

## تحلیل پدیدارشناسی مؤلفه‌های شناختی در تعارضات میان همسران شاغل (یک مطالعه کیفی)

روح‌اله رحیمی<sup>۱</sup>، سودابه ارشادی‌منش<sup>۲</sup>

### Phenomenological analysis of cognitive components in conflicts between employed spouses (a qualitative study)

Rohollah Rahimi<sup>1</sup>, Sodabeh Ershadimanesh<sup>2</sup>

#### چکیده

**زمینه:** مرور ادبیات پژوهشی نشان می‌دهد، کمیت و شدت تعارضات میان همسران شاغل نسبت به زوجین تک شاغل، وضعیت متفاوتی پیدا می‌کند. به نظر می‌رسد یکی از عوامل مؤثر بر تعارضات این نوع زوجین، مؤلفه‌های شناختی است. از این رو، مسئله اصلی در مطالعه حاضر این بود که تجارب زیسته همسران شاغل از مؤلفه‌های شناختی مؤثر بر تعارضات، چگونه است؟ **هدف:** مطالعه حاضر با هدف کشف تجارب زیسته همسران شاغل دارای تعارض از مؤلفه‌های شناختی مؤثر بر تعارضات زوجی انجام شد. **روش:** این پژوهش با رویکرد کیفی و روش پدیدارشناسی تفسیری در سال ۱۳۹۷ در شهر نورآباد انجام شد. نمونه‌های پژوهش با انتخاب ۱۲ زوج هر دو شاغل دارای تعارض (با اذعان زوجین به تعارض و کسب نمره ۱۸۷ یا بالاتر از آن در پرسشنامه MCQ) با روش نمونه‌گیری هدفمند به حد اشباع رسید. برای جمع‌آوری داده‌ها از مصاحبه نیمه ساختاریافته استفاده شد. مصاحبه‌ها با استفاده از روش دیکلمن، آلن و تانر که دارای ماهیت تیمی بوده و در پدیدارشناسی تفسیری مرسوم است، مورد تحلیل قرار گرفتند. **یافته‌ها:** تحلیل تجارب مشارکت‌کنندگان، منجر به شناسایی ۲ مضمون اصلی، غفلت شناختی (در بردارنده ۲ مضمون فرعی؛ ضعف در آگاهی و استعاره‌های بدبینانه) و آسیب‌پذیری شناختی (در بردارنده ۳ مضمون فرعی؛ باورهای معیوب، نگرش‌های منفی و سازه‌های شناختی ناکارآمد) شد. **نتیجه‌گیری:** نتایج نشان داد مؤلفه‌های شناختی در شروع و تشدید تعارضات میان همسران شاغل نقشی اساسی دارند. آگاهی از این مؤلفه‌های شناختی و مدیریت آنها می‌تواند در کاهش تعارضات زوجی در این نوع سبک زندگی تأثیرگذار باشد. **واژه کلیدی‌ها:** تجارب زیسته، تعارضات زوجین، مؤلفه‌های شناختی، همسران شاغل.

**Background:** In the families of dual career couples, where both spouses have an income, the quantity and severity of marital conflicts are different from those of single-employed families. One of the effective factors in marital conflicts of this type of couples is cognitive components. The main issue in the present study was what are the life experiences of dual career couples of cognitive components affecting marital conflict? **Aims:** The aim of this study was to discover the life experiences of dual career couples with marital conflicts from cognitive components affecting marital conflicts in the lifestyle of dual career couple. **Method:** This study was conducted with qualitative approach and interpretive phenomenological method in Nourabad (Lorestan) in 2019. Research samples were selected by using 12 career couples with marital conflict (with couple acknowledgment to conflict and acquisition the score of 187 or higher on the MCQ questionnaire) reached the saturation level by purposeful sampling. The semi-structured interviews were used to collect data. Interviews were analyzed using the Dickelman, Allen, and Turner method, which is team-based and is common in interpretive phenomenology. **Results:** Analyzing participants' experiences led to the identification of two main themes of cognitive negligence with sub-themes; Weakness in consciousness and pessimistic metaphors and cognitive vulnerabilities with sub-themes; Faulty beliefs, negative attitudes, and dysfunctional cognitive structures. **Conclusions:** The results showed that cognitive components play an essential role in initiating and exacerbating marital conflicts between dual career couples. Knowing the characteristics and challenges of this type of lifestyle and managing its cognitive factors can be effective in reducing marital conflicts. **Key Words:** Living experiences, marital conflicts, cognitive components, dual career couples.

Corresponding Author: Rohollahrahimi02@gmail.com

<sup>۱</sup> دکتری تخصصی مشاوره، گروه مشاوره، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران (نویسنده مسئول)

<sup>۱</sup> Ph.D. in Counseling, Department of Counseling, Allameh Tabataba'i University of Tehran, Tehran, Iran (Corresponding Author)

<sup>۲</sup> دکتری روانشناسی، دانشگاه نیوکاسل، انگلستان، عضو هیئت علمی گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران شمال، تهران، ایران

<sup>۲</sup> Ph.D. in Psychology, Newcastle University, Newcastle Upon Tyne, United Kingdom, Member of Academic Board in Psychology, Islamic Azad University, North Branch Tehran, Tehran, Iran

## مقدمه

پخت و پز، نظافت و شستشوی لباس‌ها بیشتر توسط زن خانه انجام می‌گیرد، اما زنان در خانواده‌های هر دو شاغل، زمان کمتری برای انجام فعالیت‌های مرتبط با خانه دارند (نیول و پیکرل، ۲۰۰۵). تعارضات میان همسران شاغل معمولاً زمانی بیشتر خود را نشان می‌دهد که مرد در یک سوم کارهای خانه درگیر می‌شود (پلک، ۱۹۷۷؛ به نقل از سلطان و همکاران، ۲۰۱۴). علاوه بر این، چنین سطحی از استرس در زوج‌های هر دو شاغل می‌تواند منجر به فرسودگی شغلی (آریل، ۱۹۹۳)، محرومیت از خواب (نیول و پیکرل، ۲۰۰۵) و اختلال در سلامتی (فلودروس، هگمن، آرونسون، مارکلوند و ویکمن، ۲۰۰۹) شود. پتریگلیری (۲۰۱۹) در طی ۵ سال، ۱۰۰ زوج شاغل را در آمریکا مورد مطالعه قرار داد. نتایج مطالعه او نشان داد، بیشتر زوج‌های مورد مطالعه چند خواسته مهم داشتند. مهم‌ترین خواسته این بود که آنها مسئولیت‌های خود را در خانه و محل کار به طور مساوی تقسیم کنند، زیرا روابط زوج‌های شاغل متعارض در زمینه تقسیم منصفانه کار بسیار پر تنش بود. او در ادامه دریافت، این تنش‌های طولانی به بحث‌های داغ برای زمان اختصاص داده شده به مراقبت از کودکان و انجام کارهای خانه تبدیل می‌شوند. ژو و همکاران (۲۰۱۹) نیز در مطالعه ۳۶۵ زوج هر دو شغله به این نتیجه رسیدند که سرریزهای متقابل کار و خانواده و ساعات کار طولانی موجب تعارض در روابط این نوع زوجین می‌شوند. همچنین آنها دریافتند که میزان کم مشارکت مردان در انجام امور خانه با نارضایتی زناشویی زنان رابطه دارد. وضعیت همسران شاغل در جوامع در حال گذار مانند ایران، که زوج‌های هر دو شاغل از یک سو مجبورند نقش‌های سنتی خود در خانواده را حفظ کرده و در عین حال باید به شغل و نیازهای حرفه‌ای‌شان پاسخ دهند، با دشواری و چالش‌های بیشتری همراه است.

یکی از عوامل مؤثر در بروز تعارضات زوجی، عوامل شناختی است. از دیدگاه درمانگران شناختی (بک، ۱۹۹۵؛ اپستاین، چن و بیدر - کامجو، ۲۰۰۵؛ هالفورد، ۲۰۰۷، ترجمه تهریزی، کاردانی و جعفری، ۱۳۹۶) ریشه بسیاری از سوءتفاهم‌های زندگی زناشویی در اندیشه‌های تعصب‌آمیز و غیرمنطقی زوج‌ها است. همچنین نتایج پژوهش‌های متعدد (ابراهیمی، شیخ زین‌الدینی و میراسی، ۱۳۹۰؛ جلوخانیان و خادمی، ۱۳۹۰) نشان می‌دهد تحریف‌های شناختی در شکل‌گیری تعارضات زناشویی نقش دارند. باکوم، اپستاین، سایر و شر (۱۹۸۹)، به نقل از مهین‌ترابی، مظاهری، صاحبی و موسوی،

مفهوم زوج‌های هر دو شاغل برای اولین بار توسط راپاپورت و راپاپورت در سال ۱۹۶۹ استفاده شد و به زوج‌هایی اطلاق می‌شود که هر دو شغل دارند و به صورت همزمان درگیر مسئولیت‌های شغلی و خانوادگی هستند (تیواری، ۲۰۱۶). اشتراک مساعی بین آرمان‌های شغل و خانواده، بازتاب چالش برای افرادی است که در جستجوی این دوگانگی هستند. محبوبیت این نوع سبک زندگی روز به روز افزایش یافته و با تغییر نقش‌های جنسیتی، این نوع زوج‌ها عمومیت پیدا کرده‌اند (برلاتو و کوریا، ۲۰۱۷). مطالعات نشان داده‌اند که تعداد این زوج‌ها به طور فزاینده‌ای در حال افزایش است و در درجه اول، این به سبب افزایش مشارکت زنان در مشاغل حرفه‌ای است (کینگ، ۲۰۰۶؛ دای، ۲۰۱۶) و سپس به دلیل بروز تنگناهای اقتصادی در خانواده‌های عصر حاضر است (آبله و المر، ۲۰۱۱؛ سلطان، تبسم و عبدالله، ۲۰۱۴). این روند به طور اساسی، ساختارهای سنتی خانواده و نقش‌های جنسیتی را تغییر داده است (سلطان، تبسم و عبدالله، ۲۰۱۴)، تا جایی که تعداد زوج‌های هر دو شاغل افزایش یافته و خانواده‌های سنتی و تک‌شغله نیز در حال کاهش است (الوی و اسمیت، ۲۰۰۳). اشتغال همزمان زوج، هم در چارچوب خانواده و هم در جامعه نمود دارد و باعث تغییراتی بر سطح رضایت و تعارضات زناشویی زوج‌های هر دو شاغل می‌شود. بنابراین بافت خاص اقتصادی - اجتماعی زوج‌های هر دو شاغل، آنها را با چالش‌های متفاوتی نسبت به سایر زوج‌ها مواجه می‌کند. این اضطراب و بار اضافی نقش، فشار و استرس ناشناخته‌ای را برای شغل و خانواده به ارمغان آورده است که می‌تواند رضایت زناشویی در سبک زندگی زوج هر دو شاغل را تحت تأثیر قرار دهد (جوزف و اینباناتان، ۲۰۱۶). پژوهش‌های انجام گرفته تعارضات زناشویی بیشتر و سازگاری کمتری را در همسران شاغل گزارش داده‌اند (بیگام، موقتار، وانی و سینگ، ۲۰۱۷؛ عدنان، سلطان و سیرا، ۲۰۱۳؛ فلاح چای و خالویی، ۱۳۹۵؛ دوکانه‌ای فرد، حسنی و مظفرپور، ۱۳۹۱). همچنین به طور کلی نرخ طلاق در میان زوج‌های هر دو شاغل به مراتب از آن زوج‌هایی که زن شاغل نیست، فراتر می‌رود (سگالن، ۱۹۸۶؛ ترجمه الیاسی، ۱۳۹۳).

زوج‌های هر دو شاغل همچنین با چالش‌های روزمره در زمینه مدیریت و تنظیم فعالیت‌های خانواده مواجه می‌شوند (اندرسون و اسپرویل، ۱۹۹۳). هر چند فعالیت‌های خانوادگی همچون خرید،

## روش

از آنجا که هدف اصلی پژوهش حاضر، بررسی مؤلفه‌های شناختی مؤثر در تعارضات زناشویی از نقطه نظر تجارب زیسته زوج‌های شاغل بود، لذا ورود به درون تجارب زیسته زوج‌های هر دو شاغل و کشف ذات آن مستلزم اتخاذ روشی بود که قادر به انجام چنین کاری باشد، از این رو از روش پدیدارشناسی تفسیری استفاده شد. جامعه مورد مطالعه این پژوهش، تمامی زوج‌های هر دو شاغل دارای تعارضات زناشویی بود که در بازه زمانی چهار ماهه (آبان‌ماه تا بهمن‌ماه ۱۳۹۷) به مرکز مشاوره خانواده افق (شهر نورآباد) مراجعه می‌کردند. نمونه‌گیری در زوج‌های هر دو شاغل متعارض به صورت هدفمند و در دسترس انجام گرفت. این زوج‌ها بر اساس اذعان خود به داشتن تعارضات زناشویی، نمره بالا (نمره خام ۱۸۷ و بالاتر) در پرسشنامه تعارضات زناشویی (MCQ) انتخاب شدند. در بدو شروع پژوهش‌های کیفی، نمونه مورد مطالعه کاملاً مشخص نیست. به عبارت دیگر، نیازی نیست تعداد دقیق افراد در گروه نمونه مشخص شوند. در نمونه‌گیری هدفمند، حجم نمونه از فرمول خاصی پیروی نمی‌کند و نمونه‌گیری تا جایی ادامه خواهد یافت تا مصاحبه‌های شرکت‌کنندگان به حالت اشباع مقوله‌ها برسند (استربرت و کارپنتر، ۲۰۱۱). بنابراین نمونه‌گیری با نخستین مصاحبه آغاز و تا رسیدن به اشباع مقوله‌های قابل شناسایی ادامه یافت. حالت اشباع به وضعیتی گفته می‌شود که پاسخ‌های شرکت‌کنندگان جدید به سؤالات مصاحبه، مشابه همان پاسخ‌هایی باشد که شرکت‌کنندگان قبلی به سؤالات مصاحبه داده‌اند. اشباع داده‌ها پس از ۱۰ مصاحبه رخ داد که جهت حصول اطمینان، مصاحبه‌های تا ۱۲ زوج تدوam یافت.

ملاک‌های خروج از مطالعه نیز داشتن اختلالات روانشناختی (بر اساس تشخیص اولیه پژوهشگران و تشخیص دقیق روانشناس بالینی) و بیماری‌های جسمانی شدید مخل در جلسات مصاحبه (بنا به اظهار شرکت‌کنندگان) بود. مشخصات اولیه زوج‌های هر دو شاغل شرکت‌کننده در این پژوهش در جدول ۱ آمده است.

## ابزار

پرسشنامه تعارضات زناشویی (MCQ)<sup>۳</sup>: یک ابزار ۵۴ سؤالی است که توسط ثنائی، براتی و بوستانی پور برای سنجش تعارضات

(۱۳۹۰) نیز با توجه به حجم گسترده مطالعات مربوط به تئوری‌های شناختی رفتار ناسازگارانه، پنج طبقه از شناخت را که نقش عمده‌ای در نابسامانی‌های زناشویی دارند، توصیف کردند: ادراکات (شامل ادراک ویژه هر فرد از وقایع)، اسنادها (تبیین و توضیح افراد از وقایعی که رخ می‌دهد)، انتظارات (پیش‌بینی‌های فرد در مورد احتمال وقوع اتفاقی در آینده)، فرضیه‌ها (باورهای اولیه که هر فرد راجع به ماهیت کلمات و ارتباط میان وقایع و ویژگی‌های یک رابطه صمیمی و نزدیک دارد) و استانداردها (باورهای زوجین درباره ویژگی‌هایی که فکر می‌کنند هر زوج یا رابطه باید داشته باشد). علاوه بر این، سه خطای اساسی شامل، واقع‌گرایی خام، خطای تأیید و اسناد نیز می‌توانند در ایجاد و تشدید تعارض و همچنین به کارگیری سبک‌های غیرسازنده حل تعارض دخیل باشند. مطالعات نشان داده‌اند که این خطاها ریشه در جایگاهی دارند که توجه شخص بر آن متمرکز شده است (ویلیامز، ۲۰۱۶). یکی - دیگر از موضوعات شناختی که باعث تعارض دایمی در فضای خانواده و روابط زوجی شود، طرحواره است (آرین فر و پورشهریاری، ۱۳۹۶). طرحواره‌های ناسازگار اولیه<sup>۱</sup> به ریشه اعتقادات منفی عمیق در مورد خود، دیگران و جهان اشاره دارند که ممکن است در طی سال‌های اول زندگی پرورش یافته باشند (ویرجیل زیگلر - هیل، گرین، آرنو، سیسمور و مایرز، ۲۰۱۱). زمانی که نیازهای طرفین در روابط زوجی برآورده نشود، ممکن است طرحواره‌های ناسازگار خاصی ایجاد شوند که بر روابط صمیمانه اثر می‌گذارند؛ بنابراین امکان دارد طرحواره‌های ناسازگار اولیه با سطح تعارضات در روابط زناشویی ارتباط داشته باشد (آرین فر و پورشهریاری، ۱۳۹۶). از این رو با توجه به آنچه گفته شد و با توجه به نقش مهم مؤلفه‌های شناختی در بروز تعارضات میان زوجین عادی (تک شاغل)، و از آنجایی که هنوز پژوهشی به بررسی نقش مؤلفه‌های شناختی در بروز تعارضات میان همسران شاغل نپرداخته است، سؤال اصلی پژوهش حاضر این است که تجارب زیسته<sup>۲</sup> همسران شاغل از نقش مؤلفه‌های شناختی بر تعارضات زوجی چگونه است؟

۱. Initial Maladaptive Schema

۲. تجربه زیسته (Lived Experiences)، دریافت تجربه‌های دست اول است که فقط از طریق مصاحبه با افرادی به دست می‌آید که خود این تجربه را داشته‌اند (محمدپور، ۱۳۹۲).

۳. Marital Conflict Questionnaire

یک گروه ۲۷۰ نفری ۰/۹۶ به دست آمد و برای هشت خرده مقیاس آن از این قرار است: کاهش همکاری (۰/۸۱)، کاهش رابطه جنسی (۰/۷۰)، افزایش جلب حمایت فرزند (۰/۳۳)، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود (۰/۸۶)، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان (۰/۸۹)، جدا کردن امور مالی از یکدیگر (۰/۷۱) و کاهش ارتباط مؤثر (۰/۶۹) است. این پرسشنامه از روایی محتوای خوبی برخوردار است. در مرحله تحلیل محتوای پرسشنامه، پس از اجرای مقدماتی و محاسبه همبستگی هر سؤال با کل پرسشنامه و مقیاس‌های آن، به دلیل همبستگی مناسب تمام سؤالات، هیچ سؤالی حذف نشد (بوستانی پور، ۱۳۸۶؛ به نقل از ثنائی، ۱۳۹۶). امینی و حسینیان (۱۳۹۲) نیز روایی صوری این پرسشنامه را مناسب ارزیابی کردند.

زن و شوهری و برخی ابعاد اصلی آن ساخته شده است. این پرسشنامه هشت بُعد از تعارضات زناشویی، کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، افزایش واکنش‌های هیجانی، افزایش جلب حمایت فرزند(ان)، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان، جدا کردن امور مالی از یکدیگر و کاهش ارتباط مؤثر را شامل می‌شود. در این پرسشنامه کسانی که نمره خام آنها در دامنه ۷۹ تا ۱۴۹ قرار گیرد (معادل نمره استاندارد T بین ۴۰ تا ۶۰) دارای روابط زناشویی بهنجار هستند و کسانی که نمره خام آنها در دامنه ۱۵۰ تا ۱۸۶ قرار گیرد (معادل نمره استاندارد T بین ۶۰ تا ۷۰) دارای تعارض بیش از حد بهنجار و نمره خام ۱۸۷ و بالاتر (یعنی معادل نمره استاندارد T بالاتر از ۷۰) دارای تعارض شدید و یا روابط بسیار آسیب پذیر هستند (ثنائی، ۱۳۹۶). آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه بر روی

جدول ۱. مشخصات اولیه زوج‌های هر دو شاغل دارای تعارضات زناشویی						
کد زوج	جنسیت	سن	طول زندگی زناشویی	شغل	تحصیلات	تعداد فرزند
۱	زن	۴۱	۲۰ سال	کارمند شهرداری	فوق لیسانس	۳
	مرد	۴۸		کارمند اداره برق	لیسانس	
۲	زن	۳۳	۱۰ سال	آموزگار	لیسانس	۱
	مرد	۳۹		کارمند کمیته امداد	لیسانس	
۳	زن	۳۱	۶ سال	طیبه / معلم	تحصیلات حوزوی	۱
	مرد	۳۶		متصدی بنگاه معاملات ملکی	فوق دیپلم	
۴	زن	۳۸	۱۲ سال	پرستار	لیسانس	۲
	مرد	۴۲		کارمند پتروشیمی	لیسانس	
۵	زن	۳۴	۱۱ سال	فروشنده بوتیک زنانه	دیپلم	۲
	مرد	۳۷		نگهبان شیفتی	دیپلم	
۶	زن	۲۹	۹ سال	تحویلدار بانک	لیسانس	۲
	مرد	۳۵		متصدی نمایندگی اتومبیل	دیپلم	
۷	زن	۴۲	۲۱ سال	خیاط زنانه	دیپلم	۴
	مرد	۴۹		تعمیر کار اتومبیل	فوق دیپلم	
۸	زن	۳۸	۱۲ سال	کارمند اداره بهزیستی	لیسانس	۲
	مرد	۴۴		آموزگار	لیسانس	
۹	زن	۴۰	۱۹ سال	دبیر عربی	لیسانس	۲
	مرد	۴۷		نظامی	دیپلم	
۱۰	زن	۳۳	۸ سال	کارمند نمایندگی بیمه	لیسانس	۱
	مرد	۳۹		کارمند تدارکات اداره دولتی	فوق لیسانس	
۱۱	زن	۲۸	۷ سال	بهبار	فوق دیپلم	۲
	مرد	۳۷		بهبار	فوق دیپلم	
۱۲	زن	۳۳	۹ سال	پرستار	لیسانس	۱
	مرد	۳۵		پرستار	لیسانس	

در پدیدارشناسی نظیر یادداشت برداری میدانی و مشاهده نیز استفاده شد. مصاحبه‌ها در دامنه زمانی ۳۷ تا ۶۰ دقیقه، متناسب با خلق، آستانه تحمل و علاقه شرکت‌کنندگان انجام شد. مصاحبه‌کننده تلاش کرد تا پیش از شروع مصاحبه، با زوج مورد مصاحبه رابطه‌ای

روند اجرای پژوهش: در این پژوهش برای جمع‌آوری داده‌ها، از مصاحبه عمیق نیمه ساختاریافته استفاده شد. در این مصاحبه‌های نیمه ساختاریافته، زوج (زن و شوهر) شرکت کردند. همچنین علاوه بر استفاده از روش مصاحبه، از سایر روش‌های جمع‌آوری اطلاعات

و همسرتون داشته است؟) در اینجا هدف اخذ نظرات‌شان نبود، بلکه جزئیات تجاربی مورد نظر قرار گرفت که ممکن است نظرات-شان بر اساس آن به وجود آمده باشد. در بخش سوم نیز از زوج‌ها خواسته شد تا معنای تجربه زیسته‌شان را بازتاب دهند (برای مثال، وقتی از عوامل شناختی مؤثر بر تعارض زناشویی زوج هر دو شاغل حرف می‌زنیم، چه چیزی توی ذهن تون میاد؟) بخش سوم فقط در صورتی می‌توانست مؤثر باشد که پایه آن در دو بخش نخست مصاحبه، بنا نهاده شده باشد. به جز نمونه سؤالات اولیه ذکر شده، مصاحبه‌کننده هیچ سؤال از پیش تعیین شده یا ارجحی نداشته و مصاحبه بیشتر حالت گفتگو و مکالمه داشت نه جلسات پرسش و پاسخ. به طور کلی در فرآیند فوق‌الذکر، مصاحبه‌ها با طرح سؤالات کلی شروع شده و با یک چارچوب انعطاف‌پذیر تعقیب می‌شد. در مواقع لزوم جهت عمیق‌تر شدن مصاحبه و برای دستیابی به جزئیات بیشتر، روشن‌سازی و کسب اطلاعات دقیق‌تر، سؤالات کاوشی مانند "می‌تونید در این مورد بیشتر توضیح بدین؟" "می‌تونید منظور تون رو واضح‌تر بیان کنین؟" "لطفاً مثالی از تجربه خودتون بیان کنین" مورد استفاده قرار می‌گرفت. آخرین سؤالات در پایان هر مصاحبه این بود که "دوست داشتن چه چیزی از تون پرسم که به درک ما از تجربه عوامل شناختی در سبک زندگی زوج هر دو شاغل کمک می‌کنه؟" "آیا چیز دیگه‌ای هست که در این مورد به من بگید؟" گاهی اوقات این سؤالات پایانی اطلاعات جدیدی را از زوج فرا می‌خواند. داده‌ها در طول یک دوره چهارماهه جمع‌آوری، ثبت، کدگذاری و در قالب مضامین اصلی، فرعی و فرعی‌تر طبقه‌بندی گردید. ملاحظات اخلاقی الزامی در این مطالعه شامل کسب رضایت آگاهانه از زوج‌های هر دو شاغل و اخذ رضایت‌نامه کتبی، رازداری (استفاده از نام مستعار مانند زوج شماره ۱، ۲، و...) در تمام طول پژوهش و حق انصراف برای شرکت‌کنندگان بود. برای تجزیه و تحلیل داده‌های حاصل از مصاحبه‌های نیمه ساختاریافته، از روش دیکلمن، آلن و تانر (۱۹۸۹)، به نقل از لاورتی، (۲۰۰۳) که دارای ماهیت تیمی بوده و در پدیدارشناسی تفسیری مرسوم است، استفاده شد. روش مذکور در مطالعه موضوعات اکتشافی و مبهم ارجحیت دارد (بارنز و گروو، ۲۰۱۰). بر مبنای این روش تحلیل (پولیت و بک، ۲۰۰۴)؛ در پژوهش حاضر برای رسیدن به هدف، هفت گام طی شد. در مرحله اول پس از پایان هر مصاحبه و ثبت مشاهدات و یادداشت برداری‌های میدانی، جهت دستیابی به یک ایده کلی،

دوستانه برقرار کند و برای ایجاد این رابطه دوستانه، مصاحبه با مکالمات معمول روزمره آغاز می‌شد. سپس با اجازه زوج‌های شرکت‌کننده در پژوهش و با اطمینان از محرمانه بودن، جریان مصاحبه‌ها با بهره‌گیری از ابزارهای دیجیتال ضبط می‌شد. همچنین در مورد تمایل شرکت‌کنندگان برای ضبط کردن صدا، ابتدا از زوج سؤال می‌شد و در صورت توافق، صدا ضبط شده، در غیر این صورت به یادداشت برداری پاسخ‌ها اکتفا می‌شد. سؤالات مصاحبه نیز به گونه‌ای مطرح می‌شدند که رشته گفتگو قطع نشود، اما به هنگام سرد شدن یا انحراف از موضوع گفتگو سعی می‌شد با سؤالات هدایت‌کننده، فرآیند مصاحبه به مسیر اصلی بازگردد.

به منظور دسترسی به تجارب زیسته مصاحبه‌شوندگان، در تدوین طرح سؤالات مصاحبه عمیق نیمه ساختاریافته زوجی از رویکرد سه‌گانه به مصاحبه پدیدارشناسی (سیدمن، ۲۰۰۶) الگو برداری شد. هدف از این رویکرد سه‌گانه این است که شرکت‌کنندگان، تجارب خود را بازسازی کنند، آن را در زمینه زندگی‌هایشان قرار داده و معنای آن را بازتاب دهند.

بر همین اساس، در بخش اول برای تمرکز بر تاریخچه زندگی، تجربه زوج شرکت‌کننده در زمینه یا بستر موضوع قرار داده می‌شد. این کار با سؤال پرسیدن در مورد موضوع تا حد ممکن از اوایل زندگی زناشویی تا زمان مصاحبه، انجام شد. برای همین منظور و برای قرار دادن نقش زوج در زمینه تاریخچه زندگی‌شان، سؤالات با مطلع چطور پرسیده شد (برای مثال، می‌تونید به من بگید چطور شد که تعارض پیدا کردین؟ تا جایی که ممکنه از اوایل زندگی زناشویی تا حال رو با در نظر داشتن نقش افکار مرور کنین و به من پاسخ بدین). این گونه سؤالات، طیف وسیعی از رویدادهای تقویمی در گذشته زندگی زوج، خانواده و شغل آنها را بازسازی و بازگویی می‌کرد، که در نهایت منجر به کشف زمینه‌های مؤثر بر تعارضات زناشویی آنها می‌شد. در بخش دوم رویکرد سه‌گانه فوق، بر جزئیات واقعی تجربه زندگی شده کنونی زوج‌های شرکت‌کننده از تعارضات زناشویی تمرکز شد. در این بخش از زوج‌های دو گروه خواسته می‌شد تا این جزئیات را بازسازی کنند (برای مثال، می‌تونید یک روز از زندگی خودتون رو - به عنوان یک زوج هر دو شاغل - از وقتی که از خواب بیدار میشد تا وقتی که می‌خوابید، تعریف کنید؟ یا می‌تونید بگید عدم آگاهی از سبک زندگی زوج هر دو شاغل و فکرهای غیرمنطقی چه تأثیری بر تعارضات میان شما

اطمینان و کفایت<sup>۴</sup> و قابلیت تعمیم و انتقال<sup>۵</sup> استفاده شد. برای تضمین قابلیت اعتبار داده‌ها پس از تحلیل هر مصاحبه، متن مصاحبه دوباره به زوج شرکت‌کننده در پژوهش ارجاع می‌شد تا صحت و سقم مطالب تأیید و در صورت لزوم اصلاحات لازم اعمال گردد. جهت تضمین قابلیت تصدیق، سعی بر آن بود که تیم پژوهشی پیش‌فرض‌های پیشین خود را تا حد امکان در فرآیند جمع‌آوری داده‌ها دخالت نداده تا ضمن لحاظ شدن دیدگاه‌های تیم پژوهشی، تجارب زیسته زوج‌های شاغل شرکت‌کننده در پژوهش نیز معرفی و بازنمایی شود. برای تضمین قابلیت اطمینان و کفایت نیز از نظرات صاحب‌نظران حوزه علوم خانواده استفاده شد. به همین منظور متون مربوط به مصاحبه‌ها جهت بررسی دقیق‌تر و کدگذاری به صاحب‌نظران و یک متخصص پژوهش کیفی نیز داده شد. از فرد مذکور درخواست شد، او نیز کدگذاری داده‌ها را در نرم‌افزار MAXQDA<sup>۱۲</sup> انجام دهد. میزان توافق کدگذاران که هر دو از نرم‌افزار نام برده استفاده نمودند، بر اساس ضریب کاپا ۰/۸۰ بود که بر اساس مراتب اعتمادپذیری گویت (۲۰۱۴) زیاد، قابل توجه و تضمین‌کننده دیگری برای نشان دادن اطمینان و کفایت داده‌ها بود.

### یافته‌ها

پس از تحلیل مصاحبه‌های انجام گرفته با ۱۲ زوج هر دو شاغل دارای تعارضات زناشویی و بعد از کدگذاری و دسته‌بندی مفاهیم اولیه، ۲ مضمون اصلی تحت عنوان تعاضل شناختی (با مضامین فرعی ضعف در آگاهی و استعاره‌های بدبینانه) و آسیب‌پذیری شناختی (باورهای معیوب، نگرش‌های منفی و سازه‌های شناختی ناکارا) استخراج شد که فهرست آنها و مفاهیم اولیه تشکیل دهنده‌شان در جدول ۲ آمده است. در ادامه این مضامین اصلی، فرعی به همراه مفاهیم اولیه آنها مرور می‌شود.

مصاحبه‌های شرکت‌کنندگان مکرراً گوش داده شد و اظهارات‌شان کلمه به کلمه روی کاغذ ثبت و چندین بار مرور شدند. در مرحله دوم، پژوهشگران در جستجو برای کشف موضوعات بالقوه، آنچه را که دیده و شنیده به صورت "خلاصه تفسیری"<sup>۱</sup> در می‌آوردند. در این مرحله، زیر اطلاعات با معنی و صحبت‌های مرتبط با موضوع پژوهش، خط کشیده شده و به این طریق عبارات مهم مشخص شده و معانی نهفته در آن درک و استخراج شدند (استخراج معانی آشکار و نهفته در متون مصاحبه‌ها). این معانی صرفاً همان بیان ساده شرکت‌کنندگان نبود، بلکه فضای مصاحبه و چگونگی پاسخ زوج به سؤالات را نیز در بر می‌گرفت. در مرحله سوم، متون نوشتاری و محتوی مصاحبه‌ها به صورت تیمی (پژوهشگران) مورد تبادل نظر و تحلیل قرار گرفته تا ضمن رسیدن به یک درک مشترک، مضامین اصلی استخراج شوند. در مرحله چهارم، بعد از استخراج درون‌مایه‌ها، تیم پژوهشی مجدد مفاهیم استخراج شده را به دقت مطالعه کرده و ضمن روشن‌سازی و طبقه‌بندی داده‌ها، یک تحلیل کلی و ترکیبی از هر متن یا مصاحبه به عمل آورد. در این مرحله هر گونه عدم توافق و تناقض موجود در تفاسیر از طریق مراجعه به متون مصاحبه‌ها یا شرکت‌کننده‌ها رفع شد. در مرحله پنجم، متون مصاحبه‌ها به منظور شناسایی، تعیین و توصیف معانی مشترک و عملکردها مقایسه شدند. مرحله ششم با شناسایی و استخراج الگوهای بنیادین که ارتباط درون‌مایه‌ها را برقرار می‌کرد، دنبال شد. در مرحله پایانی به منظور تبیین، روشن‌سازی و طبقه‌بندی و رفع هرگونه عدم توافق و تناقضات موجود در تفاسیر، نسخه‌ای پیش‌نویس از درون‌مایه‌ها جهت اعتباربخشی و نگارش نسخه نهایی گزارش طرح به اعضای تیم پژوهشی و افراد صاحب‌نظر در زمینه پژوهش‌های پدیدارشناختی ارائه شد. در هر مرحله، ضمن پیشرفت کار، با ادغام خلاصه‌های تفسیری، تحلیل ترکیبی و کلی‌تر شکل می‌گرفت تا مضامین و درون‌مایه‌های حاصله، به بهترین نحو ممکن با هم ارتباط یابند. در بخش کیفی از به کارگیری طبقات از پیش تعیین شده اجتناب شد تا طبقات از درون داده‌ها استخراج شوند. برای عملیات ذکر شده، از نرم‌افزار MAXQDA<sup>۱۲</sup> نیز استفاده شد. به منظور صحت و اعتبار داده‌های پژوهشی از چهار شاخص اعتبار گوبا و لینکلن (۱۹۸۹)؛ قابلیت اعتبار<sup>۲</sup>، قابلیت تصدیق<sup>۳</sup>، قابلیت

3. confirmability

4. Reliability and adequacy

5. Generalization and Transferability

1. interpretative summary

2. credibility

جدول ۲. مضامین مستخرج از تجارب زیسته زوج‌های هر دو شاغل متعارض از مؤلفه‌های شناختی مؤثر بر تعارضات زناشویی		
مضامین اصلی	مضامین فرعی	مفاهیم اولیه
غفلت شناختی	ضعف در آگاهی	آشنا نبودن با سبک زندگی زوج هر دو شاغل عدم پذیرش وضعیت زندگی زوج هر دو شاغل عدم استفاده از منابع حمایتی
	استعاره‌های بدبینانه	یک معادله و چند مجهول (ورود فرزندان به زندگی زوج هر دو شاغل) ورود به میدان دو ماراتن (حجم مشکلات در سبک زندگی زوج هر دو شاغل) انباشت سنگ‌ها و تبدیل آن به کوه (افزون شدن تعارضات زوجی در طول زمان) یک حُسن و هزار ضرر (منفی نگری ناشی از تمرکز بر جنبه‌های مالی) خانه آشفته (منفی نگری ناشی از عدم توجه زن شاغل به انجام امور خانه) خانه سرد (عدم ابراز گری عاطفی در سبک زندگی زوج هر دو شاغل) خانه جهنمی (روابط سرشار از تعارضات زناشویی غیر قابل تحمل) خانه به مثابه یک خوابگاه (منفی نگری ناشی از حضور کم زوج هر دو شاغل در خانه) خانه و محل کار به مثابه جبهه جنگ (روابط مملو از تعارضات زوجی) بچه‌های کلیددار زوج دو موره (تعابیر نادرست سایرین) سایه انداختن کار بر خانواده (ترجیح فعالیت‌های شغلی بر خانواده) زوج رفت و برگشتی (فاصله زیاد محل کار تا خانه) زندگی نواری (محدودیت زمانی زوج هر دو شاغل برای گفتگو با یکدیگر) یک روستای آباد بهتر از صد شهر نیمه کاره است (تعارض کار و خانواده) تصور نابرابری از روابط غیرمنطقی بودن همسر
آسیب‌پذیری شناختی	باورهای معیوب	ذهنیت متفاوت زوج از تعارضات زناشویی تَرک خوردن تصاویر ذهنی آرمانی ذهن خوانی قضاوت شتابزده تفکرات نامعقول درباره زن شاغل تحلیل شخصی از رفتار همسر انبوه انتظارات تعدیل نشده تصور حسادت از رفتار همسر اقدامی علیه‌ی سنت‌ها
	سازه‌های شناختی ناکارا	(نگرش منفی نسبت به فعالیت‌های اجتماعی زن) زوایه دید منفی نسبت به سبک زندگی زوج هر دو شاغل مخالفت مرد با اشتغال زن پس از مادر شدن پذیرش مشروط اشتغال زن توسط مرد نگرش منفی نسبت به اشتغال تمام وقت زن نگرش منفی نسبت به پویایی شغلی همسر غفلت از جنبه‌های مثبت سبک زندگی زوج هر دو شاغل مقایسه سبک زندگی خود با زوج سنتی یا تک شاغل احساس مورد سوء استفاده قرار گرفتن معیارهای سخت‌گیرانه (ایده‌ال گرایانه) احساس گناه احساس کنترل شدن خودرایی همسر

## مضمون اصلی ۱: غفلت شناختی

اولین مضمون اصلی به دست آمده از تحلیل بیانات زوج‌های هر دو شاغل از مؤلفه‌های شناختی مؤثر در تعارضات زناشویی، تغافل شناختی بود. فرآیند تحلیل داده‌ها در این مضمون اصلی، منجر به شناسایی دو مضمون فرعی شامل ضعف در آگاهی و استعاره‌های بدبینانه شد.

## مضمون فرعی ۱-۱: ضعف در آگاهی

تعدادی زیادی از زوجین متعارض در این مطالعه اظهار می‌کردند تا زمان ورود به این نوع سبک زندگی، از آن تجربه‌ای نداشته و پس از آن نیز تلاشی در جهت افزایش آگاهی‌های خود برای سازگاری با این نوع سبک زندگی انجام نداده‌اند. این مضمون فرعی حاصل ۳ مفهوم اولیه شامل آشنا نبودن با سبک زندگی زوج

بیدار میشم انگار وارد یه مسابقه دو مارا تن میشم، اولش باید صبحونه بچه‌ها و شوهرمو بدم بعدش ظرفا رو میشورم و خونه رو یه نظافت میکنم. تو خیاطی هم با اون همه سفارش باید یه بند کار کنم. سر ظهر بدو بدو میام خونه نهار رو میدارم بچه‌ها رو تر و خشک میکنم بعد نهارم باز کلی کار خونه و بعدشم دوباره مغازه تا شب که باز همین آشه و همین کاسه... تازه اگه یه شب مهمون داشته باشیم اوضاع بدتر میشه...» (زوج شاغل شماره ۷/زن).

تشبیه خانه و محل کار به جبهه و روابط مملو از تعارضات زوجی در گفته‌های یکی از مصاحبه‌شوندگان این چنین نمایانگر شد: «توصیه‌ام همیشه اینه که اولاً کارکردن باید طوری باشه که ضربه‌ای به زندگیت نباشه چون در وهله اول خود من اذیت میشدم، چون وقتی شخصی که باهات زندگی میکنه به کار زن بیرون از منزل هیچ اعتقادی نداره و فقط یکی رو میخواد که شب و روز تو خونه‌ش کار کنه و هیچ علاقه‌ای هم نشون نمیده حتی برای کار کردنش شرط و شروط میگذاره و سر هر چیزی یه دعوی درستی میکنه ارزشش تحمل کردن نداره. این من بودم که باید توی دو جبهه می‌جنگیدم چون هیچ‌جا احساس رضایت نمیکنی» (زوج شاغل شماره ۸/زن).

یکی از مصاحبه‌شوندگان در بیان استعاره نام آشنای زوج دو موتور، عدم رضایت خود را از این تعبیر بیان کرد و گفت: «یکی از چیزهایی که خیلی آزارم میده همین لقب دوموتوره بودنه، این لقب توقع مالی همه رو از ما بیشتر کرده. یه مردی که شغلش آزاده و خانمش سرکارم نمیره شاید بیشتر از ما درآمد داره ولی کسی اونو نمی‌بینه...» (زوج شاغل شماره ۵/مرد).

یکی از مردان مصاحبه‌شونده نیز در استعاره خود برای بیان تعارض کار و خانواده در زندگیش از ضرب‌المثل استفاده کرد و گفت: «اگر برگردم عقب با این طرز فکری که امروز دارم دیگه دنبال زن شاغل نمیرفتم، چون هم خودم آسیب دیدم هم بچه‌ها و تا حدودی هم همسرم... من اعتقادم اینه که یه روستای آباد بهتر از صد شهر نیمه کاره ست...» (زوج شاغل شماره ۱/مرد).

مضمون اصلی ۲: آسیب‌پذیری شناختی

دومین مضمون اصلی به دست آمده از تحلیل بیانات زوج‌های شاغل متعارض، آسیب‌پذیری شناختی بود. فرآیند تحلیل داده‌های به دست آمده از زوج‌های هر دو شاغل دارای تعارضات زناشویی در این مضمون اصلی، منجر به شناسایی سه مضمون فرعی شامل

هر دو شاغل، عدم پذیرش وضعیت زندگی زوج هر دو شاغل و عدم استفاده از منابع حمایتی (کتاب، کارگاه دانش افزایی، متخصصان و...) بود.

یکی از زنان شاغل مصاحبه‌شونده در مورد عدم آشنایی همسرش با سبک زندگی زوج هر دو شاغل گفت: «بعضی مردها جنبه شاغل بودن زن شونوندارن، حقوق و درآمد ما رو میگیرن ولی یه ذره‌ای توی کارهای خونه یا بچه‌داری کمک نمیکنن. کمتر مردی تو نسل ما این فرهنگ رو داره چون اکثر مادرها اون موقع خونه‌دار بودن با این نوع زندگیا آشنا نیستن» (زوج شاغل شماره ۴/زن).

عدم پذیرش سبک زندگی زوج شاغل نیز در صحبت‌های یکی از شرکت‌کنندگان مرد، نمود داشت: «بعد هشت سال هنوزم نتونستم این همه شلختگی و آشفتگی رو تو خونه زندگیم تحمل کنم. به نظرم یه زن هر چقدرم درگیر کارش باشه باید کارهای خونه رو انجام بده به بچه‌هاش برسه. حقوقش که بیشتر خرج خودش میشه بعدشم انتظار داره منم واسش آشپزی کنم بچه نگه دارم...» (زوج شاغل شماره ۱۶/مرد).

مصاحبه‌شونده دیگری نیز با تأکید بر عدم تمایل همسرش در استفاده از منابع حمایتی گفت: «کتاب نمی‌خونه، اصلاً توجهی هم نمیکنه... تا حالا ده بار پیش اومده تو تلگرام واسش فایل‌هایی رو که ربطی به زندگی زوج هر دو شاغل داشتن فرستادم ولی آقا حتی بازشونم نکرده... چند وقت پیش تو مرکز [بهداشت] یه کارگاهی گذاشته بودن که باید زوجی توش شرکت می‌کردیم ولی نیومدم، منم نرفتم دیگه» (زوج شاغل شماره ۱۱/زن).

مضمون فرعی تر ۱-۲: استعاره‌های بدبینانه

گاهی افراد تعاریف درباره خود و روابطشان را از طریق استعاره به دیگران ارائه می‌دهند. در جریان مصاحبه با زوج‌های هر دو شاغل دارای تعارض نیز تعداد زیادی از زوجین از استعاره‌های خاص (منحصربفرد) و یا نام آشنا استفاده می‌کردند که با فرآیند و محتوی زندگی آنها مرتبط و حاکی از تعارضات زناشویی میان آنان بود. استعاره‌های ذکر شده در جریان مصاحبه‌ها نمایانگر نگرش‌های بدبینانه و نارسایی شناختی بود.

در یکی از این استعاره‌های منحصربفرد، مصاحبه‌شونده حجم سنگین بار مشکلات در این نوع سبک زندگی را با ورود به میدان مسابقه دوی مارا تن مقایسه کرد و گفت: «از صبح که از خواب



باورهای معیوب، نگرش‌های منفی و سازه‌های شناختی ناکارا شد.

مضمون فرعی ۱-۲: باورهای معیوب

در تحلیل اظهارات زوج‌های هر دو شاغل متعارض، انبوهی از شناخت‌های معیوب و کژکار به دست آمد که در مجموع ۲۸/۹۷ درصد از کل بیانات را در مضمون اصلی می‌ساختند و شامل ۱۰ مفهوم اولیه تصور نابرابری از روابط، غیرمنطقی بودن همسر، ذهنیت متفاوت زوج از تعارضات زناشویی، ترک خوردن تصاویر ذهنی آرمانی، ذهن‌خوانی، قضاوت شتابزده، تفکرات نامعقول درباره زن شاغل، تحلیل شخصی از رفتار همسر، انبوه انتظارات تعدیل نشده و تصور حسادت از رفتار همسر بود.

گاهی ذهنیت متفاوت زوج هر دو شاغل از تعارضات زناشویی موجب تعارض می‌شود که یکی از شرکت‌کنندگان در مورد آن گفت: «تا بهش میگم یه کم حواستم به زندگیت باشه، همش که همیشه کار کار کار (با عصبانیت) میگه ما با هم آیمون تو یه خوب نمیره اختلاف مگه شاخ داره یا دم، اصلاً من و تو نمیتونیم زیر یه سقف با هم بسازیم. بهش میگم مگه من چی گفتم بیا بشینیم حرفامونو بنویسیم، این جور اختلافاً بین همه زن و شوهرها پیش میاد، تو داری بزرگش میکنی...» (زوج شاغل شماره ۱/مرد).

زن شاغل شماره ۶ نیز قضاوت شتابزده شوهرش را به عنوان یک باور معیوب چنین نقل کرد: «ولش کنی میخواد ته جیب منم بگرده (مکث میکند و آهی میکشد) فکر میکنه وقتی قسطو اقسط ماشین ندادم پس هر چی که دارم دست داداشمه، نمیدونه منم آدمم خرج دارم... بعدشم همش دنبال بهانه ست میگه زنی که رفت سر کار دیگه خدا رو بنده نیست باید فاتحه اون خونه و زندگی رو خونده» (زوج شاغل شماره ۱۶/زن).

یکی از مردان مصاحبه‌شونده، تفکرات نامعقول خود در مورد زن شاغل را چنین بیان کرد: «... من هر دو رو تجربه کردم هم زن خونه‌دار هم زن شاغل (با مکث و حالت تعجب نگاه می‌کند) چون زنم بعد ازدواج شاغل شده. بعد اینکه رفت سر کار و دستش رفت تو جیب خودش، دیگه بساز (سازگار) نیست، رفتارشم تغییر کرده، ظرفیتش، تحملش خیلی کم شده... کلاً زن شاغل پُردردسره» (زوج شاغل شماره ۲/مرد).

یکی از زوجین نیز تصورات نامعقول از همسرش را چنین عنوان کرد: «کاری کرده که از مسئولیت‌های اداری فرار میکنم چون میدونم موافقتش نیست نمیخوام غوز بالا غوز بشه... دلیل این

مخالفت‌هاش جز حسادت چی میتونه باشه» (زوج شاغل شماره ۱۶/زن).

مضمون فرعی ۲-۲: نگرش‌های منفی

بسیاری از زوج‌های متعارض شرکت‌کننده در مصاحبه‌هایشان بر نگرش‌های منفی خود یا همسرشان تأکید داشتند. این مضمون فرعی حاصل ۸ مفهوم اولیه نگرش منفی نسبت به فعالیت‌های اجتماعی زن، زوایه دید منفی نسبت به سبک زندگی زوج هر دو شاغل، مخالفت مرد با اشتغال زن پس از مادر شدن، پذیرش مشروط اشتغال زن توسط مرد، نگرش منفی نسبت به اشتغال تمام وقت زن، نگرش منفی نسبت به پویایی شغلی همسر، تغافل از جنبه‌های مثبت سبک زندگی زوج هر دو شاغل، مقایسه سبک زندگی خود با زوج‌های سنتی یا تک شاغل بود.

یک زن شاغل در بیاناتش، نگرش منفی خود نسبت به فعالیت‌های اجتماعی زن را این‌گونه بیان کرد: «زن برای کار بیرون ساخته نشده... درآمد داشتن زن جز پُر توقع شدن مرد و بی پناه شدن زن نتیجه دیگه‌ای نداره... این همه زن خونه‌دار که شوهراشون گُلی براشون خرج می‌کنن، ما چی روز به روز شکسته‌تر و از لحاظ روحی داغون‌تر...» (زوج شاغل شماره ۹/زن).

یکی از مردان مصاحبه‌شونده نیز زوایه دید منفی خود نسبت به سبک زندگی زوج هر دو شاغل را با این جمله نشان داد: «... در کل محدودیت‌های بیشتری داره تا مزایا. فرض کنید خانمی ساعت ۷ صبح با گُلی استرس از خواب بیدار میشه بچه‌هاشو میداره میره محل کارش، در حالی که همون موقع یه خانم خانه‌دار بدون استرس واسه خودش میخوابه، همین چقدر فشار میاره... خلاصه اینو بهتر بگم که مشکل مالی باعث میشه تن بدیم به این نوع زندگی...» (زوج شاغل شماره ۱۲/مرد).

یک شرکت‌کننده دیگر با تغافل از جنبه‌های مثبت این نوع سبک زندگی، گفت: «... من که مزیت خاصی نمی‌بینم، تنها مزیتی که اینجور ازدواج‌ها دارن همین مورد مالیشه که اونم میره تو جیب زن و بدبختی‌هاش مال خانواده ست. اگه برگردم عقب دیگه با زن شاغل ازدواج نمیکنم، همین الانم اگه وضعیت مالی‌مونم یه کم خوب بود دیگه نمیداشتم [همسرم] بره سرکار...» (زوج شاغل شماره ۴/مرد).

همچنین نگرش‌های منفی نسبت به این نوع سبک زندگی در بیانات ذیل کاملاً مشهود بود:

شده و چالش‌های خاصی را برای خانواده و روابط زوجین به وجود می‌آورد. از جمله عواملی که در خانواده‌های دو شغله، تعارضات زوجی را متأثر می‌سازد، مؤلفه‌های شناختی است.

درمانگران شناختی (بک، ۱۹۹۵؛ اپستاین، چن و بیدر - کامجو، ۲۰۰۵؛ هالفورد، ۲۰۰۷، ترجمه تبریزی و همکاران، ۱۳۹۵) ریشه بسیاری از سوء تفاهم‌های زندگی زناشویی، در اندیشه‌های تعصب آمیز و غیرمنطقی زوج‌ها است. در این راستا همچنین پژوهش‌های انجام شده نشان داده است که حدود ۶۰ درصد طلاق‌ها در کشورهای پیشرفته جهان به علت وجود تفکرات و باورهای غیرمنطقی رخ داده است (کارول، هیل، یورگاسون، لارسون و سندبرگ، ۲۰۱۳). به باور بک (۱۹۹۵) تفاوت در نحوه نگرش زوجین باعث بروز اختلاف میان آنان می‌شود. همچنین نتایج پژوهش‌های متعدد (ابراهیمی و همکاران، ۱۳۹۰؛ جلوخانیان و خادمی، ۱۳۹۰) نشان می‌دهد تحریف‌های شناختی در شکل‌گیری تعارضات زناشویی نقش دارند. تجارب زیسته زوج‌های هر دو شاغل از تعارضات زناشویی در پژوهش حاضر نیز مؤید همین شناخت‌های معیوب و نگرش‌های کژکار بود. عدم پذیرش و سازگار نشدن برخی از زوج‌های متعارض با سبک زندگی زوج هر دو شاغل، یافته مهمی بود که زوج‌های متعارض در این پژوهش بیان کردند که بر اساس یافته‌های پژوهش امیرسالاری (۱۳۸۸)، به نقل از حسابی، مقصودی، امامی سیگارودی، کاظم‌نژاد لیلی و منفردمژدهی، (۱۳۹۴) موجب مشکلات زناشویی می‌شود. همچنین نگرش‌های منفی زوجین هر دو شاغل در این مطالعه، مانعی برای مصالحه و سازگاری زوجی بود.

اولین مضمون فرعی حاصل از تجارب زیسته زوج‌های هر دو شاغل؛ ضعف در آگاهی بود. تعدادی از زوج‌های هر دو شاغل متعارض یکی از علل تعارضات خود را به آگاهی‌های اندک از این نوع سبک زندگی به ویژه قبل از ورود به ازدواج، عدم پذیرش وضعیت فعلی و عدم تلاش برای ارتقای آگاهی در این زمینه نسبت می‌دادند: «بعضی مردها جنبه شاغل بودن زنشونو ندارن... کمتر مردی تو نسل ما این فرهنگ رو داره چون اکثر مادرها اون موقع خونه‌دار بودن، با این نوع زندگی آشنا نیستن» «بعد هشت سال هنوزم نتونستم این همه شلختگی و آشفتگی رو تو خونه زندگیم تحمل کنم...» «... کتاب که نخوندم ... اصرار کردم بریم پیش مشاور، ولی راضی نشد...» نتایج حاصل از این مضمون فرعی با

«[شوهرم] کاری کرده که به حداقل قانع باشم مٹ پرنده‌ای که بالاشو قیچی کردن و مجبوره تو ارتفاع کم پرواز کنه (با خنده)» (زوج شاغل شماره ۶/زن).

«چند وقتی که مرخصی زایمان بود، احساس می‌کردم توی بهشتم، خونه همیشه مرتب بود، خودشم سرحال‌تر بود...» (زوج شاغل شماره ۱۰/مرد).

مضمون فرعی ۳-۲: سازه‌های شناختی ناکارا

بنا به روایت زوج‌های هر دو شاغل متعارض در پژوهش حاضر، گاهی سازه‌های درون فردی زوج که مرتبط با سیستم شناختی آنان بوده و مفاهیم اولیه این مضمون فرعی (احساس مورد سوء استفاده قرار گرفتن، معیارهای سخت‌گیرانه، احساس گناه، احساس کنترل شدن و خودرایی همسر) را تشکیل داده، عامل زمینه‌ساز یا تدوام دهنده‌ی تعارضات زناشویی بودند.

یکی از مصاحبه‌شوندگان در بیان‌اتش، احساس مورد سوء استفاده قرار گرفتن توسط شوهرش را این چنین نقل کرد: «همه کارهای خونه رو دوش منه، از سر کار که برمیگردم به شیفیت جدید شروع میشه تا ۱۲ شب، ساعت یک شب تازه خوابم میبره... خواهرم بیرون کار میکنه ولی شوهرش پا به پاش کمکش میکنه احساس میکنم خیلی تنها موندم (با بغض)» (زوج شاغل شماره ۶/زن).

یکی از زوج‌های هر دو شاغل در این زمینه با اشاره به معیارهای ایده‌آل‌گرایانه همسرش که معلم بود، گفت: «واسه کارش خیلی وقت میداره، به نمونه سؤال ساده که میخواد بده دست دانش آموزش، ۳ تا ۴ ساعت وقت برایش میداره حاشیه درست میکنه، طراحی میکنه... این وسواسش تو کار، وقت خانواده و من و بچه‌ها رو گرفته» (زوج شاغل شماره ۹/مرد).

شرکت‌کننده دیگری نیز با اشاره به احساس گناه مرتبط با سازه‌های شناختی، گفت: «میدونم همسر خوبی نبودم برایش، شاید آگه حجم کاریمو کمتر میکردم بیشتر میتونستم بهش برسم» (زوج شاغل شماره ۱۰/زن).

### بحث و نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر با هدف دستیابی به تجارب زیسته زوج‌های هر دو شاغل دارای تعارضات زناشویی از مؤلفه‌های شناختی مؤثر بر تعارضات زوجی در سبک زندگی زوج هر دو شاغل انجام گرفت. ساختار خانواده به واسطه اشتغال همزمان زوج دستخوش تغییراتی

نابرابری، غیرمنطقی بودن، ذهنیت متفاوت، تصاویر ذهنی آرمانی، ذهن خوانی، قضاوت شتابزده، تفکرات نامعقول درباره زن شاغل، تحلیل شخصی از رفتار همسر، انتظارات تعدیل نشده می‌تواند تفکرات هر یک از زوجین را مسموم کرده و با درگیر کردن رفتارهای مخرب، تعارضات زناشویی را شکل دهد. البته به نظر می‌رسد رابطه‌ای متقابل بین باورهای معیوب و تعارضات زوجی برقرار است. به این صورت که هر کدام از تفکرات غیرمنطقی می‌توانند ماشه چکان تعارض باشند و از سوی دیگر، تعارضات با جوشش افکار نامعقول جدید می‌تواند شدت گرفته و عرصه را برای فاصله‌گیری فیزیکی و عاطفی زوج هر دو شاغل فراهم کند: «فکر می‌کنه وقتی قسطو ندادم پس هر چی که دارم دست داداشمه (قضاوت شتابزده)... بعدشم همش دنبال بهانه‌ست می‌گه زنی که رفت سرکار دیگه خدا رو بنده نیست باید فاتحه اون خونه و زندگی رو خوند (تفکر نامعقول درباره زن شاغل)» همسو با این نتایج، یافته‌های پژوهش قلی‌زاده، بانکی‌پورفرد و مسعودی‌نیا (۱۳۹۴) نشان داد، وجود باورهای نادرست در فرد، مثل آرمان‌گرایی، باورهای غلط نسبت به همسر و زندگی مشترک و خودبرتربینی از جمله عوامل زمینه‌ساز تعارضات زوجی و طلاق است. همچنین نتایج مطالعه‌ی اسماعیلی‌فر و همکاران (۱۳۹۸) نیز در تأیید نتیجه فوق، شناخت‌های ذهنی ناکارآمد از جمله باورها و اسنادهای ناکارآمد و انتظارات غیرواقع بینانه را به عنوان شاخصی فردی، زمینه‌ساز فرسودگی زناشویی معرفی کرده است. باورهای معیوب می‌توانند میزان هیجانات منفی موجود در رابطه زوجین را افزایش داده و خشم، تنفر، احساس بی‌ارزشی و اضطراب را در آنان ایجاد کند (موسوی و دهشیری، ۱۳۹۴) و بدین ترتیب تعارضات زناشویی شدت بیشتری می‌گیرند.

دیگر مضمون فرعی برآمده از تجارب زیسته زوج‌های هر دو شاغل متعارض در این بخش، نگرش‌های منفی بود. به نحو مشابهی، حاتمی و ورزنده و همکاران (۱۳۹۵) نیز مجموعه نگرش‌ها را به عنوان یک عامل درون شخصی بر فروپاشی زندگی زناشویی تأثیرگذار تشخیص دادند. نتایج این مضمون همچنین با یافته‌های ابراهیمی و همکاران (۱۳۹۰) همسو است که در مطالعه خود نشان دادند بین نگرش‌های ناکارآمد زوج و تعارضات زناشویی رابطه وجود دارد. این نگرش‌های منفی مرتبط با زن شاغل، سبک زندگی زوج هر دو شاغل و پویایی طرف مقابل بود. مجموعه این نگرش‌ها، مانعی

یافته‌های حاصل از مطالعات حاتمی‌ورزنده، اسمعیلی، فرحبخش و برجعلی (۱۳۹۵) و اخوی ثمرین، زهراکار، محسن‌زاده و احمدی (۱۳۹۶) که عدم آمادگی و ناآگاهی را یکی از مؤلفه‌های زمینه‌ساز تعارضات و فروپاشی زندگی زناشویی یافتند، همسو است. به نظر می‌رسد برخی از افراد بدون کسب آگاهی از مختصات این نوع سبک زندگی و با در نظر داشتن همان مختصات ازدواج‌های سنتی وارد ازدواج با همسر شاغل می‌شوند و با توجه به تفاوت‌های بین این دو نوع سبک زندگی (نحوه مدیریت مالی، تقسیم قدرت، مشارکت و انصاف و...) از همان آغاز تعارضات زوجی نضج گرفته و از طرف دیگر، عدم پذیرش این نوع سبک زندگی (به ویژه برای مردان) به دلیل پایبندی به کلیشه‌های سنتی و جنسیتی و عدم تلاش برای ارتقای سطح آگاهی‌های لازم جهت برقراری تعادل و سازگاری با سبک زندگی زوج هر دو شاغل، موجب وخیم‌تر شدن تعارضات زناشویی می‌شود.

بررسی مجموعه استعاره‌های ذکر شده توسط زوجین شاغل نیز به عنوان دومین مضمون فرعی، حاکی از این بود که زوجین متعارض از منظری منفی به این نوع سبک زندگی می‌نگرند: «خونه مون تقریباً شده یه خوابگاه...» «... زندگی نواری که می‌گن همینه دیگه» «از صبح که از خواب بیدار میشم انگار وارد مسابقه دو مارا تن میشم...» «مشکلاتمون روز به روز بیشتر و بیشتر میشن، درست مٹ سنگ‌هایی که رو هم دیگه جمع میشن و یه کوه رو میسازن...» این زوج‌ها سعی داشتند نمایی منفی و تصویری بدبینانه از زندگی زناشویی خود به نمایش بگذارند و اشتغال همزمان خود و همسرشان را علت اصلی تعارضات زناشویی معرفی می‌کردند. آنها ضمن تمرکز بر نقاط منفی و آسیب‌های زندگی‌شان، نسبت به نقاط قوت و مزایای سبک زندگی زوج هر دو شاغل غفلت می‌ورزیدند. هم راستا با این موضوع، گورمان، لیو و اسنايدر (۲۰۱۵) نیز بر این باورند که زوج‌های متعارض بیشتر تمایل دارند خوش‌بینی کمتری را بروز داده و میزان بالایی از رفتارهای ناخوشایند و بدبینانه را به نمایش بگذارند.

مضامین فرعی موجود در مضمون اصلی آسیب‌پذیری شناختی (باورهای معیوب، نگرش‌های منفی و سازه‌های شناختی ناکارا) نیز بر نقش شناخت و نگرش منفی در بروز تعارضات زناشویی زوجین هر دو شاغل متعارض تأکید می‌کنند. تجارب زیسته زوجین مورد مصاحبه نشان داد که مجموعه‌ای از باورهای معیوب مانند تصور

یافته‌های حاصل از این پژوهش کیفی مبنی بر این که یکی از نقاط آسیب‌پذیری همسران شاغل برای نفوذ تعارضات، ضعف در آگاهی و شناخت و تراوش نگرش‌های منفی بود، می‌تواند در قالب برنامه‌ها و کارگاه‌های آموزشی توسط مشاوران ازدواج در مشاوره‌های قبل از ازدواج برای کسانی که قصد ورود به سبک زندگی زوج هر دو شاغل را دارند و در قالب مدل‌های درمانی توسط درمانگرانی که با همسران شاغل سر و کار دارند، مورد استفاده قرار گیرد. با توجه به نوظهور بودن سبک زندگی زوج هر دو شاغل در ایران، هنوز در این مورد هنجار ساخته شده و آماده‌ای (برای مدیریت مالی، فرزندآوری و فرزندپروری، مشارکت در امور خانه و...) وجود ندارد و این دیرکرد یا تأخر فرهنگی اگر با ضعف در آگاهی و شناخت نیز همراه باشد، می‌تواند زمینه‌ساز تعارضات زوجی در این نوع سبک زندگی باشد. در کل باید گفت، علاوه بر این که نتوانسته‌ایم نسبت به تغییرات ساختاری در خانواده، واکنش مناسب نشان دهیم همچنین نسبت به آن بی‌تفاوت نیز هستیم. لزوم فرهنگ‌سازی و هنجارسازی در زمینه سبک زندگی زوج هر دو شاغل و شناسایی و بازسازی شناختی در مورد این نوع زوجین امری ضروری به نظر می‌رسد. از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر، تمرکز بر یک منطقه جغرافیایی خاص بود، هر چند تلاش شد تا با تنوع (سن، شغل، وضعیت اقتصادی - اجتماعی و...) این محدودیت کمرنگ‌تر شود اما پیشنهاد می‌شود پژوهش حاضر برای فاصله‌گیری از قیود فرهنگی در سایر مناطق جغرافیایی نیز اجرا شود، هر چند که تعمیم‌دهی در پژوهش‌های کیفی در اولویت قرار ندارد. از دیگر محدودیت‌های این پژوهش، می‌توان به کمبود مطالعات کیفی در زمینه مؤلفه‌های شناختی سبک زندگی زوج هر دو شاغل اشاره کرد که مقایسه نتایج را با دشواری روبرو می‌ساخت.

### منابع

آرین‌فر، نیره و پورشهریاری، مه سیما (۱۳۹۶). مدل معادلات ساختاری پیش‌بینی تعارضات زناشویی بر اساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه حوزه بریدگی و طرد و متغیر میانجی سبک‌های عشق‌ورزی. *فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، ۸(۲۹)، ۱۰۷-۱۳۴.

ابراهیمی، امراه؛ شیخ زین‌الدینی، سارا و مرآتی، محمدرضا (۱۳۹۰). ارتباط آسیب‌شناسی روانی روابط خانواده با آسیب‌پذیری شناختی (نگرش‌های ناکارآمد و تحریف‌های شناختی بین فردی). *مجله دانشکده پزشکی اصفهان*، ۲۹(۱۶۷)، ۲۳۹۹-۲۳۹۱.

جدی بر سر راه کاهش تعارضات و مصالحه زوجی است. بیاناتی همچون «زن برای کار بیرون ساخته نشده...» «... در کل محدودیت‌های بیشتری داره تا مزایا...» «... من که مزیت خاصی نمی‌بینم، تنها مزیتی که اینجور ازدواج‌ها دارن همین مورد مالیشه...» ذهن فرد را نسبت به موضوعات مرتبط (اشتغال زنان و زوج هر دو شاغل) مسموم کرده و از آنجایی که شیوه نگرش زوجین، کیفیت زندگی زناشویی را تحت تأثیر قرار می‌دهد (اشرفی حافظ، آسمند، موسوی مقدم و سایه‌میری، ۱۳۹۲). نگرش‌های منفی ضمن مسدود کردن تفکر منطقی، زمینه را برای فوران هیجانات منفی و بروز تعارضات زوجی فراهم می‌کنند.

نتایج حاصله از تأثیر (مضمون فرعی) سازهای شناختی ناکارا بر تعارضات زناشویی در پژوهش حاضر با یافته‌های مطالعه‌ی فتحی و حاتمی و رزانه (۱۳۹۶) که عوامل درون فردی را از جمله عوامل میانجی مؤثر بر بروز تعارضات زوجی و طلاق یافتند، همخوان است. سازه‌های درون فردی به دست آمده در این مضمون (احساس مورد سوءاستفاده قرار گرفتن، احساس کنترل شدن، احساس گناه و...) که برآمده از سیستم شناختی معیوب فرد هستند، باعث می‌شوند فرد به مرور به این نتیجه برسد که در جایگاه قربانی قرار گرفته و باید برای رهایی از این وضعیت اقدامی انجام دهد که یکی از این اقدامات، ایجاد چالش یا تعارض در روابط زوجی است. در همین زمینه مک کی، فایننگ و پالگ (۲۰۰۶)؛ ترجمه رحیمی، (۱۳۹۷) معتقدند که واکنش هیجانی هر یک از همسران به طور عمده از طریق افکارشان (که در این مضمون تحت عنوان سازه‌های شناختی ناکارا عنوان شده‌اند) تعیین می‌شود. این واکنش‌های هیجانی به واسطه گفتگوهای درونی به وجود می‌آیند که به فرد کمک می‌کند، رفتارهای همسرش را به گونه‌ای خاص تعبیر و تفسیر کند. نکته مهم‌تر این است که زوجین این گفتگوهای درونی یا برداشت‌های شخصی را به صورت مطلق درست در نظر می‌گیرند و همین نتیجه‌گیری غیرمنطقی، تعدیل تعارضات میان زوج را با مشکل مواجه می‌سازد.

به نظر می‌رسد حجم بالای آسیب‌پذیری شناختی (ضعف در آگاهی، باورهای معیوب و نگرش‌های منفی) ناشی از گذار جامعه ایران از مرحله سنتی به مرحله مدرن بدون آمادگی و فراهم شدن شرایط زمینه‌ای لازم (آمادگی شناختی) است که زوج‌های هر دو شاغل نیز از مصادیق بارز همین جامعه مدرن هستند.

- منطقی، بلوغ عاطفی و نارضایتی در زنان، *مجله علوم رفتاری*، ۲(۲)، ۱۳۳-۱۲۷.
- موسوی، سیده فاطمه و دهشیری، غلامرضا (۱۳۹۴). نقش فاصله بین انتظارات و واقعیت رابطه زناشویی در رضایت زناشویی زنان و مردان شهر تهران. *مطالعات اجتماعی روانشناختی زنان*، ۱۳(۲)، ۹۳-۱۱۰.
- هالفورد، کیم (۱۳۹۶). زوج درمانی کوتاه مدت "یاری به زوجین برای کمک به خودشان". ترجمه مصطفی تبریزی، مژده کاردانی و فروغ جعفری. تهران: انتشارات فراروان. (تاریخ انتشار به زبان اصلی، ۲۰۰۷).
- Anderson, E. A., & Spruill, J. W. (1993). The dual-career commuter family: A lifestyle on the move. *Marriage & family review*, 19(1-2), 131-147.
- Aryeel, S. (1993). Dual-earner couples in Singapore: An examination of work and nonwork sources of their experienced burnout. *Human relations*, 46(12), 1441-1468.
- Beck, A. T. (1995). *Cognitive therapy: present, and future. Cognitive and constructive psychotherapies: theory, research, and practice*, 29-40.
- Burns N, Grove SK. (2010). *Understanding nursing research: building an evidence-based practice*. Philadelphia, PA: Elsevier/Saunders, 5th Edition.
- Carroll, S., Hill, E., Yorgason, J. B., Larson, J. H., & Sandberg, J. G. (2013). Couple communication as a mediator between work-family conflict and marital satisfaction. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 35(3), 530-545.
- Dai, W. (2016). Dual-Earner Couples in the United States Encyclopedia of Family Studies, 1-6.
- Elloy, D. F., & Smith, C. R. (2003). Patterns of stress, work-family conflict, role conflict, role ambiguity and overload among dual-career and single-career couples: An Australian study. *Cross Cultural Management: An International Journal*. 10(1), 55-66
- Epstein, N. B., Chen, F., & Beyder-Kamjou, I. (2005). Relationship standards and marital satisfaction in Chinese and American couples. *Journal of marital and family therapy*, 31(1), 59-74.
- Floderus, B., Hagman, M., Aronsson, G., Marklund, S., & Wikman, A. (2009). Work status, work hours and health in women with and without children. *Occupational and environmental medicine*, 66(10), 704-710.
- Guba, E. G., & Lincoln, Y. S. (1989). *Fourth generation evaluation*. New York, NY: Sage Publications.
- Gurman, A. S., Lebow, J. L., & Snyder, D. K. (Eds.). (2015). *Clinical handbook of couple therapy*. Guilford Publications.
- Gwet, K. L. (2014). *Handbook of inter-rater reliability: The definitive guide to measuring the extent of*
- اخوی ثمرین، زهرا؛ زهراکار، کیانوش؛ محسن‌زاده، فرشاد و احمدی، خدابخش (۱۳۹۶). بررسی عوامل زمینه‌ساز طلاق در بافت اجتماعی فرهنگی شهر تهران، پژوهشی کیفی. *فصلنامه فرهنگی - تربیتی زنان و خانواده*، ۱۲(۴۰)، ۱۰۵-۱۲۶.
- اشرفی حافظ، اصغر؛ آسمند، پرینا؛ موسوی مقدم، سید رحمت‌الله و سایه میری، کوروش (۱۳۹۲). اثربخشی مثبت‌اندیشی در کاهش مشاجرات زناشویی دانشجویان متأهل. *فصلنامه علوم پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی واحد پزشکی تهران*، ۲۳(۴ و ۱)، ۴۹-۵۳.
- بیگی، مینا (۱۳۸۹). بررسی عوامل اثرگذار بر تضاد بین کار و خانواده. *فصلنامه علوم مدیریت ایران*، ۵(۲۰)، ۲۵-۱.
- جلوخانیان، مریم و خادمی، علی (۱۳۹۰). تأثیر آموزش تحریف‌های شناختی بر میزان رضایت زناشویی در زنان مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره بهزیستی. *پژوهش‌های نوین روانشناختی*، ۸(۲۹)، ۱۱-۲۶.
- حاتمی ورزنده، ابوالفضل؛ اسمعیلی، معصومه؛ فرحبخش، کیومرث و برجعلی، احمد (۱۳۹۵). بررسی مقایسه‌ای ازدواج‌های پایدار رضایتمند و ازدواج‌های در حایل جدایی (مطالعه کیفی). *فصلنامه فرهنگی - تربیتی زنان و خانواده*، ۱۱(۳۵)، ۷-۳۹.
- حسابی، معصومه؛ مقصودی، شاهرخ؛ امامی سیگارودی، عبدالحسین؛ کاظم‌نژاد لیلی، احسان و منفرد مژده، آرزو (۱۳۹۴). تعارض کار - خانواده در پرستاران شاغل در مراکز آموزشی درمانی شهر رشت. *مطالعات اجتماعی روانشناختی زنان*، ۱۳(۴)، ۱۵۲-۱۲۳.
- سگالن، مارتین (۱۳۹۳). جامعه‌شناسی تاریخی خانواده. ترجمه حمید الیاسی. تهران: انتشارات نشر مرکز. (تاریخ انتشار به زبان اصلی، ۱۹۸۶).
- فتحی، الهام و حاتمی‌ورزنده، ابوالفضل (۱۳۹۶). بررسی عوامل مؤثر بر پدیده طلاق در شهر زنجان. *فصلنامه علمی تخصصی دانش انتظامی زنجان*، ۲۵، ۴۲-۲۱.
- قلی‌زاده، آذر؛ بانکی‌پورفرد، امیرحسین و مسعودی‌نیا، زهرا (۱۳۹۴). مطالعه کیفی تجارب مردان و زنان طلاق‌گرفته از عوامل فرهنگی زمینه‌ساز طلاق. *جامعه‌شناسی کاربردی*، ۲۶(۱)، ۶۴-۳۹.
- مک‌کی، متیو؛ فانینگ، پاتریک و پالنگ، کیم (۱۳۹۷). *مهارت‌های زناشویی*. ترجمه محمدعلی رحیمی. تهران: انتشارات ارجمند. (تاریخ انتشار به زبان اصلی، ۲۰۰۶).
- مهن‌ترابی، سمیه؛ مظاهری، محمدعلی؛ صاحبی، علی؛ موسوی، ولی‌الله (۱۳۹۰). تأثیر آموزش شناختی رفتاری بر تعدیل انتظارات غیر

- agreement among raters. Advanced Analytics, LLC.
- Joseph, S., & Inbanathan, A. (2016). *A sociological review of marital quality among working couples in bangalore city*. Institute for Social and Economic Change.
- King, J. J. (2006). *Gender ideology: impact on dual-career couples' role strain, marital satisfaction, and life satisfaction* (Doctoral dissertation, Texas A&M University).
- Laverty, S. M. (2003). Hermeneutic phenomenology and phenomenology: A comparison of historical and methodological considerations. *International Journal of Qualitative Methods*, 2(3), 1-29.
- Neault, R. A., & Pickerell, D. A. (2005). Dual-career couples: The juggling act. *Canadian journal of counselling and psychotherapy*, 39(3), 187-198.
- Polit, D. F., & Beck, C. T. (2004). *Nursing research: Principles and methods*. Lippincott Williams & Wilkins.
- Seidman, I. (2006). *Interviewing as qualitative research: A guide for researchers in education and the social sciences*. Teachers college press.
- Singh, L. B., Singh, A. K., & Rani, A. (1996). Alienation: A symptomatic reaction of educated unemployed youth in India. *International Journal of Psychology*, 31(2), 101-110.
- Sultan, N., Tabassum, A., & Abdullah, A. (2014). Dual-Career Couples in Bangladesh: Exploring the Challenges. *Canadian Journal of Family and Youth*, 6(1): 29-57.
- Virgil Zeigler-Hill, V., Green, B. A., Arnau, R. C., Sisemore, T. B., & Myers, E. M. (2011). Trouble ahead, trouble behind: Narcissism and early maladaptive schemas. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 42(1), 96-103.
- Williams, M. (2016). Thinking about you: Perspective taking, perceived restraint, and performance. *In Leading Through Conflict* (pp. 85-108). Palgrave Macmillan, New York.

