

## واکاوی خودپنداشت و عملکرد زنان متأهل در حالت‌های حاصل از تعامل شیفتگی و رهایی از شیفتگی: خوش‌بین، دوسوگرا، واقع‌گرا و بی‌ارزش‌ساز\*

سیمین قاسمی<sup>۱</sup>، مریم فاتحی‌زاده<sup>۲</sup>، سید احمد احمدی<sup>۳</sup>، عذرا عتمادی<sup>۴</sup>، اعظم نقوی<sup>۵</sup>

## Explore the self-concept and function of married women in states resulting from the interaction of illusion and disillusion: optimism, confusion, realism and devastation

Simin Ghasemi<sup>1</sup>, Maryam Fatehizade<sup>2</sup>, Sayed Ahmad Ahmadi<sup>3</sup>, Ozra Etemadi<sup>4</sup>, Azam Naghavi<sup>5</sup>

### چکیده

**زمینه:** بررسی دقیق خودپنداشت و عملکرد در کنار یکدیگر و در جامعه‌های متفاوت می‌تواند منجر به شناخت عمیق‌تر این مفاهیم و چگونگی تغییرات آنها گردد، با این حال تاکنون مطالعه خودپنداشت و عملکرد در جامعه زنان متأهل و در حالت‌های خوش‌بین، دوسوگرا، واقع‌گرا و بی‌ارزش‌ساز مغفول مانده است. **هدف:** پژوهش حاضر با هدف واکاوی خودپنداشت و عملکرد زنان متأهل در حالت‌های خوش‌بین، دوسوگرا، واقع‌گرا و بی‌ارزش‌ساز انجام شد. **روش:** این پژوهش با رویکرد کیفی و روش پدیدارشناسی انجام شد. جامعه مورد مطالعه پژوهش حاضر شامل تمام زنان متأهل شهر اصفهان در سال ۱۳۹۸ بود که ۶۰ نفر از آنها در قالب چهار گروه به شیوه نمونه‌گیری هدفمند از بین کسانی که در حالت‌های چهارگانه پرسشنامه محقق‌ساخته شیفتگی و رهایی از شیفتگی بالاترین نمره را کسب کرده بودند، انتخاب شدند. داده‌ها با استفاده از مصاحبه نیمه‌ساختاریافته جمع‌آوری و با روش تحلیل تماتیک تجزیه و تحلیل شد. **یافته‌ها:** یافته‌ها شامل ۸ مضمون اصلی در واکاوی خودپنداشت و ۸ مضمون اصلی در بررسی عملکرد بود که به طور کلی نشان‌دهنده خودپنداشت مثبت و عملکرد بهینه فرد در نقش همسری در حالت خوش‌بین، خودپنداشت منفی و عملکرد نامطلوب فرد در حالت بی‌ارزش‌ساز، عدم ثبات خودپنداشت و نقصان در عملکرد در حالت دوسوگرا و خودپنداشت منطبق بر موفقیت‌ها و شکست‌ها و عملکرد هماهنگ با انگیزه و اهداف در حالت واقع‌گرا بود. **نتیجه‌گیری:** نتایج نشان داد، قرار گرفتن در هر یک از حالت‌های چهارگانه، نقش تعیین‌کننده‌ای در چگونگی خودپنداشت و عملکرد زنان متأهل دارد. **واژه کلیدی‌ها:** خودپنداشت، خوش‌بین، دوسوگرا، واقع‌گرا، بی‌ارزش‌ساز.

**Background:** Careful study of self-concept and function together and in different societies can lead to a deeper understanding of these concepts and how they change. However, so far the study of self-concept and function in the society of married women has been neglected in optimism, confusion, realism and devastation states. **Aims:** The aim of this study was to investigate the self-concept and function of married women in optimism, confusion, realism and devastation states. **Method:** This study was conducted with qualitative approach and phenomenological method. The study population of the present study included all married women in 2019 in Isfahan, 60 of whom were selected in four groups by purposive sampling from among those who had the highest score in the four states of the researcher-made illusion and disillusion questionnaire. Data were collected using semi-structured interviews and analyzed by thematic analysis. **Results:** Findings included 8 main themes in self-concept and 8 main themes in function analysis which generally showed positive self-concept and optimal function in the spouse role in optimism state, negative self-concept and adverse function in devastation state, instability self-concept and dysfunction in confusion state, self-concept matched successes and failures, and function which consistent with motivation and goals in realism mode. **Conclusions:** The results showed that being in each of the four states has a decisive role in self-concept and function of married women. **Key Words:** Self-concept, optimism, confusion, realism, devastation.

**Corresponding Author:** m.fatehizade@edu.ui.ac.ir

\* این مقاله مستخرج از رساله دکتری نویسنده اول در دانشگاه اصفهان است

<sup>۱</sup> دانشجوی دکتری مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

<sup>۱</sup> Ph.D Student, Department of Counseling, Faculty of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran

<sup>۲</sup> استاد، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران (نویسنده مسئول)

<sup>۲</sup> Professor, Department of Counseling, Faculty of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran (Corresponding Author)

<sup>۳</sup> استاد، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

<sup>۳</sup> Professor, Department of Counseling, Faculty of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran

<sup>۴</sup> دانشیار، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

<sup>۴</sup> Associate Professor, Department of Counseling, Faculty of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran

<sup>۵</sup> استادیار، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

<sup>۵</sup> Assistant Professor, Department of Counseling, Faculty of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran

پذیرش نهایی: ۹۹/۰۷/۱۰

دریافت: ۹۹/۰۶/۱۶

## مقدمه

شیفتگی<sup>۱</sup> و رهایی از شیفتگی<sup>۲</sup> نتیجه ارزیابی ادراکی زوجین از یکدیگر و مقایسه همسر واقعی با همسر ایده‌آل ذهنی است که خصوصیات و ویژگی‌های خاصی را دارا می‌باشد (نیهیوز، لی، ریفمن، سونسون و هانساگر، ۲۰۱۱). هر شخصی در دنیای پدیداری زندگی می‌کند که بر پایه ادراک‌های وی از شرایط، وقایع، موضوعات و مسائل مختلف بنیان گذاشته شده است و ممکن است فرسنگ‌ها با دنیای واقعی فاصله داشته باشد (چپر دار، ۱۳۹۴). ازدواج و زندگی مشترک نیز بخشی از دنیای پدیداری افراد را تشکیل می‌دهد. به عبارت دیگر هر فردی با همسر پدیداری خود ازدواج و زندگی می‌کند و ارزیابی مداوم افراد از این همسر پدیداری باعث ایجاد شیفتگی و رهایی از شیفتگی در میزان و شدت‌های متفاوت می‌شود (نیهیوز، ریفمن و الدهم، ۲۰۱۹). شیفتگی عبارت است از ایده‌آل‌سازی طرف مقابل، مبالغه در خصوصیات مثبت وی، توجه صرف به ویژگی‌های مورد پسند وی و نادیده گرفتن یا کم‌اهمیت جلوه دادن نکات منفی و حتی ارزیابی مثبت از ویژگی‌های منفی طرف مقابل به شکل‌های مختلف (وورست، هامبرگ و بک، ۲۰۱۷). شیفتگی با احساسات شدید عاشقانه همراه است به نحوی که باعث تضعیف توانایی شناختی فرد و ارزیابی درست و کامل طرف مقابل می‌شود (قهاری، ۱۳۹۸). شیفتگی شک و تردیدها نسبت به طرف مقابل و آینده زندگی مشترک را از بین می‌برد و فرد را به داشتن یک زندگی زناشویی ایده‌آل امیدوار می‌کند (فلنچر، سیمپسون، کمپبل و اورال، ۲۰۱۵). رهایی از شیفتگی عبارت است از بی‌ارزش‌سازی طرف مقابل، تمرکز صرف بر نکات منفی وی و بزرگ جلوه دادن این نکات و در مقابل بی‌اهمیت و کوچک جلوه دادن ویژگی‌های مثبت فرد. در این وضعیت نیز کاهش احساسات عاشقانه و شور و اشتیاق نسبت به طرف مقابل از یک طرف و شدت گرفتن هیجانات منفی از طرف دیگر، مانع از ارزیابی دقیق طرف مقابل می‌شود (نیهیوز و همکاران، ۲۰۱۹). بدین ترتیب تحریف‌های شناختی همراه با رهایی از شیفتگی، فرد را به این نتیجه می‌رساند که با فرد مناسبی ازدواج نکرده است و آینده خوشایندی در انتظارش نخواهد بود (نیهیوز، ریفمن و لی، ۲۰۱۵).

در ابتدای آشنایی که شناخت زوجین نسبت به یکدیگر کم است و افراد سعی می‌کنند به بهترین شیوه ممکن و مطابق با میل طرف مقابلشان رفتار کنند، میزان شیفتگی ادراک شده زیاد خواهد بود (نیهیوز، ریفمن، فنگ و هوستون، ۲۰۱۵؛ وورست و همکاران، ۲۰۱۷)، اما گذر زمان، درگیر شدن در مسائل زندگی روزمره، ظهور مسائل و مشکلات پیش‌بینی نشده، مواجهه با فشارها و تنش‌های بافتاری و محیطی و ملاحظه طرف مقابل در شرایط و موقعیت‌های مختلف، باعث آشنایی بیشتر زوجین با یکدیگر و کاهش ایده‌آل سازی و احساسات عاشقانه می‌شود و همین امر زمینه بروز و افزایش رهایی از شیفتگی را فراهم می‌کند (جیانگ و هنکوک، ۲۰۱۳؛ استویک و نف، ۲۰۱۲). نکته مهمی که در این زمینه باید مورد توجه قرار بگیرد این است که شیفتگی و رهایی از شیفتگی دو انتهای یک پیوستار نیستند که با افزایش شیفتگی، رهایی از شیفتگی کاهش یابد یا برعکس و به عبارت دیگر در هیچ مرحله‌ای از زندگی زوجین شیفتگی یا رهایی از شیفتگی به طور کامل از بین نمی‌روند و همیشه میزانی از شیفتگی و رهایی از شیفتگی وجود خواهد داشت که با توجه به میزان و شدت آنها در کنار یکدیگر چهار حالت ادراکی حاصل می‌شود که عبارتند از خوش‌بین<sup>۳</sup>، دوسوگرا<sup>۴</sup>، واقع‌گرا<sup>۵</sup> و بی‌ارزش‌ساز<sup>۶</sup>. حالت‌های مذکور دائمی نیستند و تغییر میزان شیفتگی و رهایی از شیفتگی، می‌تواند باعث تغییر موقعیت فرد و انتقال از یک حالت به حالت دیگر شود (نیهیوز و همکاران، ۲۰۱۱). میزان شیفتگی و رهایی از شیفتگی در حالت‌های چهارگانه به این صورت است که در حالت خوش‌بین، میزان شیفتگی بسیار بالا و میزان رهایی از شیفتگی بسیار ناچیز است. در این حالت وجود یا تصور وجود چند ویژگی دلخواه در همسر و امتیازدهی فراوان به این ویژگی‌ها باعث غفلت یا ناتوانی فرد در توجه به سایر ویژگی‌های فرد و از جمله ویژگی‌های منفی وی می‌شود. در نتیجه ارزیابی فرد از همسر و رابطه بسیار مثبت خواهد بود. بر مبنای این ارزیابی شاهد روابط عاشقانه‌ای خواهیم بود که گذشت، فداکاری، حمایت و همدلی، اساس آن را شکل می‌دهد (استویک و نف، ۲۰۱۲).

3. Optimism

4. Confusion

5. Realism

6. Devastation

1. Illusion

2. Disillusion

زناشویی (کایزر و راثو، ۲۰۰۶) و افزایش امکان طلاق و فروپاشی زندگی مشترک همراه است (نیپوز و همکاران، ۲۰۱۵). شیفتگی و رهایی از شیفتگی نه تنها ارزیابی فرد از همسرش و رابطه با وی را تحت تأثیر قرار می‌دهد، بلکه ارزیابی فرد از خودش یا خودپنداشت وی و به دنبال آن عملکرد وی را نیز متأثر می‌سازد. خودپنداشت مجموعه‌ای از صفات، ویژگی‌ها، دیدگاه‌ها، هیجانات و توانایی‌هایی است که فرد به خودش نسبت می‌دهد (شیخ، ۲۰۱۳). این سیستم روانی به ادراک و ارزیابی ذهنی فرد از عملکردهای فردی و اجتماعی‌اش اشاره دارد (کوئینک فو، تائو، تائو و یانانا، ۲۰۱۷) و ابعاد مختلف زندگی فرد را تحت تأثیر قرار می‌دهد. نتایج تحقیق حسینیان، قاسم‌زاده، انوشه و رسولی (۱۳۹۳) که از نوع همبستگی بود و بر روی ۲۸۹ مریی مهد کودک که به روش تصادفی ساده انتخاب شده بودند، انجام شده بود، نشان داد خودپنداشت با سلامت روانی و کیفیت زندگی افراد در ارتباط است. جعفری فاضل، دهشیری و موسوی (۱۳۹۵) طی یک تحقیق توصیفی و از نوع همبستگی به بررسی رابطه بین خودارزشیابی و رضایت زناشویی و رضایت از زندگی پرداختند. نتایج این تحقیق که بر روی ۱۵۰ نفر از زنان متأهل شهر تهران که به صورت در دسترس انتخاب شده بودند انجام شده بود، نشان داد میان خود ارزشیابی، رضایت زناشویی و رضایت از زندگی همبستگی مثبت وجود دارد و به بیان دیگر ارزیابی فرد از خودش می‌تواند ارزیابی فرد از همسر و رابطه‌اش را پیش‌بینی کند. همچنین نتایج تحقیق نجفی، بلیاد و کلهر (۱۳۹۶) که از نوع همبستگی بود و بر روی ۱۴۶ نفر از زوجین متقاضی طلاق که به شیوه در دسترس از بین کسانی که به مرکز مشاوره دادگستری ارجاع داده شده بودند، انتخاب شده بودند نشان داد بین خودپنداره و رضایت زناشویی رابطه مثبت وجود دارد. بدین ترتیب آشنایی هر چه بیشتر با خودپنداشت و چگونگی تغییرات آن در شرایط و موقعیت‌های مختلف می‌تواند نقش بسزایی در ارائه راهکارهای مؤثر در افزایش خودپنداشت مثبت و بهبود زندگی فردی، اجتماعی و خانوادگی افراد ایفا کند. از طرف دیگر هر فردی در قبال خود، خانواده و اجتماع نقش‌ها و وظایفی را بر عهده دارد که ممکن است عملکردهای متفاوتی در قبال هر کدام از این نقش‌ها و وظایف از خود نشان دهد. نقش‌ها، وظایف و عملکرد خانواده در برخی از مدل‌های آسیب‌شناسی خانواده نظیر مدل مک مستر و بیورز مورد توجه قرار گرفته است (نیلروشان، عابدی و احمدی، ۱۳۹۹) اما باید

در حالت دوسوگرا، هم میزان شیفتگی و هم میزان رهایی از شیفتگی در سطح بالایی قرار دارد. این حالت هنگامی رخ می‌دهد که با گذر زمان برخی از ویژگی‌های منفی طرف مقابل آنچنان نمایان می‌شود که فرد قادر به نادیده گرفتن یا بی اهمیت جلوه دادن آن نیست، اما در همین حال، هیجانات و احساسات عاشقانه هنوز در اوج خود قرار دارد و این امر مانع از تصمیم‌گیری دقیق فرد در مورد رابطه‌اش می‌شود. تجربه آشفتگی‌های شناختی، رفتاری و هیجانی از ویژگی‌های بارز این حالت است و همین امر باعث سردرگمی فرد می‌شود (لارسن و مک گرا، ۲۰۱۱).

در حالت واقع‌گرا، هر دو میزان شیفتگی و رهایی از شیفتگی در سطح پایینی قرار دارد. پایین بودن شیفتگی و رهایی از شیفتگی باعث فروکش کردن هیجانات شدید مثبت و منفی می‌شود و این امر زمینه لازم برای بهره‌برداری مناسب از توانایی‌های شناختی را فراهم می‌آورد. در این حالت فرد با ارزیابی دقیق نکات مثبت و منفی طرف مقابلش به قضاوت عادلانه‌ای در مورد او دست می‌یابد و زندگی خود را براساس این ارزیابی معقول پایه‌ریزی می‌کند (نیپوز و همکاران، ۲۰۱۱). در حالت بی‌ارزش‌ساز میزان شیفتگی بسیار کم و در عوض میزان رهایی از شیفتگی در سطح بالایی قرار دارد. در این حالت آشنایی بیشتر فرد با ویژگی‌های منفی همسرش، برآورده نشدن انتظارات و عدم مطابقت همسر با ایده‌آل‌های ذهنی فرد باعث افزایش روز افزون هیجانات منفی نسبت به همسر می‌شود (نیپوز و همکاران، ۲۰۱۵) و در نهایت عدم پذیرش همسر و ویژگی‌های او، کاهش آرامش و رضایت‌مندی زناشویی را به دنبال خواهد داشت (حسن‌نیا، فرحبخش، اسمعیلی، عسگری و نعیمی، ۱۳۹۹).

همانطور که ملاحظه شد افزایش و کاهش شیفتگی و رهایی از شیفتگی در هر یک از حالت‌های چهارگانه با هیجان‌ها، شناخت‌ها و رفتارهای خاصی همراه است که کلیه جنبه‌های زندگی فرد را تحت تأثیر قرار می‌دهد. نتایج تحقیقات پیشین نشان داده است افزایش شیفتگی با افزایش امیدواری، عشق و علاقمندی به همسر (هلمز و بون، ۱۹۹۰)، رضایت‌مندی زناشویی (بارلدز و دیجکسترا، ۲۰۰۹)، ثبات ازدواج (میلر، نیپوز و هوستون، ۲۰۰۶) و تعهد زناشویی (روسبلت، ون لانگ، ویسپات و ورت، ۲۰۰۰) و کاهش رفتارهای خودخواهانه (موری و هلمز، ۱۹۹۴) و تعارضات زناشویی (گاتمن، ۱۹۹۴) همراه است. در مقابل رهایی از شیفتگی با کاهش رضایت‌مندی زناشویی (نیپوز و بارتل، ۲۰۰۶)، افزایش سرخوردگی

توجه داشت عملکرد افراد در نقش‌ها و وظایف صرفاً محدود به وظایف و نقش‌های وی در قبال خانواده نیست و وضعیت فرد در خانواده می‌تواند عملکرد فرد در نقش‌های داخل خانواده و خارج از خانواده را تحت تأثیر قرار دهد. از آنجا که هر یک از حالت‌های چهارگانه ادراک همسر به گونه‌ای خاص شناخت، هیجان و رفتار افراد را تحت تأثیر قرار می‌دهد (نیپیوز و همکاران، ۲۰۱۱) می‌توان انتظار داشت که قرار گرفتن در هر یک از حالت‌های چهارگانه با خودپنداشت و عملکردی متفاوت همراه باشد. در نتیجه بررسی دقیق خودپنداشت و عملکرد افراد در هر یک از حالت‌های چهارگانه می‌تواند منجر به درک عمیق‌تر و دسته‌بندی جامع‌تری از چگونگی خودپنداشت و عملکرد افراد در حالت‌های متفاوت روابط زوجین گردیده و آغازی باشد جهت شناسایی راهکارهای مناسب برای تقویت خودپنداشت مثبت و عملکرد بهینه افراد با تأکید بر روابط زوجین. این در حالی است که تا به حال تحقیقات اندکی به بررسی حالت‌های شیفتگی و رهایی از شیفتگی پرداخته‌اند و در مورد خودپنداشت و عملکرد در حالت‌های چهارگانه هیچگونه تحقیقی تا به حال انجام نشده است. گذشته از مطالب گفته شده بیشتر تحقیقاتی که به بررسی خودپنداشت پرداخته‌اند با رویکرد کمی انجام شده‌اند و به بررسی عمیق و کیفی این مفهوم نپرداخته‌اند. در حالی که همسران به عنوان نزدیک‌ترین افراد در روابط بین فردی، شدیداً خودپنداشت یکدیگر را تحت تأثیر قرار می‌دهند (فینکل، سیمپسون و ایست ویک، ۲۰۱۶) اما چگونگی این تأثیر به صورت عمیق و بر اساس یک دسته‌بندی دقیق مورد توجه قرار نگرفته است.

با توجه به اهمیت آنچه گفته شد تحقیق حاضر با هدف واکاوی خودپنداشت و عملکرد زنان متأهل طبق یک طبقه‌بندی بدیع و تفکیک روابط زوجین براساس ادراک از همسر و پاسخگویی به سؤال پژوهشی زیر انجام شد:

خودپنداشت و عملکرد زنان متأهل در حالت‌های خوش‌بین، دوسوگرا، واقع‌گرا و بی‌ارزش ساز چگونه است؟

### روش

تحقیق حاضر با هدف واکاوی خودپنداشت و عملکرد زنان متأهل در حالت‌های خوش‌بین، واقع‌گرا، دوسوگرا و بی‌ارزش ساز انجام شد. در راستای نیل به این مقصود از رویکرد کیفی و روش پدیدارشناسی، استفاده شد. جامعه مورد مطالعه این پژوهش شامل

تمام زنان متأهل ساکن شهر اصفهان در سال ۱۳۹۸ بود که شرایط زیر را دارا بودند: قرار گرفتن در محدوده سنی بین ۲۰ تا ۳۰ سال و دارا بودن حداقل مدرک تحصیلی دیپلم. ملاک‌های حاضر به این سبب در نظر گرفته شد که محققین تمایل داشتند این پژوهش با مشارکت افرادی انجام شود که در سال‌های اولیه ازدواج به سر می‌برند و از انرژی و توان بیشتری برای همکاری با محقق در طی مدت زمان مصاحبه نسبت به سنین بالاتر برخوردار باشند و همچنین از سطح سواد کافی جهت شرکت در مصاحبه و فهم سؤالات مصاحبه‌کننده و توانایی پاسخگویی مناسب به سؤالات برخوردار باشند. همچنین یکی دیگر از ملاک‌های ورود به تحقیق قرار گرفتن در زمره افرادی بود که در یکی از حالت‌های پرسشنامه شیفتگی و رهایی از شیفتگی، بالاترین نمرات را کسب کرده‌اند. ملاک‌های خروج از تحقیق عبارت بودند از نارضایتی همسر فرد از مشارکت وی با محققین و مصرف الکل و مواد مخدر یا داروهای روانشناختی از قبل از ازدواج (از آنجا که در حالت دوسوگرا و بی‌ارزش ساز ممکن است فرد با توجه به ویژگی‌های این حالت‌ها به سمت الکل و مواد مخدر رفته باشد و یا به سبب مشکلات روانی ایجاد شده مجبور به استفاده از داروهای روانشناختی شده باشد، استفاده از مواد ذکر شده از یک سال بعد از ازدواج باعث خروج فرد از تحقیق نمی‌شود). با توجه به هدف و روش تحقیق حاضر که از نوع پدیدارشناسی بود لازم بود به بررسی عمیق تجربه زیسته زنان متأهلی پرداخته شود که در هر یک از حالت‌های چهارگانه قرار گرفته‌اند. آنچه مسلم است این است که تمام زنان متأهل با شدت کم یا زیاد در یکی از حالت‌های چهارگانه ادراک همسر قرار دارند؛ اما برای انجام تحقیق حاضر لازم بود با زنانی مصاحبه شود که با شدت زیاد در حال تجربه یکی از حالت‌های چهارگانه ادراک همسر بودند. برای دستیابی به این مقصود نخست می‌بایست پرسشنامه شیفتگی و رهایی از شیفتگی اجرا می‌شد و زنانی که بیشترین نمره را در هر حالت کسب کرده بودند، شناسایی می‌شدند و در مرحله دوم با انجام مصاحبه به بررسی عمیق تجربه آنها و مقایسه خودپنداشت و عملکرد زنان در حالت‌های مختلف پرداخته می‌شد. بدین منظور نمونه‌گیری در دو مرحله انجام شد. در ابتدا با استفاده از نمونه‌گیری خوشه‌ای شهر اصفهان به پنج منطقه شمال، جنوب، شرق، غرب و مرکز تقسیم شد و از هر منطقه دو مرکز فرهنگی - تفریحی به صورت تصادفی انتخاب شد و پرسشنامه‌ها در آن مکان‌ها اجرا شد.

پس از اجرای پرسشنامه و بررسی نتایج به دست آمده، از کسانی که در هر حالت بیشترین نمره را کسب کرده بودند جهت شرکت در مصاحبه دعوت به عمل آمد. انتخاب نمونه در این مرحله تا اشباع داده‌ها ادامه یافت اما به جهت اطمینان از اینکه با انجام تحقیق بیشتر نکته جدیدی کشف نخواهد شد در هر یک از نمونه‌های چهارگانه پس از اشباع داده‌ها، با یک نفر دیگر نیز مصاحبه انجام شد. بدین ترتیب در حالت خوش‌بین با ۱۵ نفر، در حالت دوسوگرا با ۱۴ نفر، در حالت واقع‌گرا با ۱۵ نفر و در حالت بی‌ارزش‌ساز با ۱۶ نفر و در مجموع با ۶۰ نفر مصاحبه شد. ویژگی‌های جمعیت شناختی نمونه‌ها در جدول ۱ ارائه شده است.

با توجه به اینکه محققان از قبل نمی‌دانستند نسبت فراوانی افرادی که حاضر به پاسخدهی به پرسشنامه بوده‌اند در هر یک از حالت‌های چهارگانه چگونه است و آیا این افراد می‌توانند نمونه لازم جهت مرحله بعدی پژوهش و انجام مصاحبه را فراهم آورند یا خیر، تصمیم بر این شد که نخست در هر مرکز ۵۰ پرسشنامه اجرا شود و پس از بررسی نتایج چنانچه این تعداد برای تأمین نمونه لازم جهت مرحله بعدی پژوهش کافی نبود، دوباره پرسشنامه بر روی تعداد دیگری اجرا شود و از آن تعداد نمونه لازم فراهم شود. بدین ترتیب نخست پرسشنامه بر روی ۲۵۰ زن که شرایط ورود به تحقیق را داشتند اجرا شد. در مرحله دوم جهت انتخاب نمونه برای انجام مصاحبه از روش نمونه‌گیری هدفمند استفاده شد؛ بدین ترتیب که

| جدول ۱. ویژگی‌های جمعیت شناختی نمونه‌ها |               |                       |                       |                        |                           |
|-----------------------------------------|---------------|-----------------------|-----------------------|------------------------|---------------------------|
| مشخصات                                  | وضعیت         | تعداد در گروه خوش‌بین | تعداد در گروه دوسوگرا | تعداد در گروه واقع‌گرا | تعداد در گروه بی‌ارزش‌ساز |
| سن                                      | ۲۰ تا ۲۳      | ۷                     | ۶                     | ۵                      | ۴                         |
|                                         | ۲۴ تا ۲۷      | ۵                     | ۵                     | ۶                      | ۶                         |
|                                         | ۲۸ تا ۳۰      | ۳                     | ۳                     | ۴                      | ۶                         |
| طول مدت ازدواج                          | ۱ تا ۳ سال    | ۱۱                    | ۸                     | ۷                      | ۶                         |
|                                         | ۴ تا ۶ سال    | ۴                     | ۶                     | ۸                      | ۱۰                        |
|                                         | دیپلم         | ۴                     | ۴                     | ۵                      | ۴                         |
| تحصیلات                                 | کاردانی       | ۳                     | -                     | ۲                      | ۱                         |
|                                         | کارشناسی      | ۵                     | ۷                     | ۷                      | ۶                         |
|                                         | کارشناسی ارشد | ۲                     | ۳                     | ۱                      | ۴                         |
| وضعیت شغلی                              | دکتری         | ۱                     | -                     | -                      | ۱                         |
|                                         | شاغل          | ۶                     | ۷                     | ۸                      | ۹                         |
|                                         | بیکار         | ۹                     | ۷                     | ۷                      | ۷                         |
| تعداد فرزندان                           | -             | ۹                     | ۸                     | ۴                      | ۴                         |
|                                         | ۱             | ۵                     | ۶                     | ۶                      | ۵                         |
|                                         | ۲             | ۱                     | -                     | ۴                      | ۵                         |
|                                         | ۳ و بیشتر     | -                     | -                     | ۱                      | ۲                         |

بالا‌ترین نمره ای که فرد می‌تواند از این پرسشنامه کسب کند ۳۰۰ و کمترین نمره ۶۰ است. با توجه به چگونگی ایجاد هر یک از حالت‌های چهارگانه برای آنکه فرد در حالت خوش‌بین قرار بگیرد باید دارای نمره بالا در شیفتگی و نمره پایین در رهایی از شیفتگی باشد، در حالت دوسوگرا باید هر دو نمره شیفتگی و رهایی از شیفتگی در سطح بالایی باشد و در حالت واقع‌گرا باید هر دو نمره شیفتگی و رهایی از شیفتگی در سطح پایینی باشد و در حالت بی‌ارزش‌ساز باید نمره شیفتگی پایین و نمره رهایی از شیفتگی بالا باشد (نیپوز و همکاران، ۲۰۱۱). بر این اساس در پرسشنامه تدوین شده چنانچه نمره فرد در خرده مقیاس شیفتگی بیش از ۱۲۰ و نمره

## ابزار

پرسشنامه شیفتگی و رهایی از شیفتگی: این پرسشنامه که یک ابزار خودگزارشی است توسط قاسمی، فاتحی‌زاده، احمدی، اعتمادی و نقوی در سال ۱۳۹۸ و به منظور مکان‌یابی افراد در حالت‌های چهارگانه ادراک همسر تدوین شد. این ابزار شامل دو خرده مقیاس شیفتگی و رهایی از شیفتگی است که هر کدام شامل ۳۰ گزینه است. بدین ترتیب کل پرسشنامه متشکل از ۶۰ گزینه است که طبق طیف لیکرت ۵ نمره‌ای و از نمره ۱ (کاملاً مخالفم) تا نمره ۵ (کاملاً موافقم) نمره‌گذاری می‌شود. بدین ترتیب بیشترین نمره در هر خرده مقیاس ۱۵۰ و کمترین نمره ۳۰ است. به بیان دیگر

در خرده مقیاس رهایی از شیفتگی زیر ۶۰ باشد، فرد در حال تجربه میزان متوسطی از شیفتگی است و هرچه نمره در خرده مقیاس شیفتگی به ۱۵۰ نزدیکتر باشد و در رهایی از شیفتگی به ۳۰ نزدیکتر باشد شدت حالت خوش‌بین بیشتر است. به همین ترتیب در حالت دوسوگرا هر چه نمره دو خرده مقیاس شیفتگی و رهایی از شیفتگی به ۱۵۰ نزدیکتر باشد، فرد تجربه عمیق‌تری از حالت دوسوگرا دارد. در حالت واقع‌گرا هر چه هر دو نمره شیفتگی و رهایی از شیفتگی به ۳۰ نزدیکتر باشد فرد تجربه عمیق‌تری از حالت واقع‌گرا دارد و در حالت بی‌ارزش‌ساز هرچه نمره رهایی از شیفتگی به ۱۵۰ نزدیکتر باشد و نمره شیفتگی به ۳۰ نزدیکتر باشد، شدت حالت بی‌ارزش‌ساز بیشتر خواهد بود.

ضریب آلفای کرونباخ خرده‌مقیاس شیفتگی توسط محققین، معادل ۰/۹۴ و ضریب آلفای خرده‌مقیاس رهایی از شیفتگی معادل ۰/۹۲ محاسبه شد. ضریب بازآزمایی پرسشنامه پس از اجرای مجدد پرسشنامه با فاصله دو هفته، معادل ۰/۹۳ محاسبه شد. به منظور بررسی درستی آزمایی همزمان این پرسشنامه، همبستگی این پرسشنامه با مقیاس سرخوردگی زناشویی (کایزر، ۱۹۹۶) محاسبه شد. بدین ترتیب که همبستگی خرده‌مقیاس سرخوردگی زناشویی با خرده مقیاس شیفتگی معادل ۰/۹۰- و با خرده مقیاس رهایی از شیفتگی معادل ۰/۸۸ (معنادار در سطح  $P < ۰/۰۱$ ) محاسبه شد. ضریب آلفای کرونباخ خرده‌مقیاس شیفتگی و رهایی از شیفتگی در تحقیق حاضر به ترتیب معادل ۰/۹۵ و ۰/۹۰ محاسبه شد.

مصاحبه نیمه ساختاریافته: ابزار دومی که در این تحقیق مورد استفاده قرار گرفت مصاحبه نیمه ساختاریافته بود که دارای ۶ سؤال اصلی بود که از همه مصاحبه‌شوندگان پرسیده می‌شد. اما در جهت تکمیل روند تحقیق و بررسی عمیق‌تر تجربه مصاحبه‌شوندگان از سؤالات پیش‌برنده نظیر لطفاً مثال بزنید؟ مقصودتان چیست؟ چطور به این نتیجه رسیده‌اید؟ نیز استفاده می‌شد. جهت تأمین امنیت و آرامش روانی مصاحبه‌شوندگان، مصاحبه با سؤالات کلی نظیر ویژگی‌های دموگرافیک مصاحبه‌شوندگان مانند سن، تحصیلات و شغل که زمینه را برای پرسش سؤالات اصلی فراهم می‌کرد، شروع می‌شد و در ادامه سؤالات اصلی پرسیده می‌شد که زیر نظر اساتید راهنما و مشاور تدوین شده بود و به بررسی تجربه‌های عمیق خودپنداشت و عملکرد افراد در حالت‌های چهارگانه می‌پرداخت. سؤالات مطرح شده به شرح زیر بود: در حال حاضر با توجه به

زندگی زناشویی‌تان چه احساسی نسبت به خودتان دارید؟ در حال حاضر در مورد خودتان چه فکر می‌کنید؟ چه چیز باعث شده است به این نتیجه‌گیری در مورد خودتان برسید؟ در حال حاضر چه نقش‌ها و وظایفی را بر عهده دارید؟ نقش‌ها و وظایف خود را چگونه اولویت‌بندی می‌کنید؟ عملکرد شما در هر یک از نقش‌ها و وظایف مربوط به خودتان چگونه است؟ زمان و مکان مصاحبه با توجه به شرایط مصاحبه‌شوندگان و خواست و نظر آنها تعیین می‌شد. مدت زمان هر مصاحبه با توجه به میزان همکاری مصاحبه‌شوندگان و مسائل مطرح شده بین ۶۰ تا ۱۰۰ دقیقه متغیر بود.

به منظور رعایت ملاحظات اخلاقی قبل از شروع فرآیند پژوهش، درباره اهداف و چگونگی اجرای طرح پژوهش، اصول رازداری و محرمانه ماندن هویت و اطلاعات شرکت‌کنندگان و حق خروج از پژوهش در هر مرحله‌ای که شرکت‌کنندگان تمایل داشته باشند، اطلاعات کافی در اختیار افراد نمونه‌ها قرار گرفت. جلسات مصاحبه با آگاهی کامل مصاحبه‌شوندگان و اخذ اجازه از آنها به صورت صوتی ثبت و ضبط شد. همچنین قبل از شروع جلسات از کلیه شرکت‌کنندگان، رضایت‌نامه کتبی برای شرکت در طرح پژوهش دریافت شد.

جهت تحلیل داده‌ها از روش تحلیل تماتیک و مطابق با مدل ۶ مرحله‌ای براون و کلارک (۲۰۰۶) استفاده شد. بدین ترتیب که در مرحله اول با هدف آشنایی با داده‌ها و درک موثرتر اطلاعات جمع‌آوری شده، مصاحبه‌های ضبط شده، مکتوب و چندین بار مرور شد. در مرحله دوم متن به قسمت‌های معنادار کوچکتر تقسیم شده و پس از بررسی و مرور کامل ایده‌های اولیه، کدگذاری انجام شد. در مرحله سوم بر اساس کدگذاری‌های انجام شده و شباهت‌ها و تفاوت‌های بین آنها، زیرمضمون‌ها مشخص شد. در مرحله چهارم پس از بررسی ارتباط بین زیرمضمون‌ها و همخوانی یا عدم همخوانی زیرمضمون‌ها، مضمون‌های اصلی و شبکه مضامین، مشخص شد. در مرحله پنجم با توجه به معنا و مفهوم هر مضمون سعی شد نامی گویا و مناسب برای هر مضمون تعریف شود و در مرحله ششم با توجه به مضامین به دست آمده به سؤالات تحقیق پاسخ داده شد و نتایج به دست آمده با نتایج تحقیقات پیشین مقایسه شد و گزارش نهایی تحقیق تدوین شد.

که عبارت بودند از خودپنداشت مقایسه‌ای مثبت و خودپنداشت بازخوردی مثبت.

۱. خودپنداشت مقایسه‌ای مثبت: یکی از مهمترین منابع ایجاد یا گسترش حالت خوش‌بین نتایج مثبت مقایسه‌های پی در پی است که توسط زنان صورت می‌گیرد. این مقایسه‌ها شامل مقایسه همسر با همسر ایده‌آل ذهنی، مقایسه همسر با سایر مردان و مقایسه وضعیت خود با سایر زنان است. نتایج مثبت این مقایسه‌ها نه تنها در ایجاد حالت خوش‌بین مؤثر است بلکه در ایجاد یا تقویت خودپنداشت مثبت فرد نیز مؤثر است. کلیه مصاحبه‌شوندگان نخست خود را با همسر مقایسه می‌کردند و در این مقایسه یا خود را شبیه همسر ایده‌آل می‌دانستند که این مورد به تمایل و باور آنها به ایده‌آل بودن خود آنها نیز اشاره داشت و یا همسر را بهتر از خود ارزیابی می‌کردند که این امر نیز باعث ایجاد حس غرور و افتخار به سبب داشتن داشتن همسری ایده‌آل می‌شد که ایجاد یا تقویت خودپنداشت مثبت فرد را به دنبال داشت. مصاحبه‌شونده شماره ۵، ۲۲ ساله با ازدواجی با طول مدت ۱ سال گفت: "داشتن یه همسر فوق‌العاده باعث افتخاره آدمه، باعث میشه جلوی دیگران سربلند باشی." در مرحله بعد زنان مصاحبه‌شونده خود را با سایر زنان مقایسه می‌کردند و اولین موردی که در این مقایسه مدنظر قرار می‌گرفت زندگی زناشویی بود. نتایج این مقایسه موجب تقویت باور خوشبخت‌تر بودن، خوش‌شانس‌تر بودن، شایسته‌تر بودن و لایق‌تر بودن خود نسبت به سایر زنان بود که نشان‌دهنده وجود خودپنداشت مثبت در این زنان بود. مصاحبه‌شونده شماره ۱، ۲۵ ساله با ازدواجی با طول مدت ۱ سال گفت: "من خیلی خوش شانسم شوهر خیلی خوبی پیدا کردم، هیچکدوم از دوستانم چنین شانس‌مند نشدند."

۲. خودپنداشت بازخوردی مثبت: یکی دیگر از منابع تأمین خودپنداشت در زنان، بازخوردی بود که از جانب دیگران دریافت می‌کردند. در وهله اول بازخورد دریافتی از طرف همسر که عموماً نیز بازخوردی مثبت بود، نقش بسزایی در ایجاد خودپنداشت مثبت مصاحبه‌شوندگان داشت. مصاحبه‌شونده شماره ۴، ۲۸ ساله با ازدواجی با طول مدت ۲ سال گفت: "تعریفای شوهرم باعث شد خودباوریم بیشتر بشه، تا قبل از اون کسی اینطوری از من تعریف نکرده بود." از طرف دیگر بازخوردهای دریافت شده از طرف دوستان و تأیید ازدواج و همسر و همچنین بازخوردهای دریافت

جهت اطمینان از درستی آزمایی و قابلیت اعتماد داده‌های کیفی از چهار شاخص اعتبار گویا و لینکلن (۱۹۹۴) یعنی باورپذیری<sup>۱</sup>، تأییدپذیری<sup>۲</sup>، اطمینان‌پذیری<sup>۳</sup> و انتقال‌پذیری<sup>۴</sup> استفاده شد. بدین ترتیب که جهت افزایش باورپذیری یافته‌ها و بالا بردن صحت اطلاعات به دست آمده، سعی شد درگیری بلندمدت محقق با موضوع پژوهش و مصاحبه‌شوندگان رعایت شد به طوری که جمع‌آوری و تحلیل داده‌ها ۸ ماه به طول انجامید. همچنین برای اطمینان از تطابق کدگذاری‌های انجام‌شده با منظور و هدف مصاحبه‌شوندگان، متن کدگذاری شده در اختیار مصاحبه‌شوندگان قرار گرفت و چنانچه عدم تطابقی وجود داشت، اصلاح شد. جهت افزایش تأییدپذیری، سعی شد تمامی مراحل تحقیق مانند فرآیند جمع‌آوری داده‌ها و چگونگی تحلیل و تفسیر آنها به همراه مدارک و مستندات نظیر نظیر صوت و متن مصاحبه به‌طور کامل ثبت و گزارش شود. به‌منظور افزایش اطمینان‌پذیری، متن مصاحبه‌ها در اختیار همکاران محقق و دو نفر آشنا به روش تحقیق کیفی قرار گرفت و کدگذاری‌ها مقایسه و تغییرات مناسب اعمال شد. به‌منظور افزایش انتقال‌پذیری سعی شد حداکثر تنوع ویژگی‌های جمعیت‌شناسی نظیر سن، تحصیلات، مدت زندگی مشترک و تعداد فرزندان، رعایت شود.

### یافته‌ها

تحقیق حاضر با هدف واکاوی و مقایسه خودپنداشت و عملکرد زنان متأهل در چهار گروه خوش‌بین، دوسوگرا، واقع‌گرا و بی‌ارزش‌ساز انجام شد. تجزیه و تحلیل مصاحبه‌های انجام شده در جهت شناسایی و مقایسه خودپنداشت منجر به شناسایی ۵۳ کد شد، که براساس شباهت‌ها و تفاوت‌هایشان در ۱۹ زیرمضمون دسته‌بندی شدند. در ادامه، بررسی چگونگی ارتباط بین زیرمضمون‌ها منجر به شناسایی ۸ مضمون اصلی در چهار گروه شد. مضامین اصلی، زیرمضمون‌ها و کدهای شناسایی شده در جدول ۲ ارائه شده است.

#### خودپنداشت زنان در حالت خوش‌بین

همان طور که در جدول ۲ مشخص شده است چگونگی خودپنداشت زنان در حالت خوش‌بین شامل دو مضمون اصلی بود

1. credibility
2. confirmability
3. dependability
4. transferability

رقابت داشت، از وقتی ازدواج کردم چشم نداره منو ببینه همش سعی می‌کنه با طعنه، کنایه، یجوری منو ناراحت کنه ولی من می‌دونم همش از حسادته."

شده از طرف دشمنان که به عنوان حسادت و ناراحتی آنها از ازدواج موفق فرد تعبیر می‌شد، نیز در ایجاد یا تقویت خودپنداشت مثبت افراد مؤثر بود. مصاحبه‌شونده شماره ۸، ۲۴ ساله با ازدواجی با طول مدت ۳ سال گفت: "دختر یکی از اقواممون خیلی با من

| جدول ۲. مقایسه خودپنداشت زنان متأهل در چهار حالت خوش‌بین، دوسوگرا، واقع‌گرا و بی‌ارزش‌ساز |                                                         |                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| حالت                                                                                      | مضمون                                                   | زیرمضمون                           | کدهای مفهومی                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| خوش‌بین                                                                                   | خودپنداشت مقایسه‌ای مثبت                                | من در مقایسه با همسر ایده‌آل       | من شبیه همسر ایده‌آل<br>من دارای همسر ایده‌آل بهتر از خود                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|                                                                                           |                                                         | من در مقایسه با زنان دیگر          | من خوشبخت‌تر<br>من خوش‌شانس‌تر<br>من شایسته‌تر<br>من لایق‌تر<br>من زیبا<br>من محبوب<br>من خواستنی<br>من انتخاب شده<br>من تحسین شده                                                                                                                                                                                                                              |
|                                                                                           |                                                         |                                    | من زرتنگ<br>من تأیید شده<br>من آرزو شده                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                                                                                           |                                                         |                                    | من مورد حسادت<br>من مورد رقابت<br>من برنده                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|                                                                                           |                                                         |                                    | من همسر کیستم؟<br>در کنار این همسر در آینده که خواهم بود؟<br>خودپنداشت مثبت با قضاوت مثبت درباره همسر<br>خودپنداشت منفی با قضاوت منفی درباره همسر                                                                                                                                                                                                               |
|                                                                                           | خودپنداشت بازخوردی مثبت                                 | من مثبت بازخورداشته از همسر        | من ناتوان در تحلیل شرایط<br>من ناتوان در تصمیم‌گیری<br>من ناتوان در برابر احساسات<br>من متزلزل در ارزش‌هایم<br>من متزلزل در معیارهایم<br>من متزلزل در انتظاراتم<br>من متزلزل در آرزوهایم                                                                                                                                                                        |
|                                                                                           |                                                         | من مثبت بازخورداشته از دوستان      | عدم ایده‌آل‌سازی خود به سبب انتخاب کردن یک همسر ایده‌آل<br>عدم بی‌ارزش‌سازی خود به سبب انتخاب کردن یک همسر بی‌ارزش<br>عدم ایده‌آل‌سازی خود به سبب انتخاب شدن از طرف یک همسر ایده‌آل<br>عدم بی‌ارزش‌سازی خود به سبب انتخاب شدن از طرف یک همسر ایده‌آل                                                                                                            |
|                                                                                           |                                                         | من مثبت بازخورداشته از دشمنان      | من مثبت نشأت گرفته از ویژگی‌های مثبت (جاذبیت ظاهری، موقعیت مالی، اجتماعی و...)<br>من منفی نشأت گرفته از ویژگی‌های منفی (وضعیت ظاهری، وضعیت مالی، وضعیت شغلی و...)<br>من مثبت نشأت گرفته از ارزیابی مثبت خود در نقش‌ها (نقش‌های والدی، فرزندی، شغلی، تحصیلی و...)<br>من منفی نشأت گرفته از ارزیابی منفی خود در نقش‌ها (نقش‌های والدی، فرزندی، شغلی، تحصیلی و...) |
|                                                                                           |                                                         | خودپنداشت تعریف نشده               | من متزلزل در آرزوهایم                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                                           |                                                         | خودپنداشت متغیر                    | من متزلزل در آرزوهایم                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| دوسوگرا                                                                                   | خودپنداشت سردرگم                                        | خودپنداشت ناتوان                   | من متزلزل در آرزوهایم                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                                           |                                                         | خودپنداشت متزلزل                   | من متزلزل در آرزوهایم                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                                           | خودپنداشت نفرت‌انگیز                                    | خودپنداشت ناتوان                   | من متزلزل در آرزوهایم                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                                           |                                                         | خودپنداشت متزلزل                   | من متزلزل در آرزوهایم                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| واقع‌گرا                                                                                  | من معمولی                                               | من دارای یک همسر معمولی            | عدم ایده‌آل‌سازی خود به سبب انتخاب کردن یک همسر ایده‌آل<br>عدم بی‌ارزش‌سازی خود به سبب انتخاب کردن یک همسر بی‌ارزش<br>عدم ایده‌آل‌سازی خود به سبب انتخاب شدن از طرف یک همسر ایده‌آل<br>عدم بی‌ارزش‌سازی خود به سبب انتخاب شدن از طرف یک همسر ایده‌آل                                                                                                            |
|                                                                                           |                                                         | من انتخاب شده از طرف یک آدم معمولی | من مثبت نشأت گرفته از ویژگی‌های مثبت (جاذبیت ظاهری، موقعیت مالی، اجتماعی و...)<br>من منفی نشأت گرفته از ویژگی‌های منفی (وضعیت ظاهری، وضعیت مالی، وضعیت شغلی و...)<br>من مثبت نشأت گرفته از ارزیابی مثبت خود در نقش‌ها (نقش‌های والدی، فرزندی، شغلی، تحصیلی و...)<br>من منفی نشأت گرفته از ارزیابی منفی خود در نقش‌ها (نقش‌های والدی، فرزندی، شغلی، تحصیلی و...) |
|                                                                                           | افزایش قدرت منابع فردی بر منابع زوجی در تغذیه خودپنداشت | ویژگی‌های فردی                     | من متزلزل در آرزوهایم                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                                           |                                                         | خودپنداشت متأثر از نقش‌ها          | من متزلزل در آرزوهایم                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| واقع‌گرا                                                                                  | افزایش قدرت منابع فردی بر منابع زوجی در تغذیه خودپنداشت | ویژگی‌های فردی                     | من متزلزل در آرزوهایم                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                                           |                                                         | خودپنداشت متأثر از نقش‌ها          | من متزلزل در آرزوهایم                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |



جدول ۲. مقایسه خودپنداشت زنان متأهل در چهار حالت خوش‌بین، دوسوگرا، واقع‌گرا و بی‌ارزش‌ساز

| حالت        | مضمون                           | زیر مضمون                     | کدهای مفهومی                                              |
|-------------|---------------------------------|-------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| بی ارزش ساز | خودپنداشت مقایسه ای منفی        | سایرین                        | من منفی نشأت گرفته از ارزیابی منفی خود در رابطه با سایرین |
|             |                                 | من در مقایسه با همسر          | برتر پنداری خود از همسر                                   |
|             |                                 | بی ارزش                       | م تفاوت پنداری خود از همسر                                |
|             |                                 |                               | من بدبخت                                                  |
|             |                                 | من بی ارزش در مقایسه با       | من بدشانس                                                 |
|             | خودپنداشت بازخوردی منفی         | سایر زنان                     | من نادان                                                  |
|             |                                 | من منفی بازخورد یافته از همسر | من فریب خورده                                             |
|             |                                 |                               | من تحقیر شده                                              |
|             |                                 |                               | من توهین شده                                              |
|             |                                 |                               | من پر عیب                                                 |
|             | من منفی بازخورد یافته از دوستان | من حیف شده                    |                                                           |
|             |                                 | من مظلوم                      |                                                           |
|             |                                 | من موردترحم                   |                                                           |
|             |                                 | من شکست خورده                 |                                                           |
|             | من منفی بازخورد یافته از دشمنان | من مجازات شده                 |                                                           |
|             |                                 | من لایق بدبختی                |                                                           |

## خودپنداشت زنان در حالت دوسوگرا

خودپنداشت زنان در حالت دوسوگرا شامل دو مضمون اصلی

بود که عبارت بودند از:

۱. خودپنداشت سردرگم: نتایج تجزیه و تحلیل داده‌ها در این بخش از تحقیق نشان داد شناخت از همسر نقش بزرگی در خودپنداشت زنان بازی می‌کند. سردرگمی در شناخت همسر موجب می‌شد فرد حتی در تعریف خود نیز دچار مشکل شود؛ چرا که نمی‌توانست تشخیص دهد آیا همسر فرد ارزشمندی شده است یا نه و در آینده کنار این شخص چه تغییراتی خواهد داشت. از طرف دیگر تغییر خودپنداشت همراه با تغییر ارزیابی از همسر نیز یکی دیگر از عواملی بود که باعث سردرگمی بیشتر افراد در خودپنداشت می‌شد. مصاحبه‌شونده شماره ۵، ۲۳ ساله با ازدواجی با طول مدت ۱ سال گفت: "یه روز که خوبی‌های شوهرمو می‌بینم حالم خوبه و به خودم افتخار می‌کنم روز بعد که بدیاش را می‌بینم، به خودم لعن و نفرین می‌کنم که چقدر عقلم کم بوده که با این آدم ازدواج کردم."

۲. خودپنداشت نفرت‌انگیز: ناتوانی در تحلیل شرایط زندگی زناشویی، ناتوانی در تصمیم‌گیری و ناتوانی در برابر احساسات مثبت نسبت به همسر که توجیه عقلانی ندارد از یک طرف و تزلزل در ارزش‌ها، معیارها، آرزوها و انتظارات که گاهی در جهت تأیید

همسری که ایده آل نیست و کم کردن از شدت غم و اندوه ناشی از ایده‌آل نبودن همسر صورت می‌گرفت همه در قالب خودپنداشت نفرت‌انگیز دسته‌بندی می‌شد؛ زیرا کلیه مصاحبه‌شوندگان با انزجار و تأسف تمام در مورد ناتوانی‌ها و تزلزل‌های خود در زمینه زندگی زناشویی‌شان حرف می‌زدند. مصاحبه‌شونده شماره ۷، ۲۶ ساله با ازدواجی با طول مدت ۲ سال گفت: "از خودم بدم می‌آید که نمی‌تونم جلوی حس دوست داشتنم را بگیرم و به خودم بقبولانم که این آدم فرد مناسبی نیست، به جاش مدام دارم ارزش‌هام را تغییر میدم که با این فرد هماهنگ بشه و خودم را گول بزنم که این آدم، آدم خوبیه."

## خودپنداشت زنان در حالت واقع‌گرا

خودپنداشت زنان در حالت واقع‌گرا شامل دو مضمون اصلی

بود که عبارت بودند از:

۱. کمرنگ شدن نفوذ همسر در خودپنداشت فرد: از آنجا که در این حالت، هسر به عنوان یک فرد معمولی با خوبی و بدی‌های خاص خود ارزیابی می‌شود پس توانایی چندانی در تضعیف یا تقویت خودپنداشت فرد نداشت. به همین ترتیب انتخاب شدن از طرف یک فرد معمولی نیز نه سبب افتخار فرد بود و نه سبب تحقیر فرد و این امر نیز تأثیر چندانی در خودپنداشت فرد نداشت. مصاحبه‌شونده شماره ۱، ۲۸ ساله با ازدواجی با طول مدت ۵ سال گفت: "

شوهر من به آدم معمولیه، چیز خاصی نداره که من بخوام بخاطرش به خودم افتخار کنم ولی از داشتنش احساس تحقیر هم نمی‌کنم، فوقش فکر می‌کنم منم مثل اون به آدم معمولی‌ام."

۲. افزایش قدرت منابع فردی بر منابع زوجی در تغذیه خودپنداشت: در این حالت اغلب زنان مصاحبه‌شونده به جای آنکه بیشتر بر ویژگی‌های همسر و زندگی زناشویی خود تأکید کنند، از منابع فردی و توانایی‌ها و ضعف‌های خود در جهت توصیف خود استفاده می‌کردند. مصاحبه‌شونده شماره ۹، ۲۶ ساله با ازدواجی با طول مدت ۴ سال گفت: "خوب من زندگی زناشویی آنچنانی ندارم ولی توی تحصیل خیلی موفقم، فکر می‌کنم مادر خوبی هم هستم، همه تلاشم را می‌کنم که بچه‌های خوبی تربیت کنم."

خودپنداشت زنان در حالت بی‌ارزش‌ساز

خودپنداشت زنان در حالت بی‌ارزش‌ساز شامل مضامین زیر بود:

۱. خودپنداشت مقایسه‌ای منفی: همانگونه که در حالت خوش‌بین نتایج مثبت مقایسه خود با همسر و دیگران باعث ایجاد یا تقویت خودپنداشت مثبت می‌شد، در حالت بی‌ارزش‌ساز نتایج منفی این مقایسه‌ها باعث ایجاد یا تقویت خودپنداشت منفی در زنان مصاحبه‌شونده شده بود. از آنجا که در این حالت کلیه ویژگی‌های مثبت همسر نادیده گرفته می‌شود و در ارزیابی نکات منفی همسر نیز اغراق می‌شود، پس نتایج مقایسه خود با همسر همواره به نفع خود خواهد بود و همسر فردی پایین‌تر از خود و یا متفاوت با خود ارزیابی می‌شود که انتخاب شدن از طرف وی و یا انتخاب وی نشانه بدشانسی، حماقت، فریب خوردگی، نادانی و بی‌ارزشی فرد تلقی می‌شود که همه این موارد نشان‌دهنده خودپنداشت منفی فرد است. به همین ترتیب مقایسه خود گرفتار همسر نامناسب با دیگرانی که در ظاهر از همسر و زندگی زناشویی مناسبی برخوردارند، باعث افزایش احساس منفی فرد نسبت به خود، همسر و زندگی زناشویی خواهد شد. مصاحبه‌شونده شماره ۲، ۲۷ ساله با ازدواجی با طول مدت ۶ سال گفت: "گاهی فکر می‌کنم من اگر شانس داشتم گرفتار نامردی مثل شوهرم نمی‌شدم حتی فکر می‌کنم شاید عیب از خودم بوده که اون نصیبم شده، شاید لیاقتم واقعا همین بوده."

۲. خودپنداشت بازخوردی منفی: حالت بی‌ارزش‌ساز با افزایش تعارضات زوجین و افزایش خشم و نفرت آنها نسبت به یکدیگر همراه است. در چنین وضعیتی مشخص است که بازخوردی که زوجین از یکدیگر دریافت می‌کنند نیز منفی خواهد بود. به همین

ترتیب دیگرانی نیز که شاهد زندگی آشفته افراد در حالت بی‌ارزش هستند نیز مسلماً بازخوردهای منفی نسبت به فرد و همسرش خواهند داشت که همه این موارد به ایجاد یا تقویت خودپنداشت منفی فرد منجر خواهد شد. مصاحبه‌شونده شماره ۸، ۲۳ ساله با ازدواجی با طول مدت ۱ سال گفت: "از بس از طرف خونوادم سرزنش شدم و گفتند تقصیر خودت بود نتونستی به انتخاب خوب داشته باشی، بعدم نتونستی زندگیت را حفظ کنی، دیگه واقعا به خودم و عقلم شک کردم."

واکاوی عملکرد زنان متأهل در حالت‌های خوش‌بین، دوسوگرا، واقع‌گرا و بی‌ارزش‌ساز

تجزیه و تحلیل مصاحبه‌های انجام شده در جهت شناسایی و مقایسه عملکرد زنان در نقش‌ها و وظایف، منجر به شناسایی ۳۳ کد شد. مقایسه کدهای به دست آمده و بررسی میزان هماهنگی و عدم هماهنگی آنها با یکدیگر منجر به شناسایی ۱۶ زیرمضمون شد و در انتها بررسی روابط بین زیرمضمون‌ها منجر به شناسایی ۸ مضمون اصلی شد که در جدول ۳ به آنها اشاره شده است.

عملکرد زنان در حالت خوش‌بین

برطبق یافته‌های ارائه شده در جدول ۳، چگونگی عملکرد زنان در نقش‌ها و وظایفشان در حالت خوش‌بین شامل دو مضمون اصلی بود که عبارت بودند از:

۱. تعریف نقش‌ها و وظایف در سایه نقش همسری: در این حالت کلیه امور زندگی در سایه همسر، تعریف و تبیین می‌شد و نقش‌ها و وظایف نیز از این روند مستثنا نبود. بدین ترتیب که کلیه نقش‌ها و وظایف به دو دسته تقسیم می‌شدند؛ نقش‌های همسرانه که مربوط به همسر و زندگی زناشویی بود و نقش‌های غیرهمسرانه نظیر نقش‌های فردی و نقش‌های اجتماعی. مصاحبه‌شونده شماره ۱۲، ۲۵ ساله با ازدواجی با طول مدت ۱ سال گفت: "بینید وقتی می‌خوام کارها و وظایفم را بررسی کنم با خودم میگم این به زندگی زناشویی و همسرداری من مربوط میشه یا نه، یجورایی وظایف همسرداری من یک طرف قرار می‌گیره و بقیه مسائل و وظایف باقی مانده هم یک طرف دیگه."

۲. همسرمحوری در ایفای نقش‌ها و وظایف: نه تنها نقش‌ها و وظایف در سایه وجود همسر تعریف می‌شد، بلکه چگونگی عملکرد فرد در این نقش‌ها و وظایف نیز تحت تأثیر شیفتگی نسبت به همسر قرار می‌گیرد. بطوریکه طبق گزارش ۱۲ نفر از مصاحبه

در همسرداری کم نگذارم شوهرم برام خیلی اهمیت داره، دلم نمی‌خواد چیزی باعث بشه از دستش بدم." مصاحبه‌شونده شماره ۶، ۲۱ ساله با ازدواجی با طول مدت ۲ گفت: "یکم نمراتم افت کرده، درست حواسمون نمی‌تونم جمع کنم، گاهی هم که کارای خونه و شوهرم مونده باشه غیبت می‌کنم و در کلاسام شرکت نمی‌کنم."

شوندگان اجرای بی‌کم و کاست وظایف و نقش‌های مربوط به همسر، بخش مهمی از دغدغه‌های ذهنی فرد را تشکیل می‌داد و رسیدگی به این نقش‌ها یا مشغولیت ذهنی به همسر، گاهی باعث نقصان در سایر عملکردهای فرد می‌شد. مصاحبه‌شونده شماره ۱۴، ۲۹ ساله با ازدواجی با طول مدت ۱ سال گفت: "خیلی سعی می‌کنم

جدول ۳. مقایسه عملکرد زنان متأهل در چهار حالت خوش‌بین، دوسوگرا، واقع‌گرا و بی‌ارزش‌ساز

| حالت        | مضمون                                      | زیرمضمون                                       | کدهای مفهومی                                                               |
|-------------|--------------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| خوش‌بین     | همسر محوری در تعریف نقش‌ها و وظایف         | عملکردهای مرتبط با همسر                        | نقش‌ها و وظایف مربوط به همسر                                               |
|             | همسر محوری در ایفای نقش‌ها و وظایف         | عملکردهای نامرتبط با همسر                      | نقش‌ها و وظایف فردی                                                        |
|             |                                            | نهایی خواهی گرانی در انجام وظایف همسری         | نقش‌ها و وظایف اجتماعی                                                     |
|             |                                            | نقصان‌های گاه و بیگاه در عملکردهای غیر همسرانه | تلاش‌های خودانگیخته در جهت ارائه بهترین عملکرد                             |
| دوسوگرا     | عملکردهای آشفته فردی                       | نقصان در عملکرد به سبب کاهش انرژی              | جمع‌آوری اطلاعات در جهت بهبود بخشیدن به عملکردها                           |
|             | عملکردهای آشفته همسران                     | نقصان در عملکرد به سبب ذهنی جسمی و روانی       | وحشت از وجود نقصان در عملکردهای همسرانه                                    |
|             |                                            | نسبت به وظایف و نقش همسری                      | نقصان در سایر وظایف به سبب اولویت‌یابی همسر و وظایف همسری                  |
|             |                                            | آشفته‌گی عملکردی دائمی یا ادواری               | اختلال در انجام وظایف غیر همسرانه به سبب مشغولیت ذهنی به همسر              |
| واقع‌گرا    | عملکردهای فارغ از شیفتگی و رهایی از شیفتگی | تعریف نقش همسری به عنوان یکی از نقش‌های فرد    | ناتوانی در تمرکز قوای ذهنی                                                 |
|             | پررنگ شدن نقش انگیزه در کیفیت عملکردها     | نیازهای شخصی، زوجی و خانوادگی                  | ناتوانی در حل مسأله و تصمیم‌گیری                                           |
|             | عملکردهای فردی دوگانه                      | عملکردهای هدفمند                               | ناتوانی جسمی مانع از عملکرد کامل                                           |
|             |                                            | عملکردهای گرفتار روزمره‌گی                     | آشفته‌گی روانی مانع از عملکرد کامل                                         |
| بی‌ارزش‌ساز | نقصان در عملکردهای فردی                    | نقصان در عملکرد به سبب دوسوگرایی               | تردید در موظف دانستن خود نسبت به وظایف همسری                               |
|             | نقصان در عملکردهای همسرانه                 | نسبت به وظایف و نقش همسری                      | تردید در لیاقت همسر در دریافت حقوق همسری                                   |
|             |                                            | تلاش در جهت بهبود عملکردهای فردی               | نقصان دائمی در عملکرد به سبب ناهماهنگی شناخت و هیجان                       |
|             |                                            | عمل نکردن به وظایف همسری                       | نقصان ادواری در عملکرد به سبب نوسان توجه از نکات مثبت به نکات منفی و برعکس |

شخصی خود، این آشفته‌گی قابل تشخیص بود و هم در عملکرد خود در نقش‌ها و وظایفی که در قبال همسر بر عهده داشتند؛ اما دلایل این آشفته‌گی در نقش‌های فردی و نقش‌های همسری متفاوت

عملکرد زنان در حالت دوسوگرا در این حالت بطور کلی زنان گرفتار آشفته‌گی در عملکرد بودند؛ بطوری که هم در وظایف و نقش‌های مربوط به زندگی

بود که در ادامه با توجه به مضامین شناسایی شده به تشریح این تفاوت‌ها پرداخته می‌شود.

۱. عملکردهای آشفته فردی: طبق گزارش ۸ نفر از مصاحبه شوندگان، در این حالت عملکرد فرد در قبال وظایفی نظیر وظایف شغلی، تحصیلی، فرزندی و... دچار نقصان شده بود. علت این امر را می‌توان به آشفتگی ذهنی ناشی از حالت دوسوگرا و ناتوانی در تمرکز حواس و حل مسأله دانست که باعث می‌شود فرد نتواند از تمام توان ذهنی خود استفاده کند. از طرف دیگر این آشفتگی‌های شناختی، هیجانی و رفتاری فرد، باعث تحلیل رفتن توان جسمی و روانی می‌شود که در عملکرد فرد اختلال ایجاد می‌کند. مصاحبه شونده شماره ۹، ۲۷ ساله با ازدواجی با طول مدت ۳ سال گفت: "اونقدر اضطراب دارم که نمی‌تونم هیچ کاریم را درست انجام بدم، همش نگرانم، فکر اینکه شوهرم اونی نباشه که من فکر می‌کردم و عاشقش بودم، منو از پا در میاره."

۲. عملکردهای آشفته همسرانه: عملکرد زنان در قبال همسر در حالت دوسوگرا به چندین صورت دچار نقصان شده بود. در صورت اول، ناتوانی فرد در شناخت کامل همسر و مناسب یا نامناسب دانستن وی باعث تردید فرد در موظف بودن خود به انجام وظایف همسری و محقق دانستن همسر در دریافت حقوق همسری شده بود که این امر باعث اختلال در انجام وظایف همسرانه می‌شد. در صورت دوم، ناهماهنگی شناخت، هیجان و رفتار باعث آشفتگی عملکرد فرد در قبال همسرش می‌شد؛ بدین شکل که با وجود هیجانات مثبت نسبت به همسر، شناخت مثبت از همسر دچار نقصان می‌شد و این ناهماهنگی، در رفتار و عملکرد فرد نسبت به همسرش نیز خود را نشان می‌داد. از طرف دیگر تمرکز بر نکات مثبت همسر در یک محدوده زمانی باعث بهبود عملکرد فرد نسبت به همسرش می‌شود اما این روند ثابت نخواهد بود و با دیدن کوچکترین امر منفی، عملکرد فرد نیز دچار اختلال خواهد شد. مصاحبه‌شونده شماره ۵، ۲۹ ساله با ازدواجی با طول مدت ۲ سال گفت: "وقتی یکی ازش تعریف می‌کنه می‌گم نه آدم خوبیه من حتما اشتباه کردم، دیگه هر کاری بخواد براش می‌کنم، حاضرم جونم براش بدم، ولی تا به مشکلی پیش میاد می‌گم نه فایده نداره هر بار دارم به نکته منفی ازش می‌فهمم، اینجاست که دیگه بهش محل نمی‌گذارم."

### عملکرد زنان در حالت واقع‌گرا

چگونگی عملکرد زنان در حالت واقع‌گرا شامل مضامین زیر بود:

۱. عملکردهای فارغ از شیفستگی و رهایی از شیفستگی: طبق گزارش ۱۱ نفر از مصاحبه‌شوندگان در این حالت مانند حالت خوش‌بین همسر مرکز توجه فرد نیست، بدین ترتیب نقش همسری نیز به عنوان یکی از نقش‌هایی که فرد در زندگی بر عهده دارد، تعریف می‌شود که از توانایی کم‌رنگ کردن سایر نقش‌ها و وظایف برخوردار نیست. همچنین از آنجا که شیفستگی و رهایی از شیفستگی در این حالت بسیار پایین است، نمی‌توانند در تعیین اولویت نقش‌ها و وظایف سهمی داشته باشند و اولویت نقش‌ها با توجه به نیازها تعیین می‌شود که می‌تواند با توجه به شرایط مختلف تغییر کند و حتی این احتمال هم وجود دارد که نقش همسری با توجه به اولویت یافتن سایر نقش‌ها به حاشیه رانده شود و عملکرد فرد در این زمینه دچار اختلال گردد. مصاحبه‌شونده شماره ۱۱، ۲۶ ساله با ازدواجی با طول مدت ۱ سال گفت: "من فقط ازدواج کردم، قرار نیست بقیه زندگی‌م را تعطیل کنم به شوهرم گفتم من کار و تحصیل را خیلی دوست دارم و حاضر نیستم بعد از ازدواجم اونا را بگذارم کنار."

۲. پررنگ شدن نقش انگیزه در کیفیت عملکردها: انگیزه در چگونگی عملکرد افراد در حالت واقع‌گرا نقش مهمی را ایفا می‌کند. بخشی از زنان مصاحبه‌شونده در این حالت خود را به یک زندگی روزمره محدود کرده بودند طوری که غیر از گذران امور روزمره، هدف و انگیزه دیگری را دنبال نمی‌کردند. طبق گزارش ۵ نفر از زنانی که در این وضعیت قرار گرفته بودند، عادی شدن امور روزانه گاهی باعث نقصان در عملکرد آنها و یا تبدیل وظایف روزانه به یک تکلیف اجباری شده بود که با زجر و نفرت همراه بود. در عوض ۷ نفر از زنانی که اهداف مختلفی را برای خود تعریف کرده بودند با جدیت زیاد به انجام وظایف خود پرداخته بودند طوری که گاهی پابندی زیاد به این اهداف باعث نقصان در عملکرد آنها در سایر جنبه‌های زندگی‌شان شده بود. مصاحبه‌شونده شماره ۱۴، ۲۹ ساله با ازدواجی با طول مدت ۴ سال گفت: "کارم را خیلی دوست دارم، کارم بهم انرژی میده، اگر کارم را نداشتم شاید مثل خیلی دیگه از خانومایی که می‌شناسم افسرده شده بودم."

## عملکرد زنان در حالت بی‌ارزش‌ساز

چگونگی عملکرد زنان در حالت بی‌ارزش‌ساز شامل مضامین

زیر بود:

۱. عملکردهای فردی دوگانه: تجزیه و تحلیل نتایج نشان داد زنان در این حالت عملکردهای دوگانه‌ای از خود نشان می‌دهند. در یک وضعیت به سبب شناخت‌ها، هیجانات و تعاملات منفی مختص حالت بی‌ارزش‌ساز، توانایی انجام صحیح وظایف و نقش‌ها از دست رفته و فرد در عملکرد خود دچار نقصان می‌شود. در وضعیت دوم بسیاری از زنان به سبب فراموشی خا‌های زندگی زناشویی و یا برای جبران کمبودها و نقایص زندگی زناشویی، خود را به عملکرد موثر در وظایف و نقش‌هایی پایبند می‌کنند که می‌تواند برای زندگی شخصی آنها مفید باشد. مصاحبه‌شونده شماره ۵، ۳۰ ساله با ازدواجی با طول مدت ۶ سال گفت: "هیچ کاری را نمی‌تونم درست انجام بدم، هیچ انگیزه‌ای برام نمونه من زندگیم دیگه نابود شده برای چی باید تلاش کنم." مصاحبه‌شونده شماره ۱۲، ۲۵ ساله با ازدواجی با طول مدت ۵ سال گفت: "برای لجبازی با شوهرم که شده دارم درس می‌خونم، دنبال کارم می‌گردم، می‌خوام بهش ثابت کنم حتی اگر اونم نخواد من بهترین زندگی را برای خودم فراهم می‌کنم."

۲. نقصان در عملکردهای همسرانه: این زیرمضمون در گزارش کلیه مصاحبه‌شوندگان قابل تشخیص بود. بدین ترتیب که برخی از مصاحبه‌شوندگان به دلیل نالایق دانستن همسر و موظف ندانستن خود به انجام وظایف همسری در قبال فردی که فاقد ارزش‌های همسری است، حاضر به انجام وظایف همسری خود نبودند و عده‌ای دیگر نه تنها حاضر به انجام وظایف همسری نبودند بلکه با عملکردهای خود در جهت انتقام از همسر، باعث آزار او می‌شدند. عده‌ای دیگر نیز به سبب نداشتن مهارت‌های زندگی زناشویی و عملکردهای منفی خود باعث آزار همسر می‌شدند. مصاحبه‌شونده شماره ۷، ۲۸ ساله با ازدواجی با طول مدت ۴ سال گفت: "دیگه حوصله ندارم به حرفاش گوش بدم، هر چی می‌گه منم جوابشو میدم، هر کاری اون بکنه منم به عکس‌العمل بدتر نشون میدم."

## بحث و نتیجه‌گیری

تحقیق حاضر با هدف واکاوی خودپنداشت و عملکرد زنان متأهل در حالت‌های چهارگانه خوش‌بین، دوسوگرا، واقع‌گرا و بی‌ارزش‌ساز انجام شد. بررسی کیفی خودپنداشت در حالت‌های

چهارگانه ادراک همسر منجر به شناسایی دو مضمون اصلی خودپنداشت مقایسه‌ای مثبت و خودپنداشت بازخوردی مثبت در حالت خوش‌بین شد، در حالت دوسوگرا دو مضمون اصلی خودپنداشت سردرگم و خودپنداشت نفرت انگیز شناسایی شد، در حالت واقع‌گرا دو مضمون اصلی کمرنگ شدن نفوذ همسر در خودپنداشت فرد و افزایش قدرت منابع فردی بر منابع زوجی در تغذیه خودپنداشت شناسایی شد و در حالت بی‌ارزش‌ساز دو مضمون اصلی خودپنداشت مقایسه‌ای منفی و خودپنداشت بازخوردی منفی شناسایی شد. نتایج این بخش از تحقیق به صورت کلی نشان داد افراد در حالت خوش‌بین از مثبت‌ترین خودپنداشت برخوردار هستند، در حالیکه در حالت بی‌ارزش‌ساز خودپنداشت منفی تقویت می‌شود. در حالت دوسوگرا خودپنداشت از ثبات و وضوح کافی برخوردار نیست و در حالت واقع‌گرا مجموع ارزیابی فرد از موفقیت‌ها و شکست‌ها در کلیه جنبه‌های زندگی، چگونگی خودپنداشت فرد را تعیین می‌کند.

نتایج تحقیق مک اینتایر، متینگلی و لواندوسکی (۲۰۱۷)، اورس و لوسیانو (۲۰۱۵) و اورس و رابینز (۲۰۱۴) نشان داده است خودپنداشت با تجربیات زندگی فرد و موفقیت‌ها و شکست‌های ادراک شده در ارتباط است. نتایج تحقیق حاضر نیز نشان داد افراد در حالت خوش‌بین در کنار تجربه حس موفقیت در زندگی زناشویی، خودپنداشتی مثبت را تجربه می‌کنند و برعکس آن در حالت بی‌ارزش‌ساز در کنار تجربه حس تلخ شکست در زندگی زناشویی، خودپنداشتی منفی را تجربه می‌کنند. به همین ترتیب در حالت واقع‌گرا نیز افراد با توجه به موفقیت‌ها و شکست‌ها در جنبه‌های مختلف زندگی و نه تنها زندگی زناشویی، خودپنداشتی مثبت یا منفی را تجربه می‌کنند. بدین ترتیب نتایج تحقیق حاضر با نتایج تحقیقات مطرح شده هماهنگ بود. در همین راستا نتایج تحقیق لیری (۲۰۱۲)، متینگلی و لواندوسکی (۲۰۱۳)، اورس و لوسیانو (۲۰۱۵) و واگنر، بکر، لودک و تراتوین (۲۰۱۵) نشان داده است که روابط نزدیک عامل مرکزی در تعیین خودپنداشت است. روابط عاشقانه باعث تغییرات مثبتی در خودپنداشت می‌شود در حالی که احساس طرد شدن، از دست دادن صمیمیت و همراهی، آشفتگی هیجانی و رویدادهای تنش‌زایی چون جدایی و طلاق باعث افزایش خودپنداشت منفی می‌شود. این نتایج، با نتایج تحقیق حاضر در زمینه تقویت خودپنداشت مثبت در حالت خوش‌بین و

در حالت واقع‌گرا، فرد نسبت به اکثر ویژگی‌های مثبت و منفی همسر مطلع است و این ویژگی‌ها را پذیرفته است. در این حالت همسر نقش چندانی در تعیین مثبت یا منفی بودن خودپنداشت مصاحبه‌شوندگان ندارد. در اصل می‌توان گفت در این گروه همسر و زندگی زناشویی منبع اصلی تأمین خودپنداشت نیست و در عوض سایر ویژگی‌ها و شرایط نظیر ویژگی‌های ظاهری، موقعیت‌های اجتماعی، اقتصادی و...، موفقیت‌ها یا شکست‌ها در نقش‌هایی نظیر نقش مادری، نقش فرزندی، نقش‌های شغلی و... و همچنین ارزیابی‌های فردی از دایره روابط اجتماعی و بازخوردهایی که از دیگرانی غیر از همسر نظیر دوستان، همکاران و سایر افراد اجتماع دریافت می‌شود، نقش بیشتری در تعیین خودپنداشت فرد دارد.

در حالت بی ارزش ساز، خودبرترپنداری نسبت به همسر، احساس پشیمانی، شکست و فریب خوردن از همسر بی ارزش سازی شده، روابط نامناسب با همسر و مجادله‌های کلامی که گاه شامل توهین، تحقیر، سرزنش و ایرادگیری از یکدیگر است باعث ایجاد خودپنداشت منفی می‌شود. همچنین ابرز تأسف‌هایی که فرد از جانب سایرین به سبب همسر و زندگی زناشویی نابسامان خود دریافت می‌کند یا برعکس طعنه، کنایه‌ها و ابراز شادمانی‌های مخفی و آشکار دشمنان در ایجاد یا تقویت خودپنداشت منفی مؤثر است. در این حالت خودپنداشت متأثر از زندگی زناشویی فرد، در بسیاری مواقع خودپنداشت فرد در سایر جنبه‌های زندگی نظیر خودپنداشت شغلی، تحصیلی، والدینی و... فرد را نیز تحت تأثیر قرار می‌دهد.

نتایج بررسی عملکرد افراد در نقش‌ها و وظایفشان در هر یک از حالت‌های چهارگانه که یکی دیگر از اهداف تحقیق حاضر بود منجر به شناسایی دو مضمون اصلی با نام‌های تعریف نقش‌ها و وظایف در سایه نقش همسری و همسرمحوری در ایفای نقش‌ها و وظایف در حالت خوش‌بین شد، در حالت دو سوگرا، دو مضمون اصلی عملکردهای آشفته فردی و عملکردهای آشفته همسرانه شناسایی شد. در حالت واقع‌گرا دو مضمون اصلی عملکردهای فارغ از شیفتگی و رهایی از شیفتگی و پررنگ شدن نقش انگیزه در کیفیت عملکردها شناسایی شد و در حالت بی ارزش ساز دو مضمون اصلی عملکردهای فردی دوگانه و نقصان در عملکردهای همسرانه شناسایی شد. بطور کلی نتایج تحقیق نشان داد در حالت خوش‌بین، دو سوگرا و بی ارزش ساز عملکرد فرد در کلیه نقش‌ها و وظایفش شدیداً تحت تأثیر نقش همسری و میزان شیفتگی و رهایی از

تقویت خودپنداشت منفی در حالت بی ارزش ساز و دو سوگرا، همخوانی دارد. همچنین نتایج تحقیق متینگلی، لواندوسکی و مک اینتایر (۲۰۱۴)، آرون، لواندوسکی، ماشک و آرون (۲۰۱۳) و لوسیانو و اورس (۲۰۱۷) نشان داده است کیفیت و ثبات یک رابطه، رضایت‌مندی فرد از ازدواجش و تعهد زناشویی درک شده با خودپنداشت مثبت در ارتباط است. این نتایج با توجه به پیامدهای هر یک از حالت‌های چهارگانه، نتایج تحقیق حاضر را تأیید می‌کند. بدین ترتیب که می‌توان خودپنداشت مثبت فرد در حالت خوش‌بین را به رضایت‌مندی، کیفیت و خرسندی زناشویی مرتبط دانست که در این حالت وجود دارد و به تبع آن خودپنداشت منفی فرد در حالت بی ارزش ساز را به عدم رضایت‌مندی، تعارضات زناشویی و بی‌ثباتی ازدواج مربوط دانست. در حالت دو سوگرا عدم ثبات ادراک شده اجازه نمی‌دهد فرد خودپنداشت باثبات مثبتی را تجربه کند و از طرف دیگر هیجانات مثبت عاشقانه نسبت به همسر، اجازه نمی‌دهد فرد خودپنداشت با ثبات منفی را تجربه کند. در حالت واقع‌گرا نیز رضایت‌مندی زناشویی نسبی و ثبات ادراک شده در زندگی مشترک می‌تواند یکی از عواملی باشد که سهمی در ایجاد خودپنداشت مثبت دارد (نیپوز و همکاران، ۲۰۱۱). به همین ترتیب در تبیین نتایج به دست آمده از این بخش تحقیق می‌توان گفت در حالت خوش‌بین، باور به قرار گرفتن در کنار همسری ایده‌آل و درون‌فکنی ویژگی‌های ایده‌آل وی، دریافت تأیید و تحسین از طرف وی، شدت بالای هیجانات مثبت دریافت شده از همسر و دیگران و تمرکز شدید بر نکات مثبت همسر، خود و زندگی مشترک باعث ایجاد یا تقویت خودپنداشت مثبت می‌شود.

در حالت دو سوگرا از یک طرف ممکن است تغییرات مداوم در نتایج ارزیابی همسر و تردید در مورد ویژگی‌های مثبت و منفی وی باعث آشفتگی شناختی، هیجانی و رفتاری فرد و نوسان در خودپنداشت فرد شود؛ بدین ترتیب که با تمرکز بر ویژگی‌های مثبت همسر، خودپنداشت مثبت تقویت شود و با تمرکز بر ویژگی‌های منفی همسر خودپنداشت منفی تقویت شود. از طرف دیگر ممکن است فرد هیچگونه تردیدی نسبت به ویژگی‌های منفی همسرش نداشته باشد ولی هیجانات عاشقانه نسبت به وی همچنان پابرجا باشد. در این حالت افکاری نظیر ناتوانی در تصمیم‌گیری مناسب، ایستادگی در برابر همسر نامناسب یا رها کردن همسری که لیاقت وی را ندارد، باعث افزایش خودپنداشت منفی می‌شود.

شیفتگی است، هر چه میزان شیفتگی بیشتر باشد عملکرد فرد در نقش همسری از کیفیت بالاتری برخوردار است و هر چه میزان رهایی از شیفتگی بیشتر باشد عملکرد فرد در نقش همسری از کیفیت پایین‌تری برخوردار است. بدین‌ترتیب فرد در حالت دوسوگرا و بی‌ارزش‌ساز از عملکرد پایینی در نقش همسری برخوردار است و افکار، رفتار و هیجانات منفی ناشی از این دو حالت سایر عملکردهای فرد را نیز به شکل منفی تحت تأثیر قرار می‌دهد. بهترین عملکرد در نقش همسری در حالت خوش‌بین اتفاق می‌افتد و افکار، رفتارها و هیجانات مثبت این حالت بصورت مثبت یا حتی منفی، عملکرد فرد در سایر نقش‌ها و وظایف را تحت تأثیر قرار می‌دهد. در حالت واقع‌گرا برعکس سه حالت نام برده عواملی غیر از همسر نظیر اهداف، آرزوها، ویژگی‌های شخصیتی و... عملکرد فرد را تحت تأثیر قرار می‌دهد.

نتایج مطالعات گاتمن (۲۰۱۳)، فاطیما و اجمل (۲۰۱۲) و چوپیک و ابرین (۲۰۱۶) نشان داده است زندگی مشترک نقش مهمی در شکل‌گیری یا تغییر رفتارها، عملکردها و سبک زندگی در طی زمان ایفا می‌کند. این مطالعات گرچه به صورت تخصصی به بررسی نقش حالت‌های چهارگانه بر عملکرد فرد نپرداخته است؛ اما نشان داده است که روابط زوجین می‌تواند تأثیر متفاوتی بر شناخت‌ها، هیجانات، رفتارهای افراد و متعاقب آن عملکرد افراد داشته باشد که نتایج به دست آمده با نتایج تحقیق حاضر هماهنگی دارد. همچنین نتایج تحقیق روبرسون، شورتر، وودز و پرست (۲۰۱۸) نشان داده است که جو عاطفی مثبت خانواده باعث می‌شود فرد توانایی مقابله با تنش‌های خارجی را نیز پیدا کند و از سلامت و توانایی جسمی بیشتری برای انجام وظایف خود برخوردار باشد، اما جو عاطفی منفی در خانواده باعث می‌شود فرد در سایر عملکردها نیز دچار اختلال شود. نتایج تحقیق ذکر شده از این جهت با تحقیق حاضر همخوانی دارد که در حالت خوش‌بین و واقع‌گرا که شاهد وجود عواطف مثبت در جو خانواده هستیم عملکرد افراد نیز از مطلوبیت بیشتری برخوردار است، اما در حالت بی‌ارزش‌ساز و دوسوگرا که میزان عواطف منفی افزایش می‌یابد، عملکرد افراد نیز به همان نسبت دچار نقصان می‌شود. به همین ترتیب نتایج تحقیق کوباکا، فینکن‌آور، روزبولت و کیجسر (۲۰۱۱) نشان داده است تمایل یا عدم تمایل افراد به حفظ روابطشان چگونگی رفتار و عملکرد آنها نسبت به یکدیگر را تحت تأثیر قرار می‌دهد. همچنین

براساس نتایج تحقیق رضازاده، بهرامی احسان، فاضل و فلاح (۱۳۹۷) مائوس شدن از ازدواج می‌تواند ذهنیت، رفتار و عملکردهای منفی را به دنبال داشته باشد که باعث گرایش فرد به سمت طلاق شود. نتایج تحقیق حاضر نیز نشان داد در حالت خوش‌بین و واقع‌گرا که بیشترین تمایل برای حفظ زندگی مشترک وجود دارد، کیفیت عملکرد افراد نیز در سطح بالاتری قرار می‌گیرد و در حالت دوسوگرا که فرد در مورد حفظ زندگی تردید دارد و در حالت بی‌ارزش‌ساز که تمایل افراد برای حفظ زندگی مشترک بسیار کم است، عملکرد افراد نیز دچار نقصان است. بدین‌ترتیب نتایج تحقیقات مطرح شده با نتایج تحقیق حاضر هماهنگی دارد. نتایج تحقیق حسن‌نیا و همکاران (۱۳۹۹) نیز بیانگر این مطلب است که ادراک ناهمخوانی با همسر و برآورده نشدن انتظارات، فرد را مصمم می‌سازد که در جهت تغییر همسر و همسو کردن وی با اهداف خود گام بردارد که این عدم پذیرش همسر همان گونه که نتایج تحقیق حاضر در دو حالت دوسوگرا و بی‌ارزش‌ساز نشان داده است باعث عملکردهای کنترل‌گرایانه و عملکردهای همسر آزارانه می‌شود.

در تبیین نتایج به دست آمده می‌توان گفت در حالت خوش‌بین نخستین اولویت فرد رسیدگی به وظایف مربوط به نقش همسری است و سایر نقش‌ها و وظایف در مرتبه‌های پایین‌تر قرار می‌گیرند مگر اینکه تحت تأثیر نقش همسری قرار گرفته باشند. به عنوان مثال در برخی افراد، علاقه به همسر و هدف و انگیزه‌ای که به سبب وجود همسر در زندگی فرد ایجاد شده است، باعث بهبود عملکرد وی در برخی از زمینه‌های تحصیلی، شغلی و... می‌شود. به همین ترتیب نتایج نشان داد فرد تمام تلاش خود را بکار می‌گیرد تا بهترین عملکرد را در نقش همسری ارائه دهد اما سایر نقش‌ها و وظایف در سایه این نقش قرار می‌گیرد؛ یعنی اگر نقش همسری اجازه بدهد به سایر نقش‌ها پرداخته می‌شود. بدین سبب ممکن است عملکرد فرد به دو صورت در سایر نقش‌ها دچار نقصان شود؛ یا تمرکز زیاد بر همسر و نقش همسری مانع از تمرکز ذهن در سایر نقش‌ها و عملکرد مطلوب می‌شود یا رسیدگی تمام و کمال به نقش همسری زمانی برای رسیدگی به سایر نقش‌ها باقی نمی‌گذارد؛ بطوری‌که عملکرد فرد در سایر نقش‌ها یا نقصان دارد یا با زحمت و تلاش فراوان از کیفیت مناسبی برخوردار است.

فرد نه تنها در نقش همسری بلکه در سایر نقش‌ها و وظایف نیز دچار نقصان خواهد شد. تحقیق حاضر دارای محدودیت‌هایی بود که از آن جمله می‌توان به عدم کنترل متغیرهای فرهنگی، اجتماعی و ویژگی‌های شخصیتی نمونه مورد مطالعه اشاره کرد. همچنین محدودیت دیگر پژوهش حاضر این بود که نمونه از زنان متأهل شهر اصفهان که در محدوده سنی ۲۰ تا ۳۰ سال قرار داشتند تشکیل شده بود پس نمی‌توان نتایج حاضر را به جمعیت‌های دیگر متفاوت با جامعه حاضر تعمیم داد در همین زمینه و در راستای تکمیل یافته‌های به دست آمده، پیشنهاد می‌شود تحقیق حاضر در جامعه مردان و زنان سایر شهرها و فرهنگ‌ها و محدوده‌های سنی متفاوت انجام و نتایج حاصل با نتایج تحقیق حاضر مقایسه شود.

### منابع

- باقری‌نیا، حسن (۱۳۹۶). رابطه خودپنداره و احساس مثبت به همسر با رضایت زناشویی زنان متأهل اداره آموزش و پرورش شهر بجنورد. *مجله اصول بهداشت روانی*، ۱۹(۳)، ۳۰۴-۲۹۶.
- رضازاده، محمدرضا؛ بهرامی احسان، هادی؛ فاضل، محدثه و فلاح، مریم (۱۳۹۷). بررسی عوامل زمینه‌ای و علل مؤثر بر طلاق: یک تحلیل اکتشافی. *مجله علوم روانشناختی*، ۱۷(۷۱)، ۷۷۴-۷۶۵.
- چپردار، نیما (۱۳۹۴). گفتاری در پدیدارشناسی روان و بدن. *فصلنامه روانشناسی تحلیلی - شناختی*، ۶(۲۲)، ۲۰-۱۳.
- حسن‌نیا، صادق؛ فرحبخش، کیومرث؛ اسمعیلی، معصومه؛ عسگری، محمد و نعیمی، ابراهیم (۱۳۹۹). استحاله در ازدواج، واکاوی پدیداری فرآیند شکل‌گیری و پیامدهای آن در روابط زوجین. *مجله علوم روانشناختی*، ۱۹(۹۳)، ۱۱۱۳-۱۰۹۷.
- حسینیان، سیمین؛ قاسم زاده، سوگند؛ انوشه، زهره و رسولی، آراس (۱۳۹۳). بررسی رابطه خودپنداره، کیفیت زندگی و سلامت روانی مربیان مهد کودک استان تهران. *فصلنامه مشاوره شغلی و سازمانی*، ۳(۲۰)، ۲۵-۹.
- جعفری فاضل، راضیه؛ دهشیری، غلامرضا و موسوی، سیده فاطمه (۱۳۹۵). نقش خود ارزشیابی‌های هسته‌ای و احساس تنهایی در پیش‌بینی رضایت زناشویی و رضایت از زندگی زنان متأهل شهر تهران. *مجله علوم روانشناختی*، ۱۵(۶۰)، ۴۹۲-۵۰۳.
- قهراری، شهربانو (۱۳۹۸). *مشاوره پیش از ازدواج*. تهران: نشر قطره.
- نجفی، نسیم؛ بلیاد، محمدرضا و کلهر، محمدعلی (۱۳۹۶). رابطه هوش هیجانی، خودپنداره، تمایز یافتگی و رضایت زناشویی در زوجین متقاضی طلاق. *اولین همایش ملی روانشناسی و مشاوره خانواده استان البرز*.
- در حالت دوسوگرا، افراد از عملکرد بالایی چه در نقش و وظایف همسری و چه در نقش‌ها و وظایف فردی برخوردار نبودند. آشفتگی‌های ذهنی، هیجانی و رفتاری و فرسودگی جسمی و روانی متعاقب آن، مانع از عملکرد مناسب فرد در نقش‌ها و وظایف فردی می‌شود. در ارتباط با همسر نیز اینکه فرد مطمئن نباشد ازدواج مناسبی داشته است یا نه و آیا همسرش لیاقت دریافت عشق، علاقه، گذشت و فداکاری وی را دارد یا نه نیز باعث آشفتگی و ضعف عملکرد فرد در نقش همسری می‌شود.
- در حالت واقع‌گرا، عملکرد فرد بر خلاف سه حالت دیگر تحت تأثیر کامل نقش همسری نیست. آنچه اولویت یا عدم اولویت نقش همسری در مقابل سایر نقش‌ها را مشخص می‌سازد، شیفتگی یا عدم شیفتگی نسبت به همسر است که در حالت واقع‌گرا کاهش فراوان شیفتگی و رهایی از شیفتگی، باعث می‌شود نقش همسری در اولویت قرار نگیرد، بلکه نقش‌ها و وظایف با توجه به شرایط فردی و خانوادگی شخص در اولویت قرار بگیرد و به همان نسبت که نقشی در اولویت قرار می‌گیرد، عملکرد فرد نیز از کیفیت بهتری برخوردار می‌شود. به عنوان مثال وقتی شرایط مالی خانواده مناسب نباشد، نقش شغلی در اولویت قرار می‌گیرد و عملکرد فرد در سایر نقش‌ها از جمله نقش همسری ممکن است دچار نقصان شود یا با تلاش زیاد در حد قابل قبولی باقی بماند اما هیچگاه از کیفیت عالی برخوردار نمی‌شود.
- در حالت بی ارزش ساز عملکرد فرد چه در نقش‌های فردی و چه در نقش همسری دچار نقصان شدید می‌شود. در گیرهای ذهنی زیاد، تمرکز حواس بر همسر و ویژگی‌های منفی‌اش، کاهش توان روانی و جسمی فرد به سبب تعاملات کلامی و رفتاری نامناسب بین زوجین و همچنین خشم، افسردگی و اضطراب همراه با حالت بی ارزش ساز و نیز حس انتقام‌جویی و تلافی دردها و رنج‌های ناشی از زندگی در کنار همسر بی‌ارزش شده باعث نقصان در عملکردهای فردی و همسری بصورت ناخودآگاه یا کاملاً آگاهانه می‌شود.
- به طور کلی نتایج تحقیق حاضر نشان داد هر یک از حالت‌های چهارگانه می‌تواند به شکلی خودپنداشت و عملکرد افراد را تحت تأثیر قرار دهد؛ در مجموع هر چه شیفتگی فرد نسبت به همسرش بیشتر باشد خودپنداشت وی مثبت‌تر و عملکرد وی در نقش همسری شایسته‌تر خواهد بود و برعکس با افزایش رهایی از شیفتگی خودپنداشت منفی، ایجاد یا تقویت خواهد شد و عملکرد



- Kubacka, K. E., Finkenauer, C., Rusbult, C. E., & Keijsers, L. (2011). Maintaining close relationships: Gratitude as a motivator and a detector of maintenance behavior. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37(10), 1362-1375.
- Larsen, J. T., & McGraw, A. P. (2011). Further evidence for mixed emotions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 100(6), 1095-1110.
- Leary, M. R. (2012). *Sociometer Theory*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Luciano, E. C., & Orth, U. (2017). Transitions in romantic relationships and development of self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 112(2), 307-328.
- Mattingly, B. A., & Lewandowski, G. W. (2013). Expanding the self brick by brick: Nonrelational self-expansion and self-concept size. *Social Psychological and Personality Science*, 5(4), 484-490.
- Mattingly, B. A., Lewandowski, G. W., & McIntyre, K. P. (2014). "You make me a better/worse person": A two-dimensional model of relationship self-change. *Personal Relationships*, 21(1), 176-190.
- McIntyre, K. P., Mattingly, B. A., & Lewandowski, G. W. (2017). *Self-Concept Clarity and Romantic Relationships*. Cham, Switzerland: Springer.
- Miller, P. J., Niehuis, S., & Huston, T. L. (2006). Positive Illusions in Marital Relationships: A 13-Year Longitudinal Study. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(12), 1579-1594.
- Murray, S. L., & Holmes, J. G. (1994). Story-telling in close relationships: The construction of confidence. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20(6), 663-676.
- Niehuis, S., & Bartell, D. (2006). The Marital Disillusionment Scale: Development and psychometric properties. *North American Journal of Psychology*, 8(1), 69-84.
- Niehuis, S., Lee, K.-H., Reifman, A., Swenson, A., & Hunsaker, S. (2011). Idealization and disillusionment in intimate relationships: A review of theory, method, and research. *Journal of Family Theory & Review*, 3(4), 273-302.
- Niehuis, S., Reifman, A., & Lee, K.-H. (2015). Disillusionment in cohabiting and married couples: A national study. *Journal of Family Issues*, 36(7), 951-973.
- Niehuis, S., Reifman, A., Feng, D., & Huston, T. L. (2015). Courtship Progression Rate and Declines in Expressed Affection Early in Marriage: A Test of the Disillusionment Model. *Journal of Family Issues*, 37(8), 1-27.
- Niehuis, S., Reifman, A., & Oldham, C. R. (2019). Effects of relationship transgressions on idealization of and disillusionment with one's romantic partner: A three-wave longitudinal study. *Personal Relationships*, 26(3), 466-489.
- Orth, U., & Luciano, E. C. (2015). Self-Esteem, narcissism, and stressful life events: Testing for نیلفروشان، پریسا؛ عابدی، محمدرضا و احمدی، سید احمد (۱۳۹۹). *آسیب‌شناسی خانواده*. اصفهان: انتشارات دانشگاه اصفهان.
- Aron, A., Lewandowski, G. W., Mashek, D., & Aron, E. N. (2013). *The Self-Expansion Model of Motivation and Cognition in Close Relationships*. New York, NY: Oxford University Press.
- Barelds, D. P. H., & Dijkstra, P. (2009). Positive illusions about a partner's physical attractiveness and relationship quality. *Personal Relationships*, 16(2), 263-283.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101.
- Chopik, W. J., & O'Brien, E. (2016). Happy you, healthy me? having a happy partner is independently associated with better health in oneself. *Health Psychology*, 36(1), 21-30.
- Eastwick, P. W., & Neff, L. A. (2012). Do ideal partner preferences predict divorce? A tale of two metrics. *Social Psychological and Personality Science*, 3(6), 667-674.
- Fatima, M., & Ajmal, M. A. (2012). Happy Marriage: A qualitative study. *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology*, 9(2), 37-49.
- Finkel, E. A., Simpson, J. W., & Eastwick, P. (2016). The psychology of close relationships: fourteen core principles. *The Annual Review of Psychology*, 68(1), 383-411.
- Fletcher, G. J., Simpson, J. A., Campbell, L., & Overall, N. C. (2015). Pair-bonding, romantic love, and evolution: The curious case of Homo sapiens. *Perspectives on Psychological Science*, 10(1), 20-36.
- Gottman, J. M. (1994). *What predicts divorce? The relationship between marital processes and marital outcomes*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Gottman, J. M. (2013). *Marital interaction: Experimental investigations*. New York, NY: Elsevier.
- Guba, E. G., & Lincoln, Y. S. (1994). *Competing paradigms in qualitative research*. *Handbook of qualitative research*. London, CA: Sage.
- Holmes, J. G., & Boon, S. D. (1990). Developments in the field of close relationships: Creating foundations for intervention strategies. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 16(1), 23-41.
- Jiang, C., & Hancock, J. T. (2013). Absence makes the communication grow fonder: Geographic separation, interpersonal media, and intimacy in dating relationships. *Journal of Communication*, 63(3), 556-577.
- Kayser, K. (1996). The marital disaffection scale: an inventory for assessing emotional estrangement in marriage. *The American Journal of Family Therapy*, 24(1), 83-88.
- Kayser, K., & Rao, S. S. (2006). Process of disaffection in relationship breakdown. In M. A. Fine & J. H. Harvey (Eds.), *Handbook of divorce and relationship dissolution*. Mahwah, NJ: Erlbaum.

- selection and socialization. *Journal of Personality and Social Psychology*, 109(4), 707-721.
- Orth, U., & Robins, R. W. (2014). The development of self-esteem. *Current Directions in Psychological Science*, 23(5), 381-387.
- Qingfu, S., Tao, L., Tao, Y., & Yanana, S. (2017). The research on the relationship between the self-concept and the personality traits. *Journal of Sport Psychology*, 26(3), 141-146.
- Roberson, P. N. E., Shorter, R. L., Woods, S., & Priest, J. (2018). How health behaviors link romantic relationship dysfunction and physical health across 20 years for middle-aged and older adults. *Social Science & Medicine*, 201(2018), 18-26.
- Rusbult, C. E., Van Lange, P. A. M., Wildschut, T., Yovetich, N. A., & Verette, J. (2000). Perceived superiority in close relationships: Why it exists and persists. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(4), 521-545.
- Sheikh, F. (2013). The comparison of self-differentiation and self-concept in divorced and non-divorced women who experience domestic violence. *International Journal of High Risk Behaviours and Addiction*, 2(2), 66-71.
- Wagner, J., Becker, M., Lüdtke, O., & Trautwein, U. (2015). The first partnership experience and personality development: A propensity score matching study in young adulthood. *Social Psychological and Personality Science*, 6(4), 455-463.
- Wurst, S. N., Humberg, S., & Back, M. D. (2017). Rose-colored glasses in initial romantic encounters? Examining positive partner illusions and their interpersonal consequences in the very early stages of romantic acquaintance. Unpublished manuscript, University of Münster, Germany.