

نقش حمایت عاطفی خانواده در کیفیت زندگی زنان (مطالعه کیفی از منظر زنان)

چکیده

کیفیت زندگی زناشویی، برای افراد دارای اهمیت بسیاری است. پژوهش حاضر با هدف شناسایی درک زنان از ماهیت حمایت عاطفی در خانواده و نقش و اهمیت آن در کیفیت زندگی زناشویی است. این پژوهش با رویکرد کیفی و با روش داده‌بنیاد صورت گرفت. با توجه به اشباع نظری داده‌ها، نمونه مورد پژوهش شامل ۱۶ نفر از زنان متأهل مناطق ۹ و ۱۰ شهر تهران بود که در دامنه سنی ۲۰ تا ۴۵ سال قرار داشتند. این افراد به روش نمونه‌گیری هدف‌مند و به شیوه در دسترس و دارا بودن ملاک ورود به تحقیق از جمله رضایت از زندگی زناشویی، در سال ۱۴۰۰ انتخاب شدند. داده‌ها با استفاده از پرسشنامه انریچ و مصاحبه اکتشافی نیمه‌ساختاریافته، گردآوری و تنظیم شد. یافته‌های تحقیق شامل ۹۴ کد باز، ۱۰ کد محوری و کد انتخابی "حمایتی-عاطفی خانواده" است. عوامل بسترساز شامل سرمایه‌های روانشناختی فردی مانند اقتدار و خویش‌داری، معناهای شخصی در ازدواج مانند معنای صمیمیت و معنای تحکیم‌بخشی در رابطه و پویایی‌های بین‌فردی مانند تصمیم‌گیری مشترک و مدیریت حل تعارض بود. عوامل مداخله‌گر شامل عوامل فرهنگی و اجتماعی مانند سبک زندگی حمایت‌گرا بود که در حمایت عاطفی افراد در خانواده نقش داشتند. عواملی مانند دخالت اطرافیان و سبک زندگی متعصبانه، موانع موجود بر کاهش عملکرد عاطفی خانواده شناسایی شد. راهبردهای شناسایی شده شامل تعالی‌بخشی مانند تعالی خود و خانواده، آرامش‌بخشی مانند محبت کردن، مهارت‌یابی و زندگی آگاهانه مانند مهارت گفتگو و مهارت حل تعارض بود. این راهبردها موجب پیامدهای فردی مانند شادکامی، خودارزشمندی و امیدواری و پیامدهای بین‌فردی مانند احساس امنیت و خرسندی در رابطه بود. با توجه به یافته‌های پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که حمایت عاطفی در خانواده دارای پیامدهایی است که پیامد اولیه آن شامل افزایش انعطاف‌پذیری و سازگاری در خانواده و پیامد ثانویه آن شامل افزایش کیفیت زندگی و کاهش عوامل گسست در خانواده است. این عوامل سلامت روان افراد و شکل‌گیری زندگی مطلوب خانوادگی و اجتماعی را به دنبال دارد و نیازمند توجه درمانگران و مشاوران برای افزایش سلامت و پیشبرد اهداف جامعه می‌باشد.

کلمات کلیدی: کیفیت زندگی زناشویی، حمایت عاطفی در خانواده، داده بنیاد.

مقدمه و بیان مسئله

کیفیت رابطه زناشویی، یکی از مهم‌ترین موضوعات مورد توجه جامعه انسانی است (شفیع‌آبادی و همکاران، ۱۳۹۵). این رابطه با ازدواج معنا پیدا کرده و خانواده از ازدواج سرچشمه می‌گیرد (یوان^۱ و همکاران، ۲۰۲۱). کیفیت رابطه زناشویی، پیش‌نیاز اعمال خانواده و بر هماهنگی اعضای آن، تاثیرگذار است (یینگ^۲، ۲۰۲۰). همچنین در اسلام، تشکیل خانواده و ازدواج دارای یک جایگاه ارزشمند بوده و از آن به عنوان یک پیوند اجتماعی پایدار یاد می‌شود و خداوند در قرآن کریم آیه ۲۱ سوره روم، ازدواج را مایه آرامش، مودت و رحمت بیان می‌کند (استادی، ۱۳۹۶). محبت و مودت زمانی موجب ایجاد عواطف مثبت و تداوم زندگی می‌شود که به صورت متقابل بین زوجین برقرار شود (خدادادی سنگده و همکاران، ۱۴۰۰). ازدواج همراه با رضایت محل تبادل و تلاقی احساسات و عواطف مثبت و خوشایند بین همسران است که موجب تشکیل خانواده بهنجار شده و در سلامت و بهزیستی کل جامعه نقش دارد (خجسته‌فرد، ۱۳۹۸). رضایت از زندگی موجب تداوم و کاهش تعارضات و مشکلات زندگی شده و یکی از عوامل موفقیت در بین همسران محسوب می‌شود (دیماجیو^۳، ۲۰۲۰). کیفیت زناشویی، ارزیابی ذهنی روابط زناشویی توسط هر دو همسر است و عامل کلیدی موثر بر شادی زناشویی و کیفیت زندگی است (فاورز و اوونز^۴، ۲۰۱۰). بنابر تعریف سازمان بهداشت جهانی، کیفیت زندگی شامل تصور افراد از موقعیت خود در زندگی با توجه به بافت فرهنگی و سیستم‌های ارزشی که در آن به سر می‌برند و اهداف، انتظارات، استانداردها و نگرانی‌هایشان در آن نقش دارد (شفیع‌آبادی و همکاران، ۱۳۹۵). کیفیت زندگی حاصل یک ارزیابی ذهنی و شخصی است و به قضاوت، درک و رضایت فرد از سطح عملکردی خود برمی‌گردد و شامل فعالیت‌های روزمره و مهارت‌های زندگی مستقل است (پیرزاده و همکاران، ۱۳۹۸). چندبعدی بودن کیفیت زندگی به سلامت جسمی و جنسی، عملکرد عاطفی و اجتماعی فرد، اشاره دارد (تقدسی و فهیمی فر، ۱۳۹۳). ابعاد کیفیت زندگی شامل نقش‌ها و کارکرد خانواده است که بر نیازها و اهداف، رضایت از زندگی و روابط عاطفی افراد تاثیر مستقیم دارد و شامل قوانین و ارزش‌های فرهنگی درون خانواده است که الگوی روابط بین افراد در سیستم خانواده را نشان می‌دهد (شفیع‌آبادی و همکاران، ۱۳۹۵). اگر روند خانواده دچار اختلال شود، اعضای آن به تدریج احساس رضایتمندی خود را از دست می‌دهند و در پی آن تعارضات شکل گرفته که موجب کاهش کیفیت زندگی زناشویی می‌شود (دانشمندی و سهرابی شگفتی، ۱۳۹۶). حمایت عاطفی از کارکردهای مهم خانواده و شاخص اصلی برای سنجش کیفیت زناشویی یک زوج در نظر گرفته می‌شود (یوان، ۲۰۲۱). حمایت عاطفی از نیاز انسان به محبت، وابستگی‌های عاطفی و تعلق خاطر بوده و شامل احساس همدلی، مراقبت، توجه و علاقه نسبت به یک فرد است (رسولی و همکاران، ۱۳۹۹). حمایت

¹ Yuan, Q. et al.

² Ying, L. et al.

³ Dimaggio, D.G.

⁴ Fowers, B.G, and Owenz, M.B.

عاطفی می‌تواند فرد را به داشتن احساس راحتی و آسایش، اعتماد و اطمینان، تعلق داشتن و مورد محبت قرار گرفتن در شرایط تنش آماده نماید که موجب عدم احساس تنهایی، پوچی، طردشدگی و بی‌هدفی بین اعضای خانواده شود (خجسته‌فرد، ۱۳۹۸). به عبارتی؛ افراد با دریافت حمایت عاطفی برای رسیدن به اهداف خود بر چگونگی تجربه و اظهار هیجان‌هایشان و تغییر یا تعدیل آن توانمند می‌شوند (نوری و همکاران، ۱۳۹۷). این عوامل موجب ایجاد رضایت بالاتر در رابطه، ارتباط بیشتر و مؤثرتر، افزایش تجربه، احساس پیوند و نزدیکی، کاهش رفتار منفی، کنترل بالاتر در برابر رفتارهای منفی همسر، کاهش انتظارات نامعقول، اعتماد و ارائه حمایت بیشتر می‌شود و به کاهش تعارضات زناشویی کمک کرده و تأثیر مثبتی بر بهبود کیفیت ازدواج برای هر دو طرف دارد (یو^۱ و همکاران، ۲۰۱۸؛ دیماجیو، ۲۰۲۰). وقتی افراد درک کنند که همسرشان به طور فعال به نیازها، خواسته‌ها و سرگرمی‌های آنها پاسخ می‌دهد؛ احساس حمایت، مراقبت و ارزش‌گذاری دارند (مروین و روزن^۲، ۲۰۲۰). همچنین تأثیر قویتری بر ارتقاء سلامت روان و کاهش عوامل بروز افسردگی و اضطراب در زوجین دارد (توئیتس^۳، ۲۰۱۱). این عوامل، به ایجاد یک جو خانوادگی هماهنگ و در نتیجه بهبود کیفیت زناشویی هر دو طرف کمک می‌کند (امبر^۴ و همکاران، ۲۰۲۰). انجام کارهایی مانند شنیدن افکار و احساسات یکدیگر، شناسایی و به رسمیت شناختن احساسات و عواطف طرف مقابل، تشویق و سپاس‌گذاری، از عملکردهای حمایت عاطفی به شمار می‌روند (پاک سرشت و همکاران، ۱۳۹۸). حمایت عاطفی یک پدیده درون فردی نیست بلکه معمولاً در موقعیت‌های اجتماعی به وجود می‌آید و ارزش‌های اجتماعی و فرهنگی بر تجربه و تنظیم آن اثرگذار هستند (ریاحی و همکاران، ۱۳۹۹). مطالعات متعدد نشان داده‌اند که درک و حمایت از طرف همسر، نقش تعیین‌کننده‌ای در ایجاد، حفظ و توسعه روابط صمیمانه ایفا می‌کند (تسفیلیز^۵ و همکاران، ۲۰۱۸؛ آلونسو-فرس^۶ و همکاران، ۲۰۲۱). بولواردی^۷ و همکاران (۲۰۱۵)، در مطالعه خود دریافتند که از میان عوامل شخصیتی، عامل ثبات عاطفی با رضایت زناشویی ارتباط مثبت و معنی‌داری دارد. وقتی تعارضات در زوجین افزایش می‌یابد رابطه زوجین سرد می‌شود و به دنبال آن روابط عاطفی آن‌ها خدشه‌دار شده و به دنبال آن کیفیت رابطه جنسی کاهش پیدا می‌کند که موجب نارضایتی و افزایش تنش‌ها و در نتیجه کاهش کیفیت زندگی می‌شود (تقی‌یار و پهلوان‌زاده، ۱۳۹۸). در مطالعه‌ای از رافیا^۸ در دانشگاه پنجاب (۲۰۲۱)، با عنوان "پیش‌بینی‌کننده‌های رضایت زناشویی در فرهنگ‌های فردگرا و جمع‌گرا" نشان داد که روابط زناشویی با مفاهیمی مانند رضایت، موفقیت زناشویی، اجماع، همراهی و سازگاری با کیفیت زندگی ارتباط دارد. در پژوهشی از تانگ^۹ و

¹ Yoo, J.

² Merwin, K.E, and Rosen, N.O.

³ Thoits, P.A.

⁴ Amber, A.P. et al.

⁵ Tasfiliz, D. et al.

⁶ Alonso-fires, M. et al.

⁷ Bolvardi, A. et al.

⁸ Raffia, R.

⁹ Tang, Y. et al.

همکاران(۲۰۲۱)، با عنوان "خط سیر رضایت زناشویی در میان تازه دامادهای چینی" نشان داد که متغیرهای بین فردی در برابر متغیرهای درون فردی، مرتبط با استرس و رضایت زناشویی و تغییر در میزان استرس با تغییر در رضایت زناشویی مرتبط بود. در پژوهشی از دیماجیو(۲۰۲۰) با عنوان "بررسی متغیرهایی که در رضایت زناشویی نقش دارند" این نتیجه به دست آمد که اشتیاق، صداقت، حمایت عاطفی و راحتی، قویترین رابطه را با رضایت زناشویی داشتند. همچنین وجود حمایت عاطفی و درک شدن توسط همسر غیرصادق نیز پیش‌بینی کننده رضایت زناشویی بود. یافته‌های پژوهش دهدست و قبادی(۱۳۹۹)، با عنوان "تبیین عوامل گسست در خانواده ایرانی متأثر از نوسازی: فراتحلیل کیفی" نشان داد که اختلال در عملکرد عاطفی و جنسی خانواده، تحت تاثیر سطح عظیم تغییرات ساختاری، تغییرات ارزشی، تغییرات اخلاقی و عدم پیش‌شایستگی‌های ازدواج و فقدان مهارت‌های پس از ازدواج، استحکام خانواده ایرانی را کاهش داده است. در پژوهشی از خجسته فرد(۱۳۹۸)، با عنوان "رابطه هوش و حمایت عاطفی زناشویی با رضایت از زندگی در زنان و مردان متأهل" این نتیجه به دست آمد که فقدان یا کاهش احساس در مورد مؤلفه رضایت از زندگی در زوجین می‌تواند سبب ایجاد محرکی برای تصمیم به جدایی و طلاق شود که می‌توان با استفاده از تنظیم هوش هیجانی و ارتقاء حمایت عاطفی در زوجین به بهبود این متغیر کمک نمود.

حمایت عاطفی در خانواده موجب استحکام و تداوم خانواده بوده و نبود آن می‌تواند به طور متوسط سبب ۶۰ تا ۷۰ درصد از طلاقها و ۳۰ تا ۴۰ درصد از خیانتها و روابط پنهانی گردد(محمدی و همکاران، ۱۳۹۶). از سوی دیگر، کیفیت زناشویی والدین می‌تواند بر رشد و آینده فرزندان نشان تأثیرگذار باشد(روادس^۱ و همکاران، ۲۰۱۱). همچنین سلامت روان آنها را تحت الشعاع قرار دهد(دینگ^۲ و همکاران، ۲۰۱۹). بنابراین، بررسی عوامل تأثیرگذار بر کیفیت زناشویی و آشکارسازی بیشتر مکانیسم تأثیرگذار آن برای حفظ همزیستی خانواده‌ها از اهمیت بالایی برخوردار است. عملکرد عاطفی را می‌توان به عنوان یک موضوع جنسیتی در نظر گرفت که از نظر مردان و زنان متفاوت است. زنان توجه زیادی به بهزیستی هیجانی افراد خانواده داشته و عملکرد عاطفی را بخشی از وظایف و مسئولیت خود می‌دانند(سیدی و شاه‌نظری، ۱۳۹۸). بنابراین؛ هر اندازه مفاهیم حمایت عاطفی تعریف شده برای زن و مرد روشن‌تر باشد وظایف آنان در ایفای نقش، ساده‌تر خواهد بود که موجب ایجاد رابطه عاطفی پایدار و عمیق و افزایش کیفیت زندگی خواهد شد. این امر ضرورت انجام پژوهش مستقل در این زمینه با زنان و مردان را نشان می‌دهد. از طرف دیگر؛ اکثر پژوهشهای انجام گرفته از نوع کمی و پرسشنامه‌ای و با یک دیدگاه اثبات‌گرایانه می‌باشد. بنابراین پژوهش حاضر در نظر دارد با روش کیفی به این سوال پاسخ دهد که، نقش حمایت عاطفی خانواده در کیفیت زندگی زناشویی

زنان چگونه است؟

روش پژوهش

¹ Rhoades, B. et al.

² Ding, W. at al.

در پژوهش حاضر، از رویکرد کیفی و روش داده‌بنیاد استفاده شده است. این روش دارای سه مؤلفه بسترها، فرایندها (عوامل مداخله‌گر و راهبردها) و پیامدها است. جمعیت مورد پژوهش با توجه به اشباع نظری، شامل ۱۶ زن متاهل ۲۰ تا ۴۵ سال مناطق ۹ و ۱۰ شهرستان در بازه زمانی فروردین تا مرداد ۱۴۰۰ بود. این پژوهش با استفاده از شیوه نمونه‌گیری هدفمند و دردسترس انجام شد. افرادی که تمایل به شرکت در پژوهش داشتند و در مقیاس رضایت زناشویی انریچ (اولسون^۱ و همکاران، ۱۹۹۷؛ خدادادی سنگده و همکاران، ۱۳۹۹)، نمره ۵۰ به بالا را نشان دادند و به دلیل ایجاد انسجام زوجی در اوایل زندگی از مدت زمان تاهل آنها ۲ سال گذشته بود و سابقه طلاق و پیمان‌شکنی نداشتند؛ برای مصاحبه انتخاب شدند. ملاک خروج شرکت‌کنندگان هم دارا نبودن هر یک از شرایط ورود به پژوهش بود. ویژگیهای جمعیت‌شناختی مصاحبه‌شونده‌ها در جدول شماره ۱ نشان داده شده است. پس از شناسایی افراد، مطابق با ملاک‌های ورود به پژوهش، مصاحبه عمیق نیمه‌ساختاریافته به دلیل وجود بیماری کرونا به صورت تماس تلفنی (البته در برخی موارد خاص به صورت حضوری) انجام شد. ابتدا از مشارکت‌کنندگان سؤالات به صورت کلی پرسیده شد. به عنوان مثال؛ هر چیزی کیفیتی دارد، شما به کیفیت زندگی خود از اول تا الان از ۱ تا ۱۰، چه نمره‌ای می‌دهید؟ سپس در پی هر پاسخ و با تمرکز به گفته‌های افراد سؤالات به صورت جزئی‌تر پرسیده می‌شد. به عنوان مثال؛ از نظر شما حمایت عاطفی در خانواده به چه معناست؟ چه کارهایی انجام می‌دهید تا میزان حمایت عاطفی در خانواده شما افزایش پیدا کند؟ این حمایت بر رابطه زناشویی شما چه تاثیری می‌گذارد؟ که با هدایت افراد به سمت مصادیق عینی سعی شد تا از کلی‌گویی و شعارگونه بودن پاسخ‌ها جلوگیری شود. مصاحبه با هر یک از نمونه‌ها تقریباً حدود ۳۰ تا ۶۰ دقیقه طول کشید. پیش از انجام مصاحبه در مورد هدف پژوهش و رعایت اصل رازداری اطلاعات به طور کلی به شرکت‌کنندگان داده شد. اجازه ضبط مصاحبه و پیاده‌سازی نیز کسب شد و به منظور رعایت اصل رازداری و حفظ هویت شخصی افراد شرکت‌کننده در تحقیق، در متن پیاده شده، از نام مستعار استفاده شد. با توجه به روش این پژوهش، تعداد نمونه‌هایی که جهت تحلیل داده‌ها مورد استفاده قرار گرفت به میزانی بود که حداکثر محتوا دریافت شد. در روش اشتراوس و کوربین (۱۳۹۱)، به منظور تحلیل داده‌ها کدگذاری به صورت باز، محوری و انتخابی انجام می‌شود که شامل خرد کردن داده‌ها، ایجاد مفاهیم و قرار دادن مقوله‌های مرتبط با هم در یک گروه است. ابتدا با شناسایی داده‌ها و واحدهای معنادر کدگذاری باز انجام گرفت و سپس از طریق کدگذاری محوری به سازماندهی مقوله‌ها پرداخته و در نهایت ایده اصلی پژوهشگر در پی ارتباط با داده‌ها به عنوان کدگزینی "نقش حمایتی-عاطفی خانواده" بیان شد. سپس ارتباط مقوله‌ها به صورت الگو مبتنی بر روش داده‌بنیاد شناسایی شد که در شکل شماره ۱ با عنوان الگوی مفهومی حمایت عاطفی در خانواده نشان داده شده است که شامل یک هسته مرکزی و ارتباط سایر داده‌ها به این هسته است. به منظور صحت و اعتبار داده‌های

¹ Olson, D.H. et al.

پژوهش از چهار شاخص اعتبار گابا و لینکلن^۱ (۱۹۸۹) استفاده گردید. به این منظور پس از تحلیل هر مصاحبه، برای بررسی صحت و سقم مطالب، یافته‌ها به شرکت کننده بازگو شده و پس از تأیید، در صورت لزوم تغییرات لازم اعمال شده و یافته‌ها مورد استفاده قرار می‌گرفت. در تضمین قابلیت تصدیق سعی بر آن بود که پیش فرض‌های ذهنی پژوهشگر در فرایند جمع‌آوری اطلاعات دخیل نشود. جهت تضمین قابلیت اطمینان و کفایت از راهنمایی افراد متخصص در حوزه پژوهش و همچنین روش پژوهش استفاده گردید. به منظور افزایش قابلیت تعمیم و انتقال به موقعیتهای دیگر تلاش شد تا حد امکان از افرادی که از لحاظ اجتماعی و اقتصادی در سطوح مختلف قرار داشتند استفاده شود. همچنین با توجه به معیار ذهنیت پیش‌رونده، نظارت مداوم پژوهشگر بر سازه‌های تدوین شده خود صورت گرفت. از این‌رو، در این پژوهش، تلاش شد تا در حد امکان، در نامگذاری کدها از عناوین بیان‌شده توسط شرکت کنندگان استفاده شود تا نتیجه تحلیل عینیت روبه اعتبار پژوهش افزوده شود.

جدول ۱: اطلاعات جمعیت‌شناختی مصاحبه‌شوندگان

کد	سن خانم	سن همسر	مدت زمان تاهل	تحصیلات خانم	تحصیلات همسر	تعداد فرزندان
۱	۴۵	۴۵	۲۳	لیسانس	لیسانس	۳
۲	۳۷	۳۷	۱۵	دیپلم	فوق لیسانس	۲
۳	۳۶	۴۸	۱۹	دیپلم	لیسانس	۲
۴	۳۷	۴۷	۲۰	لیسانس	فوق لیسانس	۲
۵	۳۵	۳۹	۱۴	لیسانس	لیسانس	۲
۶	۳۵	۴۰	۱۳	دیپلم	دیپلم	۲
۷	۳۷	۳۸	۱۰	دکتر	دکتر	۲
۸	۳۹	۴۶	۱۹	دیپلم	دیپلم	۲
۹	۳۶	۳۹	۱۶	فوق لیسانس	فوق لیسانس	۲
۱۰	۳۶	۴۰	۱۸	فوق لیسانس	لیسانس	۲
۱۱	۳۵	۳۹	۱۰	فوق لیسانس	فوق لیسانس	۱
۱۲	۳۳	۳۸	۹	دکتر	دکتر	۲
۱۳	۳۷	۴۴	۱۴	دیپلم	لیسانس	۲
۱۴	۲۹	۳۶	۹	فوق لیسانس	فوق لیسانس	۲
۱۵	۲۲	۳۲	۳	لیسانس	فوق لیسانس	۱
۱۶	۳۶	۴۲	۱۶	لیسانس	دکتر	۳

^۱ Guba, E.G. and Linclon, Y.S.

یافته‌های پژوهش

در پژوهش حاضر، در تحلیل نهایی داده‌ها، ۹۴ کد باز، ۱۰ کد محوری و کد انتخابی «حمایتی-عاطفی خانواده» شناسایی شد. تحلیل گویه‌های به دست آمده از مشارکت کنندگان در رابطه با سوال پژوهش در جدول شماره ۲ آمده است.

جدول ۲. کدگذاری باز، محوری و گزینشی گفتار مشارکت‌کنندگان در رابطه با نقش حمایت عاطفی خانواده در کیفیت زندگی زناشویی

کدهای انتخابی	کدهای محوری	کدهای باز
	سرمایه‌های روانشناختی فردی	خصوصیات اخلاقی پسندیده، کنترل ذهن، واقع‌گرایی، مسئولیت‌پذیری نقشی، آگاهی و توجه به نقش خود، مثبت‌اندیشی، انعطاف‌پذیری، از خودگذشتگی، اعتمادبه‌نفس و عزت نفس، درون‌گرایی و برون‌گرایی، شناخت خود، خویش‌داری، توانمندی حل مساله، اقتدار، ایمان به خدا، هدف‌مندی، بلوغ فکری، درک موقعیت‌ها
عوامل بستر ساز حمایت عاطفی در خانواده	معناهای شخصی در ازدواج	معنای هدف‌مندی در ازدواج، معنای امید در ازدواج، معنای فداکاری در ازدواج، معنای تداوم بخشی در ازدواج، معنای صمیمیت در ازدواج.
	پویایی‌های بین فردی در ازدواج	تصمیم‌گیری مشترک، برقراری نظم و برنامه‌ریزی، حمایت‌گری، عشق و تعلق خاطر، هدف مشترک، توقع و انتظارات واقع‌بینانه، تشکر و قدردانی، ایجاد فضای گفتگو، شناخت متقابل، تعهد، ابرازگری، آگاهی و احترام به نیازهای عاطفی یکدیگر، تعامل در حل مسئله و تعارض، سازگاری، ایجاد قدرت متقابل، صمیمیت، احترام متقابل، اشتراکات ذهنی، مکملیت با همسر دوری از خانواده‌های مبدا، دریافت پیام از رسانه‌ها و فضای مجازی، فرهنگ، خدمات مشاوره‌ای و آموزشی، رشد اقتصادی، پیشرفت علمی، دسترسی به الگوهای حمایتی مناسب
عوامل مداخله‌گر	اجتماعی و فرهنگی	سبک زندگی متعصبانه، انتظارات و توقعات غیرواقع بینانه
عوامل تسهیل‌گر	موانع اجتماعی و فرهنگی	فرهنگی، استرس‌ها و نگرانی‌ها، دخالت خانواده مبدا

تلاش برای تعالی خانواده، تعالی خویشتن، توسعه بخشی به

تعالی بخشی

زندگی و پیشرفت، بالغانه عمل کردن

همراهی، محبت کردن، همدلی، مراقبتگری، تشکر و قدردانی،

آرامش بخشی

راهبردها

رضایت داشتن، عوامل شخصیتی

مهارت گفتگو، مهارت حل تعارض، مهارت ایجاد فضای تعاملی

مهارت یابی و زندگی

مناسب، مهارت ابرازگری

آگاهانه

احساس کفایت و رضایت مندی درونی، شادکامی، رضایت از

زندگی، خویشتن داری، تاب آوری، مثبت اندیشی، امیدواری،

رشد شخصی

معنایابی

پیامدها

امنیت در رابطه، کاهش تعارض، خرسندی از رابطه، رشد

رشد ارتباطی

خانواده و فرزندان، درک و پذیرش در رابطه زوجی

سرمایه های روانشناختی فردی

یافته های پژوهش حاضر نشان می دهد که اکثر افراد برخوردار از خصوصیات اخلاقی پسندیده، مثبت اندیشی، سازگاری و مدیریت فضای ذهنی را عامل مهم و تاثیر گذار در حمایت عاطفی خود بیان کردند. خصوصیات اخلاقی شامل خوش خلقی، داشتن آرامش، مهربانی، دست و دلبازی می باشد که ناشی از مثبت اندیشی بوده و موجب انعطاف پذیری افراد در رابطه می گردد. من همیشه نیمه ی پر لیوان را می بینم. اختلاف نظر در همه زندگی ها هست چون زن و مرد از دو فرهنگ متفاوتن. خواهر برادرا هم با هم اختلاف نظر دارن دیگه چه برسه به زن و شوهر (شرکت کننده ۳). من سعی میکنم بدیهای دیگران روی ذهنم تاثیر نگذاره و باعث نشه که به خاطر دیگران سر شوهرم و بچه ها غر بزوم (شرکت کننده ۵).

با توجه به اظهارات شرکت کنندگان روحیه گذشت و فداکاری در جای مناسب خود موجب افزایش حمایت عاطفی در همسر می شود که بارها در مصاحبه ها به آن اشاره شد. همچنین مسئولیت پذیری افراد چه در زمینه همسر داری و چه در زمینه تربیت فرزندان و شغل موجب جلب نظر طرف مقابل و پررنگ شدن نقش حمایتی در افراد می گردد. من آدم مطیعی هستم و خیلی جاها به خاطر همسر از خودم گذشتم و این باعث شده که همسرم کارهایی که دوست نداره را به خاطر من انجام میده (شرکت کننده ۸). مثلا تو خونه خریدن، مگه خونه خریدن کار راحتی؟ همین که همراهش باشی و یه جایی مسئولیت کاری رو بر عهده بگیری یعنی حمایتش کردی (شرکت کننده ۱).

یکی از ویژگیهای شناسایی شده در افراد مورد مطالعه، واقع گرایی در آنها بود. به این صورت که نگرش آنها به همسر و زندگی مشترک به دور از ایده آل گرایی و همراه با حقیقت بینی بود. آنها همسر و شرایط زندگی خود را همان طوری که هست

پذیرفته‌اند و انتظاراتی دور از واقعیت و آرزوهای دست‌نیافتنی ندارند. همچنین کامل و بی‌عیب و نقص نبودن همسر و زندگی را امری طبیعی دانسته که موجب کاهش توقعات از زندگی، دوری از اهداف کمال‌گرایانه و کنار آمدن با چالش‌ها و مشکلات می‌شود. همه آدم‌ها نکته مثبت و منفی دارند و این یک حقیقت، من آگه بخوام از زندگی و از خودم ایراد بگیرم، میتونم اندازه یک کتاب ایراد پیدا کنم ولی بیشتر نکات خوب زندگی رو می‌بینم (شرکت کننده ۳). من وقتم رو سر آرزو هام تلف نمیکنم واقعیات رو میبینم و توقع بیجا ندارم (شرکت کننده ۴).

عامل موثر دیگر در کارکرد حمایتی افراد، خویشن‌داری و افزایش اعتماد به نفس در افراد است که موجب افزایش توانمندی در حل مسئله و اقتدار، برقراری رابطه موثر و کارآمد و ایجاد آرامش و درک بیشتر در رابطه می‌شود. این افراد در زندگی خود منفعل نبوده و آگاهی از نقش و جایگاه خود در شرایط مختلف را از عوامل افزایش رضایت زندگی خود می‌دانستند. من کلا صلح طلبم یا جو را متشنج نمی‌کنم یا گیر الکی نمی‌دم یا بهانه‌گیری نمی‌کنم. شاید این در کیفیت زندگی نقش مهمی داشته (شرکت کننده ۱). خانم‌ها عزت نفس و ارزشمندی‌شان رو که برون بالا، رضایت‌شان از زندگی میره بالا و همسرشون هم همینطور بهشون نگاه می‌کنه (شرکت کننده ۱۱). شغلم اوایل سخت بود ولی بعدش خوب شد. چون من محکم ایستادم و کوتاه نیومدم. قبلش فکر می‌کرد بهش وابسته‌ام و بعد مستقل شدم. خیلی روی کیفیت زندگی مون تاثیر گذاشت. فکر می‌کنه با یک زن مستقل قدرتمند حرف می‌زنه (شرکت کننده ۱۲).

شخصیت برون‌گرا و درون‌گرا در افراد یک عامل تاثیرگذار در حمایت عاطفی افراد به شمار می‌آید. معمولاً برون‌گراها محبت خود را بیشتر در کلام و درون‌گراها بیشتر در عمل نشان می‌دهند و این نیازمند شناخت خود است. من و همسرم دوتا آدم متفاوتیم، اون آدم خونسرد و آروم، ولی من پر حرف و پر شور و عجولم. سعی کردیم با هم کنار بیایم (شرکت کننده ۲). یکی از ویژگی‌هایی که افراد بیان کردند رابطه خود با خدا و توکل و داشتن روحیه شکرگذاری بود. افراد با حفظ معنویت توانسته بودند هم بزرگوارانه‌تر به زندگی نگاه کنند و هم به ظرفیت‌های روحی خود بیفزایند. وقتی به خدا نزدیکتر میشم حسم به همسرم بهتره، انگار به همسرم نزدیکترم (شرکت کننده ۱۶). من همیشه به خدا توکل می‌کنم چون صبرم بیشتر میشه و رابطمون محکم‌تر میشه و خدا رو شکر میکنم که همسرم آدم خوبیه (شرکت کننده ۱۴).

معناهای شخصی در ازدواج

افراد مختلف نسبت به کارکرد حمایت عاطفی در خانواده نگاه‌های متفاوتی دارند و این تفاوت‌ها نشان‌دهنده منحصر به فرد بودن هر انسان در جهان هستی است که نسبت به هر موضوع، حساسیت‌ها و معناهای مختلف را در ذهن خود تداعی می‌کند. در این پژوهش معناهای شخصی افراد در ازدواج شامل معنای امید، معنای فداکاری، معنای تداوم‌بخشی و معنای صمیمیت در ازدواج بود که در عبارات زیر به آن اشاره شده است. وقتی ازدواج میکنی یعنی امید داری که در کنار همسرت بتونی آینده خوبی رو داشته باشی (شرکت کننده ۱۵). زندگی مشترک بدون گذشت و فداکاری پیش نمیره که باید دوطرفه باشه و زن و مرد از "من" باید بشن "نیم من" تا بتونن موفق باشن. (شرکت کننده ۱۵). اگر مهرورزیها رو یکی یکی کم کنیم مثلا بگیریم آگه

شربت نخورد اشکالی ندارد یا به چایی نخورد که زندگی به هم نمی‌ریزه، و اگر بوسه‌ها و آغوش بشه هفته‌ای به بار که چیزی نمی‌شه ولی همه اینا باعث می‌شه به جایی برسیم که دیگه مهری بینمون نمونه و دلیلی برای ادامه زندگی نمی‌بینیم (شرکت کننده ۱۱). اول و آخر زن و شوهر با هم میمونن، پدر و مادر تا به سنی با ما هستن و هر کدوم کارهای خودشونو دارن، برای زن کوهی مثل مرد و برای مرد کوهی مثل زن هست که باید پشتشون به هم باشه (شرکت کننده ۱۳).

پویایی‌های بین فردی در ازدواج

بر اساس یافته‌های پژوهش عوامل متعددی در بستر تعاملی و پویایی‌های بین‌شخصی شناسایی شد که مرتبط با تعاملات مثبت افراد با همسر خود بوده است. با توجه به گفته‌های افراد حفظ صمیمیت با همسر، احترام متقابل، تعهد نسبت به همدیگر و عشق و تعلق خاطر در ایجاد احساس امنیت در خانواده و حفظ روحیه و شادکامی آنها در زندگی نقش مثبتی داشته و موجب حفظ و تداوم زندگی آنها گردیده است. شوهرم به حرفم اهمیت می‌ده و این باعث شده که احساس ارزشمندی و احترام کنم. احترامی که جلوی دیگران بهش میذارم باعث می‌شه هر وقت دعوا هم داشته باشیم، زیاد طول نکشه و دیگه سردی اول را نداشته باشیم (شرکت کننده ۱۳). وقتی تو زندگیت صمیمی باشی دوست داری فرزند بیاری، دوست داری بچه‌دار بشی، دوست داری بچه‌ات را خوب تربیت کنی (شرکت کننده ۱۵). مرور خاطرات خوب، حتی دیدن عکس‌های قدیمی باعث میشه احساس کنم بهش تعلق دارم و رابطمون شارژ میشه (شرکت کننده ۱۴). همسرم بارها تعهد خودش رو به زندگی ثابت کرده و این باعث شده بیشتر بهش اعتماد کنم و بیشتر تلاش کنم (شرکت کننده ۱۶).

از مقوله‌هایی که در کارکرد حمایتی افراد نقش دارد، تصمیم‌گیری مشترک، نظم و برنامه‌ریزی و حل مسئله و تعارض در زندگی است که به افراد کمک میکند تا با ایجاد فضای گفتگو، درک و همراهی و حمایت‌گری لازم را انجام دهند و با شناخت یکدیگر و با استفاده از مهارت سازگاری از تنش و تعارض در رابطه بکاهند و از آسیب‌های جدی در رابطه جلوگیری کنند. صمیمیت موجب ارضای نیاز عاطفی، درک متقابل، تاکید بر جنبه‌های مثبت همسر، افزایش مهارت در برقراری رابطه و ایجاد یک رابطه مکمل می‌گردد. من بشخصه دوست ندارم تصمیم‌گیرنده خودم به تنهایی باشم و وقتی با هم تصمیم می‌گیریم، هم تصمیم درست‌تری می‌گیریم هم بهتر عمل می‌کنیم (شرکت کننده ۳). ما تو زندگیمون حمایت عاطفی و محبت داریم حتی زمانی که دعوا و حرف غیرمنطقی وجود داره اون حمایته هست ولی سر جای خودش، و به خاطر دعوا گفتمان داریم (شرکت کننده ۱). همسرم در شرایط مختلف من را درک می‌کند چه زمانی که باردار بودم چه زمانی که بچه‌ی کوچیک داشتم چون تو شرایط مختلف می‌دونه که چی کار باید بکنه من احساس می‌کنم داره حمایت می‌کنه (شرکت کننده ۸). حمایت باید سالم باشه و گاهی سپردن همه امور به طرف مقابل زندگی رو نابود میکنه (شرکت کننده ۲). همسرم می‌گه تو باعث شدی خونه گرم بشه و همه چی خوب باشه و این حرفاش بهم انگیزه میده (شرکت کننده ۳). بعد از به مدت که دو نفر باهم زندگی می‌کنن لم هم دیگه میاد دستشون. ما هم همدیگه رو خوب شناختیم و پا روی خط قرمزهای هم نمیگذاریم (شرکت کننده ۷). مردها زنی را دوست دارند که مستقل ولی مکملشون باشه نه اینکه تسلط داشته باشه (شرکت کننده ۱۲).

بنابر گفته‌های افراد اشتراکات ذهنی در افراد هدفمندی در زندگی و ایجاد روحیه سازگاری را به دنبال دارد که موجب ایجاد توقع و انتظارات واقع‌بینانه و عدم سرزنش، تحقیر و رفتارهای تخریب‌گر می‌شود. این امر موفقیت و پیشرفت و عدم بروز مشکلات جدی در خانواده را در بر دارد. ما خیلی از نظر فکری به هم نزدیکیم و این باعث شده خیلی به هم نزدیک باشیم و جاهایی که نظرمون متفاوت‌تر راحت‌تر کنار می‌ایم (شرکت‌کننده ۳). من و همسرم تو زندگی به سری هدف مشترک داریم که برایش تلاش می‌کنیم و به سری هم هدف شخصی داریم که با همراهی و همکاری به هم کمک می‌کنیم تا هر کس به خواسته خودش برسه (شرکت‌کننده ۲). من و همسرم سعی کردیم هیچ‌وقت همدیگه رو سرزنش یا تحقیر نکنیم حتی با لحن بد باهم صحبت نکنیم یا مثلاً گیر الکی نمی‌دیم، یا غر نمی‌زنیم (شرکت‌کننده ۱۶).

رابطه جنسی بخش اجتناب‌ناپذیر رابطه زوجی می‌باشد که با همکاری و همراهی در این زمینه رضایت و حمایت نسبت به یکدیگر را افزایش می‌دهد. ارضای جنسی و عاطفی از عوامل تاثیرگذار بر یکدیگر بوده که هرگاه با هم همراه باشند رضایت از کل زندگی را موجب می‌شوند. از لحاظ جنسی ساپورتش می‌کنم همین یعنی حمایت (شرکت‌کننده ۸). وقتی با هم رابطه داریم هم از لحاظ عاطفی هم جنسی ارضا می‌شیم و احساس رضایت زیادی می‌کنیم (شرکت‌کننده ۱۲). یکی از عوامل مهم تاثیرگذار در کارکرد حمایت عاطفی تشکر و قدردانی و ابراز محبت و علاقه در رابطه افراد است که افراد را به ادامه رابطه دلگرم‌تر کرده و به زندگی زناشویی تداوم می‌بخشد که در جملات بیان شده خود را نشان می‌دهد. وقتی از همسرم بابت خریدش تشکر می‌کنم یا خریدهایی که انجام می‌ده و من نخواستم بودم را بلد می‌کنم باعث میشه ایندفعه منتظر باشه که بهش لیست خرید بدم یا حواسش هست که چیزای جدید بخره (شرکت‌کننده ۱۴).

عوامل مداخله‌گر

عوامل مداخله‌گر، نقش یاری‌کننده و کمک‌کننده را برعهده دارند. به این معنا که این عوامل در کارکرد حمایت عاطفی در خانواده اثرگذار هستند ولی در فقدان این عوامل هم وجود حمایت عاطفی در خانواده امکان‌پذیر هست. براساس یافته‌های این پژوهش، بسیاری از عوامل مؤثر بر کارکرد حمایت عاطفی افراد در بستر خانواده اصلی و چگونگی تعامل با آنها بود. از جمله مقوله‌های شناسایی شده در بستر عوامل فرهنگی و اجتماعی، دوری از خانواده‌های مبدا، دریافت پیام از رسانه‌ها، فرهنگ، خدمات مشاوره‌ای، رشد اقتصادی، پیشرفت علم و دسترسی به الگوی مناسب می‌باشد. شوهرم محبت کردن رو از مادرش یاد گرفته (شرکت‌کننده ۱۶). خانواده همسرم شهرستانی و گاهی که همسرم دلش تنگ میشه روی رفتارش تاثیر می‌گذاره، تو اون مواقع حتی برایش بلیط گرفتم که بره خانوادش را ببینه (شرکت‌کننده ۱۲). تلوزیون و فضای مجازی خیلی کمک‌کننده هستند و میتونن ابراز محبت رو بخصوص به آقایون یاد بدن (شرکت‌کننده ۴). توی دینمون و همه امامانمون راه و رسم محبت و سازگاری و همسرمداری را بهمون گفتن که خیلی کمکمون میکنه ولی خیلیها الان تازه دارن بهش میرسن (شرکت‌کننده ۱۳). وقتی از لحاظ مالی در مضیقه نباشی، به نوعی آسایش داری که آرامش و محبت هم باهاش میاد (شرکت‌کننده ۹).

در کنار عوامل تسهیلگر، عواملی هستند که موجب ایجاد تداخل و تغییر در یک پدیده می‌شوند. با توجه به یافته‌ها، این عوامل شامل موانع اجتماعی و فرهنگی در خانواده است که موجب ایجاد تعارض و عدم حمایت عاطفی در افراد می‌گردد. از جمله این عوامل می‌توان به سبک زندگی متعصبانه، توقع و انتظارات غیرواقع‌بینانه، استرسها و نگرانیها و دخالت اطرافیان اشاره نمود. همسر با دیدگاه سنتی بزرگ شده و اصلاً بلد نیست محبت کلامی خودش رو نشون بده و میگه اگر محبتم رو نشون بدم بهم میگن زن ذلیل و انگار تو خونمون مردسالاری حاکمه (شرکت کننده ۴). من دوست داشتم به خاطر بی‌محبتی همسر برم مشاوره ولی هم در دسترس نیست هم اینکه هزینه‌هاش زیاده و اینقدر استرسها زیاده که دیگه برای اینا وقت نیمونه (شرکت کننده ۵).

راهبردها

راهبردها، واکنش‌های هدف‌مندی هستند که افراد برای حل مسائل یا رسیدن به اهدافشان از آن استفاده می‌کنند. در نظریه استروس و کورین (۱۳۹۲)، عوامل بسترساز و شرایط میانجی، هردو بر راهبردها نظارت دارند و شامل فعالیت‌هایی هستند که منجر به شکل‌گیری پدیده‌ها می‌شود. تحلیل یافته‌ها، شناسایی راهبردهای تعالی‌بخشی، آرامش‌بخشی و مهارت‌یابی و زندگی آگاهانه را در پی داشت. راهبردهای تعالی‌بخشی شامل تلاش برای تعالی خانواده و تعالی خویشتن می‌باشد. این راهبرد بیشتر بر عوامل رشددهنده تاکید داشته که رشد خانواده و اجتماع را در بر دارد. با اینکه با همسر همسن هستیم ولی خیلی به هم نزدیک فکر می‌کنیم انگار دنیا مون یکیه و این به خاطر اینه که همسر نسبت به همسن و سالاش پخته‌تر نشون میده (شرکت کننده ۲). من و همسر هم سن هستیم و در عین حال عاقلیم و باهم بزرگ شدیم و این باهم بزرگ‌شدنه آگاهی هم همراهش بوده و درس‌هایی هم از خانواده‌هامون گرفتیم و این شده پله ای برای رشد و پیشرفتمون (شرکت کننده ۱). من متناسب با زندگی خودم برنامه‌ریزی می‌کنم و چشم‌وهمچشمی از خواهر یا خواهرشوهر نمی‌کنم و اصلاً نگاهم به دیگران نیست (شرکت کننده ۱).

راهبرد شناسایی شده بعدی آرامش‌بخشی بود که شامل کدهای باز همراهی، محبت کردن، همدلی، مراقبتگری، تشکر و قدردانی، صداقت و رضایت داشتن بود. این راهبردها موجب حفظ آرامش افراد در کل زندگی می‌شوند. همسر در شرایط مختلف من را درک می‌کنه. چه زمانی که باردار بودم چه زمانی که بچه‌ی کوچیک داشتم؛ چون تو شرایط مختلف می‌دونه که چی کار باید بکنه من احساس می‌کنم داره حمایت می‌کنه (شرکت کننده ۸). همسر جلوی دیگران بهم میگه خیلی قبولت دارم و بهت افتخار میکنم؛ این کارش باعث میشه همه وجودم پر از آرامش بشه و تو زندگیم احساس امنیت میکنم (شرکت کننده ۳). همیشه با دست پر میاد خونه من هم با روی باز ازش استقبال میکنم و با توجه به سلیقهش ازش پذیرایی میکنم (شرکت کننده ۱۱). وقتی با همسر صحبت می‌کنم واقعاً دوتا گوش شنوا دارم و وقتی حرف می‌زنه حتی اگر جاییش غیرمنطقی باشه هیچی نمی‌گم و سراپا گوشم و باهاش همدلی می‌کنم (شرکت کننده ۳). ما در عین حال که نگاهمون به زندگی متفاوته ولی با هم دوستیم و هیچ چیز پنهانی در زندگی نداریم و خیلی با هم صادقیم (شرکت کننده ۱).

راهبرد سوم مهارت‌یابی و زندگی آگاهانه بود که شامل مهارت گفتگو، مهارت حل تعارض، مهارت ایجاد فضای تعاملی مناسب، مهارت ابرازگری، مهارت افزایش آگاهی و توقع و انتظارات واقع‌بینانه می‌شد که کاربرد این مهارت‌ها در زندگی به

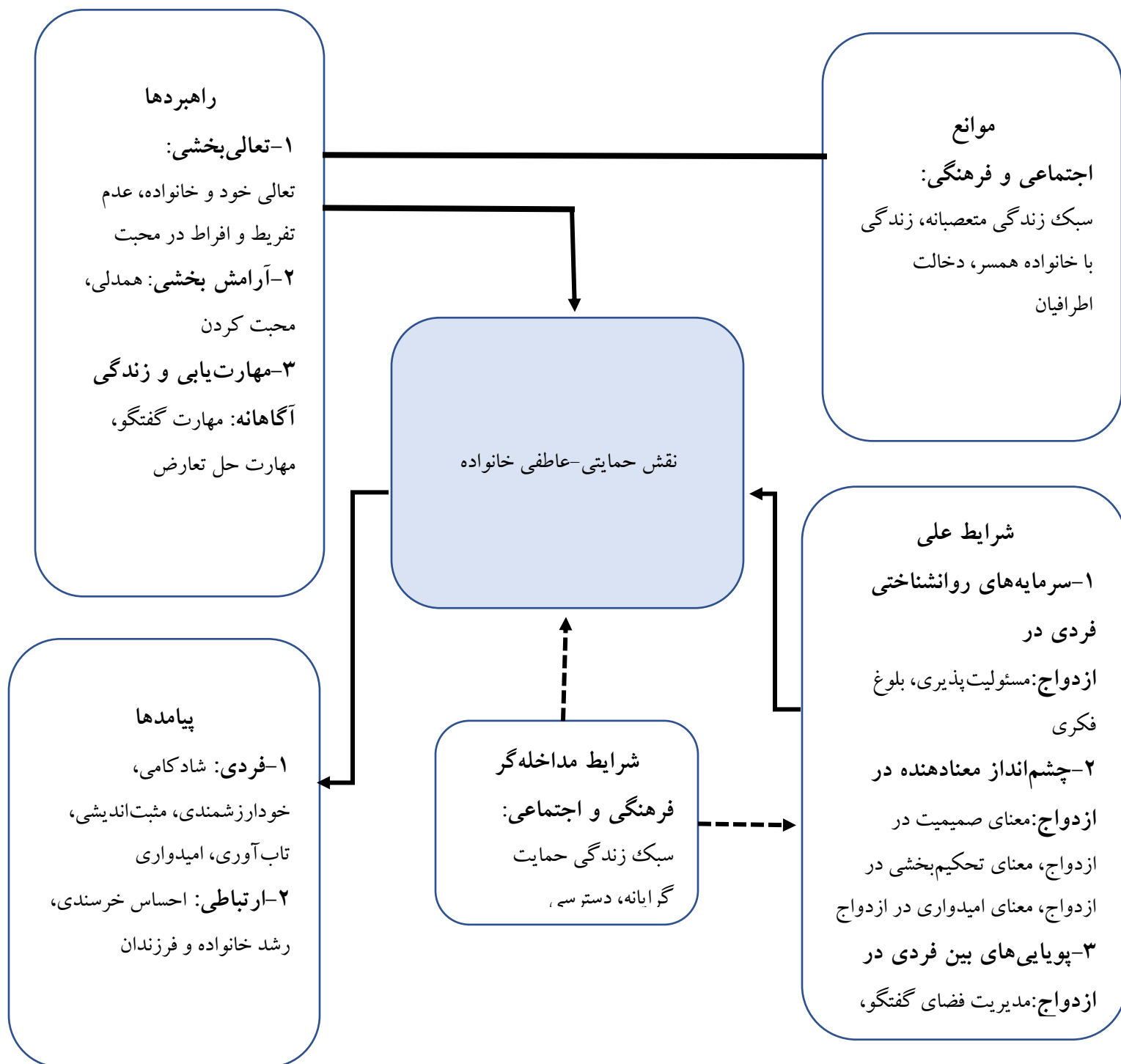
تداوم و استحکام رابطه کمک می کند. ما توی دعوایمون هم اون حمایتی هست ولی سر جای خودش این نیست که تو دعوا همه چیز رو بنذاریم کنار (شرکت کننده ۱). ما سعی می کنیم به اوقات فراغتمون رسیدگی کنیم، مناسبت ها رو پررنگ کنیم و گاهی شرایطی به وجود بیاریم که دلمون برای هم تنگ بشه (شرکت کننده ۴). ما احساساتمون رو به هم به راحتی می گیم این نیست که بگم الان شوهرم قضاوت می کنه (شرکت کننده ۳).

پیامدها

پیامدها شامل نتایج و دستاوردهای ناشی از انجام کارهای معین است که خواسته و ناخواسته صورت می گیرد. در این پژوهش، پیامدهای فردی و ارتباطی شناسایی شد. پیامدهای فردی شامل خودارزشمندی، شادکامی، رضایت از زندگی، خویشتن داری، انسجام، تاب آوری، مثبت اندیشی، امیدواری و معنایابی بود که در جمله های زیر خود را نشان دادند. وقتی می بینم از طرف همسر حمایت میشم از زندگی راضی ترم و بیشتر براش تلاش می کنم و این احساس خوشبختی به من احساس امید میده و سختیها رو بهتر تحمل می کنم (شرکت کننده ۵). وقتی همسرم بهم احترام میذاره احساس اعتماد و ارزشم بیشتری میکنم و سعی میکنم خشمم رو کنترل کنم و هیجانی تصمیم نگیرم. انگار راحتتر میتونم تصمیم بگیرم و برنامه بریزم (شرکت کننده ۱۶). زن با ابراز محبت همسرش انرژی مثبت می گیره و اون رو تو زندگیش پخش می کنه. وقتی محبت بینمون رد و دل میشه شادترم و دوست دارم منم بیشتر محبت کنم. انگار خسته نمیشم (شرکت کننده ۴).

پیامدهای ارتباطی شناسایی شده شامل امنیت در رابطه، کاهش تعارض، خرسندی از رابطه و رشد خانواده و فرزندان می باشد. وقتی محبتمون دو طرفه هست هر دو مون احساس امنیت میکنیم و برای حفظ رابطه بیشتر تلاش میکنیم (شرکت کننده ۷). وقتی محبت میبینی و محبت می کنی زندگی دوام پیدا میکنه ولی وقتی یکی یکی حمایتها رو کم کنیم، دیگه دلیلی برای ادامه زندگی نداریم (شرکت کننده ۱۰). وقتی صمیمیت رو با همسر بیشتر میکنم و حساسیت رو روی همکاری خانمش کمتر میکنم همسر باهام خوشحالتره و بهم بیشتر محبت میکنه (شرکت کننده ۱۴). وقتی با هم صمیمی باشیم دوست داریم تو زندگیمون رشد کنیم و بچه هامون رو خوب تربیت کنیم. صمیمیت باعث شده تا به فکر آوردن بچه باشیم (شرکت کننده ۱۵).

شکل ۱. الگوی مفهومی نقش کارکرد حمایت عاطفی در خانواده



بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با عنوان " نقش حمایت عاطفی خانواده در کیفیت زندگی زناشویی (از منظر زنان) " و با هدف شناسایی نقش حمایت عاطفی خانواده در کیفیت زندگی زناشویی زنان، صورت گرفت. با توجه به عنوان پژوهش، این سوال مطرح می شود که: نقش حمایت عاطفی خانواده در کیفیت زندگی زناشویی زنان چیست؟ با توجه به یافته های تحقیق، اولین عامل شناخته شده، بسترهای فردی و تعاملی در ازدواج بود که در برگیرنده کدهای اصلی سرمایه های روان شناختی فردی، معناهای شخصی در ازدواج و پویایی های بین فردی می باشد. عوامل مداخله گر نیز مواردی هستند که به صورت غیرمستقیم بر کارکرد حمایت عاطفی در خانواده اثرگذارند و همچنین راهبردهایی چون، آرامش بخشی، تعالی بخشی و مهارت های زندگی آگاهانه در خانواده که افراد در مواجهه با موانع و درکنار عوامل مداخله گر برای کارکرد حمایتی خود در خانواده از آن بهره گرفته اند. و در نهایت پیامدهای تحقیق شامل دستاوردهای فردی و ارتباطی بود که افراد مشارکت کننده به آن اذعان داشتند. الگوی مفهومی استخراج شده، چگونگی تعامل این عوامل را در کارکرد حمایت عاطفی نشان می دهد .

یافته های تحقیق نشان داد که کارکرد حمایت عاطفی در خانواده بر کیفیت زندگی زناشویی نقش دارد که با یافته های، رافیا (۲۰۲۱)، تانگ و همکاران (۲۰۲۱)، دیماجیو (۲۰۲۰)، علاقبنده و همکاران (۱۳۹۹)، موسوی و قلی نسب (۱۳۹۸)، خجسته فرد (۱۳۹۸)، شاه قلیان و همکاران (۱۳۹۷)، هم سواست .

به اعتقاد مازلو (۱۹۸۸)، حمایت عاطفی نیاز به پذیرفته شدن و مورد علاقه قرار گرفتن و شناخت افراد از محیط و روابطشان، نیازی اساسی برای رشد فردی است که موجب افزایش رفتارهای سازگارانه می شود (موسوی و قلی نسب، ۱۳۹۸). افرادی که خویشن داری کمتری دارند، بین خود واقعی و خود آرمانی، دچار درگیری شده و احساس حقارت، ضعف و میل به پنهان کردن نواقص خود دارند (دیویس و همکاران، ۲۰۱۶). اگر زن و شوهر از حمایت عاطفی کافی برخوردار باشند، تمایل دارند که رضایت بالاتر در رابطه و ارتباط بیشتر و مؤثرتر را برقرار کنند. این زوجین، احساس پیوند و نزدیکی بیشتری نسبت به همدیگر داشته و در کنار هم راحتی و نزدیکی بیشتری را تجربه می کنند. در واقع رفتار منفی کمتری را از خود نشان داده و در برابر رفتارهای منفی همسر نیز کنترل بیشتری از خود نشان می دهند. این افراد قابل اعتمادترند و انتظارات نامعقول خود را کاهش می دهند (دیماجیو، ۲۰۲۰). همچنین تمایل به برقراری تعاملات بین فردی دارند که این تعاملات شامل سه خصوصیت عاطفه، تایید پذیری و کمک می باشد و درک فرد از در دسترس بودن، محبت، همراهی، مراقبت، احترام، توجه و کمک از سوی گروه هایی نظیر اعضای خانواده، دوستان و دیگران مهم می باشد. این رضایت می تواند توجه و تمرکز فرد را از مشکلاتش برداشته و فرد را از بی هدفی، طرد شدگی و پوچی برهاند و احساس شادکامی بیشتری را برای او به ارمغان آورد (نظری

وهمکاران، ۱۳۹۶). حمایت عاطفی از جنبه بین‌فردی شامل حمایت درونی و بیرونی یا وابسته به پاسخ و مستقل از پاسخ می‌شود. جنبه درونی به تعامل اجتماعی برای تسکین و تنظیم واکنش‌های عاطفی فرد اشاره دارد. و جنبه بیرونی، زمانی است که شخص با احساسات خود به فرد دیگر کمک کرده و او را تسکین می‌دهد (دیماجیو، ۲۰۲۰). در پژوهشی از دسی و رایان (۱۹۹۵)، نشان داده شد که زنان با انگیزه‌های درونی و اعتماد به نفس و عزت نفس بالا، دارای بهزیستی ذهنی بالاتری نسبت به افرادی با انگیزه بیرونی بودند که موجب یافتن راه‌حل سازنده برای کاهش تعارضات و اختلافات خود و افزایش کیفیت زندگی می‌شود (موسوی و قلی‌نسب، ۱۳۹۸). طبق نظریه ریو (۲۰۰۴)، روابط میان‌فردی سالم موجب رضای نیاز آنها به ارتباط شده به گونه‌ای که بهتر انجام وظیفه نموده و در برابر مشکلات و استرس‌ها انعطاف پذیرتر و مقاوم‌ترند (سیدمحمدی، ۱۳۹۶). طبق این نظریه افرادی که از طرف همسر پذیرفته شده‌اند، انگیزه بیشتری برای یافتن راه‌حل‌های سازنده برای حل اختلافاتشان دارند و چنین ارتباطاتی موجب خودشکوفایی و افزایش کیفیت زندگی می‌شود. در پژوهشی از خجسته‌فرد در سال ۱۳۹۸ نشان داده شد که تنظیم هیجان و ارتقای عاطفی در زوجین سبب پیشگیری از طلاق و جدایی می‌شود. تنظیم احساسات بین فردی شامل تلاش‌هایی است که در آن فرد سعی می‌کند احساسات خود را از طریق رفتارهای همدلانه، حمایتی و طرف‌دار اجتماعی تنظیم کند (دیماجیو، ۲۰۲۰). چنین تلاش‌هایی برای کاهش استرس، تاثیر مثبت در شرایط سخت و حفظ منافع زندگی، کلیدی هستند (زکی و ویلیامز، ۲۰۱۳). گراتز و رومر (۲۰۰۴) بیان میکنند که تنظیم احساسات محدود به کنترل پاسخ‌های عاطفی نیست بلکه مجموعه‌ای از توانایی‌ها را شامل می‌شود که افراد از آن برخوردارند (ریاحی و همکاران، ۱۳۹۹). کیفیت روابط زن و شوهری به نوع تعامل آنها با یکدیگر و شیوه‌های حل تعارض برمی‌گردد. در افرادی که از الگوهای ارتباطی کارآمد استفاده می‌کنند، مسائل و مشکلات با هم‌فکری و همکاری یکدیگر روند خود را طی می‌کند و از ایجاد تعارضات تکراری جلوگیری می‌شود. افزایش کیفیت زندگی افراد سلامت جسمی و روانی به همراه دارد و به این دلیل افراد سرمایه‌های عاطفی و روانشناختی خود را صرف تداوم زندگی خود می‌کنند که موجب افزایش تعهد و کاهش خیانت زناشویی می‌شود که با پژوهش پیرزاده و همکاران (۱۳۹۸) هم‌سواست. احمدیان و حقایق (۱۳۹۹)، دریافتند که صمیمیت، توافق، صادق بودن، محبت و پای‌بندی زوجین به دلیل افزایش احتمال حل مسئله و کاهش احساسات منفی ناشی از ناتمام ماندن حل مشکلات کیفیت زندگی را بهبود می‌بخشد. زوجین صمیمی به دلیل عدم توقعات بی‌جا و همچنین اجتناب غیرمنطقی از بحث و تعارض کیفیت رابطه بالاتری را خواهند داشت. روابط بین‌فردی گرم و توانایی عشق ورزیدن به همسر، موجب افزایش توانایی برقراری روابط مثبت با اطرافیان می‌شود که منجر به احساسات مثبتی بر همدلی و عاطفه عمیق‌تر با دیگران و خانواده می‌شود. وقتی کیفیت زندگی افراد بهبود می‌یابد موجب به وجود آمدن ایده‌ها و خلاقیت در افراد می‌شود که نشان دهنده هدفمندی آنها در زندگی است و افراد را در تعیین اهداف برای زندگی تشویق و تقویت کرده و سبب تلاش‌های منظم برای هدایت افکار، احساسات و رفتار برای سازماندهی آن اهداف می‌گردد. عدم وجود حوادث و احساسات نامطلوب عامل خوشبختی نیست بلکه نحوه تعامل و

کنار آمدن با آن‌ها تعیین‌کننده کیفیت و بهزیستی زندگی افراد است و قدرت تحمل در زنان را افزایش داده و زنان را در مدیریت محیط توانمند و در مشارکت فعال افراد تاثیر بسزایی دارد. این یافته با نتایج پژوهش حیدریان و عیسی‌نژاد (۱۳۹۸) هم‌خوان است. کوهن و هوپرم (۱۹۸۳)، به این نتیجه رسیدند که حمایت عاطفی زمینه‌ی ایجاد تعلق، صمیمیت، یکپارچگی اجتماعی، فرصت در رفتارهای سازنده را فراهم می‌کند (موسوی و قلی‌نسب، ۱۳۹۸). در پژوهش دیگر از گرجی و همکاران (۱۳۹۱)، نشان داده شد که نیاز به تعلق با رضایت از زندگی رابطه مستقیم دارد. حمایت عاطفی به عنوان یکی از پیامدهای ازدواج، وضعیتی پایدار از شادمانی است که با تعامل اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی، توافق، رضایت جنسی و ایجاد شرایط مناسب به دست می‌آید (هاشمیه و همکاران، ۱۳۹۶). درک یا باور در دسترس بودن حمایت عاطفی، تاثیر بسیاری بر سلامت روان داشته و عوامل بروز افسردگی و اضطراب در زوجین و بخصوص زنان را کاهش می‌دهد (توئیتس، ۲۰۱۱).

در این پژوهش، سبک زندگی متعصبانه مانند مردسالاری و زن‌سالاری از عوامل کاهش حمایت عاطفی خانواده شناخته شد. این افراد، محبت کردن را وسیله‌ای برای گستاخ شدن طرف مقابل می‌دانستند. در حالی که موجب احساس ناامیدی و بی‌رمقی در زندگی می‌شود. حمایت عاطفی خانواده موجب کاهش استرسها و نگرانیها و در نهایت عاملی برای کاهش تعارضات و عمیق شدن آن می‌باشد.

محبت کردن، از راهبردهایی است که موجب افزایش آرامش در زنان میشود. با توجه به یافته‌ها، نیاز به محبت کلامی در اوایل زندگی بیشتر و هرچه از تعداد سالهای زندگی میگذشت محبت غیر کلامی پررنگ‌تر می‌شد. هر چند می‌توان عامل سمعی و بصری بودن افراد را نیز در نظر گرفت. به این معنا که زنانی که خود را از لحاظ سمعی قوی‌تر می‌دانستند نیاز به محبت کلامی و زنان بصری، نیاز به محبت غیر کلامی در آنها بیشتر دیده می‌شد. ارضای نیاز عاطفی در زنان موجب افزایش توانمندی و مهارت‌یابی و ایجاد زندگی آگاهانه بود. چنین زنانی برای خود و طرف مقابل ارزش بیشتری را قائلند، آرامش بیشتری دارند و برای تعالی زندگی خود بیشتر تلاش می‌کنند. عملکرد عاطفی به جنسیت مرتبط بوده و از نظر زنان و مردان متفاوت است. به این صورت که زنان، عملکرد عاطفی را بخشی از وظایف خود دانسته و تصور می‌کنند که آنها مسئول انجام این نقش در خانواده هستند. مردان متاهل مشکلات جسمی و عاطفی و استرس کمتری را در مقایسه با مردان مجرد تجربه می‌کنند، شاید به این دلیل که زنان حمایت عاطفی مناسبی برای همسران فراهم می‌کنند (نیمز، ۲۰۱۱). عنصر سواد عاطفی عامل مهمی در ایجاد یا عدم ایجاد تعارضات و طلاق می‌باشد زیرا سواد عاطفی می‌تواند فاصله عاطفی بین زوجین را کم کند. مطالعات نشان می‌دهد که آگاهی از هیجانها و چگونگی اثرگذاری آن در زندگی زناشویی موثر است (لوسیان، ۲۰۱۶). سواد عاطفی شامل توانایی‌هایی است که ما به وسیله آن توان اندیشیدن، تشخیص دادن، اداره کردن، دریافت و انتقال عواطف خود به صورت مناسب را داریم (علاقبند و همکاران، ۱۳۹۹).

این پژوهش با محدودیتهایی همراه بود. از مهمترین آنها رعایت کامل تعلیق ذهنیت (اپوخه) در فرایند پژوهش می‌باشد.

پیشنهاد می‌شود که هر کدام از شاخص‌ها مانند سرمایه‌های روانشناختی فرد و بین فردی در حوزه گسترده‌تری مورد پژوهش قرار گیرد و با توجه به اینکه افراد شرکت‌کننده در پژوهش زنان بودند؛ به دلیل تفاوت دیدگاه زنان و مردان در این زمینه، پیشنهاد می‌شود پژوهشی در همین راستا از نظر مردان نیز انجام شود.. همچنین بهره‌گیری مشاورین و درمانگران از یافته‌های پژوهش در تدوین برنامه‌های آموزشی، پیشگیرانه و درمانی جهت افزایش کیفیت زندگی زوجین موثر می‌باشد.

منابع فارسی

- استادی، محمد (۲۰۱۷). نقش نارضایتی جنسی در اختلالات زناشویی. *مجله ره توشه*. ۱۴۳۹(۱۵۴)، ۷۳-۸۶.
- اسماعیلی شهناء، معصومه؛ شالچی، بهزاد واحمدی، عزت‌اله (۱۳۹۶). نقش دشواری در تنظیم هیجان به‌عنوان متغیر میانجی در تبیین رابطه کارکرد خانواده و ارضای نیازهای بنیادین روان‌شناختی با اعتیادپذیری. *فصلنامه علمی اعتیادپژوهی*، ۱۱(۴۲)، ۲۴۸-۲۲۹.
- اشتراوس، انسلم و کربین، جولیت (۱۹۹۸). مبانی پژوهش کیفی فنون و مراحل تولید نظریه زمینه‌ای. ترجمه افشار، ابراهیم (۱۳۹۱). تهران: نشر نی.
- پاک سرشت، صدیقه؛ جعفرزاده کنارسری، فاطمه؛ رافت، فاطمه و راهبی، سیده مرضیه (۱۳۹۸). واکاوی مفهوم فعالیت جنسی-زناشویی از دیدگاه زنان متأهل. *مجله تحقیقات کیفی در علوم سلامت*، ۶(۱)، ۷۸-۸۸.
- پیرزاده، میلاد، بنی‌سی، پریناز؛ وطن‌خواه، حمیدرضا (۱۳۹۸). پیش‌بینی نگرش به خیانت زناشویی براساس رضایت جنسی، کیفیت روابط و رضایت زناشویی زنان متأهل جوان. *مجله پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری*، ۴(۳۹)، ۱۶-۳۲.
- تقدسی، محسن؛ فهیمی فر، آمنه (۱۳۹۳). تاثیر درمان مرور زندگی با رویکرد معنوی بر کیفیت زندگی در بین بیماران مبتلا به سرطان. *دوماهنامه فیض*، ۱۸(۲)، ۱۶-۲۱.
- تقی‌یار، زهرا و پهلوان‌زاده، فرشاد (۱۳۹۸). بررسی اثربخشی رویکرد روایت‌درمانی بر تعهد زناشویی و رضایت جنسی زنان. *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، ۲۰(۲)، ۱۱۰-۱۲۰.
- حیدریان، منصور؛ عیسی‌نژاد، امید (۱۳۹۹). اثربخشی درمان مبتنی بر بهبود کیفیت زندگی بر عملکرد و کیفیت زندگی خانواده آزادگان. *فصلنامه روان‌شناسی نظامی*، ۱۱(۴۴)، ۴۵-۵۹.
- خجسته‌فرد، درسا (۱۳۹۸). مروری بر رابطه هوش و حمایت عاطفی زناشویی با رضایت از زندگی در زنان و مردان متأهل. *مطالعات روانشناسی و علوم تربیتی*، ۴۶(۵)، ۳۱-۴۲.
- خدادادی سنگده، جواد؛ توکلی، عذرا؛ دهدست، کوثر (۱۴۰۰). شناسایی راهبردهای حل تعارض زناشویی در شرایط قرنطینه خانگی ناشی از کرونا. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، مشاوره خانواده. دانشکده رفاه. چاپ نشده.

خدادادی سنگده، جواد؛ کلائی، اعظم، گوهری پور، مرتضی (۱۳۹۹). تدوین الگوی مفهومی رضایت از ازدواج در بستر خانواده سالم مبتنی بر بافت فرهنگی. فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی. ۴۱(۱۱)، ۶۰-۲۷.

دانشمندی، سلماز؛ سهرابی شگفتی، نادر (۱۳۹۶). نقش واسطه‌ای تعارضات زناشویی در ارتباط با تنظیم شناختی هیجان در زوجین شهر شیراز. هشتمین کنفرانس بین‌المللی روانشناسی و علوم اجتماعی. RAFCON08_160.

دهدست، کوثر؛ قبادی، شهاب (۱۳۹۹). تبیین شاخص‌های گسست در خانواده ایرانی متأثر از فرایند نوسازی: یک فراتحلیل کیفی. نشریه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، ۱۱(۴۳).

رسولی، سمیرا السادات؛ گلپور، محسن؛ رضانی، محمدآرش و حسنی، جعفر (۱۳۹۹). مقایسه اثربخشی بسته آموزشی رضایت‌مندی جنسی ایرانی و روی‌آورد مسترز و جانسون بر کیفیت زناشویی افراد متأهل. مجله علوم روان‌شناختی، ۱۹(۱۲)، ۱۱۰-۱۰۱.

سیدی، سیده زهرا و شاه‌نظری، مهدی (۱۳۹۸). پیش‌بینی رضایت جنسی زنان متأهل براساس سازگاری زناشویی، الگوهای ارتباطی و تنظیم هیجانی. نشریه علمی رویش روان‌شناسی، ۸(۹)، ۱۷۹-۱۸۸.

شفیع‌آبادی، عبدالله اسماعیلی، معصومه؛ دلاور، علی و غلامزاده جفیره، مریم (۱۳۹۵). مقایسه‌ی هدفمندی کارکردهای ازدواج در افراد متأهل راضی و ناراضی و بررسی ارتباط آن با نشاط. دولتی- وزارت علوم، تحقیقات، و فناوری- دانشگاه علامه طباطبایی- دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی ۶۱.

علاقبند، لیلا؛ پاشاشریفی، حسن؛ فرزاد، ولی‌اله؛ آقاییوسفی، علیرضا (۱۳۹۹). پیش‌بینی طلاق عاطفی براساس سواد عاطفی، سبک‌های مقابله‌ای، کیفیت زندگی، هیجان خواهی با میانجی‌گری تاب‌آوری. مجله علوم روان‌شناسی، ۱۹(۹۰)، ۷۳۳-۷۴۳.

موسوی، سیده فاطمه؛ قلی‌نسب قوجه بیگلر، رقیه (۱۳۹۸). نقش حمایت عاطفی و خودتعیین‌گری در پیش‌بینی تعارضات زناشویی زنان متأهل. نشریه مطالعات زن و خانواده، دوره هفتم - شماره ۱ (علمی-پژوهشی)، از ۵۱ تا ۷۲.

نوری، مهناز؛ امیری، محمد؛ احمدیان‌فر، فروزان (۱۳۹۷). بررسی رضایت جنسی و عوامل مرتبط بر آن در زنان همسردار مراجعه‌کننده به درمانگاه‌های تخصصی زنان شهر شاهرود. مجله بین‌المللی مطالعات سلامت، دوره ۴، شماره ۴.

منابع لاتین

- Alonso-Ferres, M., Righetti, F., Valor-Segura, I., and Expósito, F. (2021). How power affects emotional communication during relationship conflicts: the role of perceived partner responsiveness. *Soc. Psychol. Person. Sci.* 12, 1203–1215. doi: 10.1177/1948550621996496
- Amber, A. P., Chelom, E. L., and David, B. A. (2020). How gender differences in emotional cutoff and reactivity influence couple's sexual and relational outcomes. *J. Sex Marital Ther.* 2020:1800541. doi: 10.1080/0092623X.2020.1800541
- Dimaggio, D. J. (2020). *What Contributes to Marital Satisfaction? The Relationship between Attachment Style, Emotion Regulation, Mentalization and Marital Satisfaction*. Alliant International University,

- Ding, W., Lin, X., Su, J., Jiang, Y., and He, T. (2019). The mutual influence between marital quality and child oppositional defiant disorder symptoms in Chinese families: do child and parent's gender matter? *J. Child Family Stud.* 28, 2086–2097. doi: 10.1007/s10826-019-01408-6
- Fowers, B. J., and Owenz, M. B. (2010). A eudaimonic theory of marital quality. *J. Family Theory Rev.* 2, 334–352. doi: 10.1111/j.1756-2589.2010.00065.x
- Guba, E.G. & Lincoln, Y. S. (1989). *Fourth Generation Evaluation*. Newbury park, CA: Sage.
- Merwin, K. E., and Rosen, N. O. (2020). Perceived partner responsiveness moderates the associations between sexual talk and sexual and relationship well-being in individuals in long-term relationships. *J. Sex Res.* 57, 351–364. doi: 10.1080/00224499.2019.1610151
- Mo, L. (2020). A longitudinal study of the long-term predictors of China's divorce rate. *Marr. Family Rev.* 56, 217–240. doi: 10.1080/01494929.2020.1712299
- Olson, D. H. & Olson, A. K. (1997). Enrich Canada, Ins. *Journal Of Family Ministry*, 11(4), 28-53
- .Riahi F., Golzari, M., & Mootabi, F. (2020). The Relationship Between Emotion Regulation and Marital Satisfaction Using the Actor-partner Interdependence Model. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, 26 (1), 44-63.
- .Tasfiliz, D., Selcuk, E., Gunaydin, G., Slatcher, R. B., Corriero, E. F., Ong, A. D., et al. (2018). Patterns of perceived partner responsiveness and well-being in Japan and the United States. *J. Family Psychol.* 32, 355–365. doi: 10.1037/fam0000378
- Ying, L., Fang, L., and Kwong, H. (2020). Cross-lagged models of marital relationships and intergenerational conflicts during transition to parenthood: effect of patrilineal coresidence. *Family Process* 2020:12524. doi: 10.1111/famp.12524
- Yoo, J. (2020). Relationships between Korean parents' marital satisfaction, parental satisfaction, and parent-child relationship quality. *J. Soc. Person. Relat.* 37, 2270–2285. doi: 10.1177/0265407520921462
- Yuan Q, Fan Z and Leng J (2022) The Effect of Emotional Reactivity on Marital Quality in Chinese Couples: The Mediating Role of Perceived Partner Responsiveness. *Front. Psychol.* 12:787899. doi: 10.3389/fpsyg.2021.787899.

The role of family emotional support in the quality of married life (a qualitative study from the perspective of women)

Abstract

The quality of married life is very important for people. The present study aims to identify women's understanding of the nature of emotional support in the family and its role and importance in the quality of married life. This research was done with a qualitative approach and with a database method. According to the theoretical saturation of the data, the research sample consisted of 16 married women from districts 9 and 10 of Tehran, who were in the age range of 20 to 45 years. These people were selected by purposeful sampling method and in an accessible manner and having criteria for entering the research, including satisfaction with married life in the year 1400. Data were collected and adjusted using Enrich questionnaire and semi-structured exploratory interview. The findings of the research include 94 open codes, 10 central codes, and the selective code of "family support-emotional". The underlying factors included individual psychological capitals such as authority and self-control, personal meanings in marriage such as the meaning of intimacy and the meaning of consolidating in the relationship, and interpersonal dynamics such as joint decision-making and conflict resolution management. Intervening factors included cultural and social factors such as a supportive lifestyle that played a role in the emotional support of people in the family. Factors such as interference from people around and fanatical lifestyle were identified as barriers to reducing the emotional functioning of the family. The identified strategies included exaltation such as the exaltation of self and family, comforting such as loving, skill acquisition and conscious living such as conversation skills and conflict resolution skills. These strategies caused individual consequences such as happiness, self-worth and hope and interpersonal consequences such as feeling secure and satisfied in the relationship. According to the findings of the research, it can be concluded that emotional support in the family has consequences, the primary outcome of which includes increasing flexibility and adaptability in the family, and the secondary outcome of which includes increasing the quality of life and reducing the factors of disintegration in the family. These factors lead to people's mental health and the formation of a desirable family and social life, and require the attention of therapists and counselors to increase health and advance society's goals.

Keywords: quality of married life, emotional support in the family, data foundation.