رویش روان شناسی، سال۱۰ ، شماره۲، شماره پیاپی ۵۹، اردیبهشت ۱۴۰۰
Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),10(2), 2021

پدیدارشناسی تغییرات هویت همسری مادران پس از تولد اولین فرزند از دیدگاه همسرشان

Phenomenology of mothers marital identity changes after the birth of the first child from the perspective of their spouse

ابراهیم جهاندار (نویسنده مسئول)
کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، گروه مشاوره، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.
عبدالباسط محمودپور
کاندیدای دکتری مشاوره، گروه مشاوره، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران، ایران.
دکتر معصومه اسمعیلی
استاد، گروه مشاوره، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران، ایران.

Ebrahim Jahandar*
MSc, Department of Counseling, Faculty of psychology and educational sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran.
ebrahim.jahandar1986@gmail.com
Abdolbaset Mahmoudpour
Ph.D Candidate, Department of Counseling, Faculty of psychology and educational sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran.
Dr. Masoumeh Esmaeily
Professor. Department of Counseling, Faculty of psychology and educational sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran.

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی تغییرات هویت همسری مادران پس از تولد اولین فرزند از دیدگاه همسرشان بود. برای دستیابی به این هدف از رویکرد کیفی و روش پدیدارشناسی توصیفی استفاده شد. جامعه موردپژوهش، پدران ساکن شهر تهران بود که از تولد اولین فرزندشان حداقل یک سال و حداکثر هفت سال گذشته باشد. نمونه‌گیری به روش هدفمند انجام شد و ۱۲ نفر شامل به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. جمع‌آوری اطلاعات از طریق مصاحبه نیمه ساختاریافته محقق‌ساخته و تحلیل داده‌ها با بهره‌گیری از روش تحلیل مضمون صورت پذیرفت. درنهایت یافته‌های پژوهش در قالب ۱۳ مضمون فرعی و ۳ مضمون اصلی به دست آمد. مضامین مستخرج عبارت‌اند از: تغییرات نقشی (کاهش حمایت عاطفی، افزایش حمایت عاطفی، کاهش حمایت ابزاری، افزایش حمایت ابزاری و کاهش حمایت اطلاعاتی)، تغییرات قواعدی (محوریت فرزند، ارتباط با خانواده‌های اصلی و دوستان، گسترش انتظارات از همسر و افزایش توجه به خانواده) و تغییرات درونی (رشد شخصی، ویژگی‌های رفتاری و شخصیتی، تنش‌های درونی و نگرش و جهان‌بینی). نتایج به‌دست‌آمده نشان داد گروهی از مشارکت‌کنندگان تغییر هویت همسری بانوانشان را بعد از تولد فرزند، مثبت و گروهی دیگر این تغییرات را منفی تلقی می‌کنند. به نظر می‌رسد کیفیت روابط زناشویی قبل از ورود فرزند، حمایت‌های خانواده اصلی و مشارکت مرد در مسئولیت‌های والدینی و امور منزل، از عوامل تأثیرگذار بر شکل‌گیری هویت منسجم مادران در گذار به مرحله والدینی است.

واژه‌های کلیدی: *پدیدارشناسی، تولد اولین فرزند، تغییرات هویت، هویت همسری، دیدگاه همسران.*

Abstract

The purpose of this study was to study the marital identity changes in women after the birth of the first child from their spouse's point of view. To achieve this goal, a qualitative approach and a descriptive phenomenological method were used. The research community is Fathers living in Tehran that at least one year and at most seven years passed from the birth of their first child. Purposeful sampling was used and 12 persons were selected as the participants. Data were collected through researcher-made semi-structured interviews and analyzed by content analysis method. Finally, the research findings led to 13 sub-themes and 3 main themes .The main themes are Role changes (Decreased emotional support, Increase emotional support, Reduce instrumental support, Increase instrumental support, Reduce intelligence support), Rule changes (Child orientation, Communication with family and friends, expand expectations from a spouse, Increase attention to family) and Internal changes (Personal growth, Behavioral and personality traits, Internal tensions, Attitude, and worldview(. The results showed that a group of participants consider the identity Changes of their wives after childbirth Positive and another group considers them negative. It seems that the quality of marital relations before childbirth, Main family support, husband participation in parental responsibilities, and household Affairs are the influential factors in the formation of cohesive identity of mothers in the transition to parental phase.

Keywords: *Phenomenology, the birth of the first child, identity changes, marital identity, spouse perspective.*

نوع مقاله : پژوهشی **دریافت : فروردین ۱۴۰۰** **پذیرش: فروردین ۱۴۰۰** **ویرایش نهایی : فروردین ۱۴۰۰**

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]

[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.2.16.8]

مقدمه

یکی از مفاهیم مهم در مشاوره خانواده، چرخه زندگی خانواده است. هر مرحله از این چرخه، نیازها، تکالیف و بحران‌های خاص خود را دارد. به‌طوری‌که عدم تطابق و سازگاری با این نیازها و تکالیف، کار را برای ورود به مرحله بعدی چرخه زندگی مشکل خواهد کرد (زهراکار و جعفری، ۱۳۹۵). به‌طورکلی دوره‌های انتقالی، شناخت و اکتشاف هویت و میزان تغییر در آن را افزایش می‌دهند (آنتیس[۱]، ۲۰۰۲). برگر و کلنر[۲] (۱۹۶۴) ازدواج و ورود به روابط زناشویی را به‌عنوان یکی از مهم‌ترین مراحل رشدی نیازمند ایجاد یک هویت جدید می‌دانند که حاصل بازسازی هویت گذشته و تعریف هویت ارتباطی جدید است (سولسبای و بنت[۳]، ۲۰۱۷) و فرد از طریق انجام مکرر فعالیت‌های روزانه در کنار همسر، نوع نگاه نسبت به خودش را تغییر داده و یک هویت همسری را در خود ایجاد می‌کند (بروک[۴]، ۲۰۰۶). اکثر زوجین نسبت به این موضوع که پس از ازدواج انتظارات از رفتارهایشان به‌عنوان یک همسر تغییر می‌کند، آگاهی دارند و با انجام مسئولیت‌هایشان در قبال یکدیگر می‌توانند یک احساس باهم بودن عمیق ایجاد کنند و دستاوردهای رابطه زناشویی را به حداکثر برسانند. ازجمله این مسئولیت‌ها می‌توان به حفظ سلامت و بهزیستی همسر، تعهد به رابطه زناشویی، حرکت به سمت وابستگی و اتکای متقابل، مشارکت در مسئولیت‌های مربوط به کارهای منزل، گفتگو در مورد اهمیت تطابق با یکدیگر در امور روزمره زندگی، حمایت‌های عاطفی، ابزاری و اطلاعاتی و همراهی اجتماعی با همسر اشاره کرد (سولسبای و بنت، ۲۰۱۷).

گذر به والدینی نیز به‌عنوان یکی از مهم‌ترین رویدادهای چرخه زندگی شناخته می‌شود که می‌تواند چالش‌های زیادی برای پدر و مادر به همراه داشته باشد و با افزایش میزان اضطراب، کیفیت زندگی آن‌ها را کاهش دهد (مارتینز[۵]، ۲۰۱۹). برای اکثر والدین تولد فرزند بسیار مسرت‌بخش است و با دستاوردهایی مانند عاطفه، احساس موفقیت، ارضای نیاز تولیدمثل، پاسخگویی به انتظارات اجتماعی و پایداری رابطه همراه است (پچ و هالفورد[۶]، ۲۰۰۸). علاوه بر این، گذر به والدینی در شرایط ایده‌آل با سلامت عاطفی اعضای خانواده، رضایت از رابطه زوجی و تجربه مثبت از والدینی همراه است (میلگروم، شمبری، اریکسون، روس و گمیل[۷]، ۲۰۱۱).

علیرغم این‌که تولد فرزند در تمامی فرهنگ‌ها یک رویداد خوشایند محسوب می‌شود اما با مرحله جدیدی از زندگی والدین و تغییرات عمیق مثبت و منفی در زوجین، سبک زندگی، اولویت‌ها و رابطه‌شان همراه می‌باشد (پیسی[۸]، ۲۰۰۴). همچنین با ورود به این مرحله، تغییرات متعددی در عملکرد روانی- اجتماعی مرد و زن ایجاد می‌شود (برندل، ملچیوری و روبینی[۹]، ۲۰۱۸). درعین‌حال یکی از مهم‌ترین پیچیدگی‌ها و مشکلات این مرحله، انتقال از نقش و موقعیت همسری به والدینی است. ضرورت تغییر برای ایجاد سازگاری با عضو جدید می‌تواند بر جنبه‌های متفاوتی از روابط زناشویی تاثیرگذار باشد (هاروی[۱۰]، ۲۰۰۵؛ ترجمه احمدی، ۱۳۹۵). اضافه شدن نفر سوم، تأثیرات عمیقی بر رابطه زناشویی زوجین و میزان کارهای منزل می‌گذارد به‌طوری‌که در بیشتر موارد میزان رضایت از رابطه کاهش می‌یابد (کلوئر[۱۱]، ۲۰۰۰؛ یاورسکی، کمپ داش و اسکوپ سولوین[۱۲]، ۲۰۱۵).

علاوه بر این‌ها، تولد فرزند به‌عنوان یک نقطه عطف کلیدی در زندگی والدین می‌تواند روی شغل، کارهای منزل و فعالیت‌های مربوط به نگهداری فرزند تأثیرگذار بوده و این اثرگذاری ممکن است چند سال ادامه داشته باشد (اوفر[۱۳]، ۲۰۱۶). پولومنو[۱۴] (۲۰۰۰) تجربه

1- Anthis
2- Berger & Kellner
3- Soulsby & Bennett
4- Burke
5- Martins
6- Petch & Halford
7- Milgrom, Schembri, Ericksen, Ross & Gemmill
8- Pacey
9- Brandel, Melchiorri & Ruini
10- Harway
11- Kluwer
12- Yavorsky, Kamp Dush & Schoppe-Sullivan
13- Offer
14- Polomeno

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.2.16.8]

نخستین بارداری و مادر شدن برای زنان را با میزانی از تنش و تعارض همراه می‌داند که به دلیل ایجاد تغییرات ناشی از اضافه شدن کودک به زندگی است. همچنین تغییرات و چالش‌های بدنی، روانی اجتماعی و ارتباطی در مادران نخست‌زا مشاهده شده است (امانوئل، کریدی، جان و براون[۱]، ۲۰۱۱). این تغییرات ایجادشده در برنامه زمانی مادران باعث می‌شود وقت بیشتری برای کارهای خانواده صرف کنند و میزان اوقات فراغت و فعالیت‌های مشترک با همسرشان کاهش یابد (کلاکستون و جنکینز[۲]، ۲۰۰۸). از دیگر چالش‌های مهم این مرحله تغییر در زندگی جنسی زوجین است. به‌طوری‌که برای تعدادی از مادران پیدا کردن زمانی برای انجام فعالیت‌های جنسی با همسر کار بسیار سختی است. اگرچه ازدواج و والدشدن، نقش‌های مکمل در نظر گرفته می‌شوند ولی برای بسیاری از پدران و مادران ایفای موفق دو نقش همسری و والدینی به‌طور هم‌زمان، مشکل و پیچیده می‌باشد (بوچارد[۳]، ۲۰۱۶). فرایند ارزش‌گذاری نقش‌ها و به‌تبع آن، اولویت نقش‌ها در طول دوره‌های رشدی ممکن است تغییر کند (پتن[۴]، ۲۰۱۸). والدین تمایل دارند نقش والدینی خود را به بهترین شکل ممکن ایفا کنند (سانچز و تامسون[۵]، ۱۹۹۷؛ به نقل از داس و روداس[۶]، ۲۰۱۷). مادران در قبال این نقش، مسئولیت‌پذیری بیشتری نشان می‌دهند و معمولاً برای اخذ مرخصی شغلی اقدام می‌نمایند و این تغییرات شغلی ایجادشده نیز باعث کاهش رضایت از رابطه زناشویی می‌شود (کیزر، دیکسترا و پورتمن[۷]، ۲۰۱۰). جکسون، میلر، اوکا و هنری[۸](۲۰۱۴) نشان دادند خانم‌ها رضایت زناشویی پایین‌تری را تجربه می‌کنند که به دلیل تداخل نقش‌های همسری، والدینی و شغلی و همچنین وجود هنجارهای فرهنگی وابسته به جنسیت است که باعث شکل‌گیری انتظارات ناگفته از آن‌ها می‌شود.

کوان و کوان[۹] (۱۹۹۲) لزوم بازتعریف خود در والدین به‌منظور سازگارشدن با نقش جدید پدری یا مادری را الزامی می‌دانند (کریستوفر، اوممورا، من، جاکوبوتیز و هازن[۱۰]، ۲۰۱۵). گلدبرگ[۱۱] (۲۰۱۴) معتقد است که ورود به مرحله والدینی امکان تغییر در هویت را افزایش می‌دهد. در نتیجه آغاز مرحله والدینی یک تغییر در دیدگاه فرد نسبت به خودش در جهان هستی به وجود می‌آورد (مارسیا[۱۲]، ۲۰۰۷). اریکسون[۱۳] (۱۹۶۸) شکل‌گیری هویت را مهم‌ترین وظیفه رشدی مرتبط با این مرحله معرفی می‌کند. هویت، سازه‌ای خودساخته است که در دو بعد مکان و زمان به فرد، ثبات و استمرار می‌بخشد و علاوه بر این‌که پیشرفت‌های روانی اجتماعی و بهزیستی او را تحت تأثیر قرار می‌دهد، او را برای هدایت و مراقبت از نسل بعد توانمند می‌سازد (فاجوکف، پولکینن، لیرا و کوکو[۱۴]، ۲۰۱۶). لازم به ذکر است رشد و گسترش خودپنداره فقط از طریق اضافه کردن و یا جذب کردن یک هویت جدید صورت نمی‌گیرد بلکه زمانی اتفاق می‌افتد که فرد با سازمان‌دهی مجدد سایر هویت‌هایش، اجازه دهد یک هویت جدید به‌صورت یکپارچه به ساختار کلی هویت اضافه شود (منزی، ویگنولس و ریگالیا[۱۵]، ۲۰۱۰).

نتایج پژوهش سولسبای و بنت (۲۰۱۷) نشان داد که زنان دارای هویت یکپارچه تنش‌های کمتری در رابطه زناشویی و تجربه مثبت‌تری از مادر شدن خواهند داشت. داس و رودس (۲۰۱۷) در پژوهشی با عنوان تأثیر گذر به والدینی بر رابطه عاشقانه زوجین به این نتیجه رسیدند که عواملی مانند سلامت روانی و سبک دلبستگی زوجین، وضعیت مالی، کیفیت رابطه زناشویی و ویژگی‌های نوزاد بر تغییرات دوره گذر به والدینی تأثیرگذارند. کریستوفر، اوممورا، من، جاکوبوتیز و هازن (۲۰۱۵) گزارش کردند سیر نزولی رضایت زناشویی در پدران با عدم همکاری آنان در فرزندپروری و افزایش والدگری رقابتی رابطه مستقیم دارد و با افزایش تعارضات رابطه زناشویی، والدگری مشارکتی

1- Emmanuel, Creedy, John & Brown
2- Claxton & Jenkins
3- Bouchard
4- Patton
5- Sanchez & Thomson
6- Doss & Rhoades
7- Keizer, Dykstra & Poortman
8- Jackson, Miller, Oka & Henry
9- Cowan & Cowan
10- Christopher, Umemura, Mann, Jacobvitz & Hazen
11- Goldberg
12- Marcia
13- Erikson
14- Fadjukoff, Pulkkinen, Lyyra & Kokko
15- Manzi, Vignoles & Regalia

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.2.16.8]

کاهش می‌یابد. نورانی، سراج و شاکری[1] (۲۰۱۸) در پژوهشی کمی به مقایسه رضایت زناشویی در مردان بدون فرزند و دارای یک و چند فرزند پرداختند و به این نتیجه رسیدند که تفاوت معناداری در رضایت زناشویی این سه گروه وجود ندارد.

بلیدورن، بویوکان، شوابا، ون شپینگن، دنیسن و فینکنویر[2](۲۰۱۶) در یک مطالعه طولی که روی زوجین هلندی صورت گرفت، نشان دادند تولد اولین فرزند باعث کاهش عزت‌نفس والدین (به‌ویژه مادران) می‌شود. جهانبخشی، یوسفی و کشاورز افشار (۱۳۹۳) در پژوهشی کیفی روی مادران تهرانی به این نتیجه رسیدند که مادران پس از تولد اولین فرزند با چالش‌های تغییر دیدگاه در مورد خود، نداشتن سبک زندگی سابق، کاهش علاقه به صمیمیت جنسی، تمرکز طاقت‌فرسا به کودک، زمان کم برای انجام نقش همسری، افزایش استرس و احساس افسردگی، نداشتن اوقات مشترک با همسر و اضطراب تغییر نقش روبرو خواهند بود. همچنین سراج، نورانی، مخبر و شاکری (۱۳۹۳) نشان دادند در زنان نخست‌زا سختی گذر به والدینی با میزان مشارکت مردان در وظایف والدینی ارتباط معکوس و معناداری دارد. مارتینز (۲۰۱۹) در یک مطالعه کیفی به بررسی پیامدهای گذر به والدینی بر سلامت و بهزیستی والدین پرداخت و به این نتیجه رسید که تولد اولین فرزند با پیامدهایی مانند افزایش احساس، ادراک خستگی و فوران هیجانات منفی در والدین (به‌ویژه مادران) همراه می‌باشد.

نتایج پژوهش کازمیرژاک و کارا سیویچ[3] (۲۰۱۹) که روی زوجین لهستانی انجام شد حاکی از این است که بعد از تولد فرزند، نقش والدینی برای خانم‌ها و نقش شغلی برای آقایان بیشترین تأثیر را در تعیین هویتشان دارد. نتیجه پژوهش داس، روداس، استنلی و مارکمن[4](۲۰۰۹) نشان داد پدران و مادران میزان مشابهی از تغییر را بعد از تولد فرزندانشان نشان می‌دهند و افت کارکرد رابطه زناشویی با عواملی مانند ویژگی‌های فردی، کیفیت ازدواج و دوران بارداری ارتباط نزدیکی دارد. براندل، ملچیوری و روبینی (۲۰۱۸) در یک پژوهش کمی که به مقایسه تأثیر والدشدن بر میزان سعادتمندی پدران و مادران پرداختند به این نتیجه رسیدند که داشتن فرزند، احساس سعادتمندی والدین را افزایش می‌دهد و این افزایش در پدران بیش از مادران است.

همان‌طور که اشاره شد مرحله گذر به والدینی یکی از مهم‌ترین و پرچالش‌ترین مراحل رشدی محسوب می‌شود و با توجه به تداخل نقش‌ها و افزایش مسئولیت‌های والدین، بازتعریف هویت به‌منظور سازگاری با موقعیت جدید ضروری به نظر می‌رسد. اهمیت نقش‌های والدینی برای مادران (به‌ویژه در فرهنگ کشور ما) می‌تواند تأثیر شگرفی بر هویت آن‌ها بگذارد. علیرغم تحقیقات فراوان صورت‌گرفته در ارتباط با دوره گذر به والدینی، خلأ پژوهش‌های کیفی درزمینه هویت مادران نخست‌زا احساس می‌شود. ضمن این‌که بیشتر پژوهش‌های موجود به مطالعه تغییرات و ادراکات مادران در این مرحله پرداخته و بررسی مسائل و دغدغه‌های پدران در این مرحله، مورد غفلت پژوهشی قرار گرفته است. این درحالی است‌که ادراک مرد از تغییرات هویت همسرش می‌تواند بر کیفیت رابطه زناشویی و سلامت خانواده در ادامه حیات آن تأثیرگذار باشد. لذا هدف پژوهش حاضر، بررسی تغییرات هویت همسری مادران پس از تولد اولین فرزند از دیدگاه همسرشان است.

روش

پژوهش حاضر به روش پدیدارشناسی توصیفی انجام شده که یکی از انواع مطالعات کیفی است. این روش به مطالعه تجربه زیسته انسان‌ها پرداخته (وان مانن[5]، ۲۰۱۵) و ساختار و ماهیت تجربه یک پدیده را در آن‌ها بررسی می‌کند (سوانسون[6]، ۲۰۰۴). جامعه مورد پژوهش پدران ساکن شهر تهران بود که از تولد اولین فرزندشان حداقل یک سال و حداکثر هفت سال گذشته باشد. در این پژوهش از روش نمونه‌گیری هدفمند برای گردآوری اطلاعات پژوهش استفاده شده است. در این روش، محقق نمونه‌ها را بر اساس موضوع و هدف تحقیق انتخاب می‌کند (کراسول و پت[7]، ۲۰۱۶). با توجه به گستردگی جامعه و استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند، معیارهایی برای ورود افراد به پژوهش تعیین شد: زوجین از تولد فرزند تا زمان پژوهش با یکدیگر زندگی کرده و از زمان ازدواجشان حداقل سه سال گذشته

1- Nourani, Seraj & Shakeri
2- Bleidorn, Buyukcan-Tetik, Schwaba, Van Scheppingen, Denissen & Finkenauer
3- Kaźmierczak & Karasiewicz
4- Doss, Rhoades, Stanley & Markman
5- Van Manen
6- Swanson
7- Creswell & Poth

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.2.16.8]

باشد، اولین فرزند آن‌ها دوقلو نبوده و در امور مربوط به فرزند از پرستار تمام‌وقت کمک نگرفته باشند. سن مشارکت‌کنندگان (پدران) بین ۳۰ تا ۴۹ سال و میانگین سن آن‌ها ۳۸ سال و سن همسرشان (مادران) بین ۳۰ تا ۴۱ سال و میانگین سن آن‌ها ۳۵ سال بود. تعداد سال‌های زندگی مشترک زوجین بین ۴ تا ۱۷ سال و میانگین آن ۱۰/۲۵ سال و سن اولین فرزندشان از ۲ تا ۷ سال و میانگین سن آن‌ها ۴/۵ سال بوده است. سطح تحصیلات مشارکت‌کنندگان حداقل کاردانی و حداکثر کارشناسی ارشد (۶ نفر کارشناسی ارشد، ۵ نفر کارشناسی و ۱ نفر کاردانی) و سطح تحصیلات همسرشان بین کاردانی و دکترا (۱ نفر دکترا، ۶ نفر کارشناسی ارشد، ۴ نفر کارشناسی و ۱ نفر کاردانی) است. همه مشارکت‌کنندگان شاغل درحالی‌که ۵ نفر از مادران شاغل و ۷ نفر خانه‌دار بودند.

در مطالعه حاضر، بعد از مصاحبه با ۱۰ مشارکت‌کننده برای درک تجربه زیسته پدران، داده‌ها به اشباع نظری رسید و ۲ مصاحبه بعدی، اطلاعات تازه‌ای در اختیار پژوهشگر قرار نداد. همچنین برای اطمینان از اشباع اطلاعاتی، داده‌های به‌دست‌آمده از شرکت‌کنندگان در اختیار دو نفر از اساتید مشاوره قرار گرفت تا کفایت اطلاعات مورد بررسی قرار گیرد.

ابزار مورداستفاده در این پژوهش مصاحبه نیمه‌ساختاریافته بود که با یک سؤال کلی و باز در مورد تغییرات زندگی پس از تولد فرزند آغاز می‌شد و با توجه به پاسخ مشارکت‌کنندگان برای فهم عمیق‌تر پدیده تغییرات هویت همسری، سؤالات بعدی مطرح می‌گردید. از جمله سوالات مصاحبه می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

ورود فرزند اول به زندگی‌تان چطور بر رابطه زناشویی شما تاثیر گذاشته؟

فکر می‌کنید تولد فرزند چه تاثیری بر ویژگی‌های شخصیتی و رفتاری همسرتان داشته؟

نوع نگاه همسرتان به زندگی بعد از مادر شدن چه تغییری داشته؟

روابط شما با اطرافیان بعد از تولد فرزندتان چطور تغییر کرده؟

مصاحبه‌ها ضبط و پس از پایان، توسط محقق به‌صورت مکتوب درآمده و به‌منظور کسب اطمینان از صحت‌وسقم مطالب، یک کپی از آن برای مشارکت‌کننده ارسال و خطای احتمالی موجود اصلاح می‌گردید. در تحلیل داده‌ها نیز از روش تحلیل‌مضمون به‌منظور توصیف تجربه مشارکت‌کنندگان استفاده شد. مدت‌زمان هر مصاحبه بین ۴۰ تا ۶۰ دقیقه بود. تعداد ۴ مصاحبه به‌صورت حضوری و ۸ مصاحبه به دلیل محدودیت‌های ایجادشده ناشی از ویروس کووید ۱۹ و فاصله‌گذاری اجتماعی به‌صورت تصویری و مجازی صورت گرفت. زمان و مکان مصاحبه‌ها به دلخواه مشارکت‌کنندگان تعیین گردید.

همچنین با توجه به ضرورت رعایت اصول اخلاقی در پژوهش‌های کیفی، مواردی از جمله آگاه‌سازی شرکت‌کنندگان از اهداف پژوهش و مشارکت آن‌ها همراه با رضایت آگاهانه، کسب اجازه برای ضبط مصاحبه‌ها، رعایت اصل رازداری و محفوظ ماندن نام مشارکت‌کنندگان، استفاده از اسم مستعار و امکان انصراف آن‌ها در هر مرحله از پژوهش از سوی محقق لحاظ گردید.

یافته‌ها

یافته‌های پژوهش حاضر در جدول ۱ آمده است:

جدول۱. تغییرات هویت همسری مادران پس از تولد اولین فرزند از دیدگاه همسرشان

مضامین اصلی	مضامین فرعی	مقوله‌ها
تغییرات نقشی	کاهش حمایت عاطفی	کاهش ابراز احساس به همسر، افزایش شکایت‌ها از همسر، عدم اعتماد به همسر در قبال مسئولیت‌های مربوط به فرزند، در دسترس همسر نبودن، محدودیت در روابط جنسی، عدم استقبال از همسر، کاهش وابستگی عاطفی به همسر، صرف انرژی بیش‌ازحد برای فرزند
	افزایش حمایت عاطفی	افزایش وابستگی به همسر، افزایش توجه به همسر در نقش جدید پدری، افزایش اهمیت سلامتی همسر، افزایش نیاز به محبت از جانب همسر
	کاهش حمایت ابزاری	کاهش مسئولیت‌پذیری در قبال امور روزمره منزل، کاهش سرگرمی‌ها و تفریحات دونفره، کاهش غذا خوردن‌های مشترک

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.2.16.8]

	افزایش حمایت ابزاری	افزایش توجه به سلایق همسر، افزایش رسیدگی به امور منزل، افزایش اوقات مشترک با همسر
	کاهش حمایت اطلاعاتی	کم شدن جملات تأییدی در ارتباط با همسر، کاهش توجه به‌ظاهر همسر، کاهش گفتگو با همسر
تغییرات قواعدی	محوریت فرزند	تغییر در اهداف زندگی با محوریت فرزند، اولویت شرایط فرزند در انتخاب تفریحات و مسافرت‌ها، اولویت شرایط فرزند در رفت‌وآمد با اطرافیان
	ارتباط با خانواده‌های اصلی و دوستان	تغییر نوع تعامل با خانواده اصلی خود، تغییر محتوای گفتگو با دوستان و اطرافیان، افزایش تمایل به رفت‌وآمد با خانواده‌های اصلی و دوستان
	گسترش انتظارات از همسر	افزایش انتظارات از همسر در ارتباط با امور مربوط به فرزند، افزایش انتظارات از همسر در ارتباط با کارهای روزمره منزل
	توجه بیشتر به خانواده	توجه بیشتر به بهداشت و نظافت خانواده، تمرکز بیشتر بر درون خانواده
تغییرات درونی	رشد شخصی	تقویت توانمندی‌های مربوط به تربیت فرزند، کسب مهارت‌های زندگی، احساس خانواده بودن
	ویژگی‌های رفتاری و شخصیتی	افزایش مسئولیت‌پذیری، افزایش زیبایی‌های رفتاری، کاهش آستانه تحمل، کاهش هیجان خواهی و ریسک‌پذیری، زودرنجی، کاهش شادابی و نشاط، صبر و ازخودگذشتگی، افزایش انعطاف‌پذیری، القای آرامش به همسر
	تنش‌های درونی	افزایش اضطراب، ایجاد تصویر منفی از بدن، نارضایتی از خود بابت عدم رسیدگی به وظایف منزل، تردید به توانمندی‌های خود در قبال پرورش فرزند، نگرانی در مورد تغییر ذهنیت همسر، پشیمانی از به دنیا آوردن فرزند، نادیده گرفتن خود، کم شدن توجه به پوشش و آراستگی ظاهری
	نگرش و جهان‌بینی	کاهش دلبستگی به مادیات، ساده گرفتن زندگی، زندگی در زمان حال، کم‌توقع شدن، افزایش نوع‌دوستی، ترس از آینده فرزند، افزایش امید به زندگی، آینده‌نگری

۱- تغییرات نقشی

کاهش حمایت عاطفی

منظور از حمایت عاطفی زوجین، در دسترس بودن، احساس همدلی، مراقبت، توجه و ابراز علاقه متقابل است. این نوع حمایت باعث ایجاد احساس اطمینان، آرامش، تعلق‌خاطر و مورد محبت قرار داشتن می‌شود. تعداد زیادی از مشارکت‌کنندگان پژوهش حاضر از کاهش میزان توجه و ابراز علاقه همسرشان بعد از تولد فرزند گلایه داشتند. ازجمله مشارکت‌کننده شماره ۲ که اظهار داشت:

«همیشه وقتی میومدم خونه خانم به استقبالت میومدم و می‌گفت سلام عزیزم خسته نباشی و خوش اومدی ولی بعد از تولد بچمون همه اینا میره تو حاشیه قرار می‌گیره»

همچنین مشارکت‌کننده شماره ۶ از کاهش وابستگی عاطفی همسر بعد از ورود به مرحله جدید زندگی اشاره داشت:

«یا اینکه حالا محبتِ این‌قدر ارضاء شده از طرف بچه که دیگه شاید به محبت من نیاز نباشه زیاد»

افزایش حمایت عاطفی

گروهی دیگر از پدران تجربه افزایش حمایت عاطفی از سمت همسرشان را داشتند. به‌طور مثال مشارکت‌کننده شماره ۵ در مورد افزایش میزان وابستگی همسرش چنین توضیح داد:

«زمانی که بچه اولمون به دنیا اومد وابستگی خانمم به من بیشتر شد چون حس می‌کرد پدر بچه‌اش هستم ... من متوجه می‌شدم منشأ این کارها وابستگی زیاد هست»

همچنین تعدادی از مشارکت‌کنندگان اضافه شدن نقش پدری را عامل بالا رفتن میزان توجه همسر در مقایسه با قبل می‌دانستند:

«میدونم صبح‌ها که بیدار میشیم الآن مثلاً سلام عزیزم خوبی قربونت برم. تماس‌ها بیشتر شد مثلاً میگه کجایی بابایی، کی میای ما دل‌تنگتیم، زودتر بیا»

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.2.16.8]

رویش روان شناسی، سال۱۰ ، شماره۲، شماره پیاپی ۵۹، اردیبهشت ۱۴۰۰
Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),10(2), 2021

کاهش حمایت ابزاری

منظور از حمایت ابزاری در رابطه زناشویی خدمات عینی و ملموسی است که دو نفر از یکدیگر دریافت و از طریق آن‌ها نیازهای روزمره خود را تأمین می‌کنند. ازجمله این خدمات می‌توان به انجام امور نظافت منزل، آشپزی، سرگرمی و تفریحات مشترک اشاره کرد.

برخی از مشارکت‌کنندگان اعتقاد داشتند بعد از تولد فرزندشان، رسیدگی به امور روزمره زندگی از جانب همسرشان کاهش‌یافته است. ازجمله مشارکت‌کنندگان شماره ۲ و ۱۱:

« قبلاً ناهار درست می‌کرد برای اینکه سرکار ببرم ولی الآن ناهار بچه اولویتِ و اینکه من تا ساعت ۵ بعدازظهر ناهار نخورم دیگه تو اولویتش نیستم»

«اتو کردن لباس‌های من مثلاً تا سی یا چهل درصد افتاد به عهده خودم چون خانمم نمی‌رسید یا من اگر تعمیرات لباس و خیاطی داشتم دیگه باید می‌دادم بیرون»

افزایش حمایت ابزاری

برخی از مشارکت‌کنندگان نیز معتقد بودند انگیزه و انرژی همسرشان برای انجام امور منزل و ارِائه خدمات معمول به همسر بیشتر شده و حتی میزان اوقات مشترکشان افزایش‌یافته است. به‌عنوان‌مثال مشارکت‌کننده شماره ۸ اظهار داشت:

«خانمم تو رفتارش با من، تو آشپزی، تو خونه‌داری و مسائل زناشویی و حتی تو کارش از وقتی بچمون به دنیا اومده حتی فعالیتش خیلی بیشتر هم شده»

و یا مشارکت‌کننده شماره ۴ که توجه بیشتر به سلیقه غذایی‌اش از جانب همسر را گزارش کرد:

«قبلاً نهار و اینا رو به سلیقه خودش درست می‌کرد، ولی بعد تولد بچمون از من می‌پرسه چی دوست داری درست کنم »

کاهش حمایت اطلاعاتی

یکی دیگر از وظایف زوجین در قبال یکدیگر ارائه اطلاعاتی ازجمله جهت‌گیری‌ها، پیشنهادها، توصیه‌ها و بازخوردها به یکدیگر است. چند نفر از مشارکت‌کنندگان به این نکته اشاره کردند که با تولد فرزند، میزان توجه همسرشان و بازخوردهایی که به آن‌ها می‌دادند کاهش چشمگیری داشته است. مشارکت‌کنندگان شماره ۱ و ۲ این مسئله را به شرح زیر بیان کردند:

«بعد از تولد بچه توجه مختص به خودت کم میشه. غیر از نیازهای عادی مثل خوردن و پوشیدن مثلاً بگه خیلی امروز خوب شدی، چقدر لباست قشنگه بهت میاد، این کارت رو مثلاً خیلی دوست دارم»

«وقتی خودت و خانمت هستی کانون توجه خانمت تو مهمونی‌ها و مراسم‌ها و خونه مامانش اینا و همه‌جا تویی، اولویت اولش تویی، نوع لباس پوشیدنت رو نظر میده، راجع به نوع موهات نظر میده، کوچک‌ترین تغییری می‌کنی دیده میشه ولی بعد از بچه خیلی کمرنگ میشه»

۲- تغییرات قواعدی

محوریت فرزند

ازجمله مواردی که تعداد زیادی از مشارکت‌کنندگان به آن اشاره کردند، تأثیر حضور فرزند بر سبک زندگی آن‌ها بوده است. به‌طوری‌که اهداف زندگی، سرگرمی‌ها، تفریحات و همچنین رفت‌وآمد با اطرافیان را تحت‌الشعاع خود قرار می‌دهد و والدین مجبورند برای هماهنگی با شرایط جدید تغییراتی را در شیوه زندگی خود ایجاد کنند. مشارکت‌کنندگان شماره ۱ و ۵ این مسئله را به شکل زیر بیان کردند:

«هدف زندگی دو نفر نمیشه، هدف زندگی بچه میشه... که هدف اصلی‌اش این بود که بچه‌ها رو بزرگ کنه و به سروسامان برسونه حالا این شوهرم یه کمکی تو این زمینه است ولی خوب قبل از تولد فرزند هدفش داشتن یه زندگی مشترک موفق بوده»

«اگر بخوایم جایی یا مسافرتی بریم این شرایط اسکان و ماشین بچه رو خیلی تو اولویت قرار می‌داد نسبت به موقعی که بچه نداشتیم»

ارتباط با خانواده‌های اصلی و دوستان

با توجه به اطلاعاتی که از مشارکت‌کنندگان در پژوهش به‌دست آمد، بعد از مادر شدن، در نوع و میزان تعامل همسرشان با اطرافیان تفاوت‌هایی ایجاد شده است. به‌طوری‌که تمایل خانم برای ارتباط با خانواده‌های اصلی به‌ویژه خانواده اصلی خود بیشتر شده و همچنین یک تغییر شکل در نوع تعامل با اطرافیان ایجاد می‌شود و بیشتر گفتگوها حول محور فرزندپروری و مسائل مربوط به آن است. در ادامه اظهارنظر مشارکت‌کنندگان شماره ۱ و ۸ و ۱۱ در این ارتباط آورده شده:

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.2.16.8]

«وقتی بچه میاد ارتباط با مادر خیلی قوی‌تر میشه از زمان حاملگی تا زمانی که بچه به یه سنی میرسه این نقشی که به‌عنوان دختر و مادر داشتن تبدیل به دوتا مادر میشه، مادری که تازه مادر شده و یک مادر باتجربه. همین‌طور خواهرش هم که بچه داشت یه مادر باتجربه بود و خودش یه مادر تازه»

«ما کلاً رفت‌وآمد داشتیم ...ولی از وقتی بچه اومده قاعدتاً خیلی بیشتر شده هم با خانواده خودم و هم با خانواده همسرم»

«دوست‌هایی که زمان مجردی داشت رو حفظ کرد فقط بحث‌هاشون به سمت بچه‌ها می‌رفت... بحث‌ها کمتر شخصی میشه و بیشتر بحث‌ها مادرانه میشه»

گسترش انتظارات از همسر

یکی از مهم‌ترین تغییرات در قواعد زندگی جدید که از سوی مادران ایجاد شده، افزایش انتظار مشارکت همسر در مسائل مربوط به فرزند و امور روزمره منزل بود. به‌طوری‌که مادران به دلیل افزایش بار مسئولیت و خستگی ناشی از آن انتظار کمک و همکاری بیشتری از سمت همسرشان داشته و به دنبال سپردن بخشی از مسئولیت‌های فرزند و کارهای منزل به آن‌ها هستند. مشارکت‌کنندگان شماره ۳ و ۵ این مسئله را این‌طور بیان کردند:

« قبلاً به کارهای خونه می‌رسید با همون وقتی که داشت ولی الآن انتظار داره منم به کارهای خونه برسم»

« توی غذا درست کردن باید بعضی وعده‌ها رو من درست می‌کردم و روزهایی که خونه بودم صبحانه آماده کردن هم به عهده من بود»

توجه بیشتر به خانواده

یکی از کدهایی که از صحبت‌های مشارکت‌کنندگان به‌دست آمد افزایش اهمیت خانواده جدید (بعد از تولد فرزند) برای مادران بود. به‌طوری‌که برخی از پدران معتقد بودند همسرشان تمرکز بیشتری بر درون خانواده دارند و میزان تعهدشان به خانواده افزایش یافته است و به مواردی مانند بهزیستی و سلامت خانواده بیشتر توجه می‌کنند. به‌طور مثال مشارکت‌کنندگان شماره ۵ و ۴ این‌چنین به این مسئله اشاره داشتند:

«توجه و حواسش به داخل زندگی خودمون بیشتر شد...توجهش به خونه خیلی بیشتر شد... بعد از بچه‌دار شدن تعهدش نسبت به من و خانواده خیلی بیشتر شده اولویت من و بچه‌ها و زندگیمون نسبت به قبل که خیلی بیشتر شده»

«بعد از تولد بچه چون بچه هست و چون مریضی هست و دیگه سطح بهداشت خونه خیلی رفته بالا یا قبلاً شاید یه ساندویچی بیرون می‌خوردیم ولی الآن باید حتماً یه حداقل‌هایی داشته باشه تا بخوایم یه غذایی بخوریم که مریض نشیم»

۳- تغییرات درونی

رشد شخصی

یکی از تغییرات مثبتی که از نظر مشارکت‌کنندگان در همسرانشان ایجادشده، رشد شخصی‌شان است. تعدادی از پدران معتقدند فرایند مادر شدن و تربیت فرزند موجب پختگی همسرشان شده و مهارت‌های زندگی‌شان را ارتقا داده و همین مسئله بر کیفیت رابطه زناشویی آن‌ها افزوده است. مشارکت‌کننده شماره ۵ و ۱۱ در این زمینه اظهار داشتند:

«مهارت حل مسئله پیدا کرده...چون بچه هست سعی میکنه سریعاً حل مسئله ایجاد کنه»

«موقعی که مادر میشه و یه بچه رو بزرگ میکنه از لحاظ مهارت‌های زندگی خیلی حس می‌کنم پخته‌تر شده»

ویژگی‌های رفتاری و شخصیتی

تغییرات ویژگی‌های شخصیتی و رفتاری مادران پس از تولد فرزند را تعداد زیادی از پدران گزارش کردند. برخی از این تغییرات مانند افزایش ازخودگذشتگی، انعطاف‌پذیری و مسئولیت‌پذیری مثبت بوده است. اما فشار زیادی که تداخل نقش‌ها بر مادران تحمیل کرده باعث کاهش شادی و نشاط، زودرنجی، کاهش آستانه تحمل و به‌تبع آن، تنزل کیفیت رابطه زناشویی‌شان شده است.

«از لحاظ رفتار شخصیتی یه حس مسئولیت خاصی پیدا می کنن ...بعد از تولد بچه درواقع اون حس مسئولیت‌پذیری هست که بیشتر شده» (مشارکت‌کننده شماره ۶)

«کلاً چون مادر وقت زیادی برای بچه میذاره و خستگیش بیشتر میشه، آستانه تحملش میاد پایین» (مشارکت‌کننده شماره ۳)

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]

[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.2.16.8]

«احساساتی‌تر شده یعنی یکمی زود ناراحت میشه ... تو بحث‌ها و جدل‌ها و دعواهایی که بین زن و شوهر اتفاق می‌افته من احساس می‌کنم خانمم یکم زودرنج‌تر شده» (مشارکت‌کننده شماره ۷)

تنش‌های درونی

یکی از چالش‌هایی که مادران پس از تولد اولین فرزند با آن روبرو هستند، افزایش تنش‌های درون‌روانی است. ورود به این مرحله از زندگی با تغییرات گسترده‌ای در مادران همراه است که باعث ایجاد دغدغه‌ها و نگرانی‌های جدید در آن‌ها می‌شود. افزایش اضطراب، چالش‌های بدنی، نگرانی از تغییر ذهنیت همسر، احساس پشیمانی از به دنیا آوردن فرزند، فراموش کردن خود و چالش‌های شغلی ازجمله تنش‌هایی بود که مشارکت‌کنندگان به آن‌ها اشاره کردند.

«از لحاظ شغلی که مجبور شد شغلش رو بذاره کنار» (مشارکت‌کننده ۱۱)

« استرسش بعد از بچه خیلی زیاد شده هرلحظه احساس خطر یا احساس اینکه بچه آسیب نبینه یا اتفاقی براش نیوفته» (مشارکت‌کننده۲)

«بعدازاینکه بچه به دنیا اومد نگران آینه که شوهرم عکس‌العملش چیه، نسبت به من چطور فکر می‌کنه، من رو چطور می‌بینه، چطور ارزیابی می‌کنه، محبتش نسبت به من کم میشه، توجهش نسبت به من کم میشه» (مشارکت‌کننده ۹)

«این چه کاری بود که ما کردیم و چه فایده‌ای داشت ما یه نفر رو آوردیم تو این دنیا و اصلاً این زندگی ارزش نداره و همش بخواد تو سختی بزرگ بشه، اذیت بشه، آخرش که چی یه ذره این‌جوری بی‌انگیزه شده بود» (مشارکت‌کننده ۸)

«به نظرم خانمم کمتر به خودش می‌رسه مثلاً لباس خریدن و آرایش کردن و جزئیاتش ...لباس خریدن و رسیدگی به خودش و آرایشگاه رفتن کمتر از قبل شده» (مشارکت‌کننده ۱۰)

نگرش و جهان‌بینی

از دیگر تغییرات مهم و تأثیرگذار در هویت همسری مادران می‌توان به تغییر در جهان‌بینی اشاره کرد. درواقع ورود به مرحله مادر شدن، ارزش‌ها، هنجارها، اخلاقیات و نوع ارتباط با هستی را تحت تأثیر قرار می‌دهد. طبق اظهارات مشارکت‌کنندگان، ساده گرفتن زندگی، کاهش دلبستگی به مادیات، زندگی در زمان حال، ترس از آینده فرزند، افزایش نوع‌دوستی و افزایش امید به زندگی ازجمله تغییرات مشاهده‌شده در مادران بوده است.

«مثلاً اگر قبل از تولد بچمون ازش می‌پرسیدم که ده سال دیگه می‌خوای چه‌کار کنی می‌گفت حالا ده سال دیگه زنده‌ایم مرده‌ایم، ولی الآن با جون و دل با چنگ و دندون تلاش می‌کنه» (مشارکت‌کننده ۴)

«الآن خانمم میگه من همون‌طور که نباید آدم بدی باشم باید مواظب باشم کسی هم به کسی بدی نکنه، حالا که من از ناراحتی ناراحت میشم نباید بذارم کسی هم کسی رو ناراحت کنه» (مشارکت‌کننده ۷)

«به این نتیجه رسیده آدم‌ها تو لحظه حال زندگی کنن خیلی بهتره یعنی باید از لحظه استفاده‌شون رو ببرن» (مشارکت‌کننده ۸)

«احساس می‌کنم نسبت به دنیا کمتر وابسته شده...راحت‌تر مادیات رو گذاشته کنار» (مشارکت‌کننده ۲)

«زمانی که بچمون به دنیا اومد ترس از آینده خانمم خیلی بیشتر شد ...یه ترسی نسبت به آینده داشت» (مشارکت‌کننده ۱۲)

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که هویت همسری خانم‌ها پس از تولد اولین فرزند دستخوش تغییراتی در ابعاد نقشی، قواعدی و درونی خواهد شد. از دیدگاه مشارکت‌کنندگان تغییر در حمایت عاطفی، ابزاری و اطلاعاتی، تغییر انتظارات از همسر و نوع تعامل با اطرافیان، افزایش تنش‌های درونی، تغییر در برخی از ویژگی‌های رفتاری و شخصیتی و تحول در جهان‌بینی از مهم‌ترین تغییرات همسرشان بعد از تولد فرزند بوده است.

بخشی از یافته‌های پژوهش حاضر با یافته‌های کازمیرژاک و کاراسیویچ (۲۰۱۹) همسو بوده است. کازمیرژاک و کاراسیویچ (۲۰۱۹) در پژوهشی که با مشارکت ۱۸۷ زوج لهستانی انجام شد، به این نتیجه رسیدند که برای خانم‌ها نقش مادری تعیین‌کننده اصلی هویتشان

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.2.16.8]

است. در پژوهش حاضر نیز پدران بارها به اهمیت نقش مادری برای خانم‌ها اشاره و انجام مسئولیت‌های مادری را اولویت اصلی آن‌ها معرفی کردند، به‌طوری‌که سایر نقش‌ها و مسئولیت‌ها را تحت‌الشعاع قرار می‌دهد. همچنین بلیدورن و همکاران (۲۰۱۶) در پژوهشی طولی با عنوان پایداری و تغییر عزت‌نفس در دوره گذار به والدینی که به مطالعه ۱۸۷ زوج هلندی پرداختند، به این نتیجه رسیدند که عزت‌نفس مادران پس از تولد اولین فرزند کاهش می‌یابد. در پژوهش حاضر نیز کنار گذاشتن شغل، چالش‌های بدنی و تردید در مورد ذهنیت همسر ممکن است باعث کاهش عزت‌نفس در مادران شود.

یافته‌های پژوهش جهانبخشی، یوسفی و کشاورز افشار (۱۳۹۳) نشان داد خانم‌ها پس از ورود به مرحله مادری با چالش‌هایی نظیر تغییر دیدگاه در مورد خود، نداشتن سبک زندگی سابق، کاهش علاقه به صمیمیت جنسی، تمرکز طاقت‌فرسا به کودک، زمان کم برای انجام نقش همسری، افزایش استرس و احساس افسردگی، نداشتن اوقات مشترک و اضطراب تغییر نقش مواجه می‌شوند. در پژوهش حاضر نیز مشارکت‌کنندگان معتقد بودند همسرشان به دلیل بحران‌های شغلی و افت فیزیکی و ظاهری، ذهنیتشان در ارتباط با خودشان دچار تغییر شده است. همچنین محدودیت‌های ایجادشده به‌واسطه تولد فرزند باعث شده سبک زندگی مادران تفاوت زیادی با قبل داشته باشد. علاوه بر این‌ها تمرکز افراطی بر مسائل مربوط به فرزند، کاهش انرژی و زمان برای ایفای نقش همسری و افزایش اضطراب و استرس از یافته‌های پژوهش حاضر است که با نتایج پژوهش جهانبخشی، یوسفی و کشاورز افشار (۱۳۹۳) موافق بوده است.

مارتینز (۲۰۱۹) در پژوهشی کیفی به بررسی تأثیر والدشدن بر سلامتی و بهزیستی والدین پرداخت و به این نتیجه رسید که تولد اولین فرزند با پیامدهایی مانند افزایش احساس، ادراک خستگی و فوران هیجانات منفی در والدین (به‌ویژه مادران) همراه است. در پژوهش حاضر نیز افزایش فشار بر مادران و تداخل نقش‌هایشان باعث خستگی، کاهش آستانه تحمل و زودرنجی آن‌ها شده است.

همان‌طور که در قسمت یافته‌های پژوهش ذکر شد گروهی از مشارکت‌کنندگان تغییر هویت همسری بانوانشان بعد از تولد فرزند را مثبت و گروهی دیگر این تغییرات را منفی تلقی کردند. به‌طوری‌که بیشتر پدران از کاهش توجه همسرشان به امور منزل، تضعیف نقش‌های همسری و افزایش تنش‌های درونی گلایه داشتند و معتقد بودند ورود فرزند به زندگی‌شان باعث ایجاد فاصله بین آن‌ها شده است. این در حالی است که چند نفر از مشارکت‌کنندگان افزایش توجه همسر و شکل‌گیری هویت یکپارچه در آن‌ها را گزارش کردند. با توجه به شرایط فرهنگی کشور ما و اهمیتی که بانوان این سرزمین برای نقش مادری و قداست آن قائل هستند، بخش اعظمی از انرژی خود را صرف فرزند و امور مربوط به آن کرده و به دلیل عدم مدیریت و کمبود مشارکت همسرشان، از رابطه زناشویی و مسئولیت‌هایش غافل شده و احساس فاصله گرفتن و دور شدن را به همسرشان القا می‌کنند. همچنین به نظر می‌رسد زوجینی که قبل از تولد فرزند رابطه پرتنش و پرتعارضی داشتند و آن را حل‌وفصل نکرده‌اند، با تولد فرزند تمام انرژی روانی خود را صرف کودک کرده و بارگذاری عاطفی روی کودک را، راه فراری از حل مشکلات رابطه با همسر می‌دانند و درنتیجه هویت همسری قبل از تولد فرزند که خود دارای نقص‌ها و کمبودهای زیادی بوده به‌طور کامل جای خود را به هویت مادری می‌دهد.

علاوه بر این، در مورد مادرانی که بعد از تولد فرزند شغل خود را رها کرده‌اند، شرایط سخت جدید باعث کاهش آستانه تحمل آن‌ها شده است و ازآنجایی‌که همسرشان آن‌ها را خانه‌دار می‌دانند از میزان مشارکتشان در امور منزل و فرزند کاسته می‌شود و همین مسئله باعث افزایش خستگی ناشی از تداخل نقش‌ها در مادران است.

اما در مورد زوجینی که قبل از فرزند، روابط زناشویی مطلوب و توانایی حل مسئله بالا داشته‌اند، تغییرات هویت همسری مادران از نگاه پدران مثبت تلقی گردید. به‌طوری‌که ورود فرزند باعث رشد شخصی مادر، افزایش توجه به خانواده، تداوم نقش‌های همسری، وضع قواعد متناسب با شرایط جدید، گسترش ارتباطات و موفقیت‌های شغلی شده است. در واقع به نظر می‌رسد تلاش برای حل مشکلات رابطه زناشویی قبل از تولد فرزند، مشارکت مرد در امور فرزند و منزل، وجود حمایت از سمت خانواده‌ها و تداوم رابطه عاطفی زوجین از مهم‌ترین عوامل شکل‌گیری یک هویت منسجم و یکپارچه بعد از تولد فرزند باشد.

در پایان با تشکر از تمام مشارکت‌کنندگان و عزیزانی که ما را در انجام این پژوهش یاری کردند، لازم به ذکر است پژوهش کیفی حاضر با محدودیت‌هایی از جمله استفاده از نمونه‌های در دسترس، سوگیری احتمالی محقق، ملاحظات اخلاقی مشارکت‌کنندگان در پاسخگویی به بعضی از سوالات مصاحبه و انجام مصاحبه‌های غیرحضوری روبه‌رو بوده که می‌تواند تهدیدی برای اعتبار نتایج به‌شمار رود.

با توجه به یافته‌های پژوهش حاضر پیشنهاد می‌شود جامعه روانشناسی و مشاوره گام‌های موثری در راستای حل تعارضات زناشویی و تحکیم رابطه عاطفی زوجین پیش از فرزندآوری برداشته و با تاکید بر اهمیت همکاری پدران و نقش حمایتی خانواده‌ها در پرورش فرزندان،

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.2.16.8]

زمینه را برای سازگاری مادران با این مرحله از زندگی فراهم آورند. همچنین به نظر می‌رسد تغییرات روانشناختی و درونی پدران پس از تولد فرزند و ورود به مرحله والدینی مورد غفلت پژوهشگران واقع شده و مطالعه در این زمینه می‌تواند اطلاعات ارزشمندی در اختیار متخصصان این حوزه قرار دهد.

منابع

جهان بخشی، ز؛ یوسفی، ن و کشاورز افشار، ح (۱۳۹۳). بررسی کیفی چالش‌ها، تغییرات و رضایت زناشویی زنان درگذر به والدینی. *فصلنامه علمی - پژوهشی پژوهش‌های مشاوره*. ۱۳ (۵۱): ۶۴-۷۹.

زهراکار، ک و جعفری، ف (۱۳۹۵). *مشاوره خانواده (مفاهیم، تاریخچه، فرآیند و نظریه‌ها)*. تهران: ارسباران.

سراج، ف؛ نورانی، ش؛ مخبر، ن و شاکری، م ت (۱۳۹۳). بررسی ارتباط سختی گذر به والد شدن با میزان مشارکت در وظایف والدینی در زوجین مراجعه‌کننده به مراکز بهداشتی درمانی شهر مشهد در سال ۱۳۹۲. *مجله زنان، مامایی و نازایی ایران*. ۱۷ (۱۱۱): ۲۰-۲۹.

هاروی، م (۲۰۰۵). *کتاب جامع زوج‌درمانی*. ترجمه احمدی، خ، (۱۳۹۵). تهران: نشر دانژه.

Anthis, K. S. (2002). On the calamity theory of growth: The relationship between stressful life events and changes in identity over time. Identity: *An International Journal of Theory and Research*, 2 (3), 229-240.

Berger, P., & Kellner, H. (1964). Marriage and the construction of reality: An exercise in the microsociology of knowledge. *Diogenes*, 12 (46), 1-24.

Bleidorn, W., Buyukcan-Tetik, A., Schwaba, T., Van Scheppingen, M. A., Denissen, J. J., & Finkenauer, C. (2016). Stability and change in self-esteem during the transition to parenthood. *Social Psychological and Personality Science*, 7 (6), 560-569.

Bouchard, G. (2016). Transition to Parenthood and Relationship Satisfaction. *Encyclopedia of Family Studies*, 1-5.

Brandel, M., Melchiorri, E., & Ruini, C. (2018). The dynamics of eudaimonic well-being in the transition to parenthood: differences between fathers and mothers. *Journal of Family Issues*, 39 (9), 2572-2589.

Burke, P. J. (2006). Identity change. *Social psychology quarterly*, 69 (1), 81-96.

Christopher, C., Umemura, T., Mann, T., Jacobvitz, D., & Hazen, N. (2015). Marital quality over the transition to parenthood as a predictor of coparenting. *Journal of Child and Family Studies*, 24 (12), 3636-3651.

Claxton, A., & Perry-Jenkins, M. (2008). No fun anymore: Leisure and marital quality across the transition to parenthood. *Journal of Marriage and Family*, 70 (1), 28-43.

Cowan, C. P., & Cowan, P. A. (1992). *When partners become parents: The big life change for couples*. Basic Books. American Psychological Association.Washington.

Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2016). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches*. Sage publications.

Doss, B. D., & Rhoades, G. K. (2017). The transition to parenthood: Impact on couples' romantic relationships. *Current Opinion in Psychology*, 13 (2017): 25-28.

Doss, B. D., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2009). The effect of the transition to parenthood on relationship quality: An ۸-year prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96 (3), 601–619.

Emmanuel, E. N., Creedy, D. K., St John, W., & Brown, C. (2011). Maternal role development: the impact of maternal distress and social support following childbirth. *Midwifery*, 27 (2), 265-272.

Erikson, E. (1968). H. (1968). *Identity: Youth and crisis*, 286-292.

Fadjukoff, P., Pulkkinen, L., Lyyra, A. L., & Kokko, K. (2016). Parental identity and its relation to parenting and psychological functioning in middle age. *Parenting*, 16 (2), 87-107.

Goldberg, W. (2014*). Father time: The social clock and the timing of fatherhood*. Springer.

Jackson, J. B., Miller, R. B., Oka, M., & Henry, R. G. (2014). Gender differences in marital satisfaction: A meta-analysis. *Journal of marriage and family*, 76 (1), 105-129.

Kaźmierczak, M., & Karasiewicz, K. (2019). Making space for a new role–gender differences in identity changes in couples transitioning to parenthood. *Journal of Gender Studies*, 28 (3), 271-287.

Keizer, R., Dykstra, P. A., & Poortman, A. R. (2010). The transition to parenthood and well-being: the impact of partner status and work hour transitions. *Journal of family psychology*, 24 (4), 429.

Kluwer, E. S. (2000). *Marital quality. In Families as relationships* (pp. 59-78). Wiley.

Manzi, C., Vignoles, V. L., & Regalia, C. (2010). Accommodating a new identity: Possible selves, identity change and well-being across two life-transitions. *European Journal of Social Psychology*, 40 (6), 970-984.

Marcia, J. E. (2007). *Theory and measure: The identity status interview. Capturing identity: Quantitative and qualitative methods*, 1-14.

Martins, C. A. (2019). Transition to parenthood: consequences on health and well-being. A qualitative study. *Enfermería Clínica* (English Edition), 29 (4), 225-233.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.2.16.8]

Milgrom, J., Schembri, C., Ericksen, J., Ross, J., & Gemmill, A. W. (2011). Towards parenthood: an antenatal intervention to reduce depression, anxiety and parenting difficulties. *Journal of affective disorders*, 130 (3), 385-394.

Nourani, S., Seraj, F., & Shakeri, M. T. (2018). The Comparison of Marital Satisfaction between Men without Child and Men with First and Second Child in Transition to Parenthood. *The Horizon of Medical Sciences*, 24 (3), 214-222.

Offer, S. (2016). Free time and emotional well-being: Do dual-earner mothers and fathers differ?. *Gender & Society*, 30 (2), 213-239.

Pacey, S. (2004). Couples and the first baby: Responding to new parents' sexual and relationship problems. *Sexual and Relationship Therapy*, 19 (3), 223-246.

Patton, K. M. (2018). Examining the Interacting Effects of Marital Role Salience and Satisfaction on Mental Health Trajectories of Female Expatriates. *Clinical Psychology Dissertations*.

Petch, J., & Halford, W. K. (2008). Psycho-education to enhance couples' transition to parenthood. *Clinical psychology review*, 28 (7), 125-1137.

Polomeno, V. (2000). The Polomeno family intervention framework for perinatal education: Preparing couples for the transition to parenthood. *The Journal of perinatal education*, 9 (1), 31-42.

Soulsby, L. K., & Bennett, K. M. (2017). When two become one: Exploring identity in marriage and cohabitation. *Journal of Family Issues*, 38 (3), 358-380.

Swanson, L. B. (2004). *Phenomenology of divorce for young men* (Doctoral dissertation, The University of Utah).

Van Manen, M. (2016). *Researching lived experience: Human science for an action sensitive pedagogy*. Routledge.

Yavorsky, J. E., Kamp Dush, C. M., & Schoppe-Sullivan, S. J. (2015). The production of inequality: The gender division of labor across the transition to parenthood. *Journal of Marriage and Family*, 77 (3), 662-679.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]

[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.2.16.8]