

پویایی های تعامل با همسر در حالت های خوش بین، دوسوگرا، واقع گرا و بی ارزش ساز در زنان متأهل: یک مطالعه کیفی

سیمین قاسمی^۱

مریم فاتحی زاده*^۲

سید احمد احمدی^۳

عذرا اعتمادی^۴

اعظم نقوی^۵

تاریخ پذیرش: ۹۷/۱۰/۱

تاریخ دریافت: ۹۷/۸/۱۷

چکیده

ادراک افراد نسبت به همسرشان با توجه به میزان شیفتگی و رهایی از شیفتگی تغییر کرده و متناسب با چگونگی این تغییرات چهار حالت خوش بین، دوسوگرا، واقع گرا و بی ارزش ساز حاصل می شود. تحقیق حاضر باهدف مطالعه کیفی پویایی های تعامل با همسر در حالت های چهارگانه از دید زنان متأهل و با روش پدیدارشناسی انجام شد. ۶۵ نفر با روش نمونه گیری هدفمند از بین کسانی که بیشترین نمره را در هر یک از حالت های چهارگانه در پرسشنامه محقق ساخته شیفتگی و رهایی از شیفتگی کسب کرده بودند، انتخاب و در قالب چهار گروه در تحقیق حاضر مشارکت داشتند. برای جمع آوری داده ها از مصاحبه نیمه ساختاریافته و برای تحلیل یافته ها از روش تحلیل تماتیک استفاده شد. یافته ها به طور کلی شامل ۴۱ مضمون فرعی در گروه های چهارگانه بود که با توجه به شباهت ها و تفاوت ها و مقایسه محتوای مضامین چهار گروه مورد مطالعه، در ۳ مضمون اصلی پویایی های شناختی، هیجانی و رفتاری، طبقه بندی شدند. نتایج تحقیق نشان داد شناسایی هر یک از حالت های چهارگانه و تشخیص آسیب های هر حالت، با توجه به شناخت، هیجان و رفتار زوجین و ارائه راهکارهای پیشگیرانه و درمانی متناسب با هر آسیب می تواند کمک بزرگی باشد در جهت پایداری روابط زوجین، افزایش رضایتمندی زناشویی و ارتقاء سلامت جامعه.

کلیدواژه ها: پویایی، خوش بین، دوسوگرا، واقع گرا، بی ارزش ساز.

۱. دانشجوی دکتری مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان ghasemi.sw@gmail.com

۲. *دانشیار مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان (نویسنده مسئول).

m.fatehizade@edu.ui.ac.ir

۳. استاد مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان. sahmadi@edu.ui.ac.ir

۴. دانشیار مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان. o.etemadi@edu.ui.ac.ir

۵. استادیار مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان. az.naghavi@edu.ui.ac.ir

مقدمه

از تعامل دو مفهوم شیفتگی^۱ و رهایی از شیفتگی^۲، چهار حالت ادراکی با عناوین خوش بین^۳، دوسوگرا^۴، واقع گرا^۵ و بی ارزش ساز^۶ ایجاد می شود که روابط زوجین را تحت تأثیر قرار می دهد (نیهیوز، لی، ریغمن، سونسون و هانساگر^۷، ۲۰۱۱). شیفتگی عبارت است از بزرگ کردن ویژگی های مثبت و کوچک شمردن ویژگی های منفی طرف مقابل که نتیجه آن افزایش ادراک های مثبت، کاهش ادراک های منفی و ارزیابی طرف مقابل در حدی بسیار بالاتر از آن چیزی است که در واقعیت وجود دارد (نیهیوز و بارتل^۸، ۲۰۰۶). شیفتگی، این باور را که طرف مقابل بهترین انتخاب ممکن است، تقویت می کند (کمپل، لاکنبار و مويس^۹، ۲۰۰۶) و از بروز سردرگمی شناختی درباره اینکه آیا فردی که انتخاب کرده ام همسر مناسبی هست یا نه جلوگیری می کند (کوپر^{۱۰}، ۲۰۰۷). رهایی از شیفتگی، نقطه مقابل شیفتگی است که عبارت است از کاهش ادراک های مثبت و افزایش ادراک های منفی نسبت به طرف مقابل و رابطه (نیهیوز و بارتل، ۲۰۰۶). طبق مدل دوبعدی نیهیوز و همکاران (۲۰۱۱) در هر مرحله از رابطه زوجین میزانی از شیفتگی و رهایی از شیفتگی وجود دارد که با توجه به بالا یا پایین بودن میزان این دو مفهوم در کنار یکدیگر چهار حالت ادراکی خوش بین، دوسوگرا، واقع گرا و بی ارزش ساز ایجاد می شود.

۱. illusion

۲. disillusion

۳. optimism

۴. confusion

۵. realism

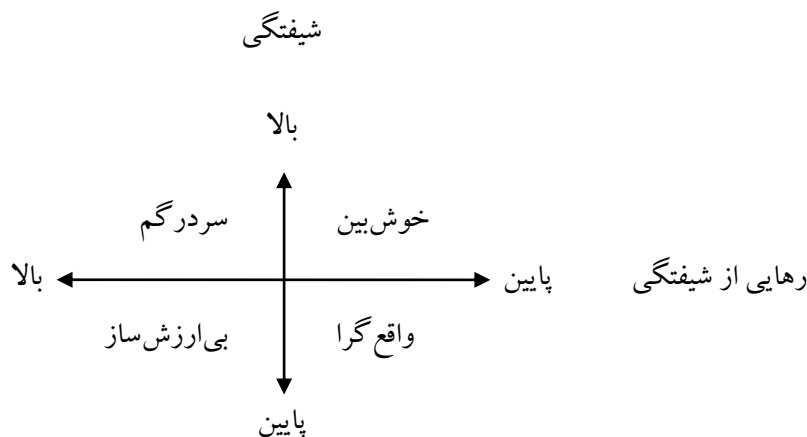
۶. devastation

۷. Niehuis, S., Lee, K.-H., Reifman, A., Swenson, A., & Hunsaker, S

۸. Bartell, D

۹. Campbell, L., Lackenbauer, S. D., & Muise, A

۱۰. Cooper, J



شکل ۱. مدل حالت‌های تعاملی شیفتگی و رهایی از شیفتگی

(اقتباس از نیهیوز و همکاران، ۲۰۱۱)

افرادی که در جایگاه خوش‌بین قرار می‌گیرند شیفتگی بالا و رهایی از شیفتگی پایینی را تجربه می‌کنند. افراد در این حالت هرچند که ممکن است نسبت به برخی از رفتارهای خاص همسرشان ادراک‌های نسبتاً منفی داشته باشند اما تصور کلی آن‌ها از همسرشان مثبت است، چون احتمالاً حتی باوجود برخی از رفتارهای منفی به‌طور کلی رفتارهای همسر، بسیاری از انتظارات فرد را برآورده می‌کند و فرد آینده خوبی را برای رابطه‌اش پیش‌بینی می‌کند (نف و کارنی، ۲۰۰۴). در جایگاه دوسوگرا، هم میزان شیفتگی و هم میزان رهایی از شیفتگی، زیاد است. این حالت می‌تواند ویژگی مراحل ابتدایی یک رابطه متعهدانه باشد؛ هنگامی که باوجود دیدن رفتارهای منفی همسر هنوز احساسات رمانتیک و اشتیاق فرد نسبت به وی بسیار قوی است (نیهیوز و همکاران، ۲۰۱۱). افرادی که در این جایگاه قرار می‌گیرند در کنار همسر، غم و شادی را باهم تجربه می‌کنند (لارسن و مک‌گرا، ۲۰۱۱؛ میکولینسر، شاور، بار-آن و این-دور، ۲۰۱۰). در جایگاه واقع‌گرا، هم شیفتگی و هم رهایی از شیفتگی کمی تجربه می‌شود. افراد در این حالت تصورات درستی

۱. Neff, L. A., & Karney, B. R

۲. Larsen, J. T., & McGraw, A. P

۳. Mikulincer, M., Shaver, P. R., Bar-On, N., & Ein-Dor, T

از ویژگی‌های همسرشان دارند. این افراد انتظارات زیادی از همسرشان ندارند و همان انتظارات اندکشان نیز از جانب همسر برآورده می‌شود (نیهیوز و همکاران، ۲۰۱۱). در حالت بی‌ارزش‌ساز شیفتگی بسیار کم و رهایی از شیفتگی زیاد است. همسر نمی‌تواند انتظارات فرد را برآورده کند و درک فرد از ویژگی‌های خاص همسر هرروز منفی‌تر می‌شود (نیهیوز و همکاران، ۲۰۱۱). حالت‌های موجود در مدل دوبعدی ادراکی روابط، موقتی هستند و با افزایش یا کاهش شیفتگی یا رهایی از شیفتگی هر حالت به حالت دیگر تغییر موقعیت می‌دهد. گذر از مراحل مختلف رابطه، کاهش انگیزه برای حفظ شیفتگی، انتظارات غیرواقع‌بینانه، تغییر در انتظارات و تغییر در رفتارهای همسر می‌تواند باعث تبدیل شیفتگی به رهایی از شیفتگی شود (نف و کارنی، ۲۰۰۵)، همچنین عواملی نظیر بی‌توجهی به همسر، کنترل‌گری و بی‌مسئولیتی، عوامل زمینه‌ای و بافتی نظیر بیکاری، گذر به مرحله والدینی، استرس‌های محیط کار و سایر فشارهای محیطی نیز می‌توانند در این فرایند دخیل باشند (نف و کارنی، ۲۰۰۴).

افزایش یا کاهش شیفتگی و رهایی از شیفتگی و به تبع آن تغییر حالت‌های چهارگانه می‌تواند به شکل‌های مختلف رابطه زوجین را متأثر سازد. تحقیقات پیشین نشان داده است که شیفتگی، در برابر هجوم ناامیدی‌ها، شکست‌ها و اختلاف‌ها، از رابطه حفاظت می‌کند (موری و هلمز^۱، ۱۹۹۷)، رفتارهای خودخواهانه، شک و تردیدها را سرکوب می‌کند (موری و هلمز^۲، ۱۹۹۴)، امکان بروز تعارضات را کاهش می‌دهد (گاتمن^۲، ۱۹۹۴؛ هوستون و چوروست^۳، ۱۹۹۴). کیفیت روابط صمیمانه را بهبود می‌بخشد (بارلدز و دیجکسترا^۴، ۲۰۰۹) و باعث افزایش عشق، علاقه و امیدواری (هلمز و بون^۵، ۱۹۹۰) تعهد به همسر

۱. Murray, S. L., & Holmes, J. G

۲. Gottman, J. M

۳. Chorost, A. E

۴. Barelds, D. P. H., & Dijkstra, P

۵. Boon, S. D

(روسبلت، ون لانگ، ویسجات، یوتیک و ورت^۱، ۲۰۰۰)، ثبات ازدواج (میلر^۲، نیپیوز و هوستون، ۲۰۰۶) و رضایتمندی (میلر، کاگلین^۳ و هوستون، ۲۰۰۳؛ بارلدز و دیجکسترا، ۲۰۰۹) می‌شود. در نقطه مقابل رهایی از شیفتگی دارای همبستگی منفی با رضایتمندی زناشویی است (نیپیوز و بارتل، ۲۰۰۶) و می‌تواند محرکی باشد برای شروع فرایند سرخوردگی زناشویی (کایزر و راو^۴، ۲۰۰۶) و طلاق را پیش‌بینی کند (هوستون و همکاران، ۲۰۰۱). بررسی تحقیقات پیشین نشان داد شیفتگی و رهایی از شیفتگی یکی از مهم‌ترین عناصر شروع، ادامه و انحلال یک رابطه صمیمانه هستند و می‌توانند نقش بسزایی در حفظ بنیان خانواده یا فروپاشی آن داشته باشد. با این وجود تحقیقات اندکی آن‌هم در خارج از کشور به بررسی عمیق این دو مفهوم پرداخته‌اند و تمام تحقیقات انجام‌شده نیز به مطالعه شیفتگی و رهایی از شیفتگی پرداخته‌اند، درحالی‌که طبق مدل دوبعدی ادراک روابط صمیمانه، شیفتگی و رهایی از شیفتگی باید در کنار یکدیگر و در قالب حالت‌های چهارگانه بررسی شوند. در نتیجه هنوز می‌توان شاهد کاستی‌هایی در زمینه پاسخگویی به سؤالاتی نظیر چستی حالت‌های چهارگانه، چگونگی ایجاد، چگونگی اثرگذاری آن‌ها بر روابط زوجین، چگونگی تغییر حالت‌ها و عوامل مؤثر بر تغییرات، بود. در همین راستا، هدف تحقیق حاضر بررسی عمیق و کیفی پویایی‌های تعامل با همسر در حالت‌های چهارگانه ادراکی در زنان متأهل و پاسخگویی به این سؤال پژوهشی بود که پویایی‌های تعامل با همسر در حالت‌های خوش‌بین، دوسوگرا، واقع‌گرا و بی‌ارزش‌ساز در زنان متأهل شهر اصفهان کدام‌اند؟

روش

۱. Rusbult, C. E., Van Lange, P. A. M., Wildschut, T., Yovetich, N. A., & Verette, J
۲. Miller, P. J. E
۳. Caughlin, J. P
۴. Kayser, K., & Rao, S. S

با توجه به هدف تحقیق حاضر برای بررسی عمیق پویایی‌های تعامل با همسر در حالت‌های خوش‌بین، دوسوگرا، واقع‌گرا و بی‌ارزش‌ساز از روش تحقیق کیفی و از بین روش‌های مختلف پژوهش کیفی، از روش پدیدارشناسی برای بررسی پدیده موردنظر و توصیف آن استفاده شد. جامعه آماری تحقیق حاضر شامل کلیه زنان متأهل ساکن شهر اصفهان در سال ۱۳۹۶ بود که در محدوده سنی ۲۰ تا ۳۷ سال قرار گرفته بودند، حداکثر ۶ سال از ازدواج آن‌ها گذشته بود و حداقل مدرک تحصیلی آن‌ها دیپلم بود. نخست برای شناسایی افرادی که در هر یک حالت‌های چهارگانه به سر می‌بردند، ۴ مرکز فرهنگی، تفریحی در شرق، غرب، شمال و جنوب شهر اصفهان به صورت تصادفی انتخاب شد و پرسشنامه محقق‌ساخته شیفتگی و رهایی از شیفتگی بر روی ۲۳۵ زن که حاضر بودند در ادامه فرایند پژوهش با محقق همکاری کنند، اجرا شد. پس از اجرای پرسشنامه برای دستیابی به کسانی که دارای تجربه عمیق در هر یک از حالت‌های چهارگانه باشند از نمونه‌گیری هدفمند استفاده شد. برای این منظور نمرات شرکت‌کنندگان در دو خرده‌مقیاس شیفتگی و رهایی از شیفتگی محاسبه و طبق تعریف نظری حالت‌های چهارگانه که در بخش مقدمه ارائه شد؛ کسانی که بیشترین نمره را در مقیاس شیفتگی (از ۱۲۰ بیشتر) و کمترین نمره (از ۶۰ کمتر) را در مقیاس رهایی از شیفتگی کسب کرده بودند در گروه خوش‌بین، کسانی که هم در مقیاس شیفتگی و هم در مقیاس رهایی از شیفتگی بالاترین نمرات (از ۱۲۰ بالاتر) را کسب کرده بودند در گروه دوسوگرا، کسانی که در هر دو مقیاس شیفتگی و رهایی از شیفتگی کمترین نمرات (از ۶۰ کمتر) را کسب کرده بودند در گروه واقع‌گرا و کسانی که در مقیاس رهایی از شیفتگی نمرات بالا (بالاتر از ۱۲۰) و در مقیاس شیفتگی نمرات بسیار پایین (کمتر از ۶۰) کسب کرده بودند در گروه بی‌ارزش‌ساز، جایگزین شدند. نمونه‌گیری در هر گروه از بین افرادی انجام شد که سابقه استفاده از مواد مخدر، الکل و داروهای روان‌شناختی را تا قبل از ازدواج نداشتند و حاضر به همکاری با محقق بودند و تا اشیاع داده‌ها یعنی تا زمانی که با ادامه جمع‌آوری داده‌ها، اطلاعات تازه‌ای به دست نیاید ادامه یافت. در هر گروه پس از اشیاع داده‌ها به سبب اطمینان از اینکه با ادامه مصاحبه یافته‌های جدیدی به دست نخواهد آمد با یک نفر دیگر هم مصاحبه انجام

شود. بدین ترتیب در گروه خوش‌بین با ۱۶ نفر، در گروه دوسوگرا با ۱۵ نفر و در گروه واقع‌گرا و بی‌ارزش‌ساز با ۱۷ نفر مصاحبه انجام شد. ابزار پژوهش در بخش اول تحقیق، پرسشنامه محقق‌ساخته شیفتگی و رهایی از شیفتگی بود که به‌منظور مکان‌یابی فرد در حالت‌های چهارگانه و بر طبق منابع نظری و پژوهشی و زیر نظر ۴ نفر از اساتید مشاوره خانواده دانشگاه اصفهان تدوین شد. این پرسشنامه دارای ۶۰ سؤال و دو خرده‌مقیاس شیفتگی و رهایی از شیفتگی بود که هر کدام شامل ۳۰ سؤال بودند و طبق طیف لیکرت ۵ نمره‌ای از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۵ (کاملاً موافقم) نمره‌گذاری می‌شد. بیشترین نمره در هر خرده‌مقیاس ۱۵۰ و کمترین نمره ۳۰ است. برای اینکه فرد در حالت خوش‌بین قرار بگیرد باید نمره شیفتگی از ۱۲۰ بیشتر و نمره رهایی از شیفتگی از ۶۰ کمتر باشد. در حالت دوسوگرا باید نمره هر دو خرده‌مقیاس، بیشتر از ۱۲۰ باشد. در حالت واقع‌گرا باید نمره هر دو خرده‌مقیاس کمتر از ۶۰ باشد و در حالت بی‌ارزش‌ساز باید نمره شیفتگی کمتر از ۶۰ و نمره رهایی از شیفتگی بیشتر از ۱۲۰ باشد. ضریب آلفای کرونباخ خرده‌مقیاس شیفتگی معادل ۰/۹۴ و خرده‌مقیاس رهایی از شیفتگی معادل ۰/۹۲ محاسبه شد و ضریب بازآزمایی پرسشنامه معادل ۰/۹۳ محاسبه شد که در سطح $P < 0/01$ معنادار بود. ضریب همبستگی حاصل از بررسی روایی هم‌زمان مقیاس سرخوردگی زناشویی^۱ (کایزر، ۱۹۹۶)، با خرده‌مقیاس شیفتگی معادل ۰/۹۰- و با خرده‌مقیاس رهایی از شیفتگی معادل ۰/۸۸ (معنادار در سطح $P < 0/01$) محاسبه شد.

در بخش دوم پژوهش از مصاحبه نیمه ساختاریافته استفاده شد که دارای ۱۸ سؤال مشخص بود که از همه مصاحبه‌شوندگان پرسیده می‌شد و در کنار سؤالات اساسی هر کجا ابهامی ایجاد می‌شد با مطرح کردن سؤالات بیشتر به بررسی عمیق‌تر موضوع پرداخته می‌شد. فرایند مصاحبه با توجه به اهمیت دقایق اولیه مصاحبه و لزوم تأمین امنیت روانی مصاحبه‌شوندگان، با معرفی محقق، بیان اهداف تحقیق و رعایت ملزومات اخلاقی نظیر اطمینان دادن به مصاحبه‌شوندگان در مورد محرمانه و محفوظ ماندن اطلاعات و استفاده از

۱. Marital Disillusionment Scale

کدهای عددی به جای نام مصاحبه‌شوندگان، آگاه ساختن مصاحبه‌شوندگان از داشتن حق خروج از تحقیق در هر مرحله‌ای که لازم بدانند، دریافت رضایت‌نامه کتبی و شفاهی برای شرکت در تحقیق و کسب اجازه ضبط صحبت‌های مصاحبه‌شوندگان آغاز شد. سؤالات ابتدایی مصاحبه شامل سؤالات کلی نظیر ویژگی‌های دموگرافیک مصاحبه‌شوندگان مانند سن، تحصیلات و شغل بود که زمینه را برای پرسش سؤالات اصلی فراهم می‌کرد. راهنمای مصاحبه با سؤالاتی نظیر "همسر خود را چگونه ارزیابی می‌کنید؟"، "رابطه خود با همسران را چگونه ارزیابی و توصیف می‌کنید؟" و "آینده زندگی زناشویی خود را چگونه می‌بینید و چه چیز باعث می‌شود به این نتیجه‌گیری برسید؟" به بررسی ابعاد مختلف پویایی‌های رابطه فرد با همسرش می‌پرداخت. با توجه به امکان استفاده از سؤالات پیش‌برنده^۱ محقق سعی می‌کرد با سؤالاتی نظیر می‌توانید در این مورد مثالی بزنید؟ منظورتان از ...چه بود؟ یا این یعنی چه؟ به کسب اطلاعات مناسب‌تر، شفاف‌سازی جواب‌های قبلی و تعمیق یافته‌ها بپردازد. نظر به لزوم پیشگیری از اتلاف وقت مصاحبه‌شوندگان و عدم انحراف از موضوع اصلی تحقیق تا حد امکان سعی شد سؤالات روشن و روان باشد و از به حاشیه رفتن بحث جلوگیری شود. زمان و مکان مصاحبه نیز به دلخواه مصاحبه‌شوندگان تعیین می‌شد. مدت‌زمان هر مصاحبه با توجه به موضوعات مطرح‌شده و میزان همکاری مصاحبه‌شوندگان بین ۷۰ تا ۹۰ دقیقه متغیر بود.

جهت اطمینان از روایی و پایایی داده‌های کیفی از چهار شاخص اعتبار گوبا و لینکلن^۲ (۱۹۹۴) یعنی اعتبارپذیری^۳، تاییدپذیری^۴، اطمینان‌پذیری^۵ و انتقال‌پذیری^۶ استفاده شد. بدین ترتیب که جهت افزایش اعتبارپذیری یافته‌ها، درگیری بلندمدت محقق با موضوع

۱. prompts

۲. Guba, E. G., & Lincoln, Y. S

۳. credibility

۴. conformability

۵. dependability

۶. transferability

پژوهش و مصاحبه‌شوندگان رعایت شد به طوری که جمع‌آوری و تحلیل داده‌ها ۱۲ ماه به طول انجامید. همچنین جهت اطمینان از هماهنگی کدگذاری‌های انجام‌شده با آنچه مدنظر مصاحبه‌شوندگان بود، متن کدگذاری شده در اختیار مصاحبه‌شوندگان قرار گرفت و در صورت لزوم اصلاحات لازم انجام شد. جهت افزایش تاییدپذیری، متن مصاحبه‌ها در اختیار همکاران محقق و دو نفر آشنا به روش تحقیق کیفی قرار گرفت و کدگذاری‌ها مقایسه و تغییرات مناسب اعمال شد. به منظور افزایش اطمینان‌پذیری، تمامی فرایند تحقیق نظیر چگونگی جمع‌آوری داده‌ها، طبقه‌بندی‌ها و تصمیم‌گیری‌ها، یادداشت‌برداری و همراه با تمامی مدارک نظیر صوت و متن مصاحبه به طور کامل ثبت و ضبط شدند. به منظور افزایش انتقال‌پذیری سعی شد حداکثر تنوع ویژگی‌های جمعیت‌شناسی (سن، تحصیلات، مدت زندگی مشترک، تعداد فرزندان) مراعات شود.

داده‌ها با روش تحلیل تماتیک و براساس مدل ۶ مرحله‌ای براون و کلارک^۱ (۲۰۰۶) شامل ۱. آشنایی با داده‌ها ۲. کدگذاری ۳. جستجوی مضامین ۴. مرور مضامین ۵. تعریف و نام‌گذاری مضامین و ۶. نوشتن گزارش، تحلیل شد. در مرحله اول مصاحبه‌های ضبط‌شده، لغت به لغت مکتوب، تایپ و چندین بار مرور شد و ایده‌های اولیه جهت استفاده در مراحل بعدی تحلیل یادداشت‌برداری شد. در مرحله دوم با توجه به لزوم کدگذاری واضح و مربوط به حوزه تحقیق، متن به قسمت‌های کوچک‌تر و معناداری نظیر بند، عبارت و کلمه که نشان‌دهنده مطلب مهمی در ارتباط با سؤال پژوهش بود تقسیم‌بندی و کدگذاری شد. در مرحله سوم، کدگذاری‌های انجام‌شده تجزیه و تحلیل شد و پس از ترکیب و تلفیق کدهای مرتبط با یکدیگر مضامین فرعی شکل گرفتند. در مرحله چهارم سعی شد همگونی درونی و فقدان همگونی بیرونی رعایت شود؛ بدین صورت که همخوانی داده‌های تشکیل‌دهنده هر مضمون از لحاظ معنا و مفهوم و همچنین تمایز واضح مضامین مختلف کنترل شد و در انتها مضامین به دست آمده در گروه‌های مشابه و منسجم دسته‌بندی و مضامین اصلی و شبکه مضامین تشکیل شد. در مرحله پنجم با توجه به معنا و مفهوم هر

۱. Braun, V., & Clarke, V

مضمون نامی مختصر و مناسب برای هر مضمون انتخاب و تعریف شد. در مرحله ششم با ارائه خلاصه‌ای از شبکه مضامین به همراه مثال‌های مناسب و تحلیل و تبیین مضامین و مقایسه نتایج تحقیق با پیشینه نظری و پژوهشی تحقیق، گزارش نهایی تحقیق تدوین شد.

یافته‌ها

تحقیق حاضر باهدف بررسی پویایی‌های تعامل با همسر در حالت‌های خوش‌بین، دوسوگرا، واقع‌گرا و بی‌ارزش‌ساز انجام شد. در این تحقیق جمعاً با ۶۵ نفر مصاحبه شد که مشخصات دموگرافیک نمونه‌ها، در جدول شماره ۱ ارائه شده است.

جدول ۱. مشخصات دموگرافیک نمونه

مشخصات	وضعیت	تعداد در گروه خوش‌بین	تعداد در گروه دوسوگرا	تعداد در گروه واقع‌گرا	تعداد در گروه بی‌ارزش‌ساز
سن	۲۰ تا ۲۵	۷	۶	۵	۴
	۲۶ تا ۳۱	۵	۶	۶	۶
	۳۲ تا ۳۷	۴	۳	۶	۷
مدت ازدواج	۱ تا ۳ سال	۱۲	۹	۷	۶
	۴ تا ۶ سال	۴	۶	۱۰	۱۱
تحصیلات	دیپلم	۵	۴	۵	۴
	فوق دیپلم	۳	-	۲	۱
	کارشناسی	۵	۸	۷	۶
	کارشناسی ارشد	۲	۳	۳	۴
	دکتری	۱	-	-	۲
وضعیت شغلی	شاغل	۶	۷	۸	۹
	بیکار	۱۰	۸	۹	۸
تعداد فرزندان	-	۱۰	۸	۳	۴
	۱	۵	۷	۶	۵
	۲	۱	-	۴	۶
	۳	-	-	۴	۲

با بررسی مصاحبه‌ها ۲۳۷ کد شناسایی شد که در ادامه، طبقه‌بندی کدهای اولیه براساس شباهت‌ها و تفاوت‌ها منجر به شناسایی ۱۱ مضمون فرعی در حالت خوش‌بین، ۹ مضمون فرعی در حالت دوسوگرا، ۱۰ مضمون فرعی در حالت واقع‌گرا و ۱۱ مضمون فرعی در حالت بی‌ارزش‌ساز شد. بررسی چگونگی ارتباط مضامین فرعی با یکدیگر و

جستجوی یک الگوی مناسب جهت درک و مقایسه پویایی‌های حالت‌های مختلف منجر به شناسایی ۳ مضمون اصلی در حالت‌های مختلف شد که عبارت بودند از پویایی‌های شناختی، هیجانی و رفتاری. مضامین اصلی و فرعی هر حالت در جدول شماره ۲ ارائه شده است.

جدول ۲. پویایی‌های تعامل با همسر در حالت‌های چهارگانه

حالت‌های چهارگانه	مضامین اصلی	مضامین فرعی
		ایده‌آل‌سازی همسر
خوش‌بین	پویایی‌های شناختی	خوش‌بینی نسبت به آینده زندگی مشترک همانندسازی خود آگاه یا ناخود آگاه با همسر
		تجربه هیجان‌ات مثبت شدید نسبت به همسر
	پویایی‌های هیجانی	تجربه هیجان‌ات منفی نسبت به از دست دادن واقعی یا خیالی همسر
		تجربه هیجان‌ات مثبت نسبت به ازدواج
		ایجاد پيله رؤیایی
		سلطه‌پذیری انتخابی
	پویایی‌های رفتاری	تلاش‌های مراقبتی تلاش‌های حمایتی تلاش‌های حفاظتی
		آشفته‌گی شناختی درباره همسر
	پویایی‌های شناختی	حیرانی بین عقل و احساس تردید در مورد آینده زندگی مشترک
		آشفته‌گی هیجانی نسبت به همسر
دوسوگرا	پویایی‌های هیجانی	کاهش احساس امنیت و آرامش اختلال در تغذیه عاطفی همسر
		تلاش‌های کنترلی
	پویایی‌های رفتاری	دوسوگرایی اولویتی بین خود و همسر تلاش برای رهایی از سردرگمی
		درک واقع‌گرایانه همسر و زندگی مشترک
واقع‌گرا	پویایی‌های شناختی	تعدیل انتظارات و توقعات رسمیت دادن به سایر نقش‌ها در کنار نقش همسری

پویایی‌های هیجانی	تجربه هیجانات آرام و تعدیل شده نسبت به همسر دوری عاطفی و فقدان هیجانات عاشقانه
پویایی‌های رفتاری	تلاش‌های سازگارانه تمرکز تعاملات بر محوریت زندگی مشترک ایجاد اختلاف بر سر صرف نامتعادل توان و انرژی در خارج از خرده‌نظام زوجی خلل در روابط جنسی به سبب عوامل فردی، بین فردی و بافتی جستجوی کمک‌های راه‌حل مدارانه
پویایی‌های شناختی	بی‌ارزش‌سازی همسر بدبینی نسبت به آینده زندگی مشترک شکسته شدن هویت زوجی
پویایی‌های هیجانی	تجربه روزافزون هیجانات منفی نسبت به همسر بیگانگی عاطفی کمرنگ شدن تعهد عاطفی
پویایی‌های رفتاری	بی‌ارزش‌ساز وفور تعاملات رفتاری ناخوشایند بیگانگی جسمی و جنسی فعالیت‌های تسکین‌دهنده فعالیت‌های رهایی‌بخش کمرنگ شدن تعهد جنسی

پویایی‌های تعامل با همسر در حالت خوش‌بین

همان‌طور که در جدول شماره ۲ مشخص شده است پویایی‌های شناختی تعامل با همسر شامل ۳ مضمون فرعی است که عبارت‌اند از:

۱. ایده‌آل‌سازی همسر: مصاحبه‌شوندگان به شکل‌های مختلف به ایده‌آل‌سازی همسر خود می‌پرداختند. بزرگ کردن ویژگی‌های مثبت و نادیده گرفتن ویژگی‌های منفی یا توجیه آوردن برای آن‌ها، تصور انطباق همسر با معیارهای خود یا تغییر معیارها جهت هماهنگی با ویژگی‌های همسر، ناجی‌پنداری همسر و حتی از جانب خداوند دانستن همسر همه از مواردی بود که توسط اکثریت مصاحبه‌شوندگان در حالت خوش‌بین مطرح می‌شد.

مصاحبه‌شونده شماره ۲ گفت: "هیچ کس مثل من شوهرم را نمی‌شناسه. اون بهترین کسی بود که می‌تونستم پیدا کنم، تمام ویژگی‌هایی که یه شوهر خوب باید داشته باشه را داره."

۲. خوش‌بینی نسبت به آینده زندگی مشترک: باور به خوشبخت شدن در کنار همسر، کم‌اهمیت جلوه دادن مسائل و مشکلات فعلی و آینده، بیش برآورد توانایی رفع مشکلات احتمالی به پشتوانه عشق بین زوجین و باور به تغییر خصوصیات منفی همسر با گذر زمان، از مواردی بودند که نشان‌دهنده خوش‌بینی فرد نسبت به همسر و ازدواج بود. مصاحبه‌شونده شماره ۱۲ گفت: "ما کنار هم خوشبخت می‌شیم، هر مشکلی هم که پیش بیاد می‌تونیم از پشش بریایم چون همو دوست داریم و همین بسه."

۳. همانندسازی خودآگاه یا ناخودآگاه با همسر: تطبیق خود با معیارهای موردنظر همسر، تغییر خواسته‌ها، انتظارات و توقعات، فراموش کردن معیارهای پیشین و حتی زیرپا گذاشتن بسیاری از ارزش‌ها برای جلب نظر همسر یا تأکید بر شباهت خود با همسر ایده‌آل سازی شده، از مواردی بودند که در این مضمون طبقه‌بندی شدند. مصاحبه‌شونده شماره ۸ گفت: "شوهرم خیلی به موسیقی علاقه داره، من قبلاً حواسم نبود ولی الان می‌بینم خیلی موسیقی دوست دارم حتی می‌خوام برم مثل شوهرم یه سازو یاد بگیرم."

پویایی‌های عاطفی تعامل با همسر در حالت خوش‌بین شامل ۴ مضمون فرعی بود که عبارت بودند از:

۱. تجربه هیجان‌ات مثبت شدید نسبت به همسر: تجربه عشق، محبت شدید، شور و شغف، احساس غرور و کشش جنسی زیاد از جمله هیجان‌ات مثبتی بودند که در سایه ایده‌آل‌سازی همسر، توسط مصاحبه‌شوندگان تجربه می‌شد. مصاحبه‌شونده شماره ۴ گفت: "خیلی شوهرمو دوست دارم خیلی هم به خودم می‌بالم که منو انتخاب کرد، آخه تو فامیل، همه آرزوشون بود که زن شوهرم بشن."

۲. تجربه هیجان‌ات منفی نسبت به از دست دادن واقعی یا خیالی همسر: اضطراب، ترس و نگرانی در قبال از دست دادن همسر به دلایلی نظیر از جلوه افتادن فرد در نظر همسر، نزدیک شدن زنان دیگر به همسر، کارشکنی‌های اقوام و نزدیکان و مشغولیت زیاد همسر به

کار، دوستان و تفریحات خارج از خانه، از جمله هیجان‌ات منفی بود که بسیاری از مصاحبه‌شوندگان به آن‌ها اشاره می‌کردند. مصاحبه‌شونده شماره ۹ گفت: "شبایی که شوهرم دیرتر می‌آید، اضطراب می‌گیرم، فکر می‌کنم نکنه دیگه براش اهمیتی ندارم یا نکنه پای کس دیگه‌ای وسط باشه."

۳. تجربه هیجان‌ات مثبت نسبت به ازدواج: احساس امنیت، رضایت، آرامش و امیدواری به ثبات و تداوم زندگی مشترک از جمله هیجان‌ات مثبتی بود که مصاحبه‌شوندگان در زندگی کنار همسرشان تجربه می‌کردند. مصاحبه‌شونده شماره ۵ گفت: "خیلی از ازدوایم راضیم، فکر می‌کنم زندگی‌م سر و سامون گرفته، اوضاع خوبه، داریم سعی می‌کنیم بهتر هم بشه." پویایی‌های رفتاری تعامل با همسر در حالت خوش‌بین شامل ۵ مضمون فرعی بود که عبارت بودند از:

۱. ایجاد پيله رؤیایی: تمایل به پیوستگی با همسر، در بعد رفتاری با رفتارهایی نظیر گذران وقت با یکدیگر و به‌دوراز افراد دیگر، خودافشایی زیاد، همراهی در فعالیت‌های مشترک، تجربیات جنسی خوشایند و کم‌اهمیت شمردن دنیای اطراف مشخص می‌شد که باعث خلق پيله رؤیایی بین زوجین می‌شد. مصاحبه‌شونده شماره ۱ گفت: "دلم می‌خواد همش کنار شوهرم باشم. دلم می‌خواد فقط من باشم و شوهرم هیچکی هم کاریمون نداشته باشه."
 ۲. سلطه‌پذیری انتخابی: در این حالت فرد نه توان مقابله در برابر کسی را دارد که شیفته اوست و نه تمایلی به این کار دارد. تفویض قدرت به همسر، تسلیم بودن در برابر تصمیم‌گیری‌های وی و رفتار مطابق میل او از جمله مواردی بود که توسط مصاحبه‌شوندگان مطرح می‌شد. مصاحبه‌شونده شماره ۷ گفت: "اصلاً دلم نمی‌خواد شوهرم را از دست بدم پس همونطور که اون دوست داره رفتار می‌کنم، ناراضی هم نیستم."

۳. تلاش‌های مراقبتی: ابراز کلامی و رفتاری علاقه، توجه، مراقبت و تلاش برای رفع نیازهای روانی، جسمی و جنسی به بهترین نحو، از جمله رفتارهایی بودند که در جهت مراقبت از همسر و زندگی مشترک انجام می‌شد. مصاحبه‌شونده شماره ۱ گفت: "خیلی

حواسم هست وقتی میاد، خونه آروم باشه، ریخت و پاش نباشه، خوراکش آماده باشه، کلاً همه چیز طوری باشه که تو خونه راحت باشه."

۴. تلاش‌های حمایتی: تأیید، تحسین، تشویق، دیگرستیزی در جهت حمایت از همسر و اجبار دیگران به رفتار مطابق میل همسر، از جمله تلاش‌هایی بودند که در جهت حمایت از همسر و مقابله با بی‌اعتبار شدن تصویر ایده‌آل وی، انجام می‌شد. مصاحبه‌شونده شماره ۳ گفت: "چند بار تا حالا سر شوهرم با بابام دعوا شده، اون نمی‌تونه خوبی‌ای شوهرمو ببینه فقط پيله کرده به چنتا عیب جزئی."

۵. تلاش‌های حفاظتی: تلاش‌های حفاظتی شامل مقابله با عواملی نظیر اعتیاد، خیانت، دوستان ناباب، خانواده‌ها، شغل، تحصیل، ورزش، دنیای مجازی و سایر سرگرمی‌ها و تفریحاتی بودند که باعث دوری زوجین از یکدیگر می‌شد. مصاحبه‌شونده شماره ۲ گفت: "می‌دونم خاله شوهرم می‌خواد رابطه ما را به هم بزنه منم هر کاری از دستم بر میاد انجام می‌دم تا رابطمون با خالش کم بشه حالا از خواهش و تمنا بگیر تا جنگ و دعوا و قهر."

پویایی‌های تعامل با همسر در حالت دوسوگرا

پویایی‌های شناختی تعامل با همسر در حالت دوسوگرا شامل ۳ مضمون فرعی بود که عبارت بودند از:

۱. آشفتگی شناختی درباره همسر: آشکار شدن برخی نکات منفی همسر و ناتوانی در توجیه و یا پذیرش آن‌ها و همچنین ملاحظه نکات مثبت همسر و ناتوانی در نادیده گرفتن آن‌ها باعث دو نیمه شدن همسر در ذهن فرد و تبدیل آن به یک نیمه ایده‌آل و یک نیمه بی‌ارزش می‌شود. در ادامه عدم تعدیل و پیوستگی این تصورات دو قطبی در ذهن فرد، موجب آشفتگی شناختی فرد در مورد همسرش می‌شود. مصاحبه‌شونده شماره ۱۴ گفت: "اصلاً فکر نمی‌کردم شوهرم سیگاری باشه، شوهرم با اینکه خوبی‌های زیادی داره ولی سیگاری بودنش منو به هم می‌ریزه."

۲. جدال بین عقل و احساس: ملاحظه تفاوت‌ها و نقاط ضعف همسر، برآورده شدن برخی از انتظارات و برآورده نشدن برخی دیگر از یک طرف و کشش عاطفی و جنسی نسبت به

وی از سوی دیگر، باعث جدال بین عقل و احساس در فرد می‌شود. در آشفتگی شناختی فرد حاضر به پذیرش ویژگی‌های منفی همسر نیست اما در این مرحله عقل متوجه ویژگی‌های منفی همسر هست اما احساسی که تجربه می‌شود با شناخت هماهنگ نیست. مصاحبه‌شونده شماره ۸ گفت: "با اینکه می‌دونم بهم خیانت کرده ولی باز دوستش دارم و این بیشتر اذیتم می‌کنه عاقلم می‌گه ولش کنم و برم ولی دلم رضا نمی‌ده."

۳. تردید در مورد آینده زندگی مشترک: ناتوانی در شناخت دقیق همسر و درک منسجم او به‌عنوان همسر مناسب یا نامناسب، توانایی تصمیم‌گیری فرد در مورد آینده زندگی مشترک را دچار اختلال می‌کند و این ماجرا تا زمانی که تصاویر دوگانه همسر در ذهن فرد یکپارچه نشود، ادامه خواهد داشت. مصاحبه‌شونده شماره ۹ گفت: "نمی‌دونم باید چکار کنم شوهرم خیلی خوبه ولی وقتی عصبانی می‌شه اصلاً روی رفتارش کنترل نداره از یک طرف می‌گم شاید آگه بهش کمک بکنم درست بشه ولی بعد می‌گم آگه درست نشه کل جوونی و فرصتم را از دست دادم."

پویایی‌های هیجانی تعامل با همسر در حالت دوسوگرا شامل ۳ مضمون فرعی بود که

عبارت بودند از:

۱. آشفتگی هیجانی نسبت به همسر: آشفتگی شناختی فرد نسبت به همسر باعث تجربه ادواری یا هم‌زمان هیجانات مثبت و منفی، نظیر عشق، علاقه، امید، خشم، عصبانیت و تنفر نسبت به همسر می‌شود که ثبات هیجانی فرد نسبت به همسرش را از بین می‌برد. مصاحبه‌شونده شماره ۸ گفت: "کلافم، هم خیلی از دستش عصبانیم هم نمی‌تونم دوریشو تحمل کنم."

۲. کاهش احساس امنیت و آرامش: ترس از بی‌ثباتی ازدواج، ترس از مطلع شدن دیگران از ویژگی‌های منفی همسر و عدم اطمینان و اعتماد به همسر، باعث از بین رفتن حس امنیت و افزایش حس ناکامی، شکست و عدم آرامش روانی، در فرد می‌شود. مصاحبه‌شونده شماره ۱۳ گفت "دروغگویش همه اعتماد منو از بین برد همش دلواپسم الان داره راست می‌گه یا بازم داره بهم دروغ می‌گه."

۳. اختلال در تغذیه عاطفی همسر: یافته‌ها نشان داد درگیری ذهنی گاه‌وبیگاه به نکات منفی همسر، توان حمایت، تأیید، تحسین و ابراز عشق و علاقه تمام و کمال را از فرد می‌گیرد. مصاحبه‌شونده شماره ۱ گفت: "خیلی دوستش دارم ولی وقتی یادم می‌آید که چطور بهم دروغ گفت نمی‌تونم اونطور که باید علاقمو بش نشون بدم." پویایی‌های رفتاری تعامل با همسر در حالت دوسوگرا شامل ۳ مضمون فرعی بود که عبارت بودند از:

۱. تلاش‌های کنترلی: ناتوانی در پذیرش همسر و امید به تغییر وی باعث بروز رفتارهای کنترل‌گرایانه می‌شود که عبارت‌اند از کوشش برای جذب هر چه بیشتر همسر، قهر و اجتناب یا تعقیب مضطربانه، ابراز کلامی و رفتاری ناراحتی خود نسبت به همسر و کناره‌گیری جنسی گاه‌وبیگاه. مصاحبه‌شونده شماره ۱۴ گفت: "وقتی فهمیدم که همه چیزو می‌گذاره کف دست مادرش، خیلی باش دعوا کردم، اگر دوباره هم این کارش را تکرار کنه خونه را ول می‌کنم و میرم خونه بابام تا درست بشه."
۲. دوسوگرایی اولویتی بین خود و همسر: عدم یکپارچگی شناختی و عاطفی نسبت به همسر باعث می‌شود فرد در اولویت‌بندی خواسته‌ها و نیازهای خود و همسر نیز دچار آشفتگی شود؛ به طوری که با پررنگ شدن احساسات عاشقانه، همسر و نیازهای او اولویت پیدا می‌کنند و با پررنگ شدن رنجش‌ها و عواطف منفی، خود فرد و نیازهای او اولویت پیدا می‌کند. مصاحبه‌شونده شماره ۱۲ گفت: "وقتی اذیتم می‌کنه منم می‌گم برای چی از خودم کم بگذارم ولی گاهی که خوب می‌شه حاضرم بخاطرش قید خواسته‌هامو بزنم."
۳. تلاش برای رهایی از سردرگمی:

استفاده از کمک‌های تخصصی و غیرتخصصی نظیر مراجعه به روانشناس، مشاوره و مطالعه کتاب‌های روانشناسی، مشورت با خانواده، دوستان و نزدیکان در جهت شناخت بهتر همسر و مبارزه با تردیدها از مواردی بودند که در این زیرمقوله دسته‌بندی می‌شدند. مصاحبه‌شونده شماره ۳ گفت: "وقتی برای خونوادم تعریف می‌کنم که چه کارایی می‌کنه، می‌گن کم کم درست می‌شه، این رفتارها زیاد مهم نیست. شمام همین‌طور فکر می‌کنید؟"

پویایی‌های تعامل با همسر در حالت واقع‌گرا

پویایی‌های شناختی تعامل با همسر در حالت واقع‌گرا شامل ۳ مضمون فرعی بود که عبارت بودند از:

۱. درک واقع‌گرایانه همسر و زندگی مشترک: توجه واقع‌بینانه به شباهت‌ها و تفاوت‌ها، تعدیل ایده‌آل‌سازی و بی‌ارزش‌سازی و پذیرش همسر همان‌گونه که هست باعث درک واقع‌بینانه همسر و زندگی مشترک می‌شود. مصاحبه‌شونده شماره ۱ گفت: "شوهر منم مثل بقیه مردم هم ویژگی‌های خوب داره هم ویژگی‌های بد، آدم صد درصد خوب که پیدا نمی‌شه."

۲. تعدیل انتظارات و توقعات: شناخت واقع‌بینانه همسر، توانایی‌ها، امکانات و شرایط وی باعث تعدیل انتظارات و توقعات و هماهنگ‌سازی فرد با همسرش می‌شود. مصاحبه‌شونده شماره ۷ گفت: "وقتی می‌بینم نداره چه کاریه مجبورشم بکنم ماشین آنچنانی بگیره. خودمون را به دردسر بندازیم که چی؟"

۳. رسمیت دادن به سایر نقش‌ها در کنار نقش همسری: حفظ هویت فردی در کنار هویت زوجی، عدم چسبندگی به همسر و عدم تمرکز صرف بر همسر باعث می‌شود سایر جنبه‌های زندگی و نقش‌های دیگری نظیر مادر بودن، فرزند بودن، شاغل، دوست و همکار بودن نیز در کنار نقش همسری، قدرت خودنمایی پیدا کنند. مصاحبه‌شونده شماره ۱۶ گفت: "من علاوه بر اینکه همسرم، یه مادرم هستم، شاغلم هستم، پس نمی‌تونم همه وقتم را به شوهرم اختصاص بدم."

پویایی‌های عاطفی تعامل با همسر در حالت واقع‌گرا شامل ۳ مضمون فرعی بود که عبارت بودند از:

۱. تجربه هیجانات آرام و تعدیل‌شده نسبت به همسر: یافته‌ها نشان داد مصاحبه‌شوندگان اغلب هیجاناتی مثل خشم، عصبانیت، غم، شادی و عشق را به‌صورتی ملایم و تعدیل‌شده تجربه می‌کنند و تجربه شدید هیجانات ذکرشده به‌صورت مقطعی، گذرا و کوتاه‌مدت

اتفاق می‌افتد. مصاحبه‌شونده شماره ۹ گفت: "خوب ممکنه منم سر یه قضیه‌ای از شوهرم عصبانی بشم و باهم دعوا کنیم ولی یکی دو روز بعد همه چی دوباره آروم می‌شه." ۲. دوری عاطفی و فقدان هیجان‌ات عاشقانه: ۹ نفر از مصاحبه‌شوندگان یکنواختی زندگی مشترک، مشغولیت به فرزندان، خانواده‌ها، شغل و تحصیل، خستگی‌های جسمی و روانی و آفت‌های بافتی نظیر شرایط اقتصادی و اجتماعی را عامل دوری عاطفی زوجین از یکدیگر، احساس تنهایی گاه‌وبیگاه و نداشتن روابط عاشقانه می‌دانستند. مصاحبه‌شونده شماره ۱۲ گفت: "هیچ‌وقت اونطور که باید عاشقی نکردیم اونقدر درگیر بچه‌ها و مسائلشون بودیم که خودمون را اصلاً یادمون رفت."

پویایی‌های رفتاری تعامل با همسر در حالت واقع‌گرا شامل ۴ مضمون فرعی بود که عبارت بودند از:

۱. تلاش‌های سازگارانه: شناسایی الگوهای تعاملی و راهبردهای مقابله‌ای مناسب، ایجاد تقارن و هماهنگی، بخشش و انعطاف در رفتار و گفتار از جمله راهکارهایی بودند که در جهت حفظ زندگی مشترک و کاهش اختلافات و تعارضات زناشویی انجام می‌گرفت. مصاحبه‌شونده شماره ۴ گفت: "دیگه یاد گرفتم وقتی شوهرم عصبانیه نباید جوابشو بدم، می‌گذارم آروم بشه بعد باش حرف می‌زنم."

۲. تمرکز تعاملات بر محوریت زندگی مشترک: طبق گزارش مصاحبه‌شوندگان بخش زیادی از تعاملات همسران پیرامون مسائل خارج از خرده‌نظام زوجی، نظیر اداره زندگی مشترک، تربیت فرزندان و رابطه با خانواده‌ها صورت می‌گرفت. مصاحبه‌شونده شماره ۹ گفت: "بیشتر وقتا من و شوهرم درباره مشکلات و خواسته‌های بچه‌ها یا خونواده‌هامون باهم حرف می‌زنیم، اصلاً انگار حرف دیگه‌ای نداریم که بزنینم."

۳. ایجاد اختلاف بر سر صرف نامتعادل توان و انرژی در خارج از خرده‌نظام زوجی: نتایج نشان داد اولویت دادن به مسائل خارج از خرده‌نظام زوجی و درگیری زیاد در مسائل خانواده گسترده، فرزندان، شغل و تحصیل، باعث ایجاد اختلاف بین زوجین و سرد شدن روابط آن‌ها می‌شود. مصاحبه‌شونده شماره ۱۱ گفت: "شوهرم خیلی روی کار کردن من

حساس شده شایدم حق داشته باشه بعد از کار اونقدر خستم که نمیتونم درست به خونوام برسم."

۴. خلل در روابط جنسی به سبب عوامل فردی، بین فردی و بافتی: عواملی نظیر بی‌میلی زوجین، خستگی جسمی، مشغولیت ذهنی، سردی روابط و از بین رفتن مرزهای خرده‌نظام زوجین توسط فرزندان یا خانواده‌ها از جمله مواردی بودند که در نظر مصاحبه‌شوندگان باعث اختلال در روابط جنسی زوجین می‌شد. مصاحبه‌شونده شماره ۱۵ گفت: "روابط زناشویی من و شوهرم شده یه چیز عادی که طبق وظیفه باید انجام بشه، همش دلم می‌خواد هر جور شده از زیرش دربرم."

۵. جستجوی کمک‌های راه‌حل مدارانه: مصاحبه‌شوندگان دید واقع‌گرایانه نسبت به زندگی مشترک و تمایل به حفظ آن را عاملی می‌دانستند که موجب می‌شد با مشاهده مشکلات در جهت رفع آن اقدام کنند. حضور در کلاس‌های آموزشی بهبود روابط، مطالعه کتاب‌های آموزشی، راه‌حل‌خواهی از افراد متخصص و غیرمتخصص از جمله این اقدامات بود. مصاحبه‌شونده شماره ۱۲ گفت: "من که با دوتا بچه نمی‌تونم طلاق بگیرم پس مجبورم یه راهی پیدا کنم که مشکلاتمونو حل بکنه."

پویایی‌های تعامل با همسر در حالت بی‌ارزش‌ساز

پویایی‌های شناختی تعامل با همسر در حالت بی‌ارزش‌ساز شامل ۳ مضمون فرعی بود که عبارت بودند از:

۱. بی‌ارزش‌سازی همسر: گذر زمان، درگیری زوجین در زندگی روزمره، آشکار شدن ویژگی‌های منفی همسر، برجسته شدن تفاوت‌های بین فردی و ملاحظه تأثیر واقعی آنها در زندگی مشترک، عملی نشدن قول و قرارها و اسناد همه مشکلات زندگی مشترک به همسر باعث بی‌ارزش‌سازی همسر می‌شود. مصاحبه‌شونده شماره ۱ گفت: "هیچ نکته مثبتی نداره که دلمو بهش خوش کنم، نه اخلاق، نه درآمد، نه تیپ و قیافه، ازدواج با این آدم حماقت محض بود."

۲. بدبینی نسبت به آینده زندگی مشترک: از بین رفتن اعتماد و اطمینان به همسر، مؤثر واقع نشدن تلاش‌ها در جهت تغییر همسر، درماندگی در حل مشکلات و ناتوانی در پذیرش شرایط موجود، باعث بدبینی فرد نسبت به آینده زندگی مشترک می‌شود. مصاحبه‌شونده شماره ۱۰ گفت: "هر کاری شما بگید من انجام دادم، زبون خوش، دعوا، قهر هیچکدام فایده نداشت، دیگه خسته شدم، این زندگی درست بشو نیست."

۳. شکسته شدن هویت زوجی: بی‌ارزش‌سازی همسر، تمرکز بر تفاوت‌ها و نکات منفی باعث فاصله گرفتن زوجین از یکدیگر می‌شود به طوری که دیگر خود را در پیوند با یکدیگر نمی‌بینند و واحد دونفره آن‌ها که در مفهوم "ما" خود را نشان می‌داد تبدیل به واحدهای مجزای "من" و "او" می‌شود. مصاحبه‌شونده شماره ۴ گفت: "مشکلات شوهرم به من مربوط نیست، خودش می‌دونه و مشکلاتش، ولی باید خواسته‌ها و نیازهای منو برطرف کنه."

پویایی‌های هیجانی تعامل با همسر در حالت بی‌ارزش‌ساز شامل ۳ مضمون فرعی بود که عبارت بودند از:

۱. تجربه روزافزون هیجان‌ات منفی نسبت به همسر: احساس تنفر، خشم و عصبانیت، رنجش و ناامیدی از جمله هیجان‌اتی بود که توسط مصاحبه‌شوندگان تجربه می‌شد و حتی در رفتارهایی نظیر مشت کردن انگشتان، قرمز شدن چهره و بالا رفتن صدا مشخص بود. مصاحبه‌شونده شماره ۵ گفت: "اونقدر ازش بدم میاد که گاهی می‌گم کاش یبار که می‌رفت بیرون، دیگه بر نمی‌گشت."

۲. بیگانگی عاطفی: از بین رفتن تبادل عاطفی مثبت بین زوجین و عدم تمایل یا ناتوانی در درک عواطف همسر به سبب انباشتگی عواطف منفی باعث دوری عاطفی زوجین از یکدیگر می‌شود. به طوری که عواطف مثبت همسر نیز، منفی و بی‌ارزش تلقی شده و با عواطف منفی پاسخ داده می‌شود. مصاحبه‌شونده شماره ۷ گفت: "وقتی منو نمی‌فهمه، به چه دردم می‌خوره مدام بگه دوستم داره، دیگه از دوستت دارم گفتنش حالم به هم می‌خوره."

۳. کم‌رنگ شدن تعهد عاطفی: دوری عاطفی از همسر، ناتوانی در بیان احساسات به همسر یا بی‌توجهی از طرف همسر، جستجوی همدلی و همراهی و نزدیک شدن خودآگاه یا

ناخودآگاه به فردی از جنس مخالف که عواطف فرد را درک می‌کند، با او همدردی می‌کند و حتی در رفع مشکلات به وی کمک می‌کند باعث کمرنگ شدن تعهد عاطفی فرد نسبت به همسرش می‌شود. مصاحبه‌شونده شماره ۱۳ گفت: "اوایل فقط درباره مشکلاتمون باهم درد دل می‌کردیم هیچ احساس خاصی نبود ولی الان خیلی بهش وابستم."

پویایی‌های رفتاری تعامل با همسر در حالت بی‌ارزش‌ساز شامل ۳ مضمون فرعی بود که عبارت بودند از:

۱. وفور تعاملات رفتاری ناخوشایند: این زیرمضمون شامل بدرفتاری‌هایی بود که یا به صورت تعارضات آشکار و پرخاشگری‌های جسمی نظیر ضرب و شتم، شکستن اسباب منزل، خودزنی و پرخاشگری‌های گفتاری نظیر توهین، تحقیر، فحاشی، عیب‌جویی، تهدید به کشتن خود یا همسر و گرفتن فرزندان، ظاهر می‌شد و یا به صورت کم‌محلّی، نادیده گرفتن خواسته‌های همسر، قهر و جلب توجه در مقابل جنس مخالف. مصاحبه‌شونده شماره ۶ گفت: "نمی‌تونیم دوتا کلمه حرف حسابی باهم بزنینم، سریع همه‌چیز می‌ریزه به هم و دعوا مون می‌شه."

۲. بیگانگی جسمی و جنسی: کاهش فعالیت‌های مشترک، کم شدن اوقاتی که کنار همسر سپری می‌شود، جدا کردن محل خواب، کاهش یا قطع فعالیت‌های جنسی خوشایند، همه جزء مواردی بودند که باعث بیگانگی جسمی و جنسی همسران شده بود. مصاحبه‌شونده شماره ۲ گفت: "تا جایی که می‌شه به کاری می‌کنم که کمتر باش تو خونه باشم، وقتی هم که مجبورم تو خونه بمونم میرم تو یه اتاق دیگه که چشمم به قیافش نیافته."

۳. فعالیت‌های تسکین‌دهنده: این زیرمقوله شامل فعالیت‌هایی بود که در فراموشی یا مقابله با تجربیات ناخوشایند زندگی مشترک مصاحبه‌شوندگان به آن‌ها کمک می‌کرد و عبارت بودند از تلاش برای یافتن شغل یا ارتقاء شغلی، ادامه تحصیل، مشغولیت به سرگرمی‌ها و تفریحات سالم و ناسالم نظیر مطالعه، ورزش، هنر، مواد مخدر، الکل و روابط اجتماعی حقیقی یا مجازی. مصاحبه‌شونده شماره ۵ گفت: "سرم را با کار گرم می‌کنم که کمتر به شوهرم و زندگیم فکر کنم."

۴. فعالیت‌های رهایی‌بخش: این زیرمقوله شامل تلاش‌هایی بود که برای خاتمه دادن به زندگی مشترک، صورت می‌گرفت و شامل تقاضای طلاق، ترک زندگی زناشویی و همچنین فکر خاتمه دادن به زندگی خود و در مواردی اقدام به خودکشی بود. مصاحبه‌شونده شماره ۷ گفت: "فقط می‌خوام طلاق بگیرم و از دستش خلاص بشم هیچی دیگه برام مهم نیست."

۵. کم‌رنج شدن تعهد جنسی: بیگانگی عاطفی و جنسی زوجین نسبت به یکدیگر، باعث پررنگ شدن افراد دیگری از جنس مخالف شده بود که در ابتدا به صورت عاطفی فرد را تحت تأثیر قرار داده و در ادامه باعث کم‌رنج شدن تعهد جنسی فرد شده بودند. مصاحبه‌شونده شماره ۴ گفت: "همه چیز ناخواسته پیش رفت، شوهرم اصلاً به من اهمیت نمی‌داد، در عوض کامران خیلی به من محبت می‌کرد."

بحث و نتیجه‌گیری

تحقیق حاضر باهدف بررسی پویایی‌های چهار حالت ناشی از تعامل شیفتگی و رهایی از شیفتگی انجام شد. نتایج منجر به شناسایی سه مضمون اصلی پویایی‌های شناختی، هیجانی و رفتاری در هر یک از حالت‌های چهارگانه شد. باوجود اینکه عنوان مضامین اصلی در هر ۴ گروه یکسان است اما مقایسه مضامین فرعی نشان‌دهنده تفاوت محتوایی مضامین اصلی در گروه‌های چهارگانه بود. به طوری که با بررسی شناخت، رفتار و هیجانات افراد می‌توان مشخص کرد که فرد در کدام یک از حالت‌های چهارگانه قرار گرفته است. بدین منظور در پویایی‌های شناختی چگونگی برداشت فرد نسبت به همسر، زندگی زناشویی و میزان پیوستگی و همانندسازی با همسر مورد توجه قرار می‌گیرد، در پویایی‌های هیجانی نوع هیجانات مثبت و منفی و میزان و شدت آن‌ها و در پویایی‌های رفتاری چگونگی مرزبندی‌ها، تنظیم قدرت، راهبردهای مقابله‌ای و کیفیت روابط جسمی و جنسی، مورد توجه قرار می‌گیرد.

در پویایی‌های شناختی برداشت افراد نسبت به همسرشان در حالت‌های چهارگانه بدین گونه تغییر می‌یافت که در حالت خوش‌بین فرد با تمرکز بر ویژگی‌های مثبت همسر که

می‌تواند واقعی یا حاصل فرافکنی ویژگی‌های دلخواه به همسر باشد به ایده‌آل‌سازی همسر می‌پردازد. درحالی‌که در حالت دوسوگرا، آشنایی با برخی از ویژگی‌های منفی همسر و ناتوانی در توجیه یا پذیرش این ویژگی‌ها، باعث ترک برداشتن تصویر ایده‌آل‌سازی شده همسر و آشفتگی شناختی فرد نسبت به همسرش می‌شد و در حالت واقع‌گرا، شناخت و پذیرش ویژگی‌های مثبت و منفی همسر باعث درک واقع‌گرایانه همسر و زندگی مشترک می‌شد و درنهایت در حالت بی‌ارزش‌ساز تمرکز بر ویژگی‌های منفی همسر و باور به تغییرناپذیر بودن وی، باعث بی‌ارزش‌سازی همسر و رابطه زناشویی می‌شد. بااینکه تحقیقات پیشین به بررسی حالت‌های چهارگانه و مخصوصاً حالت دوسوگرا و واقع‌گرا نپرداخته‌اند اما نتایج تحقیق نیهیوز و همکاران (۲۰۱۱)، میکولینسر و همکاران (۲۰۱۰) و نیهیوز و بارتل (۲۰۰۶) نشان داده است که با کاهش شیفتگی، ایده‌آل‌سازی و ادراک‌های مثبت فرد نسبت به همسرش کاهش می‌یابد و درنهایت در رهایی از شیفتگی تنها ویژگی‌های منفی فرد مورد توجه قرار می‌گیرد که این نتایج با نتایج تحقیق حاضر همخوانی دارد.

تغییر میزان پیوستگی و همانندسازی با همسر در پویایی‌های شناختی بدین ترتیب بود که در حالت خوش‌بین همانندسازی با همسر که به صورت تأکید بر شناخت کامل همسر و درک شباهت‌های فراوان بین فرد و همسرش، خود را نشان می‌داد، باعث تقویت تصور پیوستگی و یگانگی با همسر می‌شد. در حالت دوسوگرا، مصاحبه‌شوندگان متوجه برخی از تفاوت‌ها شده بودند اما توانایی پذیرش تفاوت‌ها و از بین رفتن تصور پیوستگی کامل با همسر را نداشتند. در حالت واقع‌گرا، شناخت واقع‌بینانه همسر باعث از بین رفتن تصور یکی بودن و شباهت کامل به همسر شده بود و فرد خود و همسرش را نه به عنوان یک روح در دو بدن بلکه به عنوان دو فرد مجزا با صفات و ویژگی‌های خاص خود پذیرفته بود. در حالت بی‌ارزش‌ساز همچون حالت خوش‌بین تصور اغراق‌شده‌ای از شناخت کامل همسر وجود داشت با این تفاوت که تمرکز بر تفاوت‌ها و انکار هرگونه شباهت و پیوستگی با همسر بود. نتایج تحقیق موری و هلمز (۱۹۹۷) و روسبلت و همکاران (۲۰۰۰)، نشان داده است که آشنایی بیشتر با ویژگی‌های واقعی همسر باعث کاهش شیفتگی و ایده‌آل‌سازی

می‌شود و هرچه رهایی از شیفتگی بیشتر شود، تمرکز بر تفاوت‌ها و انکار شباهت‌ها و یگانگی با همسر بیشتر خواهد شد که نتایج فوق با نتایج تحقیق حاضر هماهنگی دارد.

مورد دیگری که در پویایی‌های شناختی قابل ملاحظه بود شناخت افراد نسبت به آینده زندگی مشترکشان بود. بدین ترتیب که در حالت خوش‌بین، آینده‌ای زیبا و کامل به تصویر کشیده می‌شد که در آن هیچ مشکلی وجود نداشت و اگر هم وجود داشت به مدد عشق و علاقه بین زوجین به بهترین شکل ممکن قابل حل بود. در حالت دوسوگرا تردید فرد نسبت به آینده و ترس از پرننگ شدن واقعیتی که کاملاً نامطلوب است در گفته‌های مصاحبه‌شوندگان کاملاً مشهود بود. در حالت واقع‌گرا، افراد تصورات واقع‌بینانه‌ای از آینده زندگی مشترک، لحظات شیرین و لحظات تلخ آن در ذهن داشتند و در حالت بی‌ارزش‌ساز تصور فرد نسبت به آینده زندگی مشترک کاملاً منفی و سرشار از مشکلات و گرفتاری‌ها بود. نتایج تحقیق میلر، نیهوز و هوستون (۲۰۰۶) نشان داده است شیفتگی با ایده‌آل‌سازی ازدواج و خوش‌بینی نسبت به آینده زندگی زناشویی همراه است و در مقابل نتایج تحقیق کایزر و راو (۲۰۰۶) و هوستون و همکاران (۲۰۰۱) نشان داده است که افزایش رهایی از شیفتگی باعث افزایش تردیدها، سرخوردگی زناشویی و ناامیدی نسبت به ادامه زندگی مشترک می‌شود که نتایج فوق با نتایج تحقیق حاضر همخوانی دارد.

مضمون اصلی پویایی‌های هیجانی در هر چهار حالت، هیجاناتی را شامل می‌شد که فرد نسبت به همسر و ازدواجش تجربه می‌کرد. در حالت شیفتگی هیجاناتی نظیر عشق، علاقه، شور و شمع، احساس غرور و افتخار در بیشترین حالت ممکن تجربه می‌شد ولی در بسیاری از مصاحبه‌شوندگان هیجانات منفی نظیر ترس و نگرانی از دست دادن همسر ایده‌آل نیز دیده می‌شد. در حالت دوسوگرا آشفتگی و نوسانات هیجانی نظیر احساس نگرانی، اضطراب، سردرگمی و در کنار آن عشق و دلدادگی و همچنین غم و اندوه ناشی از مواجهه با برخی از خصوصیات ناخوشایند همسر، در بیشترین حالت ممکن گزارش می‌شد. در حالت واقع‌گرا، در هیچ‌کدام از مصاحبه‌شوندگان هیجانات شدید مثبت و یا منفی گزارش و مشاهده نشد، اما دوری احساسی از همسر و عدم احساس هیجانات عاشقانه به‌عنوان امری آزاردهنده مطرح می‌شد. در حالت بی‌ارزش‌ساز، هیجانات منفی نظیر غم،

اندوه، خشم و نفرت با شدت زیاد هم در گفتار و هم در رفتار مصاحبه‌شونده، قابل مشاهده بود. در این دسته هیچ‌گونه هیجان مثبتی نسبت به همسر و زندگی زناشویی ملاحظه نشد اما ۵ نفر از مصاحبه‌شوندگان هیجانات مثبتی نظیر احساس صمیمیت، همدلی، علاقه و عشق نسبت به فردی از جنس مخالف و درعین حال شرم، اضطراب، نگرانی و تردید نسبت به این موضوع را گزارش کردند. به‌طور کلی بررسی و تحلیل یافته‌ها نشان داد با کاهش شیفتگی و افزایش رهایی از شیفتگی هیجانات مثبت نسبت به همسر و ازدواج کاهش می‌یابند و هیجانات منفی افزایش می‌یابند که این نتیجه‌گیری در تحقیقات لارسن و مک‌گرا (۲۰۱۱) و نف و کارنی (۲۰۰۵)، نیز تأیید شده است.

مضمون اصلی پویایی‌های رفتاری شامل اعمال و رفتارهایی بود که در تعامل زوجین در حالت‌های مختلف گزارش می‌شد. تحلیل و مقایسه یافته‌ها در مضمون اصلی پویایی‌های رفتاری در حالت‌های چهارگانه نشان داد تعاملات زوجین را می‌توان با محوریت سه موضوع مورد بررسی قرار داد که عبارت بودند از مرزبندی‌ها، تنظیم قدرت و راهبردهای مقابله‌ای. باور به پیوستگی یا تفرد زوجین از یکدیگر که در پویایی‌های شناختی مطرح شد، در پویایی‌های رفتاری با شیوه مرزبندی خرده‌نظام زوجین مشخص می‌شد. در حالت خوش‌بین تمایل به شرکت در فعالیت‌های مشترک، کناره‌گیری از دیگران، تمایل به گذراندن اوقات در کنار همسر و از بین رفتن تقریبی مرزهای فردی، همه از نشانه‌های خشکی و انعطاف‌ناپذیری مرزهای خرده‌نظام زوجی است. در حالت دوسوگرا با آشکار شدن تفاوت‌ها و پررنگ‌تر شدن مرزهای فردی، انعطاف‌پذیری مرزهای خرده‌نظام زوجی بیشتر شده و موضوعات و افراد دیگر نیز فرصت خودنمایی پیدا کرده بودند. در حالت واقع‌گرا مرزها انعطاف‌پذیری زیادی از خود نشان می‌دادند به‌طوری‌که افراد و مسائل زیادی نظیر فرزندان، خانواده‌ها، شغل، تحصیل و مواردی مانند معضلات اقتصادی به‌راحتی رابطه زوجین را تحت تأثیر قرار داده بودند. در حالت بی‌ارزش‌ساز مرزهای خرده‌نظام زوجی دیگر تقریباً از بین رفته بود و مرزهای فردی پررنگ شده بود، به‌طوری‌که بسیاری از مصاحبه‌شوندگان خود و همسرشان را به‌عنوان یک واحد در نظر نگرفته و با تأکید در تفاوت‌ها، خود را نه در کنار یکدیگر که در مقابل یکدیگر می‌دیدند. بدین ترتیب با

کاهش شیفتگی، مرزهای خرده‌نظام زوجی سست‌تر شده تا جایی که در برخی موارد فقط نامی از خرده‌نظام زوجی باقی می‌ماند. در تحقیقات گذشته به مرزبندی خرده‌نظام زوجی در حالت‌های چهارگانه توجهی نشده است اما نتایج تحقیقات هوستون و همکاران (۲۰۰۱) نشان داده است که شیفتگی باعث صمیمیت و نزدیکی زیاد زوجین می‌شود که همین موضوع به مرور زمان باعث آشکار شدن کاستی‌ها و معایب زوجین، کاهش شیفتگی، کاهش صمیمیت و دوری زوجین از یکدیگر می‌شود که این مطلب با نتایج تحقیق حاضر همخوانی دارد. تنظیم قدرت نیز در پویایی‌های رفتاری حالت‌های مختلف به شکل‌های مختلف انجام می‌شد. در حالت خوش‌بین افراد آگاهانه یا ناخودآگاه، با ارجحیت دادن به خواسته‌ها و نیازهای همسر، واگذاری تصمیم‌گیری‌ها به وی و رفتار مطابق میل او، قدرت را به همسر خود واگذار کرده بودند. در حالت دوسوگرا، افراد در واگذاری قدرت به همسر نیز دچار دوسوگرایی شده بودند به طوری که با اوج گرفتن دلسردی‌ها، خواسته‌ها و نیازهای فرد در اولویت قرار گرفته و فرد در جهت کسب قدرت و به دست گرفتن اوضاع تلاش می‌کرد و با اوج گرفتن هیجانانگیزانه برعکس این شرایط اتفاق می‌افتاد. در حالت واقع‌گرا اولویت‌بندی در اکثر مصاحبه‌شوندگان از فرد و همسر به زندگی مشترک انتقال پیدا کرده بود. به طوری که فراهم کردن الزامات زندگی مشترک، نیازها و احتیاجات فرزندان جای خواسته‌ها و نیازهای همسران را گرفته بود. در حالت بی‌ارزش‌ساز، ارجحیت پیدا کردن خواسته‌ها و نیازهای خود باعث نزاع بر سر کسب قدرت شده بود. به طوری که برخی از مصاحبه‌شوندگان با افزایش خواسته‌ها و نیازهای خود سعی در تصاحب کامل منابع و سرمایه‌های خانواده داشتند. در تحقیقات پیشین، چگونگی تنظیم قدرت در حالت‌های چهارگانه مورد توجه قرار نگرفته است اما نتایج تحقیق موری و هلمز (۱۹۹۴) نشان داده است که هر چه شیفتگی بیشتر باشد خودخواهی‌ها کاهش یافته و تمایل فرد به رفتار مطابق میل همسر بیشتر می‌شود و برعکس رهایی از شیفتگی باعث پررنگ شدن خواسته‌ها و انتظارات فردی می‌شود که می‌تواند با سلطه‌گری و تعاملات قهر آمیز (نصرالهی و تمدنی، ۱۳۹۷) همراه باشد. نتایج به دست آمده با نتایج تحقیق حاضر همخوانی دارد.

راهبردهای مقابله‌ای یکی دیگر از مسائلی بود که در پویایی‌های رفتاری کاملاً مشهود بود و عبارت بود از روش‌های مقابله‌ای خاصی که افراد با توجه به برداشت خود از همسر و زندگی زناشویی‌شان در تعاملات خود بکار می‌بردند. در حالت خوش‌بین، تلاش‌های مراقبتی، حمایتی و حفاظتی نشان‌دهنده نهایت تلاش فرد در جهت حفظ همسر ایده‌آل‌اش بود. در حالت دوسوگرا رفتارهای کنترل‌گرایانه نشان‌دهنده تلاش فرد برای تغییر همسر و اوضاع و شرایط به سمت دلخواه بود. در حالت واقع‌گرا، تلاش‌های سازگارانه، گذشت، فداکاری و کوشش در جهت حل مشکلات، نشان‌دهنده تلاش فرد برای حفظ زندگی زناشویی بود. در حالت بی‌ارزش‌ساز تعارضات گفتاری و رفتاری، مشغولیت به فعالیت‌های تسکین‌دهنده و توسل به تلاش‌های رهایی‌بخش از جمله راهبردهای مقابله‌ای در برابر ناامیدی از زندگی مشترک بود. تحقیقات پیشین به بررسی رفتارهای زوجین در هر یک از حالت‌های چهارگانه پرداخته‌اند، اما نشان داده‌اند که شیفتگی بالا با افزایش کیفیت تعاملات زناشویی، رفتارهای حمایتی و پایداری زندگی زناشویی همراه است (نف و کارنی، ۲۰۰۵؛ بارلدز و دیجکسترا، ۲۰۰۹)، درحالی‌که کاهش شیفتگی و افزایش رهایی از شیفتگی با افزایش تعارضات و اختلافات زناشویی همراه است (موری و هلمز، ۱۹۹۷) و می‌تواند مقدمات طلاق و جدایی زوجین را فراهم کند (کایزر و راو، ۲۰۰۶؛ هوستون و همکاران، ۲۰۰۱) که این نتیجه‌گیری‌ها با نتایج تحقیق حاضر هماهنگی دارد.

تغییر در روابط جسمی و جنسی افراد در پویایی‌های رفتاری بدین ترتیب بود که در حالت شیفتگی، با ایجاد پوله رؤیایی، تماس‌های فیزیکی و خرسندی جنسی بیشتری گزارش می‌شد. در حالت دوسوگرا، علیرغم وجود کشش جنسی، تردید و دوسوگرایی عاطفی نسبت به همسر باعث ایجاد اختلالاتی در فعالیت جنسی زوجین شده بود. در حالت واقع‌گرا، مصاحبه‌شوندگان، عادی شدن روابط جنسی، مشغله‌های زندگی، خستگی و دوری عاطفی از همسر را مسبب اختلالات جنسی یا ناخرسندی جنسی خود و همسرشان می‌دانستند. در حالت بی‌ارزش‌ساز فعالیت‌های جنسی کاهش یافته یا قطع شده بود و یا بالاجبار انجام می‌شد. در دو نفر از مصاحبه‌شوندگان نیز عدم تعهد جنسی نسبت به همسر، گزارش شد. تحقیقات پیشین نشان داده‌اند که در حالت شیفتگی، تمایل و کشش شدیدی

نسبت به همسر وجود دارد که با مواجهه با واقعیت زندگی مشترک و کاهش شیفتگی این کوشش کمتر شده و جای خود را به بی‌زاری از همسر می‌دهد (نیپیوز و بارتل، ۲۰۰۶؛ نیپیوز و همکاران، ۲۰۱۱) که این امر در بروز تعارضات زناشویی مؤثر است (رازقی و اسلامی، ۱۳۹۵؛ حاجی حیدری، اسمعیلی و حیدری، ۱۳۹۴؛ فتحی، اسمعیلی، فرحبخش و دانش‌پور، ۱۳۹۴) همچنین نتایج تحقیق روسبلیت و همکاران (۲۰۰۰) نشان داده است که با کاهش شیفتگی و افزایش رهایی از شیفتگی از میزان تعهد زناشویی نیز کاسته می‌شود.

نتایج تحقیق حاضر نشان داد هر یک از حالت‌های چهارگانه می‌تواند با آثار سوء خود زندگی مشترک افراد را تحت تأثیر قرار دهند. در حالت خوش‌بین، ناتوانی در دید واقع‌بینانه نسبت به ویژگی‌های منفی همسر، در حالت دوسوگرا تردید، سردرگمی و آشفتگی شناختی، هیجانی و رفتاری، در حالت واقع‌گرا، عادی شدن همسر و زندگی مشترک، کم‌رنج شدن هیجان‌ات عاشقانه و دوری عاطفی زوجین و در حالت بی‌ارزش‌ساز، ناامیدی، اغراق در ویژگی‌های منفی همسر و تعارضات کلامی و رفتاری از جمله مواردی بودند که به زندگی مشترک زوجین آسیب می‌زنند. بدین ترتیب تحقیق حاضر می‌تواند در شناسایی هر یک از حالت‌های چهارگانه و آسیب‌های آن به مشاوران و درمانگران خانواده کمک کند. همچنین با توجه به اینکه پژوهش حاضر بیشتر به گسترش مرزهای نظری درباره حالت‌های چهارگانه پرداخته است، به نظر می‌رسد انجام تحقیقات کاربردی برای بررسی راهکارهای مناسب جهت پیشگیری و مقابله با آسیب‌های شناخته‌شده، نظیر کمک به زوجین در خودشناسی و شناخت همسر، آموزش مهارت‌های ارتباطی، تنظیم هیجان‌ات و حفظ و پرورش پیوندهای عاطفی و جنسی می‌تواند به بهبود کیفیت زندگی افراد، خانواده‌ها و جامعه، کمک کند. از جمله محدودیت‌های تحقیق حاضر می‌توان به کمبود منابع نظری و پژوهشی و قدیمی بودن بسیاری از منابع موجود و عدم وجود منابع مورد استناد در حوزه دو حالت واقع‌گرا و دوسوگرا اشاره کرد. با توجه به اینکه تحقیق حاضر با مشارکت زنان متأهل شهر اصفهان انجام شد، نمی‌توان نتایج تحقیق را به مردان و یا حتی زنان شهرها و فرهنگ‌های دیگر تعمیم داد. در نتیجه انجام این تحقیق در جوامع آماری دیگر و مقایسه اطلاعات می‌تواند به کسب نتایج غنی‌تر کمک کند.

منابع

- حاجی حیدری، زهرا؛ اسمعیلی، معصومه و طالبی، ابوتراب. (۱۳۹۴). *تعارضات زناشویی زوجین فاقد فرزند در آستانه طلاق: یک مطالعه کیفی*. مجله تحقیقات کیفی در علوم سلامت، ۴(۱)، ۲۱-۱۲.
- رازقی، نادر؛ اسلامی، اصلی. (۱۳۹۵). *مطالعه کیفی علت‌های تعارض در خانواده*. فصلنامه فرهنگی تربیتی زنان و خانواده، ۱۰(۲۳)، ۷۲-۵۳.
- فتحی، الهام؛ اسمعیلی، معصومه؛ فرحبخش، کیومرث و دانش پور، منیژه. (۱۳۹۴). *حیطه‌های تعارض و استراتژی‌های حل آن در زوجین رضایتمند*. فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، ۶(۲۴)، ۵۴-۲۹.
- نصر الهی، سارا؛ تمدنی، مجتبی. (۱۳۹۷). *شناسایی الگوهای رفتاری تداوم دهنده مشکلات زناشویی*. فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، ۹(۳۴)، ۷۵-۵۷.
- Barelds, D. P. H., & Dijkstra, P. (۲۰۰۹). *Positive illusions about a partner's physical attractiveness and relationship quality*. *Personal Relationships*, ۱۶, ۲۶۳-۲۸۳.
- Braun, V., & Clarke, V. (۲۰۰۶). *Using thematic analysis in psychology*. *Qualitative Research in Psychology*, ۳(۲), ۷۷-۱۰۱.
- Campbell, L., Lackenbauer, S. D., & Muise, A. (۲۰۰۶). *When is being known or adored by romantic partners most beneficial? Self-perceptions, relationship length, and responses to partner's verifying and enhancing appraisals*. *Personality and Social Psychology Bulletin*, ۳۲, ۱۲۸۳-۱۲۹۴.
- Cooper, J. (۲۰۰۷). *Cognitive dissonance: Fifty years of a classic theory*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Gottman, J. M. (۱۹۹۴). *What predicts divorce? The relationship between marital processes and marital outcomes*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Guba, E. G., & Lincoln, Y. S. (۱۹۹۴). *Competing paradigms in qualitative research*, *Handbook of qualitative research*. London, CA: Sage.

- Holmes, J. G., & Boon, S. D. (۱۹۹۰). *Developments in the field of close relationships: Creating foundations for intervention strategies*. *Personality and Social Psychology Bulletin*, ۱۶, ۲۳-۴۱.
- Huston, T. L., Caughlin, J. P., Houts, R. M., Smith, S. E., & George, L. J. (۲۰۰۱). *The connubial crucible: Newlywed years as predictors of marital delight, distress, and divorce*. *Journal of Personality and Social Psychology*, ۸۰, ۲۳۷ – ۲۵۲.
- Huston, T. L., & Chorost, A. E. (۱۹۹۴). *Behavioral buffers on the effect of negativity on marital satisfaction: A longitudinal study*. *Personal Relationships*, ۱, ۲۲۳-۲۴۰.
- Kayser, K. (۱۹۹۶). *The Marital Disaffection Scale: an inventory for assessing emotional estrangement in marriage*. *The American Journal of Family Therapy*, ۲۴, ۸۳- ۸۸.
- Kayser, K., & Rao, S. S. (۲۰۰۶). *Process of disaffection in relationship breakdown*. Mahwah, NJ: Erlbaum
- Larsen, J. T., & McGraw, A. P. (۲۰۱۱). *Further evidence for mixed emotions*. *Journal of Personality and Social Psychology*, ۱۰۰, ۱۰۹۵ – ۱۱۱۰.
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., Bar-On, N., & Ein-Dor, T. (۲۰۱۰). *The pushes and pulls of close relationships: Attachment insecurities and relational ambivalence*. *Journal of Personality and Social Psychology*, ۹۸, ۴۵۰ – ۴۶۸.
- Miller, P. J. E., Caughlin, J. P., & Huston, T. L. (۲۰۰۳). *Trait expressiveness and marital satisfaction: The role of idealization processes*. *Journal of Marriage and Family*, ۶۵, ۹۷۸ – ۹۹۵.
- Miller, P. J. E., Niehuis, S., & Huston, T. L. (۲۰۰۶). *Positive illusions in marital relationships: A ۱۳-year longitudinal study*. *Personality and Social Psychology Bulletin*, ۳۲, ۱۵۷۹ – ۱۵۹۴.
- Murray, S. L., & Holmes, J. G. (۱۹۹۴). *Story-telling in close relationships: The construction of confidence*. *Personality and Social Psychology Bulletin*, ۲۰, ۶۶۳-۶۷۶

- Murray, S. L., & Holmes, J. G. (۱۹۹۷). *A leap of faith? Positive illusions in romantic relationships*. *Personality and Social Psychology Bulletin*, ۲۳, ۵۸۶ – ۶۰۴.
- Neff, L. A., & Karney, B. R. (۲۰۰۴). *How does context affect intimate relationships? Linking external stress and cognitive processes within marriage*. *Personality and Social Psychology Bulletin*, ۳۰, ۱۳۴ – ۱۴۸.
- Neff, L., & Karney, B. R. (۲۰۰۵). *To know you is to love you: Implications of global adoration and specific accuracy for marital relationships*. *Journal of Personality and Social Psychology*, ۸۸(۳), ۴۸۰ – ۴۹۷.
- Niehuis, S., & Bartell, D. (۲۰۰۶). *The Marital Disillusionment Scale: Development and psychometric properties*. *North American Journal of Psychology*, ۸, ۶۹ – ۸۴.
- Niehuis, S., Lee, K.-H., Reifman, A., Swenson, A., & Hunsaker, S. (۲۰۱۱). *Idealization and disillusionment in intimate relationships: A review of theory, method, and research*. *Journal of Family Theory & Review*, ۳, ۲۷۳-۳۰۲.
- Rusbult, C. E., Van Lange, P. A. M., Wildschut, T., Yovetich, N. A., & Verette, J. (۲۰۰۰). *Perceived superiority in close relationships: Why it exists and persists*. *Journal of Personality and Social Psychology*, ۷۹, ۵۲۱ – ۵۴۵.