۸). زنان به دلیل مقتضیات زمانه خود علاقه‌مند یا ناچار به مشارکت در جامعه و مشاغل هستند و از آنجا که وظیفه فرزندآوری برعهده آنهاست، ممکن است داشتن نقش‌های چندگانه در یک زمان واحد بر نقش و فرایند مادری آنها تأثیرگذار باشد و آنها را با تعارضات کار و خانواده روبه‌رو سازد (صادقی و شهبابی، ۱۳۹۶). زنان شاغل فشار مضاعفی را متحمل می‌شوند؛ زیرا علاوه بر مسئولیت‌های مرتبط با خانه باید بار مسئولیت شغلی و اجتماعی را نیز به دوش بکشند. بنابراین، احتمال تداخل نقش‌های خانوادگی و شغلی در آنها بالاست (اسحاقی، محبی، پاپی‌نژاد و جهاندار، ۱۳۹۳). در واقع از جمله مسائلی که زنان با کار در خارج از منزل با آن مواجه می‌شوند، تنش‌های ناشی از دوگانگی نقش است (لیان و تام، ۲۰۱۴). همه‌گیری ویروس کرونا، دسامبر سال ۲۰۱۹ در یوهان چین شیوع پیدا کرد و سپس بسیاری از مناطق جهان را آلوده ساخت. شیوع ویروس کرونا مانند همه‌گیری‌های گذشته، تأثیر عمیقی بر کیفیت زندگی افراد جامعه گذاشت (بوسراپ، مک‌کنی و الکیولی، ۲۰۲۰) و به دنبال پیامدهای منفی روان‌شناختی، اجتماعی و اقتصادی آن، سلامت جسمی و روانی افراد جامعه به خطر افتاد (عزیزی و بشریور، ۱۳۹۹). از جمله موارد تأثیرگذار در تغییر سبک زندگی افراد جامعه می‌توان به اقدامات ناشی از جلوگیری انتشار ویروس کرونا اشاره کرد؛ چراکه با ادامه همه‌گیری ویروس کرونا، بسیاری از کشورها، ناچار به اتخاذ تدابیر خاص جهت کاهش یا مهار انتقال این بیماری شدند. این تدابیر شامل تشویق به در خانه ماندن یا قرنطینه، اتخاذ فاصله اجتماعی مناسب، اعمال محدودیت‌های مسافرتی، تعطیل شدن مدارس و برخی از مشاغل یا اشتغال به صورت دورکاری بود. این اقدامات که در کوتاه‌مدت سبب کنترل شیوع ویروس کرونا شد؛ تأثیرات عمیقی را نیز بر زندگی افراد جامعه گذاشت.

انسان در طول تاریخ، همواره با بحران‌هایی شبیه همه‌گیری ویروس کرونا مواجه بوده است و از آنجایی که آمادگی مناسبی جهت این رویارویی کسب نکرده، زندگی کاری و خانوادگی آنها تحت تأثیر این بحران‌ها قرار می‌گیرد. با توجه به اهمیت نقش زنان در خانواده و جامعه، تأثیرات بحران کرونا بر زنان نیازمند بررسی دقیق‌تری است؛ زیرا وضعیت روانی مطلوب زنان، زیربنای سلامت خانواده‌ها و جوامع است (مک‌کیان، ۲۰۰۸). مطابق

با پژوهش‌های انجام شده در دوران کرونا و بحران‌های مشابه، زنان شاغل در طول همه‌گیری، در معرض هزینه‌های جسمانی و روانی بیشتری نسبت به مردان بوده‌اند (بلاسکو و پاپادیمیتریو،^۱ ۲۰۲۰؛ ونهام، اسمیت، مورگان و گراپ،^۲ ۲۰۲۰)، تعارضات کار و خانه بیشتری را در دوران کرونا نسبت به گذشته تجربه کردند (عفونه، و همکاران،^۳ ۲۰۲۲) و در مجموع، رضایت آنها از کار و زندگی در دوران کرونا کاهش یافته بود (ولانداری، شولیهان، نیبلا و کالویت،^۴ ۲۰۲۱).

پژوهش‌های دوران بحران نیز نشانگر تغییراتی در دو حوزه زندگی کاری و خانوادگی همه افراد به‌ویژه زنان بوده است. در این مورد، نتایج یک پژوهش نشان داد که خانواده‌های دارای کودک و نوجوان در دوران کرونا به توجه بیشتری نیازمندند. از آنجایی که مادران نقش مؤثرتری را در مراقبت از فرزندان برعهده دارند، استرس‌های مادران نیز در این دوران افزایش یافت (فرهادی و غلام‌نظری،^۵ ۱۴۰۰). بر این اساس، شیوع ویروس کرونا، نیاز به مراقبت را در خانواده‌ها افزایش داده است. خانواده‌هایی که اعضای آن کار می‌کنند یا فرزندی دارند، در این دوران بیشتر تحت فشار قرار گرفتند و این، در حالی است که بار اصلی مراقبت از اعضای خانواده بر عهده زنان است (مانزلو و مینلو،^۶ ۲۰۲۰؛ یوردینالا و تاور،^۷ ۲۰۱۹).

نتایج پژوهش موستاری و رحمان^۸ (۲۰۲۰) نشان داد که تأثیرات منفی کرونا بر وضعیت اقتصادی و اجتماعی، موجب تأثیر بر معنای زندگی زنان شده است. یافته‌های پژوهش استکی^۹ (۲۰۲۱) نیز بیانگر این است که اضطراب ناشی از ویروس کرونا بر عزت نفس و رضایت از زندگی زنان تأثیر معکوس و معناداری دارد. همچنین، آسین، گانزاله، کاستلانو و مونز^{۱۰} (۲۰۲۱) در پژوهش خود نشان دادند تجربه قرنطینه در دوران کرونا، پیامدهای روانی مانند افسردگی، بالا رفتن سطح اضطراب، استرس پس از سانحه، بی‌خوابی و تحریک‌پذیری را به دنبال داشته است (بالورکا، و همکاران،^{۱۱} ۲۰۲۰؛ کو، و همکاران،^{۱۱} ۲۰۲۰).

1. Blaskó, Z., Papadimitriou, E., & Manca, A. R.
2. Wenhams, C., Smith, J., Morgan, R., & Group, G.
3. Affouneh, S., & et al
4. Wulandari, B., Sholihah, K. U., Nabila, T., & Kaloeti, D. V. S.
5. Manzo, L. K. C., & Minello, A.
6. Urdinola, B. P., & Tovar, J. A.
7. Mustari, S., & Rahman, M. Z.
8. Esteki, S.
9. Ausín, B., González-Sanguino, C., Castellanos, M. Á., & Muñoz, M.
10. Balluerka, N., & et al
11. Ko, N-Y., & et al

زنان شاغل در مقایسه با زنان خانه‌دار، با چالش‌های شغلی نیز در دوران کرونا روبه‌رو شدند؛ به طوری که نتایج تحقیقات کوچهر و باروسو^۱ (۲۰۲۰) و کریستال و یاش^۲ (۲۰۲۰) نشان می‌دهد که شیوع کرونا، مادران شاغل را بیش از پدران، در معرض ازدست‌دادن شغل خود قرار داده است. بنابراین، نگرانی‌های شغلی زنان نیز در دوران کرونا افزایش یافته است. در زمان شیوع بحرانی مثل کرونا، تغییر در وضعیت خانواده‌ها و ارتباطات زوجین مشاهده می‌شود به طوری که پژوهش‌ها نشان می‌دهند، احتمال بروز خشونت خانگی در این دوران افزایش یافته است (ر.ک.، پترمن، و همکاران،^۳ ۲۰۲۰؛ یوشر، بولار، بوركین، گیامفی و جسکون،^۴ ۲۰۲۰). همچنین امیزو^۵ (۲۰۲۰) در پژوهش خود بیان کرده است که به دنبال شیوع ویروس کرونا تعداد زنان قربانی خشونت جسمی و جنسی خانگی به طور قابل توجهی افزایش یافته است. مطالعه دیگری نشان می‌دهد که زنان در طول شیوع کرونا تجربه تنهایی بیشتری در زندگی مشترک داشتند (لاسادا بالتار، و همکاران،^۶ ۲۰۲۰). بنابراین، انتظار می‌رود با توجه به اینکه کار و خانه دو حوزه جداگانه از یکدیگر نیستند بلکه بسیار با یکدیگر مرتبط و با هم در تعامل می‌باشند (گیورس و دموروتی،^۷ ۲۰۰۳) زنان شاغل چالش‌های شغلی بسیاری را در این دوران تجربه کنند. طبق گزارش سازمان جهانی کار، در دوران رکود اقتصادی ناشی از کووید ۱۹، زنان شاغل بیش از مردان در معرض از دست دادن شغل بودند (سازمان جهانی کار،^۸ ۲۰۲۰). با توجه به اینکه زنان شاغل با وظایف و مسئولیت‌های متعددی روبه‌رو هستند، اهمیت بررسی چالش‌ها و فرصت‌های آنها در زمان رخ دادن بحران‌هایی مانند همه‌گیری ویروس کرونا دوچندان می‌شود.

کلیشه‌های جنسیتی از جمله عواملی است که در انطباق‌پذیری و سازگاری فرد با جامعه نقش زیادی دارد. (براون و دی،^۸ ۲۰۰۶) در شرایط بحرانی نقش کلیشه‌ها تشدید می‌شود؛ در واقع هنگامی که فرد در یک موقعیت با چندین نقش مواجه می‌شود، کلیشه جنسیتی غلبه دارد. در این شرایط هرچه محیط‌ها تفکیک شده‌تر باشد، تفکیک نقش‌ها ساده‌تر است.

1. Kochhar, R., & Barroso, A.
2. Kristal, T., & Yaish, M.
3. Peterman, A., & et al
4. Usher, K., Bhullar, N., Durkin, J., Gyamfi, N., & Jackson, D.
5. Emezue, C.
6. Losada-Baltar, A., & et al
7. Geurts, S.A.E., & Demerouti, E.
8. Brown, R. P., & Day, E. A.

در دوران قرنطینه ناشی از شیوع کرونا باتوجه به اینکه اغلب نقش های اجتماعی با هم ترکیب شدند، مدیریت این نقش ها دشوار بود در نتیجه، رفتار متناسب با جنسیت اولویت داشت (فلاحتی و محبوبی شریعت پناهی، ۱۴۰۰؛ هارت و میت، ۲۰۲۰). تمایل روزافزون زنان به اشتغال خارج از مرزهای خانواده، باعث می شود وظایف متعددی را عهده دار شوند و چون تعامل مثبت و منفی بین کار و خانه موضوع مهمی است و آگاهی از اینکه این تعامل ممکن است منجر به بروز مشکلات یا فرصت هایی برای خانواده ها، کارکنان، سازمان ها و جامعه شود، بررسی عوامل مؤثر در تجربه زنان شاغل اهمیت زیادی دارد (وستمن و پیوتروسکی، ۱۹۹۹).

با بروز بحران هایی همچون همه گیری ویروس کرونا، تعادل های ایجاد شده در زندگی زنان شاغل با تغییرات بسیاری روبه رو می شود. بنابراین، بازگشت به شرایط قبل از بحران، حل مشکلات ایجاد شده و همچنین پیش بینی و آمادگی برای رویارویی با بحران های احتمالی بعدی، نیازمند بررسی عمیق تجارب زنان شاغل در این دوران است. باتوجه به اینکه تحقیقات کیفی پدیدارشناسی، تجارب افراد از یک رویداد را به طور عمیق بررسی می کند در انجام پژوهش حاضر از روش کیفی استفاده شد. پژوهش حاضر باهدف بررسی تجارب زیسته زنان شاغل از کیفیت زندگی کاری و خانوادگی در دوران کرونا انجام شد. در این پژوهش تلاش شده است تا چالش ها و فرصت های به وجود آمده در محیط کاری و خانوادگی زنان متأهل و شاغل و تعامل این دو با یکدیگر در دوران همه گیری ویروس کرونا به طور عمیق بررسی شود. باتوجه به اینکه پژوهش های این حوزه تاکنون فقط بر چالش های خانوادگی زنان تمرکز داشته اند، خلأ پژوهشی در حوزه مسائل کاری و تعامل مسائل خانوادگی و شغلی زنان وجود دارد. براین اساس، مطالعه تجارب زیسته زنان شاغل در دوران همه گیری ویروس کرونا می تواند ابعاد گوناگون چالش های ناشی از تأثیرگذاری بحران های همه گیری را بر زنان شاغل روشن سازد.

۲. شیوه اجرای پژوهش

۲-۱. روش پژوهش

پژوهش حاضر باهدف بررسی تجربه زیسته زنان متأهل شاغل از کیفیت زندگی در دوران همه‌گیری ویروس کرونا به روش کیفی از نوع پدیدارشناسی انجام شد. برای تضمین اعتبار یا صحت یافته‌های به دست آمده از طریق مصاحبه در روش پدیدارشناسی از معیارهای الگوی گوبا و لینکلن^۱ (۱۹۸۹) شامل باورپذیری^۲، اطمینان‌پذیری^۳، تأییدپذیری^۴ و انتقال‌پذیری^۵ تبعیت گردید. در پژوهش حاضر سعی شد با اختصاص زمان کافی برای جمع‌آوری داده‌ها، تلفیق روش‌ها و بازنگری شرکت‌کننده‌ها، این اصول مهم رعایت شود. بازنگری شرکت‌کنندگان به این ترتیب بود که فایل‌های مربوط به مصاحبه هر شرکت‌کننده بعد از پیاده‌سازی در اختیار آنها قرار گرفت تا هرکجا لازم است توضیحی به آن اضافه کنند یا در صورت مغایرت، از متن مصاحبه حذف یا اصلاح شود. به منظور رعایت اصل تأییدپذیری داده‌ها، تلاش شد از هرگونه سوگیری در فرایند مصاحبه و استخراج نتایج پرهیز شود و برای افزایش قابلیت اطمینان‌پذیری از نظرات گروه پژوهش استفاده شد.

برای تحلیل داده‌ها، متن مصاحبه‌ها باروش هفت مرحله‌ای کلایزی تجزیه و تحلیل شد. هفت مرحله کلایزی عبارت است از: نوشتن متن مصاحبه‌ها و خواندن مکرر مصاحبه‌ها برای دستیابی به یک مفهوم کلی؛ استخراج جملات مهم و مرتبط با تجربه زیسته افراد مصاحبه‌شونده با بررسی متون پیاده‌سازی شده مصاحبه‌ها؛ فرموله کردن معانی مهم جملات یعنی، استخراج کدهای مهم با توجه به جملات؛ قراردادن معانی استخراج شده مرتبط به هم در خوشه‌هایی باعنوان زیر مضمون و یا زیر طبقه؛ تلفیق نتایج زیر طبقات در قالب یک توصیف جامع توسط پژوهشگر؛ فرموله کردن توصیف جامع به منظور رسیدن به ساختار ذاتی پدیده برای دستیابی به طبقه‌ها یا مضامین اصلی؛ اعتبارسنجی نهایی یافته‌ها (مارو، رودریگز و کینگ، ۲۰۱۵).

1. Guba, E. G., & Lincoln, Y. S.

2. Credibility

3. Dependability

4. Confirmability

5. Transformability

6. Morrow, R., Rodriguez, A., & King, N.

۲-۲. جامعه و نمونه آماری

جامعه آماری پژوهش شامل کلیه زنان شاغل متأهل شهر تهران بود که تعداد ۱۳ نفر از ایشان از اسفندماه سال ۱۴۰۰ به روش هدفمند و تا رسیدن به اشباع نظری در مصاحبه عمیق نیمه ساختاریافته انتخاب و وارد پژوهش شدند. ملاک ورد افراد به پژوهش عبارت بود از: متأهل بودن، اشتغال بیرون از خانه به صورت تمام وقت؛ رضایت از مشارکت در پژوهش؛ سکونت در شهر تهران؛ نداشتن عارضه جسمی بارز یا اختلال روانی. مدت زمان هر مصاحبه از ۶۰ دقیقه تا ۱۹۰ دقیقه طول کشید.

۳. یافته‌های پژوهش

جدول ۱

اطلاعات جمعیت‌شناختی نمونه پژوهش

ردیف	شغل	سن	میزان تحصیلات	تعداد فرزندان
۱	کارمند مخابرات	۴۸	دیپلم	۲
۲	کارمند بیمه	۲۶	کارشناسی	۰
۳	مری بدنسازی	۲۷	فوق دیپلم	۰
۴	معلم	۲۹	کارشناسی ارشد	۰
۵	کارمند مالی	۴۱	کارشناسی	۲
۶	تهیه‌کننده	۳۹	کارشناسی ارشد	۲
۷	کارمند مالی	۲۳	کارشناسی	۰
۸	مدیر مهدکودک	۴۵	فوق دیپلم	۲
۹	کارمند بیمه	۳۷	کارشناسی	۱
۱۰	کارمند مهدکودک	۳۱	کارشناسی	۰
۱۱	معلم	۳۲	کارشناسی ارشد	۱
۱۲	کارمند مالی	۲۸	کارشناسی	۱
۱۳	معلم	۳۰	دکتری	۰

n=۱۳

با توجه به مصاحبه‌های انجام شده و کدگذاری، تحلیل، طبقه‌بندی و تفسیر پاسخ‌ها، تعداد ۴ مضمون اصلی شناسایی شد که عبارتند از: فرصت‌های به دست آمده در دوران کرونا؛ حمایت‌های دریافت شده در دوران کرونا؛ چالش‌های خانوادگی و چالش‌های شغلی.

جدول ۲

مضمون اصلی فرصت‌های به دست‌آمده در دوران کرونا و مضامین فرعی آن

مضمون اصلی	مضمون فرعی	نمونه پاسخ‌های مصاحبه‌شوندگان*
فرصت‌های به دست‌آمده در دوران کرونا	مهیا شدن فرصت برای حضور فیزیکی و روانی کنار فرزندان	«مثبتش این بود که بیشتر کنار بچه‌ها بودم (۵). تایم کاریمون کم شده بود و می‌تونستم نسبت به قبل بیشتر کنار بچه‌ها باشم و خیلی راضی بودم از این جهت (۹). وقتی که دورکار بودم می‌تونستم بیشتر کنار بچه‌ها باشم و عذاب وجدانم کم می‌شد (۱۲).»
	فراهم شدن فرصت رشد فردی	«وقتی دیدم دانشگاه‌ها مجازی شده منم سریع ارشد خوندم و مجازی شرکت کردم و همه ترم‌ها غیرحضور بود و خیلی برام خوب بود (۵). تونستم کارگاه‌های کتاب و کودک را به صورت آنلاین برگزار کنم و این برام فرصتی بود که بتونم خودمو دوباره پیدا کنم و منابع مطالعاتی را مرور کنم. نمایشگاه کتاب تونستم برگزار کنم (۶). تو این فرصت تونستم دکتری آنلاین شرکت کنم و برام به فرصت عالی بود (۱۳).»
	فرصت قدرشناسی نسبت به خدا، خود، خانواده و شغل	«قدرشناسیم خیلی زیاد شد. قدر خودم و شغلم و همسر و خانوادم را می‌دونستم (۲). قدر آدما رو بیشتر می‌دونم. قدر خودمو بیشتر می‌دونم. خودمو کمتر سرزنش می‌کنم؛ چون می‌دونم که خیلی زحمت می‌کشم (۱۰). خیلی نسبت به قبل شکرگزارتر شده بودم نسبت به سلامتیم خداروشکر (۱۲).»

* مصاحبه‌شونده با یک شماره در جلوی هر جمله مشخص شده است.

جدول ۳

مضمون اصلی حمایت‌های دریافت‌شده در دوران کرونا و مضامین فرعی آن

مضمون اصلی	مضمون فرعی	نمونه پاسخ‌های مصاحبه‌شوندگان*
حمایت‌های دریافت‌شده در دوران کرونا	مورد حمایت قرارگرفتن توسط والدین	«پدر و مادرم هم خیلی وقت‌ها پخت و پز و آبمیوه و ... رو به عهده داشتن و می‌فرستادن منزل (۱). خانواده اصلی خودم به شدت کمک و حمایت کردند (۹). تونستم خیلی از بابام قرض بگیرم (۱۰).»
	مورد حمایت قرارگرفتن در محل کار	«مدیرم اذیتم نکرد و خیلی حمایت شدم (۱). گاهی وقتا می‌تونستیم تو ساعت کاریمون انعطاف داشته باشیم و خیلی کمکمون کرد (۵). همکارام خیلی کمکم می‌کردن، گاهی وقتا که خانوادم مریض بودن بیشتر از من می‌موندن و کارامو انجام می‌دادن (۱۳).»
	مورد حمایت قرارگرفتن توسط همسر	«چیزی که خیلی بهم کمک کرد حمایتای همسرم بود (۲). همسرم خودش برای خودش غذای آماده درست می‌کرد و خودش کاراشو می‌کرد و اذیت نمی‌کرد منو (۴). شوهرم کمکم می‌کرد و حتی گاهی تو پروژه‌ها هم کمک دستم بود (۱۱).»

* مصاحبه‌شونده با یک شماره در جلوی هر جمله مشخص شده است.

مضمون اصلی چالش‌های خانوادگی و مضامین فرعی آن

مضمون اصلی	مضمون فرعی	نمونه پاسخ‌های مصاحبه‌شوندگان*
	افت تحصیلی فرزندان	«مجازی شدن آموزش و پرورش خیلی لطمه زد به بچه‌های مادران شاغل. بچه‌ای که مادرش کنارش و مجازی درس می‌خونه با بچه‌ای که پدر و مادرش کنارش نیستن. اون مادر ممکنه وقت بذاره و کنارش باشه و تو یادگیری کمک می‌کنه، اما من نداشتم این زمانو (۵). من می‌رفتم سرکار و همسرمن نبود و بچم که بلد نبود با تبلت اینا کارکنه خیلی دچار افت شد (۹)».
	عدم امکان مراقبت فیزیکی و حمایت عاطفی کافی از فرزندان	«من وقتی سرکار بودم و بچه‌هام خونه مریض افتاده بودن احساس می‌کردم که بچه‌هام از مادر و محبتش محروم بودن (۶). مهد کودک بخاطر کرونا بسته شد و من موندم و بچه‌هایی که نمی‌دونستم چیکار کنم باهاشون (۸). وقتی سرکارم بچم تو خونه چطوره این برام دغدغه بود. (۹)».
	شدت گرفتن اختلافات با همسر	«همسرمن بعد از کرونا به مراتب بدتر شد، وقتی وضع جسمانی به هم ریخت انگار روح و روانش و اعصابش رو هم به هم ریخت. همش گیر و دعوا امان از همسر (۱). دائم باهم می‌جنگیدیم حتی بیشتر از قبل انگار که تو خونه کلافه بود همسرمن و منم سرکار بودم (۱۱). هرچی بحث بود که چالش کرده بودیم انگار تو این دوران یهو اوج گرفت (۱۳)».
چالش‌های خانوادگی	تشدید اختلافات با فرزندان	«انقدر فکرم درگیر فشارای مختلف بود و مریضم که می‌شدم همش به بچه‌ها گیر می‌دادم (۶). بچه‌ام می‌غر میزد که چرا من خونه‌ام و تو نیستی منم همش باهاش دعوا می‌کردم (۹). من هیچ وقت بچه‌امو نزده بودم، اما نمی‌دونم چرا اینقدر اعصابم خورد بود از اینکه همه چی بهم خورده یهو زدمش (۱۲)».
	کاهش رابطه جنسی زوجین	«انقدر خسته و کلافه و بی‌جون بودم که اصلاً دوست نداشتم همسرمن نزدیکم بشه برعکس قبلاً (۱). شدت اختلافات رو رابطه‌مون تأثیر می‌داشت و میزان ارتباط جنسیمون کم شد (۱۰). انگار وسواس گرفته بودم و دوست نداشتم با همسرمن ارتباط داشته باشم. قاطی کرده بودم از شدت فشارای مختلف (۱۳)».
	احساس تنهایی	«بقیه اگه نگرانم نبودن و حال منو نمی‌پرسیدن این منو ناراحت می‌کرد و همش فک می‌کردم انگار کسی منو دوست نداره (۲). آدم می‌فهمه که چه‌کسایی که براش تو شرایط سخت و اسس ارزش قائلن و به یادش (۷). وقتی این همه مریض شدیم و این همه کار داشتیم تازه فهمیدم چقدر تنهام که کسی کمک نمی‌کنه (۱۳)».
	اضطراب از دست دادن به سبب کرونا	«استرس مریضی را داشتیم که نگیرن ازم به بلایی سرشون بیاد (۱). ترس از دست دادن کسانی که دوست داشتیمو داشتیم (۴). استرس بیماری و ضعف بیماری و نگهداری از بچه و همسر و دغدغه شغلی (۹). همش این تو سرم بود که اگه با کرونا یکی بمیره چی (۱۳)».

* مصاحبه‌شونده با یک شماره در جلوی هر جمله مشخص شده است.

مضمون اصلی چالش‌های شغلی و مضامین فرعی آن

مضمون اصلی	مضمون فرعی	نمونه پاسخ‌های مصاحبه‌شوندگان*
	نگرانی از درست انجام نشدن کارها	«یقیناً دغدغه شغلی من بابت ارجاعات اشتباه و یا به موقع انجام نشدن مکاتبات به وجود می‌آید (۱). چالش‌های کاری از این جهت که کارهایی که باید خودم انجام می‌دادم تو اون بازه زمانی نمی‌تونستم پیگیر بشونو انجام بدم (۷). وقتی مریض شدم و نفرتتم سرکارم همش اونجا بود که کسی تو کارم خرابکاری نکنه و بلد نباشه (۱۱).»
	کاهش عملکرد و بازدهی کاری	«کرونا برای من یه فشار خیلی زیاد بود که جونشو ندارم و نمی‌تونم خوب باشم. (۱) انگار که به مدت نری سرکار دیگه کم‌رنگ میشی و این برای من تو دوران کرونا اتفاق افتاد (۱۰). وقتی می‌رفتم سرکار انقدر فکرم مشغول بود و خسته جسمی مراقبت از خانواده بودم که کارامو درست انجام نمی‌دادم (۱۳).»
	کاهش تمرکز در انجام کارهای مربوط به شغل	«وقتی سرکار بودم اصلاً تمرکز نداشتم، همش فکرم تو خونه بود که الان نیستم همسر و بچه‌هام چیکار می‌کنن. (۱) بچه‌ام همش بهم زنگ می‌زد می‌گفت مامان چرا نمی‌ای و من اصلاً نمی‌فهمیدم دارم چیکار می‌کنم (۹).»
چالش‌های شغلی	افزایش وظایف شغلی به دلیل بیماری همکاران	«یه وضعی بودا کارای خودمون کم بود حالا همکارام که مریض می‌شدن ما باید جبران می‌کردیم. (۲) همه می‌دونستیم یه دوره‌ای اون یکی مریض می‌شه و ما باید فشار دو برابری داشته باشیم (۷). بدترین زمان وقتی بود که چند نفر باهم مریض می‌شدن و ما باید بیشتر کار می‌کردیم و سرکلاسی اونام می‌رفتیم (۱۳).»
	فشار مالی و عدم حمایت مالی از محل کار	«خودمون از لحاظ مالی تحت فشار بودیم و تهیه دارو و تغذیه برامون سخت بود (۱). من حقوقم نصف دریافت شد درحالی که باید کامل پرداخت می‌شد (۵). تأمین هزینه درمان بیماری و تغذیه و خوراکی خیلی سخت بود (۶). ذخیره مالی که داشتیم تمام شد (۹).»
	تجربه احساسات منفی در خانه ماندن (افسردگی، احساس بی‌کفایتی و سرزنش خود برای از عهده برنیامدن همزمان کارها)	«همش گریه می‌کردم که نمی‌تونم برم سرکار (۳). وقتی از کارم دور شدم این احساس و داشتم که مفید نیستم (۸). یه حس بی‌فایده بودن و خشم داشتم. انگار از خودم انتظار داشتم وقتی مریضم هم برم سرکار و اون احساس بی‌کفایتی بهم می‌داد (۱۰). همش خودمو سرزنش می‌کردم که چرا مراقب نبودم و مریض شدم و الان اینجوری افتادی گوشه خونه و نمی‌تونی کار کنی (۱۳).»

* مصاحبه‌شونده با یک شماره در جلوی هر جمله مشخص شده است.

باتوجه به تحلیل مصاحبه‌ها، نتایج در ۴ مضمون اصلی و ۱۹ مضمون فرعی طبقه‌بندی گردید که ۲ مضمون اول، شامل تجربه‌های مثبت از دوران کرونا و ۲ مضمون دیگر تجارب منفی از این دوران را شامل می‌شود.

اولین مضمون اصلی مثبت حاصل از مصاحبه‌ها، فرصت‌های به دست آمده در دوران کرونا بود که خود ۳ مضمون فرعی مهیا شدن فرصت برای حضور فیزیکی و روانی کنار فرزندان، فراهم شدن فرصت رشد فردی و فرصت قدرشناسی نسبت به خدا، خود،

خانواده و شغل را شامل می‌شود. با پدیدار شدن کرونا، ساختار خانواده‌ها تغییر پیدا کرد. این بحران برای زنان و به ویژه مادران شاغل باعث ایجاد فرصت‌هایی شد. دورکاری یا کاهش ساعات کاری در برخی از مقاطع زمانی سبب شد این افراد زمان بیشتری را در کنار خانواده خود سپری کنند و کیفیت و کمیت زمان‌گذاری خود را افزایش دهند. زنان و مادران شاغل به طور معمول به دلیل محدودیت زمانی از رشد فردی خود غافل می‌شوند. بسیاری از ایشان با فراگیر شدن آموزش مجازی در دوران کرونا، توانستند در کلاس‌های آموزشی موردنیاز خود شرکت کنند یا ادامه تحصیل دهند. مجموع فرصت‌های به دست آمده در دوران کرونا و از سوی دیگر، تجربه چالش‌ها و سختی‌های آن فرصتی شد تا مادران شاغل نسبت به گذشته قدردانی بیشتری داشته باشند.

مضمون اصلی و مثبت دوم، شامل حمایت‌های افراد در دوران کرونا از سوی محل کار، والدین و همسر است. این دوران برای برخی از زنان، فرصتی را فراهم آورده تا از حمایت اطرافیان خود بهره‌مند شوند و این حمایت تجربه مثبتی را برای آنها به ارمغان آورد. مضمون‌های فرعی این مضمون اصلی، شامل مورد حمایت قرارگرفتن از طرف والدین، مورد حمایت قرارگرفتن در محل کار و مورد حمایت قرارگرفتن توسط همسر است. با توجه به این مضمون، حمایت چه توسط خانواده و چه از سوی محل کار، می‌تواند سبب کاهش تعارضات کار و زندگی شود و همچنین به غنی‌سازی کار و خانواده کمک شایانی کند. درواقع، اگر این حمایت از زنان شاغل در طول زمان و فراتر از زمان‌های بحرانی وجود داشته باشد، باعث کاهش فشار روانی زنان شاغل خواهد شد.

دو مضمون اصلی دیگر، تجارب منفی زنان از دوران کرونا را شامل می‌شود که یکی در زمینه خانوادگی و دیگری در زمینه شغلی است. چالش‌های خانوادگی شامل افت تحصیلی فرزندان، عدم امکان حضور برای مراقبت و حمایت عاطفی فرزندان در خانه، شدت گرفتن اختلافات با همسر، تشدید اختلافات با فرزندان، کاهش رابطه جنسی زوجین، احساس تنهایی و اضطراب از دست دادن به سبب کرونا را شامل می‌شود. در مواردی آموزش مجازی مدارس در دوران کرونا باعث افت تحصیلی فرزندان زنان دارای فرزند شد، به ویژه در زمان‌هایی که مادر در محل کار حاضر بود و فرزندان در خانه به صورت مجازی در

کلاس‌های درس شرکت می‌کردند و حمایت لازم از سوی مادر را تجربه نمی‌کردند. علاوه بر این در شرایطی که فرزندان آنها بیمار می‌شدند و نیاز به مراقبت داشتند، مادران سرکار بودند و این فاصله و عدم مراقبت از فرزندان در زمان بیماری، به آنها احساس بی‌کفایتی می‌داد. همچنین زنان شاغلی که در دوران کرونا زمان بیشتری کنار همسر خود بودند، دعوا و تنش‌هایی را گزارش دادند که استرس‌های مختلف و شکل نگرفتن کامل رابطه در گذشته به سبب زمان کوتاه در کنار هم بودن، می‌تواند مولد این رخدادها بوده باشد.

مضمون منفی دیگر شامل چالش‌های مرتبط با شغل و کار برای زنان است که مضمون‌های فرعی نگرانی درست انجام نشدن کارها، کاهش عملکرد و بازدهی کاری ناشی از کرونا، کاهش تمرکز در انجام کارهای مربوط به شغل، افزایش وظایف شغلی در اثر بیماری همکاران، فشار مالی و عدم حمایت مالی از محل کار و تجربه احساسات منفی در خانه ماندن (افسردگی، احساس بی‌کفایتی و سرزنش خود برای از عهده برنیامدن همزمان کارها) را شامل می‌شود. در واقع، علاوه بر چالش‌های فردی و خانوادگی، در دوران کرونا چالش‌ها و نگرانی‌های شغلی نیز برای مادران شاغل وجود داشت. بیماری و دور شدن طولانی مدت از محل کار باعث شد که زنان شاغل نگران از دست دادن شغل، درست انجام نشدن کارها و کاهش عملکرد خود باشند و درموردی که همکاران ایشان به دلیل بیماری در محل کار حاضر نبودند، فشار کاری آنها چند برابر می‌شد. بیشتر این تجارب منفی به دنبال چندگانگی نقش زنان شاغل و متأهل در دوران بحران کرونا به وجود آمده که تعادل کار و زندگی سابق را با مشکل روبه‌رو کرده و زنان را در مدیریت کار و خانه با چالش مواجه کرده بود. برای برخی از مادران ماندن در خانه سبب ایجاد احساسات منفی به دلیل دوری از کار می‌شد. علاوه بر این، فشارهای مالی در دوران بحران کرونا شدت گرفت. بنابراین می‌توان گفت که در این دوران، چالش‌های فراوانی در زمینه شغلی برای زنان شاغل ایجاد شد که تعادل کار- زندگی آنها را با مشکل روبه‌رو کرد بود.

می‌توان گفت فشار ناشی در دوران شیوع بحران‌ها بر زنان شاغل بیشتر می‌شود؛ زیرا ایشان در زمان بحران وظیفه ایجاد تعادل بین نقش‌ها را دارند که در این مسیر خانواده می‌تواند عاملی تسهیل‌گر برای تصمیم‌گیری و انجام وظایف زنان شاغل باشد.

۴. بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر باهدف بررسی تجربه زیسته زنان متأهل شاغل از کیفیت زندگی در دوران همه‌گیری ویروس کرونا به روش کیفی از نوع پدیدارشناسی انجام شد. یافته‌ها در ۴ مضمون اصلی و ۱۹ مضمون فرعی طبقه‌بندی شد. مضامین اصلی پژوهش عبارتند از: فرصت‌های به‌دست‌آمده در دوران کرونا، حمایت‌های دریافت‌شده در دوران کرونا، چالش‌های خانوادگی و چالش‌های شغلی.

نخستین مضمون اصلی یعنی، فرصت‌های به‌دست‌آمده در دوران کرونا و مضامین فرعی آن با پژوهش خضری، محمدپور، وحدانی و اسمعیلی (۱۴۰۰)، همسوست؛ چراکه نتایج این پژوهش نیز حاکی از اهمیت حضور والدین برای مدیریت تعارضات والد-فرزند ایجاد شده در دوران شیوع ویروس کروناست. با توجه به این پژوهش، دوران قرنطینه فرصت مناسبی برای گذراندن وقت والدین در کنار فرزندان و صحبت کردن با یکدیگر ایجاد کرد. همچنین، مطابق با نتایج پژوهش آلهس^(۲۰۲۰) در دوران کرونا، روابط خانوادگی به سبب فرصت حضور خانواده‌ها در کنار یکدیگر بهبود یافته است.

مطابق نتایج تحلیل مصاحبه‌های پژوهش حاضر، به دنبال مجازی شدن آموزش‌ها، زنان شاغل فرصت حضور در دانشگاه را پیدا کردند یا فرصتی برای تقویت جنبه‌های مختلف شغلی را یافتند. این مضمون با نتایج پژوهش ابراهیمی، علیشاه و زمانی‌پور (۱۴۰۱) همسوست. مطابق با این پژوهش، آموزش مجازی در دوران کرونا برای دانشجویان فرصت‌های بسیاری ایجاد کرد. همچنین، پاندمی کرونا و شرایط سخت به وجود آمده سبب شد تا زنان شاغل بیش از پیش به قدردانی از خود، خدا، خانواده و شغل توجه کنند؛ درواقع مشارکت‌کنندگان بیان کردند که در نتیجه روبه‌رو شدن با محدودیت‌ها، نسبت به قبل قدر شرایط خود را بیشتر می‌دانستند و این موضوع در رفتارشان تأثیر مثبت داشته است. نتایج پژوهش رستم‌بخش (۱۴۰۰) نیز نشان می‌دهد که شکرگذاری و قدردانی در این دوران، سبب بهبود سلامت روان شده است. نتایج این مضمون مطابق با مفاهیم روان‌شناسی

مثبت و به‌ویژه مدل پرما^۱ (سلیگمن^۲، ۲۰۱۱) قابل تبیین است؛ چراکه تجربه احساسات مثبت، دل‌مشغولی^۳، روابط مؤثر^۴، معنا^۵ و دستاوردها^۶ در احساس شادکامی و خوشبختی تأثیرگذار است (سلیگمن^۷، ۲۰۱۸). در زمان کرونا، همراه با تغییر مثبت این عوامل و همچنین درک صحیح‌تر از میزان عوامل یادشده برای زنان شاغل، فرصت‌هایی به‌دست آمد تا این زنان تجارب مثبتی را داشته باشند. مطابق با مدل پرما در روان‌شناسی مثبت، رابطه خوب یکی از جنبه‌های مهم زندگی است و این مدل در روابط زناشویی نیز تأثیرگذار است (صادقی، فرج‌خدا، خان‌آبادی و افتخار، ۲۰۲۱).

مضمون اصلی دیگر به تجربه دریافت حمایت در دوران کرونا اشاره دارد. این مضمون اصلی شامل مضامین فرعی مورد حمایت قرار گرفتن از طرف والدین، همسر و محل کار است. نتایج پژوهش آلهس (۲۰۲۰) نشان می‌دهد که روابط زناشویی در طول دوران همه‌گیری بهبود یافته است. نتایج پژوهش رستم‌بخش (۱۴۰۰) نیز حاکی از رضایت زنان از مورد حمایت قرارگرفتن توسط همسر در دوران کرونا بود. ازطرفی این مضمون با برخی پژوهش‌ها مانند پژوهش شکری، خدایی و معزالدینی (۱۴۰۰) که نشان از افزایش خشونت در طول دوران پاندمی داشتند، همسو نیست. در تبیین این مضمون می‌توان گفت که روابط زوجین در دوران پیش از کرونا نقش زیادی در این دوران دارد به طوری که اگر روابط زوجین از کیفیت مطلوبی برخوردار نبوده باشد، پیش‌بینی می‌شود که در دوران قرنطینه ناشی از همه‌گیری کرونا خشونت‌هایی بین اعضای خانواده مشاهده شود که در مضمون بعدی نیز به آن اشاره شده است. ازسوی دیگر، این مضمون با پژوهش عسگری، چوبداری و اسنکندری (۱۴۰۰) همسوست. مطابق با نتایج این پژوهش، حس حمایت‌گرانه خانواده‌ها از جمله حمایت مالی و عاطفی در دوران کرونا، تشدید شده است. همچنین، جواهری، سراج‌زاده، احمدنیا و امینیان (۱۴۰۱)، در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که کارمندان شاغل در دولت، از

1. PERMA
2. Seligman, M. E. P.
3. Engagement
4. Positive Relationships
5. Meaning
6. Achievement
7. Seligman, M. E. P.
8. Sadeghi, M., Farajkhoda, T., Khanabadi, M., & Eftekar, M.

حمایت محل کار، در این دوران برخوردار بوده‌اند. ازسوی دیگر، مطابق نظریه کرچمیر و کوهن^۱ (۱۹۹۹) حمایت سازمانی ازسوی محل کار و حمایت اجتماعی دارندگان پایگاه مشابه، راهبردی مناسب برای مدیریت بین نقشی و تداخل ناشی از کار است. مورد حمایت قرار گرفتن در محل کار مانند انعطاف‌پذیری در ساعات کاری، همکاری همکاران در انجام کارهای عقب‌افتاد، دورکاری و... از تجارب مثبت مؤثر در دوران کرونا بوده است؛ چراکه بدون این حمایت، زنان شاغل به سختی می‌توانستند هم فعالیت‌های شغلی و هم فعالیت‌های خانوادگی را مدیریت کنند. ازسوی دیگر این حمایت سبب شد تا زنان شاغل با خیالی آسوده‌تر به انجام فعالیت‌های شغلی و خانوادگی خود بپردازند.

مضمون اصلی سوم به دست آمده از این پژوهش عبارت است از: چالش‌های خانوادگی. این مضمون حاکی از تجربه ناخوشایند زنان شاغل در دوران همه‌گیری ویروس کرونا بوده است. این مضمون با پژوهش چونگ، لانیز و وونگ^۲ (۲۰۲۰) همسوست. مطابق با نتایج این پژوهش، به علت افزایش استرس والدین، برخورد خشن والدین با فرزندان و تشدید اختلافات با آنها در این دوران افزایش یافته است. جواهری، اسماعیلی و وکیلی (۱۴۰۱)، در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که دانش‌آموزان در دوران کرونا افت تحصیلی داشتند. رازقی (۱۴۰۱) در مطالعه خود درباره تعارض نقش‌های شغلی و خانوادگی در دوران کرونا، به این نتیجه رسید که رهاشدگی و درحاشیه ماندن سیاست‌های حمایت از همسر و فرزند در این دوران وجود داشته است. براین اساس، نتایج این پژوهش با مضمون فرعی عدم امکان حضور برای مراقبت و حمایت عاطفی فرزندان در خانه همسوست.

در ارتباط با مضمون فرعی چالش با همسر، رستم‌بخش (۱۴۰۰) در نتایج پژوهش خود بیان کرده است که در دوران کرونا مشاجرات و اختلافات بین برخی زوجین به دلایلی مانند کمک نکردن همسر در انجام کارهای منزل، وسواس بیش از حد در رعایت بهداشتی و اختلاف بر سر فرزندان افزایش پیدا کرده که تعدادی نیز با درگیری‌های فیزیکی همراه بوده است. کمبل^۳ (۲۰۲۰) نیز در پژوهش خود به این نتیجه رسید که تنش اعضای خانواده در دوران شیوع کووید-۱۹ افزایش یافته است. همچنین رستم‌بخش (۱۴۰۰) در پژوهش خود

1. Kirchmeyer, C., & Cohen, A.
2. Chung, SKG., Lanier, P., & Wong, P.
3. Campbell, A. M.

نشان داد که برخی از زوجین از ناراضی جنسی خود صحبت کردند و اینکه دیگر مانند سابق میل و رغبتی برای رابطه جنسی ندارند که این عدم برقراری رابطه به علت ترس از ابتلا به بیماری بوده است. علاوه بر این، علت راغب نبودن برخی زوجین برای برقراری رابطه، فشارهای فکری و دغدغه‌هایی بود که آرامش آنها را گرفته بود که با پژوهش حاضر همسوست.

از دیگر نتایج پژوهش حاضر تجربه احساس تنهایی زنان شاغل است. این زنان بیان کردند که در پی مرگ‌های ناشی از کرونا، اضطراب ازدست دادن عزیزان خود را داشتند. شهیاد و محمدی (۱۳۹۹) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که اضطراب از آسیب‌های جدی دوران همه‌گیری کرونا دوران بوده است. نتایج پژوهش پفریباو و نورس^۱ (۲۰۲۰) نشان می‌دهد که احساس تنهایی که افراد مختلف در نتیجه همه‌گیری کرونا تجربه کرده‌اند در کیفیت زندگی آنها تأثیرگذار بوده است. در تبیین این مضمون پژوهش باید گفت که مطابق با مدل پرما (سلیگمن، ۲۰۱۱)، دل مشغولی زنان در مورد ارتباطات زناشویی و جنسی خود در این دوران کاهش داشته است. براساس نظریه سیستم‌های بوم‌شناختی، خانواده به عنوان یک سیستم، و خود فرد نیز به عنوان سیستمی دیگر، تحت تأثیر تغییرات سیستم‌های دیگر مانند محیط زندگی، نهادهای اجتماعی، فرهنگ جامعه و... قرار دارد. در دوران کرونا، تمامی سیستم‌ها به‌ویژه کلان سیستم‌ها دچار تغییرات گسترده شدند. با افزایش زمان در کنار هم بودن به علت دور کاری‌ها و تعطیلی‌های دوران کرونا، ساختار رابطه زنان و مردان تغییر پیدا کرد و چالش‌هایی که پیش از این بروز نیافته بود، در این زمان ظاهر شد. کاهش ارتباط جنسی بین زوجین نیز از دیگر چالش‌ها بود که مطابق با نظریه سیستم‌های بوم‌شناختی^۲ توسط یوری برونفن برنر^۳ (۱۹۹۲) ارائه شده است. مطابق این نظریه، فرد به سیستمی پیچیده در نظر گرفته می‌شود که چندین سطح از محیط اطراف از جمله خانواده و تغییراتی محیطی بر آن تأثیرگذار است. بنابراین، زوجینی که پیش از کرونا ارتباط جنسی مطلوبی داشتند در این دوران به دلایلی مثل وسواس، اضطراب، افسردگی،

1. Pfefferbaum, B., & North, C. S.

2. Ecological System Theory

3. Bronfenbrenner, U.

حضور همیشگی فرزندان و... نسبت به این ارتباط با مشکلاتی مواجه شدند.

مادران شاغلی که در این دوران ازسوی منبع‌های حمایتی خود حمایت و توجه کافی دریافت نکردند احساس تنهایی زیادی را تجربه نمودند. همچنین به میزان زیادی اضطراب ازدست دادن افراد مهم زندگی را تجربه کردند. این تجارب، گذر از دوران کرونا را برای زنانی که نقش همسری و مادری داشتند و در کنار آن نقش کاری خود را داشتند با مشکل مواجه نموده و بر طاقت فرسایی این دوران برای آنها افزود. بنابراین، با توجه به نتایج پژوهش حاضر می‌توان گفت که تجارب ناخوشایند فردی مانند اضطراب و احساس تنهایی با وجود ارتباط داشتن با همسر در چگونگی وضعیت روانی زنان شاغل تأثیرگذار بوده است. تجارب ناخوشایند خانوادگی در این دوران سبب فرسودگی زنان شاغل بوده و در تعادل کار و خانواده آنها تأثیرگذار بوده است.

مضمون اصلی چهارم در پژوهش حاضر به چالش‌های شغلی زنان شاغل در دوران همه‌گیری ویروس کرونا اشاره دارد. این مضمون اصلی دارای ۶ مضمون فرعی است که عبارتند از: درست انجام نشدن کارها، کاهش عملکرد و بازدهی کاری ناشی از کرونا، کاهش تمرکز در انجام کارهای مربوط به شغل، افزایش وظایف شغلی به دلیل بیماری همکاران، فشار مالی و عدم حمایت مالی از طرف محل کار و تجربه احساسات منفی در خانه ماندن (افسردگی، احساس بی‌کفایتی و سرزنش خود برای از عهده برنیامدن همزمان کارها). طبق نتایج پژوهش رستم‌بخش (۱۴۰۰) در دوران همه‌گیری کرونا، زوجین با مشکلات اقتصادی مواجه شدند و قدرت خرید خانوارها پایین آمد که با نتایج پژوهش حاضر همسوست. نتایج پژوهش برت، لپینز، استرینز و ویجنز،^۲ (۲۰۲۰) نشان می‌دهد که دور کاری به دلیل همه‌گیری کرونا باعث افزایش کارایی شاغلین شده است که این یافته با یافته کاهش عملکرد و بازدهی در پژوهش حاضر همسو نیست که می‌تواند به دلیل تفاوت شرایط زنان شاغل باشد. ازسوی دیگر، می‌توان گفت که چون ماندن در خانه و دورکاری در دوران همه‌گیری کرونا می‌تواند منجر به احساس ناکارآمدی روانی شود (عسگری، و همکاران، ۱۴۰۰)، احساسات منفی در خانه ماندن مانند احساس بی‌کفایتی، افسردگی و سرزنش، در زنان شاغل پدید آمده

1. work-life Balance
2. Baert, S., Lippens, L., Moens, E., Sterkens, Ph., & Weytjens, J.

و سرزنش و نشخوار فکری برای از عهده برنیامدن کارها تشدید می‌شود. در واقع در دوران همه‌گیری کرونا هیجان‌های ناخوشایند افزایش پیدا کرده است که می‌تواند ناشی از کاهش راهبردهای مقابله‌ای مؤثر و افزایش نشخوار فکری باشد (لی، وانگ، ژو، ژائو و ژو، ۲۰۲۰). مطابق نتایج پژوهش اسماعیلی (۱۴۰۰)، کاهش بهره‌وری شغلی از جمله تجارب منفی مادران شاغل دورکار در دوران همه‌گیری کروناست که این نتیجه با یافته پژوهش حاضر همسوست. در تبیین این مضمون نیز باید به نظریه سیستم‌های بوم‌شناسی و همچنین نظریه پارسونز در ارتباط با تعارض نقش‌های زنان در خانواده و شغل خود اشاره نمود. مطابق با نظریه پارسونز، محدودیت‌های ساختاری و هنجاری ناشی از تقسیم جنسیتی کار، به مردان این اجازه را می‌دهد تا دو نقش جداگانه خانوادگی و شغلی را به‌طور همزمان ایفا کنند، اما زنان به علت مسئولیت تأمین نیازهای عاطفی و احساسی اعضای خانواده، در ایجاد توازن بین نقش‌های خانوادگی و شغلی خود دچار تعارضات زیادی می‌شوند (بیلی و بیلی، ۲۰۱۹). در دوران کرونا و با افزایش محدودیت‌های محیطی همچون تعطیلی مدارس و برخی مشاغل، مادران شاغل در مدیریت همزمان وظایف نقش‌های خانوادگی و شغلی خود دچار مشکلات زیادی شدند و در نتیجه تعارض کار و خانواده را تجربه نموده و از مدیریت وظایف کاری خود مانند گذشته بازماندند.

طبق مدل نظری ناسازگاری فشار نقش‌های کار و خانواده گرینهاوس و بیتل^۳ (۱۹۸۵)، تعارض کار و خانواده بر اساس ویژگی‌های خاص نقش است. این ویژگی‌های نقش در یک حوزه بر فرد تأثیر می‌گذارد. در این مدل، سه شکل از تعارض کار و خانواده مطرح می‌شود: یکی از آنها تعارض مبتنی بر زمان است که در آن فشارهای زمانی یک نقش با نقش همزمان دیگر وجود دارد؛ مثل مادر شاغلی که در دوران کرونا در محل کار است و نگران فرزندان بیمار خود در خانه است. تعارض دوم، تعارض مبتنی بر فشار است. این نوع تعارض، مبتنی بر فشار روانی است؛ بدین معنا که انرژی فرد برای یک نقش باعث تحلیل رفتن سطح انرژی فرد و دشواری در انجام نقش‌های دیگر می‌شود. از جمله منابع

1. Li, S., Wang, Y., Xue, J., Zhao, N., & Zhu, T.
 2. Bielby, W. T., & Bielby, D. D.
 3. Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J.

تعارض مبتنی بر فشار در نقش خانواده، حمایت کم یا فقدان حمایت زوجین از یکدیگر است. برای نمونه در دوران کرونا زنان شاغلی که از حمایت کمتری برخوردار بودند، تنش بیشتری را احساس کردند و این باعث ایجاد چالش در نقش‌های مختلف آنها شد. تعارض سوم، تعارض مبتنی بر رفتار است؛ بدین معنا که الگوهای ویژه‌ای از رفتار در نقشی معین با انتظارات مربوط به رفتار در نقش دیگر ناسازگار می‌شود. برای مثال، انتظار می‌رود که مادران در زمان بیماری فرزندان و همسر خود در کنار آنها باشند که این با انتظار حضور در محل کار تعارض دارد. چون رابطه بین کار و خانواده متقابل است، هم مسائل محیط کاری بر زندگی خانوادگی تأثیر دارد و هم مسائل خانوادگی هم بر زندگی کاری تأثیر می‌گذارد (بویار، مرتز، مورالی و کار، ۲۰۱۸).

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که زنان شاغل در دوران کرونا با تجارب مثبت و منفی زیادی روبه‌رو بوده‌اند، اما به نظر می‌رسد که تجارب منفی زنان شاغل از تجارب مثبت درک شده آنها بیشتر است که با نتایج پژوهش اودین^۲ (۲۰۲۱) همسوست؛ چراکه مطابق با یافته‌های پژوهش حاضر چالش‌های زنان شاغل در زمان همه‌گیری ویروس کرونا، بیشتر شده است. به‌طور کلی این همه‌گیری طیف وسیعی از نیازها و مشکلات فردی، خانوادگی، اجتماعی و روان‌شناختی را در افراد ایجاد می‌نماید. هرچقدر زنان شاغل از سرمایه‌های روان‌شناختی^۳، اقتصادی و حمایتی بیشتری برخوردار باشند، می‌توانند از جدی‌تر شدن مشکلات ناشی از همه‌گیری بکاهند و مدیریت آثار آن را راحت‌تر و دست‌یافتنی‌تر نمایند. مطابق نظریه کرچمیر و کوهن (۱۹۹۹)، حمایت سازمانی از سوی محل کار یکی از راهبردهای اصلی مدیریت بین‌نقشی و تداخل ناشی از کار است. همچنین مطابق با نظریه مجموعه نقشی مرتون^۴، حمایت اجتماعی متقابل بین دارندگان پایگاه مشابه و مشترک، می‌تواند در کاهش تعارض‌های بین نقشی مؤثر باشد (رستگار خالد، ۱۳۸۴).

باتوجه به تفاوت‌های فردی و خانوادگی زنان شاغل (با فرزند و بدون فرزند)، سوابق مختلف شغلی، نوع شغل و فرهنگ‌های گوناگون خانوادگی ایشان، این تفاوت‌ها در تجربه

1. Boyar, S. L., Maertz, C. P., Mosley, D. C. & Carr, J. C.

2. Uddin, M.

3. Psychological Capital (PsyCap)

4. Merton

زیسته زنان شاغل از دوران کرونا و در نتیجه در دستاوردهای پژوهش حاصل تأثیرگذار بود. همچنین پژوهش‌های محدودی به‌طور اختصاصی تجارب شغلی زنان شاغل در دوران کرونا را بررسی کرده است. بدین سبب پژوهشگران پژوهش حاضر در بررسی پیشینه با محدودیت مواجه شدند. براین اساس، پیشنهاد می‌شود که با در نظر گرفتن خلأهای پژوهشی موجود، مطالعات کمی و کیفی درباره چالش‌های زنان و مردان شاغل در دوران کرونا و پس از آن (باتوجه به وضعیت شغلی، رضایت زناشویی، داشتن و یا نداشتن فرزند) انجام شود. همچنین باتوجه به نتایج به دست آمده پیشنهاد می‌شود روان‌شناسان و متخصصان سلامت برای ارائه خدمات بهداشت روان به زنان شاغل و خانواده‌های ایشان در دوران بحران‌هایی مانند همه‌گیری ویروس کرونا توجه ویژه نمایند. همچنین می‌توان در سیاست‌های کلان، آموزش‌هایی در مورد تعادل کار- خانواده برای توانمندسازی زنان شاغل طراحی کرد.

در پایان از شرکت‌کنندگان در پژوهش حاضر و اساتیدی که نویسندگان را در مسیر انجام پژوهش یاری نمودند، قدردانی می‌شود.

فهرست منابع

۱. ابراهیمی، مرضیه، عالی‌شاه، فرشته، و زمانی پور، فاطمه (۱۴۰۰). شناسایی و تحلیل فرصت‌ها و چالش‌های آموزش مجازی از منظر دانشجویان. نشریه رویکردهای نوین آموزشی، ۱۶(۲)، ۱۵-۳۲.
<https://doi.org/10.22101/nea.2022.129442.1646>
۲. اسحاقی، محمد، محبی، سیده فاطمه، پاپی نژاد، شهریانو، و جهاندار، زینب. (۱۳۹۳). چالش‌های فرزندآوری زنان شاغل در یک مطالعه کیفی. نشریه زن در توسعه و سیاست (پژوهش زنان)، ۱۱(۱)، ۱۱۱-۱۳۴.
<https://doi.org/10.22059/jwdp.2014.51356>
۳. اسماعیلی، اکرم (۱۴۰۰). تجربه زیسته مدیریت خانواده در مادران شاغل دورکار در دوران همه‌گیری ویروس کرونا. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی صنعتی و سازمانی. دانشکده روان‌شناسی دانشگاه علامه طباطبائی.
۴. جواهری، عباس، و کیلی، مطهره، و اسماعیلی، اکرم (۱۴۰۱). تجربه زیسته دانش‌آموزان از چالش‌های آموزشی پس از بازگشت به مدرسه در دوران کرونا. نشریه رویش روان‌شناسی، ۱۶(۷)، ۱۶۵-۱۷۴.
<http://dori.net/dor/20100123283253140111641>
۵. جواهری، فاطمه، سراج‌زاده، سیدحسین، احمدنیا، شیرین، و امینیان، احسان (۱۴۰۱). تجربه زیسته شهروندان تهرانی از پیامدهای معیشتی و سلامت همه‌گیری کرونا. نشریه جامعه‌شناسی ایران، ۲۲(۲)، ۷۳-۹۷.
<http://dx.doi.org/10.22034/j.si.2022.113167.1422>
۶. خانقاهی، سوفیا، بامدی، نرگس، و خوشدل دریاسری، صفورا (۱۳۹۸). بررسی مقایسه‌ای اضطراب بیماری و رضایت جنسی زناشویی در زنان متأهل شاغل و خانه‌دار. نشریه زن و جامعه (جامعه‌شناسی زنان)، ۱۰(۳)، ۹۹-۱۱۳.
<https://dori.net/dor/201001200885661398103970>
۷. خضری، مجتبی، محمودپور، عبدالباسط، و وحدانی، محبوبه، و اسمعیلی، معصومه (۱۴۰۰). پدیدارشناسی

- مدیریت تعارضات والد-فرزند در دوران شیوع ویروس کرونا. *نشریه علمی رویش روان شناسی*، ۱۰(۷)، ۶۷-۷۶.
<http://dorl.net/dor/۲۰۱۰۰۱,۲۳۸۳۳۵۳,۱۴۰۰,۱۰,۷,۶,۸>
۸. رازقی نصرآباد، حبیبه بی بی (۱۴۰۱). زمینه های تعارض میان نقش های شغلی و خانوادگی و راهبردهای مقابله ای با آن: مورد مطالعه زنان شاغل در شهرداری شهر تهران. *نشریه زن در توسعه و سیاست*، ۱۰(۱)، ۱۳۱-۱۶۴.
<https://doi.org/10.22059/jwdp.2021.332494.100102>
۹. رستگارخالد، امیر (۱۳۸۴). گسترش نقش زنان در جهت حمایت های شغلی - خانوادگی. *نشریه جامعه شناسی ایران*، ۴(۴)، ۱۲۶-۱۶۵.
<https://dorl.net/dor/۲۰۱۰۰۱,۱۷۳۵۱۹۰,۱۳۸۴,۶,۴,۶,۶>
۱۰. رستم بخش، محدثه (۱۴۰۰). *مطالعه پدیدارشناختی چالش های ارتباطی زوجین در دوران کرونا*. پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده. دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران.
۱۱. شکری، امید، خدایی، علی، و معزالدینی، شیرین (۱۴۰۰). تحلیل پدیدارشناختی تجربه زیسته زنان درباره خشونت خانگی در دوران قرنطینه کوید ۱۹. *نشریه روان شناسی کاربردی*، ۱۵(۳)، ۳۸۱-۴۰۲.
<https://doi.org/10.52547/apsy.2021.222353.1066>
۱۲. شهیداد، شیماء، و محمدی، محمدتقی (۱۳۹۹). آثار روان شناختی گسترش بیماری کووید-۱۹ بر وضعیت سلامت روان افراد جامعه: مطالعه مروری. *نشریه طب نظامی*، ۲۲(۲)، ۱۸۴-۱۹۲.
<http://dx.doi.org/10.30491/JMM.22.2.184>
۱۳. صادقی، رسول، و شهایی، زهرا (۱۳۹۶). مطالعه کیفی موانع و چالش های مادری زنان شاغل در شهر تهران. *نشریه مطالعات و تحقیقات اجتماعی در ایران*، ۴(۴)، ۷۱۵-۷۳۴.
<https://doi.org/10.22059/jisr.2018.204888.343>
۱۴. طاعتی، سارا (۱۳۹۹). *اثرات آزادسازی اقتصادی بر شکاف های جنسیتی دستمزد در ایران (۱۳۷۴-۱۳۸۶)*. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشکده علوم اداری و اقتصاد دانشگاه اصفهان.
۱۵. عزیزی، سمانه، و بشریور، سجاد (۱۳۹۹). نقش نشخوار فکری، تنظیم هیجان و واکنش پذیری به استرس در پیش بینی اضطراب ویروس کرونا (کووید ۱۹) در پرستاران. *نشریه مدیریت پرستاری*، ۹(۳)، ۸-۱۸.
<http://ijnv.ir/article-۷۲۹-۱-fa.html>
۱۶. عسگری، محمد، چوپرداری، عسگر، و اسکندری، حسین (۱۴۰۰). واکوی تجارب زیسته افراد مبتلا به بیماری کرونا در روابط فردی، خانوادگی و اجتماعی و راهکارهای پیشگیری و کنترل آسیب های روانی ناشی از آن. *نشریه فرهنگ مشاوره و روان درمانی*، ۱۲(۴۵)، ۳۳-۵۲.
<https://doi.org/10.22054/qccpc.2020.53344.2453>
۱۷. فرجی پاک، مهدی، خجسته مهر، رضا، و امیدیان، مرتضی (۱۳۹۹). مقایسه رضایت زناشویی زنان شاغل و غیرشاغل: یک مطالعه فراتحلیل. *نشریه مطالعات اجتماعی روان شناختی زنان*، ۱۱(۱)، ۳۰۱-۳۴۸.
<https://doi.org/10.22051/jwsps.2020.29652.2138>
۱۸. فرهادی، سجاد، و غلام نظری، هاجر (۱۴۰۰). پیش بینی بار روانی ویروس کرونا در زنان خانواده در ایام قرنطینه: نقش سبک های حل مسئله و سرمایه روان شناختی. *نشریه خانواده درمانی کاربردی*، ۱۲(۱)، ۴۶-۶۴.
<https://doi.org/10.22034/afj.2021.268832.1053>
۱۹. فلاحی، لیلا، و محبوبی شریعت پناهی، نسیم السادات (۱۴۰۰). مطالعه تطبیقی فشار نقش های چندگانه ناشی از کرونا بر زنان در خانواده با تأکید بر نظریه اخلاق مراقبت. *نشریه مطالعه اجتماعی ایران*، ۱۵(۳)، ۲۶-۵۰.
<https://doi.org/10.22034/jss.2021.250979>
۲۰. مقصودی، سودا، و بیستان، زهرا (۱۳۸۳). بررسی مشکلات ناشی از هم زمانی نقش های خانگی و اجتماعی زنان شاغل شهر کرمان. *نشریه مطالعات اجتماعی - روان شناختی زنان (مطالعات زنان)*، ۲(۵)، ۱۲۹-۱۵۰.
<https://doi.org/10.22051/jwsps.2004.1232>
21. Abbasi Asfajir, A.A., & Amiri Mousavi, S.S. (2018). Relationship between job stress and marital adjustment and quality of life of female physicians in the Amol city. *Quarterly Journal of Woman & Society*, 9(35), 271-288. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.20088566.1397.9.35.12.0>
22. Affounh, S., Abusalha, S., Salha, S., Demaidi, M., Obaid, A. A., Alkouk, W. A., & Khlaif, Z. (2022). *The Impact of COVID-19 on Working Women*. Global

- Conference on Women`s Studies.
23. Alhas, A. (2020). *More 'family time' amid Coronavirus isolation at home. Anadolu Agency.* <https://www.aa.com.tr/en/latest-on-coronavirus-outbreak/more-family-time-amid-coronavirus-isolation-at-home/1812529>
 24. Ausín, B., González-Sanguino, C., Castellanos, M. Á., & Muñoz, M. (2021). Gender-related differences in the psychological impact of confinement as a consequence of COVID-19 in Spain. *Journal of Gender Studies*, 30(1), 29-38. <https://doi.org/10.1080/09589236.2020.1799768>
 25. Babaeigivi, R., Nazari, A.M., & Mohsenzadeh, F. (2015). The comparison of psychological well-Being and marital burnout and their dimensions among employed and unemployed women. *Quarterly Journal of Woman & Society*, 5(20), 71- 88. <https://dori.net/dor/20.1001.1.20088566.1395.7.25.9.3>
 26. Baert, S., Lippens, L., Moens, E., Sterkens, Ph., & Weytjens, J. (2020). The Covid-19 crisis and telework: A research survey on experiences, expectations and hopes. IZA DP, No. 13229.
 27. Balluerka, N., Gómez, B., Hidalgo, M.D., Gorostiaga, A., Espada, J.P., Padilla, J.L., & Santed, M. Á. (2020). *Las consecuencias psicológicas de la Covid-19.* Universidad del País Vasco. <http://hdl.handle.net/10810/45924>
 28. Bielby, W. T., & Bielby, D. D. (1989). Family ties: Balancing commitments to work and family in dual earner households. *American Sociological Review*, 54(5), 776–789. <https://psycnet.apa.org/doi/10.2307/2117753>
 29. Blaskó, Z., Papadimitriou, E., & Manca, A. R. (2020). *How will the Covid-19 crisis affect existing gender divides in Europe?* Luxembourg: Publications Office of the European Union. <http://dx.doi.org/10.2760/37511>
 30. Boserup, B., McKenney, M., & Elkbuli, A. (2020). Alarming trends in US domestic violence during the COVID-19 pandemic. *The American Journal of Emergency Medicine*, 38(12), 27- 53. <https://doi.org/10.1016/j.ajem.2020.04.077>
 31. Boyar, S. L., Maertz, C. P., Mosley, D. C. & Carr, J. C. (2008). The impact of work/family demand on work-family conflict. *Journal of Managerial Psychology*, 23(3), 215-235. <https://doi.org/10.1108/02683940810861356>
 32. Bronfenbrenner, U. (1992). Ecological systems theory, Six theories of child development: Revised formulations and current issues. *Encyclopedia of Psychology*, 3, 129- 133.
 33. Brown, R. P., & Day, E. A. (2006). The difference isn't black and white: Stereotype threat and the race gap on Raven's Advanced Progressive Matrices. *The Journal of Applied Psychology*, 91(4), 979- 985. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.91.4.979>
 34. Campbell, A. M. (2020). *An increasing risk of family violence during the Covid-19 pandemic: Strengthening community collaborations to save lives.* Forensic Science International: Reports, <https://doi.org/10.1016/j.fsir.2020.100089>
 35. Chung, SKG., Lanier, P., & Wong, P., (2020). Mediating effects of parental stress on harsh parenting and parent-child relationship during Coronavirus (Covid-19) pandemic in Singapore. *Preprint –accepted at Journal Of Family Violence*, 37(5), 801- 812. <https://doi.org/10.1007/s10896-020-00200-1>
 36. Dabone, KT. (2014). Effects of age on marital satisfaction of married people in Sunyani Municipality. *Int J Res Soc Sci*, 3(8),1-10. <http://hdl.handle.net/123456789/7889>

37. Emezue, C. (2020). Digital or digitally delivered responses to domestic and intimate partner violence during CoViD-19. *JMIR public health and surveillance*, 6(3), e19831. <https://doi.org/10.2196/19831>
38. Ešteki, S. (2021). The Effect of Coronavirus anxiety on self-esteem, life Satisfaction and mood of women with moderate-to-moderate physical activity during Covid-19 quarantine. *Depiction of Health*, 12(2), 96- 104. <https://doi.org/10.34172/doh.2021.10>
39. Geurts, S.A.E. & Demerouti, E. (2003). *Work/non-work interface: a review of theories and findings. The handbook of work and health psychology*. Chichester: Wiley.
40. Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J. (1985). Sources of conflict between work and family roles. *Academy of management review*, 10(1), 76- 88.
41. Guba, E. G., & Lincoln, Y. S. (1989). *Fourth generation evaluation, Newbury Park*. CA: Sage.
42. Harth, N. S., & Mitte, K. (2020). Managing multiple roles during the COVID-19 lockdown: Not men or women, but parents as the emotional “loser in the crisis”. *Social Psychological Bulletin*, 15(4), 1- 17.
43. Humaida, I. A. I. (2012). Relationship between stress and psychosomatic complaints among nurses in tabarjal hospital. *Open Journal of Medical Psychology*, 1(3), 15- 19. <http://dx.doi.org/10.4236/ojmp.2012.13003>
44. Kirchmeyer, C., & Cohen, A. (1999). Different strategies for managing the work/non-work interface: A test for unique pathways to work outcomes. *Work & Stress*, 13(1), 59- 73. <https://doi.org/10.1080/026783799296192>
45. Ko, N-Y., Lu, W-H., Chen, Y-L., Li, D-J., Wang, P-W., Hsu, S-T., Chen, C-C., Lin, Y-H., Chang, Y-P., & Yen, C-F. (2020). Covid-19-related information sources an psychological well-being: An online survey study in Taiwan. *Brain, behavior, and immunity*, 87, 153- 154. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.05.019>
46. Kochhar, R., & Barroso, A. (2020). Young workers Likely to be hard hit as Covid-19 strikes a blow to restaurants and other service sector jobs. *Pew Research Centre*. <https://policycommons.net/artifacts/616295/young-workers-likely-to-be-hard-hit-as-covid-19-strikes-a-blow-to-restaurants-and-other-service-sector-jobs/1596902/>
47. Kristal , T., & Yaish, M. (2020). Does the Coronavirus pandemic level gender inequality curve? (It doesn't). *Research in Social Stratification and Mobility*, 68, 1- 5. <https://doi.org/10.1016/j.rssm.2020.100520>
48. Li, S., Wang, Y., Xue, J., Zhao, N., & Zhu, T. (2020). The impact of Covid-19 epidemic declaration on psychological consequences: a study on active Weibo users. *International journal of environmental research and public health*, 17(6), 20- 32. <https://doi.org/10.3390/ijerph17062032>
49. Lian, S. Y., & Tam, C. L. (2014). Work stress, coping strategies and resilience: a study among working females. *Asian Social Science*, 10(12), 41. <http://dx.doi.org/10.5539/ass.v10n12p41>
50. Losada-Baltar, A., Jiménez-Gonzalo, L., Gallego-Alberto, L., Pedroso-Chaparro, M. D. S., Fernandes-Pires, J., & Márquez- González, M. (2020). We're staying at home. association of self-perceptions of aging, personal and family resources and loneliness with psychological distress during the lock-down period of Covid-19. *The Journals of Gerontology. Series B, Psychological Sciences and Social Sciences*, 76(2), 10- 16. <https://doi.org/10.1093%2Fgeronb%2Fgbaa048>

51. MacKian, S. C. (2008). What the papers say: reading therapeutic landscapes of women's health and empowerment in Uganda. *Journal of Health & Place*, 14(1), 106- 115. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2007.05.005>
52. Manzo, L. K. C., & Minello, A. (2020). Mothers, childcare duties, and remote working under Covid-19 lockdown in Italy: cultivating communities of care. *Dialogues in Human Geography*, 10(2), 120-123. <https://doi.org/10.1177/2043820620934268>
53. Morrow, R., Rodriguez, A., & King, N. (2015). Colaizzi's descriptive phenomenological method. *The psychologist*, 28(8), 643- 644.
54. Peterman, A., Potts, A., O'Donnell, M., Thompson, K., Shah, N., Oertelt-Prigione, S., & van Gelder, N. (2020). *Pandemics and violence against women and children. Center for Global Development Working Paper 528*. Washington, DC: Centre for Global Development.
55. Pfefferbaum, B., & North, C. S. (2020). Mental health and the Covid-19 pandemic. *New England Journal of Medicine*. 383(6), 510- 512. <https://www.nejm.org/doi/full/10.1056/nejmp2008017#:~:text=DOI%3A%2010.1056/NEJMp2008017>
56. Rotz, D. (2016). Why have divorce rates fallen? The role of women's age at marriage. *J Hum Res*. 51(4),961-1002. <http://dx.doi.org/10.3368/jhr.51.4.0214-6224R>
57. Sadeghi, M., Farajkhoda, T., Khanabadi, M., & Eftekhari, M. (2022). PERMA model vs. integrative-behavioral couple therapy for fertility problems: A randomized clinical trial protocol. *Int J Reprod Biomed*, 19(12),1105- 1116. <https://doi.org/10.18502%2Fijrm.v19i12.10061>
58. Seligman, M. (2018). PERMA and the building blocks of well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 13(4), 333–335. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1080/17439760.2018.1437466>
59. Uddin, M. (2021). Addressing work-life balance challenges of working women during Covid-19 in Bangladesh. *Int Soc Sci J. Mar-Jun*, 71(240), 7-20. <https://doi.org/10.1111/issj.12267>
60. Urdinola, B. P., & Tovar, J. A. (2019). *Time use and transfers in the Americas*. Switzerland: Springer International Publishing.
61. Usher, K., Bhullar, N., Durkin, J., Gyamfi, N., & Jackson, D. (2020). Family violence and Covid-19: Increased vulnerability and reduced options for support. *International Journal of Mental Health Nursing*, 29(4), 549– 552. <https://doi.org/10.1111/inm.12735>
62. Wenham, C., Smith, J., Morgan, R., & Group, G. (2020). Covid-19: The gendered impacts of the outbreak. *Lancet*, 395(10227), 846– 848. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(20\)30526-2](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(20)30526-2)
63. Westman, M., & Piotrkowski, C.S. (1999). Introduction to the special issue: work-family research in occupational health psychology. *Journal of Occupational Health Psychology*, 4(4), 301–306. DOI: 10.1037//1076-8998.4.4.301
64. Wulandari, B., Sholihah, K. U., Nabila, T., & Kaloeti, D. V. S. (2021). Subjective well-being in working mothers during the Covid-19 pandemic: a systematic literature review. *In Proceeding of Inter-Islamic University Conference on Psychology*, 1(1), 1- 9.