



## The Lived Experience of Iranian Mothers in Empty Nest Period: A Phenomenological Study

Samin Baharshanjani<sup>1</sup> , Marziyeh Dindoost<sup>2</sup> , Roya Montazeri<sup>3\*</sup> 

1. Department Psychology, Faculty of Humanities, Tarbiat Modares University, Tehran, Iran. Email: [s.bahar@modares.ac.ir](mailto:s.bahar@modares.ac.ir)
2. Department of Psychology, Faculty of Education and Psychology, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran. Email: [m\\_dindoost@mail.um.ac.ir](mailto:m_dindoost@mail.um.ac.ir)
3. Corresponding Author, Department of Counseling, Faculty of Education and Psychology, Shahid Beheshti University, Tehran, Iran. Email: [rmontazeri6@gmail.com](mailto:rmontazeri6@gmail.com)

### ARTICLE INFO

**Article type:**  
Research Article

**Article History:**  
Received: 10 May 2022  
Revised: 21 Jun 2022  
Accepted: 9 Jul 2022  
Published Online: 10 Aug 2024

**Keywords:**  
*Empty Nest, Iranian Mothers, Phenomenology.*

### ABSTRACT

The aim of the current investigation was to identify the lived experiences of mothers during the empty nest period. Qualitative descriptive phenomenology was implemented in the current investigation. The entire population of research statistics in 2021 comprised all mothers in Tehran whose offspring were all married. The preference sampling method was employed to select 8 individuals from the aforementioned population for the study sample. Interviews were conducted in a semi-structured format, which were subsequently verbatim implemented and analyzed using the Smith and Osborn method. Six primary themes were identified in this investigation: 1) The mother's perception of the child; 2) The child choice of spouse; 3) The child's departure from the paternal household; 4) Parenting after the child's marriage; 5) Communication with the spouse during the empty nest period; and 6) The necessities of old age and aging were identified in the experiences of mothers. Subthemes were present in each of the primary themes. The experience's substance was also attained through the performance of multifaceted roles that prioritized the preservation of family unity. The research results indicate that children and their affairs are the most sensitive issue for parents, particularly mothers, and that all stages of their lives, including the empty nest stage, are regulated accordingly. The results of the present study can be utilized by families and therapists to fortify the parent-child relationship and the relationship between spouses during the empty nest period.

**Cite this article:** Baharshanjani, S., Dindoost, M., & Montazeri, R. (2024). The Lived Experience of Iranian Mothers in Empty Nest Period: A Phenomenological Study. *Journal of Applied Psychological Research*, 15(2), 295-318. doi: 10.22059/japr.2024.342828.644255.



**Publisher:** University of Tehran Press  
DOI: <https://doi.org/10.22059/japr.2024.342828.644255>

© The Author(s).



## تجربه زیسته مادران ایرانی در دوره آشیانه خالی: یک مطالعه پدیدارشناختی

ثمین بهارشانجانی<sup>۱</sup>، مرضیه دین دوست<sup>۲</sup>، رویا منتظری<sup>۳\*</sup>

۱. دانشجوی دکتری روان شناسی، گروه روان شناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران. رایانامه: [s.bahar@modares.ac.ir](mailto:s.bahar@modares.ac.ir)

۲. دانشجوی دکتری روان شناسی، گروه روان شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران. رایانامه:

[m\\_dindoost@mail.um.ac.ir](mailto:m_dindoost@mail.um.ac.ir)

۳. نویسنده مسئول، کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران. رایانامه:

[rmontazeri6@gmail.com](mailto:rmontazeri6@gmail.com)

### چکیده

### اطلاعات مقاله

هدف پژوهش حاضر، شناسایی تجارب زیسته مادران از دوره آشیانه خالی بود. روش پژوهش حاضر کاربردی و از نوع کیفی پدیدارشناسی تفسیری است. جامعه آماری پژوهش، کلیه مادران شهر تهران در سال ۱۴۰۰ بودند که تمام فرزندان از دواج کرده بودند. نمونه مورد مطالعه شامل ۸ نفر از جامعه فوق بود که به روش نمونه گیری هدفمند انتخاب شدند. از افراد مصاحبه نیمه ساختاریافته به عمل آمد. سپس مکتوب و به روش اسمیت و اسبورن (۲۰۰۷) تجزیه و تحلیل شد. در این مطالعه شش مضمون اصلی شامل ۱. ادراک مادر از فرزند، ۲. همسرگزینی فرزند، ۳. خروج فرزند از خانه پدری، ۴. والدگری بعد از ازدواج فرزند، ۵. ارتباط با همسر در دوره آشیانه خالی و ۶. مقتضیات دوره سالمندی در تجارب مادران شناسایی شد. هریک از مضامین اصلی شامل زیرمضمون هایی بودند. جوهره تجربه نیز ایفای نقش های چندجانبه با محوریت حفظ انسجام خانواده به دست آمد. مطابق یافته های پژوهش، به نظر می رسد فرزندان و امور مربوط به آنها، حساس ترین مسئله برای والدین به ویژه مادر هستند و تمام مراحل زندگی والدین از جمله مرحله آشیانه خالی، منطبق بر آنها تنظیم می شود. نتایج پژوهش حاضر می تواند برای غنی سازی ارتباط والد-فرزندی و ارتباط همسران در دوره آشیانه خالی، مورد استفاده خانواده ها و درمانگران قرار گیرد.

### نوع مقاله:

پژوهشی

### تاریخ های مقاله:

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۲/۲۰

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۱/۰۳/۳۱

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۴/۱۸

تاریخ انتشار: ۱۴۰۳/۰۵/۱۹

### کلیدواژه ها:

آشیانه خالی، پدیدارشناسی، مادران ایرانی.

استناد: بهارشانجانی، ث، دین دوست، م، و منتظری، ر. (۱۴۰۳). تجربه زیسته مادران ایرانی در دوره آشیانه خالی: یک مطالعه پدیدارشناختی. فصل نامه پژوهش های کاربردی

روانشناختی، ۱۵(۲)، ۲۹۵-۳۱۸. doi: 10.22059/japr.2024.342828.644255

ناشر: انتشارات دانشگاه تهران

DOI: <https://doi.org/10.22059/japr.2024.342828.644255>

© نویسندگان.



## ۱. مقدمه

در جریان تکامل زندگی، هر خانواده‌ای طی فرایندی آرام، تدریجی و درعین حال تحت تأثیر یک سری جهش‌های منقطع با هدف حفظ تعادل درونی رشد و تحول می‌یابد (نیکولز و شوارتز<sup>۱</sup>، ۱۳۹۵). در مسیر این تکامل و سپری کردن مراحل چرخه زندگی<sup>۲</sup>، فرایندهای عاطفی و وظایف ضروری گوناگونی وجود دارند که انتقال از یک مرحله به مراحل بعدی را با تعارضاتی همراه می‌سازند (باروس و همکاران<sup>۳</sup>، ۲۰۱۹). مشکلات زمانی رخ می‌دهند که خانواده با چالش‌های محیطی و رشدی روبه‌رو می‌شود و توانایی سازگاری با آن را پیدا نمی‌کند (نیکولز و شوارتز، ۱۳۹۵). به‌نظر می‌رسد کمتر خانواده‌ای از این تغییرات بدون مشکل عبور کند، بیشتر خانواده‌ها دچار فشار روانی می‌شوند، در مقابل تغییر مقاومت می‌کنند و دچار چرخه معیوب می‌شوند. با این حال در درک رشد خانواده بهتر است در نظر داشت که تحولات در هر کدام از مراحل چرخه زندگی بر سیستم خانواده تأثیر می‌گذارد و اعضای خانواده بهتر است از رشد و تغییر سیستم خانواده آگاهی یابند تا بتوانند با فشار روانی آن مرحله سازگار شوند و تکلیف تحولی هر مرحله را با موفقیت طی کنند (نیکولز و شوارتز، ۱۳۹۵). رفع این منابع بالقوه استرس‌زا در هر مرحله مستلزم مشارکت زوجین برای تعدیل بحران و انتقال به مرحله بعدی است (سولسبی و بنت<sup>۴</sup>، ۲۰۱۵). بررسی‌های انجام‌شده بر نظام خانواده نشان می‌دهد عمده چالش‌های زوجین در مراحل مختلف، تنظیم فردیت، افزایش انعطاف‌پذیری مرزهای خانواده، تغییر قانون‌های درون خانواده، پذیرش مسئولیت‌های هیجانی، پذیرش انتقال نقش‌ها و مواجهه با هویت جدید است (مک‌گلدریک و همکاران<sup>۵</sup>، ۲۰۱۵). در این فرایند تکاملی ممکن است مهارت‌های اجتماعی فرد بر کیفیت روابط زناشویی، تسهیل تعامل اجتماعی، کاهش مشکلات و بحران‌ها، بهبود ارتباطات و اجتناب از تعارض تأثیر بگذارد (باروس و همکاران، ۲۰۱۹).

یکی از مراحل چرخه زندگی خانوادگی که به دنبال آن فرزندان خانه پدری خود را ترک می‌کنند و ازدواج می‌کنند، دوره آشیانه خالی<sup>۶</sup> یا پس‌والدینی<sup>۷</sup> است. دوران آشیانه خالی، شکل جدیدی از زندگی است که کیفیت آن تحت تأثیر مراحل قبلی، نوع ارتباط با همسر و دیگر اعضای خانواده است که می‌تواند پیامدهای سلامت ضعیف را کاهش دهد و کیفیت کلی زندگی را برای زوج‌های مسن بعد از ازدواج فرزندان بهبود بخشد (انجمن روان‌شناسی آمریکا<sup>۸</sup>، ۲۰۱۴؛ وارنر و کلی-مور<sup>۹</sup>، ۲۰۱۲). فرایند هیجانی این مرحله، پذیرش ورود و خروج افراد به درون و بیرون نظام خانواده است. فرزندان به دنبال تصمیم‌گیری و کسب استقلال برای کسب هویت بزرگسالی هستند (کریستنسن و همکاران<sup>۱۰</sup>، ۲۰۲۱) و در پی تغییرات این دوره، نظام زناشویی دوفره مجدداً بررسی می‌شود و نوع رابطه از حالت بزرگسال-کودک به حالت بزرگسال-بزرگسال (بین فرزند بالغ با والدین) تغییر جهت می‌یابد؛ به‌نحوی که عروس و دامادها نیز در آن جای می‌گیرند (گائو و همکاران<sup>۱۱</sup>، ۲۰۱۷). این مرحله از سوی والدین یک رویداد پیش‌بینی‌شده و زمانی برای تجدید است؛ زیرا آن‌ها زمان بیشتری دارند که به رابطه خود اختصاص دهند (ناگی و تیس<sup>۱۲</sup>، ۲۰۱۳). پژوهش‌های مختلفی روی دوران آشیانه خالی در دنیا انجام شده است که نشان می‌دهد والدین در خروج فرزندان با چالش‌ها و مسائل مختلفی دست‌به‌گریبان هستند و واکنش‌های متفاوتی نشان می‌دهند. طبق پاره‌ای از مطالعات، داشتن یک آشیانه خالی سبب می‌شود تعاملات بین شرکا آرام‌تر و لذت‌بخش‌تر شود و کیفیت زندگی زناشویی افزایش یابد (گورچوف و همکاران<sup>۱۳</sup>، ۲۰۰۸؛ میچل و ویستر<sup>۱۴</sup>، ۲۰۱۵). در این بین، دیدگاه «کاهش فشار نقش»<sup>۱۵</sup> نشان می‌دهد مرحله آشیانه خالی

1. Nichols, M., & Schwartz, R. C.
2. family life cycle
3. Barros et al.
4. Soulsby & Bennett
5. McGoldrick et al.
6. empty nest phase
7. post-parental phase
8. American Psychological Association (APA)
9. Warner & Kelley-Moore
10. Kristensen et al.
11. Gao et al.
12. Nagy & Theiss
13. Gorchoff et al.
14. Mitchell & Wister
15. the role strain relief

به‌دلیل کاهش عوامل استرس‌زای ناشی از تربیت کودک مانند خواسته‌های روزانه، محدودیت‌های زمانی و درگیری‌های بین کار و خانواده به بهبود سلامت والدین منجر می‌شود (آمبرسون و همکاران، ۲۰۱۰). در مقابل، در دیدگاه «زدست‌دادن نقش»<sup>۲</sup> پایان‌دادن به نقش والدینی که به بسیاری از والدین احساس موفقیت می‌دهد، تأثیری منفی بر سلامت روانی-اجتماعی آن‌ها دارد (بوچارد،<sup>۳</sup> ۲۰۱۴). در مطالعات پیشین، اشاره شده است که به‌ویژه زنان به‌دلیل نداشتن نقش‌های جایگزین، بیشتر در معرض پیامدهای منفی یک آشیانه خالی هستند (بوچارد، ۲۰۱۴). باین‌حال مطالعه بوچارد (۲۰۱۸) نشان می‌دهد استرس درک‌شده در ارتباط با خروج فرزندان از خانه ممکن است به همان میزان در بین والدین مشاهده نشود و در این دوره تا حدی به رضایت والدین از استقلال و دستاوردهای فرزندان نیز بستگی داشته باشد. هرچه شوهران بیشتر به فرزندان خود به‌عنوان بزرگسالان موفق نگاه کنند، همسران آرامش بیشتری دارند که این به‌نوبه خود بر رضایت از رابطه و ارزیابی مثبت زندگی تأثیر می‌گذارد. پاره دیگری از مطالعات نشان داده‌اند در این دوران، تربیت فرزندان دیگر در کانون توجه والدین نیست. زندگی روزمره خانوادگی طبیعتاً با کوچ فرزندان تغییر می‌کند و می‌توان انتظار واکنش‌های منفی احتمالی به این انتقال مانند افسردگی و تنهایی را در والدین داشت (میچل و لاوگرین،<sup>۴</sup> ۲۰۰۹). شیوع علائم افسردگی در بین افرادی که آشیانه خالی را تجربه می‌کنند، بیشتر از افرادی است که این سندرم را تجربه نمی‌کنند یا در این دوران به سر نمی‌برند (هونگ، دوان و همکاران،<sup>۵</sup> ۲۰۲۰؛ هونگ و همکاران،<sup>۶</sup> ۲۰۱۹؛ پاپ،<sup>۷</sup> ۲۰۱۸؛ وانگ و همکاران،<sup>۸</sup> ۲۰۲۰؛ بوگی و همکاران،<sup>۹</sup> ۲۰۱۹).

به‌علاوه، یافته‌های متعددی نشان می‌دهند آشیانه خالی بر میزان کیفیت رابطه زناشویی و رضایت زناشویی تأثیر می‌گذارد. در برخی از مطالعات، دوران آشیانه خالی با کیفیت بالاتر رابطه زناشویی (گورچوف و همکاران، ۲۰۰۸) و تعارض کمتر همراه است (مک‌کی و اوبرین،<sup>۱۰</sup> ۱۹۹۹، به نقل از فلاحت‌پیشه بابل و همکاران، ۱۴۰۰). پژوهش‌های پیشین نشان می‌دهد رضایت زناشویی در طول مراحل چرخه زندگی از الگوی U شکل پیروی می‌کند (گلن،<sup>۱۱</sup> ۱۹۹۱، به نقل از فلاحت‌پیشه بابل و همکاران، ۱۴۰۰). رضایت زناشویی در دوران مراقبت از فرزندان کاهش می‌یابد و مجدداً در دوران آشیانه خالی افزایش می‌یابد. وایتمن و همکاران<sup>۱۲</sup> (۲۰۰۷) نیز دریافتند که رضایت زناشویی تا سال‌های چهاردهم تا هجدهم ازدواج تدریجاً کاهش می‌یابد و پس از آن در دورانی که فرزندان خانه را ترک کرده‌اند، به شکل تدریجی افزایش می‌یابد. در پژوهش تریسی و همکاران<sup>۱۳</sup> (۲۰۲۲) نیز مشخص شد که تأثیرات مثبت مستقیمی بر «نزدیکی زناشویی» و «سلامت درک‌شده» همسران وجود دارد. هرچه درک سلامتی در بین همسران بیشتر باشد، وضعیت آشیانه خالی به‌عنوان عاملی محافظتی، سهم ویژه‌ای بر ارتباط و عملکرد زوجین خواهد داشت.

باین‌حال به‌نظر می‌رسد جنس نگرانی‌ها و استرس‌های والدین در این دوران، متناسب با نوع فرهنگ متفاوت است. در فرهنگ‌های فردگرا، نگرانی‌های والدین بعد از خروج فرزندان معطوف به «خود» و «رابطه زوجی» می‌شود (دهل و دهل،<sup>۱۴</sup> ۲۰۱۳)؛ درحالی‌که در فرهنگ‌های جمع‌گرا، استرس‌ها و نگرانی‌ها درباره «آینده فرزندان» پررنگ است (هسپائو،<sup>۱۵</sup> ۲۰۱۷). در ایران پژوهش‌های کمتری در مورد مسائل و چالش‌های مربوط به آشیانه خالی انجام شده است. در مطالعه‌ای که به مقایسه تجربه والدین قبل و بعد از ترک فرزندان پرداخته بود، مشخص شد که میزان افسردگی، اضطراب و احساس تنهایی در والدین بعد از ترک فرزندان بیشتر از قبل از ترک فرزندان است که نشان‌دهنده شرایط روحی بهتر والدین قبل از تجربه آشیانه خالی است.

1. Umberson et al.
2. the role loss model
3. Bouchard
4. Mitchell & Lovegreen
5. Huang et al.
6. Huang et al.
7. Papp
8. Wang et al.
9. Bougea et al.
10. Mackey, R. A., & O'Brien, B. A.
11. Glenn, N. D.
12. Whiteman et al.
13. Tracy et al.
14. Dahl, C. M., & Dahl, K.
15. Hsiao

والدین به خصوص مادران کمتر می‌توانند با شرایط سازگاری پیدا کنند و حس ازدست‌دادن، غم و اندوه، اضطراب و استرس در درون آن‌ها غالب است. این احساس اضطراب و استرس ممکن است با نگرانی‌هایی در مورد رفاه و آینده فرزندان، بیشتر افزایش یابد (مهدی‌بار و همکاران، ۱۳۹۳). نتایج مطالعه فلاح‌پیشه بابل و همکاران (۱۴۰۰) نشان می‌دهد والدین ایرانی در مرحله میانسالی و سالمندی، آشیانه خالی و استقلال فرزندان را حول محور فرزندان درک می‌کنند و عملکرد و رضایت جنسی کمتری دارند.

در نهایت می‌توان گفت با توجه به اهمیت دوره آشیانه خالی در چرخه زندگی خانوادگی، بررسی هرچه بیشتر این دوران از اهمیت زیادی برخوردار است. همان‌گونه که اشاره شد، در بسیاری از یافته‌های پژوهشی مربوط به دوران آشیانه خالی، تناقض وجود دارد؛ برای نمونه، برخی از پژوهش‌ها، کیفیت رابطه عاطفی را بالاتر از مراحل پیشین ارزیابی کرده‌اند (گورچوف و همکاران، ۲۰۰۸). در عین حال، برخی دیگر از یافته‌ها به کاهش کیفیت رابطه زناشویی در این دوران پرداختند (بوچارد، ۲۰۱۴). همچنین برخی از مطالعات حاکی از آن است که دغدغه و نگرانی والدین، بر خود و رابطه با همسر متمرکزند (دهل و دهل، ۲۰۱۳) و برخی دیگر دریافتند والدین در دوره آشیانه خالی، همچنان بر فرزندان و دغدغه‌های آن‌ها متمرکز هستند (هسینا، ۲۰۱۷).

با توجه به تناقضات یافته‌های پژوهشی، انجام پژوهشی در زمینه شناسایی تجارب زیسته والدین در دوران آشیانه خالی، در فرهنگ ایران، امری ضروری به نظر می‌رسد. دوم آنکه با وجود انجام پژوهش‌هایی کیفی در زمینه بررسی چالش‌های دوران میانسالی که اشاره‌ای به دوره آشیانه خالی داشته‌اند (فلاح‌پیشه بابل و همکاران، ۱۴۰۰)، هیچ پژوهش کیفی‌ای که فقط به شناسایی چالش‌ها و تجارب مادران در دوره آشیانه خالی پرداخته باشد وجود ندارد و این موضوع، یک خلأ پژوهشی است که اجرای مطالعه‌ای در این زمینه را ضروری می‌سازد. پژوهش در زمینه تجارب زیسته مادران در دوران آشیانه خالی، متخصصان را برای پیشگیری از مشکلات، ارتقای آموزش و درمان این قشر آسیب‌پذیر جامعه هدایت خواهد کرد؛ بنابراین، پژوهش حاضر با هدف شناسایی تجارب زیسته افراد از دوران آشیانه خالی انجام شد تا به این سؤال پاسخ دهد که تجربه مادران ایرانی از دوره آشیانه خالی چیست.

## ۲. روش

### ۲-۱. جامعه، نمونه و روش اجرا

پژوهش حاضر کیفی<sup>۱</sup> از نوع پدیدارشناسی<sup>۲</sup> است و تجربه مادران را از پدیده آشیانه خالی بررسی می‌کند. جامعه آماری پژوهش، کلیه مادران شهر تهران بودند که تمام فرزندانشان ازدواج کرده‌اند. برای نمونه‌گیری از روش هدفمند<sup>۳</sup> استفاده شد. بدین طریق ۸ مادر انتخاب شدند. معیارهای ورود به پژوهش عبارت بودند از اینکه حداقل یک سال از ازدواج همه فرزندان گذشته باشد، فرزندان طلاق و ازدواج مجدد را تجربه نکرده باشند، هر دو والد در قید حیات باشند، شرکت‌کنندگان توانایی لازم برای خواندن و نوشتن و بیان تجربیات شخصی خود را داشته باشند و با رضایت خود در پژوهش شرکت کنند و معیارهای خروج نیز عبارت بودند از فوت یکی از همسران، سابقه طلاق و ازدواج مجدد فرزندان، داشتن اختلالات شناختی (به استناد گزارش‌دهی فرد) و ناتوانی در خواندن و نوشتن و بیان تجربیات شخصی. در ابتدای مصاحبه، جلب رضایت آگاهانه شرکت‌کنندگان و دادن اطلاعات لازم به آن‌ها انجام گرفت و پس از جمع‌آوری اطلاعات جمعیت‌شناختی، سؤالات مصاحبه به شکل نیمه‌ساختاریافته<sup>۴</sup> مطرح شد. در این شیوه هنگامی که پاسخ‌ها به حالتی از تکثر و اشباع<sup>۵</sup> برسد، تعداد آزمودنی‌ها به حدنصاب رسیده است که در این پژوهش با ۸ نفر انجام شد. میانگین زمان مصاحبه‌ها ۵۰ دقیقه بود. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش پدیدارشناسی تفسیری اسمیت و اوسبورن<sup>۶</sup> (۲۰۰۸) استفاده شد. ابتدا مصاحبه‌ها با اطلاع و اجازه مصاحبه‌شوندگان ضبط و سپس مکتوب شد. متن مصاحبه‌ها

1. qualitative research
2. phenomenological research
3. purposive sampling
4. semi-structured interview
5. saturation
6. Smith & Osborn

چندین مرتبه مطالعه شد تا از طریق مطالعه مکرر، امکان دستیابی به معنای کلی و عمیق هر مصاحبه حاصل شود. سپس به منظور استخراج عبارات معنادار، تمام عباراتی که مرتبط با تجربه مادرانگی و آشیانه خالی بودند مشخص شدند. این عبارات همان واحدهای معنایی یا کدها هستند. کدهای به دست آمده با استفاده از میزان همگرایی و واگرایی که نسبت به یکدیگر داشتند در قالب زیرمضمون‌ها طبقه‌بندی شدند. زیرمضمون‌هایی که ارتباط درونی بیشتری با یکدیگر داشتند در یک مضمون قرار گرفتند. مضامین اصلی چندین بار بازبینی و موارد زائد یا اشتباه، حذف و اصلاح شدند. در نهایت به منظور اعتبارسنجی یافته‌ها از شرکت‌کنندگان درخواست شد یافته‌های حاصل را با تجربه خود مقایسه کنند تا اطمینان حاصل شود که پژوهشگران به درستی متوجه تجارب شده‌اند.

## ۲-۲. ابزارهای پژوهش

### ۲-۲-۱. پرسشنامه ویژگی‌های جمعیت‌شناختی

این پرسشنامه حاوی اطلاعاتی از قبیل سن، شغل و تحصیلات، سن همسر، شغل و تحصیلات همسر، تعداد فرزندان و تعداد نوه‌ها بود.

### ۲-۲-۲. مصاحبه نیمه‌ساختار یافته<sup>۱</sup>

در پژوهش حاضر با مادرانی که تمام فرزندانشان ازدواج کرده‌اند، مصاحبه انجام گرفت. سوالات مصاحبه با توجه به هدف پژوهش و در راستای شناسایی تجربه این گروه از مادران توسط پژوهشگران مطرح شد. بدین ترتیب که ابتدا سؤال می‌شد زندگی را بدون حضور فرزندان در منزل چگونه تجربه می‌کنید. دیگر سوالات عبارت بود از: ازدواج فرزندان چه مسائلی جدیدی برای شما برداشته است؟ چه تفاوت‌هایی در زندگی شما ایجاد شده است؟ سپس با توجه به پاسخ‌های شرکت‌کنندگان ادامه سوالات مطرح می‌شد. در پژوهش‌های کیفی برای سنجش روایی و پایایی<sup>۲</sup> ابزار، از ملاک موثق بودن استفاده می‌شود که از طریق چهار مؤلفه قابل سنجش است. این ملاک‌ها در پژوهش حاضر مورد توجه قرار گرفته‌اند: الف) به منظور معتبر بودن<sup>۳</sup> ابزار که معادل روایی درونی است، از روش تحقیق، روش جمع‌آوری و تحلیل داده متناسب با پدیده مورد بررسی و هدف تحقیق استفاده شد. سوالات تکراری نیز برای روشن‌تر شدن سوالات و جزئیات مربوطه، همچنین برای رفع کج‌فهمی پژوهشگر از صحبت‌های شرکت‌کنندگان و آشکار شدن تناقض‌های احتمالی طرح شدند. ب) به منظور فراهم شدن زمینه انتقال‌پذیری<sup>۴</sup> که معادل روایی بیرونی است، ویژگی‌های جمعیت‌شناختی شرکت‌کنندگان، سوالات مطرح شده، زمان و جزئیات مصاحبه و روش تحلیل داده‌ها شرح داده شد. پ) اطمینان‌پذیری<sup>۵</sup> که معادل پایایی در پژوهش‌های کیفی است با تشریح کامل مراحل تحقیق انجام گرفت تا پژوهشگران در آینده بتوانند آن را تکرار کنند. ت) قابلیت تصدیق<sup>۶</sup> در پژوهش حاضر با مشورت با استادان و دانشجویان آشنا به روش کیفی درباره کدگذاری‌ها و تحلیل داده‌ها تأمین شد.

## ۳. یافته‌ها

### ۳-۱. اطلاعات جمعیت‌شناختی

در این بخش به اطلاعات جمعیت‌شناختی مادران مشارکت‌کننده در پژوهش پرداخته می‌شود. میانگین سنی افراد مورد مطالعه ۵۸/۵ سال بود. جدول ۱ بیانگر این مطلب است.

1. Semi-structured interview
2. reliability and validity
3. greditability
4. transferability
5. dependability
6. confirmability

جدول ۱. اطلاعات جمعیت‌شناختی شرکت‌کنندگان

شماره شرکت‌کننده	سن	شغل و تحصیلات	سن همسر	شغل و تحصیلات همسر	تعداد فرزندان	تعداد نوه‌ها
کد ۱	۵۹	کارشناسی-معلم بازنشسته	۵۹	کارشناسی-معلم بازنشسته	۳ پسر	۲
کد ۲	۶۳	زیردیپلم-خانه‌دار	۶۸	زیردیپلم-آزاد	۷ (۲ پسر و ۵ دختر)	۷
کد ۳	۵۳	زیردیپلم-خانه‌دار	۶۰	کارشناسی-آزاد	۳ (۱ دختر و ۲ پسر)	۵
کد ۴	۵۸	کارشناسی ارشد-معلم بازنشسته	۶۱	کارشناسی-معلم بازنشسته	۲ (۱ دختر و ۱ پسر)	۳
کد ۵	۶۳	فوق‌دیپلم-خانه‌دار	۶۷	دیپلم-آزاد	۳ (۱ دختر و ۲ پسر)	۴
کد ۶	۵۲	کارشناسی-معلم بازنشسته	۵۷	کارشناسی-معلم بازنشسته	۳ پسر	۳
کد ۷	۵۵	زیردیپلم-خانه‌دار	۶۱	کارشناسی-کارمند بازنشسته	۳ دختر	۵
کد ۸	۶۵	زیردیپلم-خانه‌دار	۷۷	زیردیپلم-آزاد	۳ (۲ پسر و ۱ دختر)	۵

### ۳-۲. فرایند کدگذاری و استخراج مضامین

براساس نتایج پژوهش، تجارب مادران ایرانی از دوره آشیانه خالی در شش مضمون اصلی ادراک مادر از فرزند، همسرگزینی فرزند، خروج فرزند از خانه پدری، والدگری بعد از ازدواج فرزند، ارتباط با همسر در دوره آشیانه خالی، مقتضیات دوره سالمندی و ۲۱ زیرمضمون تحلیل شد. مضمون‌ها و زیرمضمون‌ها در جدول ۲ ارائه شده است. در ادامه نظر مشارکت‌کنندگان در توضیح مضمون‌ها و زیرمضمون‌ها بیان می‌شود.

جدول ۲. مضامین اصلی و فرعی و واحدهای معنایی

مضامین اصلی	زیرمضمون‌ها	واحدهای معنایی
ادراک مادر از فرزند	مسئول بودن مادر	احساس مسئولیت برای زندگی سعادتمندانه فرزند، تربیت فرزند صالح به‌عنوان تکلیفی شرعی، نقش کلیدی خانواده در سلامت زندگی مجردی و متأهلی فرزند، وظیفه بیشتر مادر در مراقبت از فرزندان، تلاش برای رفاه حال فرزندان
	نیازمندی فرزند به حمایت مادر	آمادگی برای حمایت چندجانبه از فرزند، اولویت افراطی قائل شدن برای فرزند، لزوم از خودگذشتگی برای پرداختن به فرزند
	فرزند معنای زندگی والدین، فرزند تسلی‌بخش والدین، لذت‌بخشی حضور فرزند، مشغول شدن تمام‌وقت به امور فرزند در زندگی مادر	مجرد، فرزند عاملی برای عدم مواجهه با مسائل وجودی، اولین اولویت زندگی والدین
همسرگزینی فرزند	تفاوت فرزند مجرد و متأهل	تفاوت دغدغه‌ها برای فرزند مجرد و متأهل، تغییر نحوه حمایت از فرزند قبل و بعد از ازدواج
	نگرانی‌های قبل از ازدواج	دقت در انتخاب همسر، ترجیح ازدواج هرچه سریع‌تر فرزند، ترجیح ازدواجی شبیه ازدواج والدین برای فرزند، ترجیح ازدواج سنتی برای فرزند
	توصیه‌های حین ازدواج و بعد از آن	آموزش نحوه ارتباط با همسر به فرزند، انتقال ارزش‌های شخصی والدین به فرزند به شکل چندنسلی، تأکید بر حفظ ارتباط مطلوب با خانواده پدری و خانواده همسر، سفارش به سازگاری با همسر، تأکید بر ناپسندی طلاق
خروج فرزند از خانه پدری	تغییرات مثبت فرزند بعد از ازدواج	تقویت ادراک متقابل بین فرزند و والدین بعد از ازدواج، اهمیت دادن به نگرانی‌های والدین، افزایش احترام در رابطه والد-فرزند، خواسته‌های واقع‌بینانه از والدین، توانمندی برای مراقبت و توجه به والدین
	تغییرات منفی فرزند بعد از ازدواج	کاهش اولویت والدین بعد از ازدواج، کاهش افراطی حضور در منزل پدری
	احساسات مادر	احساس تنهایی، دل‌تنگی برای دوره مجردی فرزند، رضایت و آسودگی خاطر از ازدواج فرزند، فراغت بال بعد از ازدواج فرزندان، دغدغه‌مندی برای آرامش و آسایش زندگی متأهلی فرزند
رفتارهای مادر	عدم دخالت در زندگی فرزند، پذیرش دشواری‌های زندگی متأهلی فرزند، تلاش برای رفع تعارضات فرزند با همسرش، کمک‌های مالی و فکری، جبران کاستی‌های زندگی شخصی در زندگی فرزند	پیش‌فرضی مبنی بر خروج همیشگی فرزند پسر بعد از ازدواج، پیش‌فرضی مبنی بر حضور همیشگی فرزند دختر بعد از ازدواج، اختیار نداشتن فرزند دختر بعد از ازدواج، توقع کمتر از فرزند دختر

مضمین اصلی	زیرمضمون‌ها	واحد‌های معنایی
	زندگی بدون فرزند	لزوم استقلال والدین از فرزند در برنامه‌های شخصی، پذیرش جای خالی فرزندان، فرصت پرداختن به علایق شخصی، پرداختن بیشتر به امور معنوی، پرداختن به سلامت شخصی
	نقش کلیدی مادر	مادر محرم اسرار زندگی متأهلی فرزند، مادر مانعی برای درگیری و تعارض در خانواده پدری و خانواده جدید، مادر الگوی فرزند در زندگی متأهلی به‌ویژه برای فرزند دختر، مادر عنصر اساسی شکل‌دهی به ارتباط عروس و داماد با مادر همسر
	ادراک از عروس و داماد	عروس و داماد فردی غریبه با خانواده، لزوم رعایت حد و مرز مشخص با عروس و داماد، احساس بیگانگی با عروس و داماد، تفاوت عروس و داماد فامیل و غیرفامیل، عدم اشتراک‌گذاری جزئیات زندگی با عروس و داماد
والدگری بعد از ازدواج فرزند	جنبه‌های مثبت ارتباط با عروس و داماد	پذیرش مثبت عروس و داماد در خانواده، رعایت احترام متقابل با عروس و داماد، گذشت، ملاحظه شرایط خاص عروس و داماد، گذشت، چشم‌پوشی از برخی اشتباهات فرزند و عروس و داماد، تذکر برخی اشتباهات به فرزند و عروس و داماد
	جنبه‌های منفی ارتباط با عروس و داماد	وجود نوعی رقابت بین عروس و فرزند دختر و داماد و فرزند پسر، رنجش از برخی اقدامات عروس و داماد
	جایگاه نوه‌ها	درگیر شدن تمام‌وقت با نوه‌ها، جایگزینی مراقبت از نوه‌ها به‌جای مراقبت از فرزند، محبوبیت نوه، حساسیت افراطی نسبت به نوه، اولویت‌دادن به مراقبت از نوه در مقایسه با سایر برنامه‌های شخصی
ارتباط با همسر در دوره آشیانه خالی	تقویت ارتباط	همسر ماندگارترین فرد در زندگی، وابستگی مثبت به همسر، اهمیت بیشتر به همسر، تقویت صمیمیت کلامی و فیزیکی، همسر به‌عنوان منبعی برای کسب آرامش
	تضعیف ارتباط	افزایش تعارضات با همسر، تأثیرات منفی یانگی بر ارتباط زناشویی
	ابعاد جسمانی	کاهش توان جسمانی، بیماری‌های شایع سالمندی
مقتضیات دوره سالمندی	ابعاد عاطفی	کاهش آستانه تحمل، نیاز به درک نیازها توسط همسر، نیاز به محبت همسر، نیاز به محبت فرزندان
	ابعاد وجودی	طی شدن همه مراحل چرخه زندگی، مواجهه با تنهایی وجودی، مواجهه با گریزناپذیری مرگ، تلاش برای آمادگی برای مرگ

### ۳-۱- مضمون اصلی اول، ادراک مادر از فرزند

این مضمون در چهار زیرشاخه فرزند محبوب‌ترین فرد در زندگی والدین، مسئول بودن والدین، نیازمندی فرزند به حمایت والدین، و تفاوت فرزند مجرد و متأهل دسته‌بندی شد.

الف) فرزند، محبوب‌ترین فرد در زندگی والدین: مادران پژوهش حاضر، فرزند را مهم‌ترین و محبوب‌ترین فرد در زندگی خود و همسرشان تلقی می‌کنند. از این‌رو مفاهیمی مانند فرزند معنای زندگی والدین، فرزند تسلی‌بخش والدین، لذت‌بخشی حضور فرزند، مشغول شدن تمام‌وقت به امور فرزند مجرد، فرزند عاملی برای عدم مواجهه با مسائل وجودی و فرزند نخستین اولویت زندگی والدین در میان تجربیات آنان مشاهده شد؛ برای مثال، کد ۷ اظهار کرد: «من خودم همه وقتم برای بچه‌هاست. آدم برای بچه‌ش وقت نذاره برای کی بذاره؟» کد ۸ نیز گفت: «اصلاً بچه همه زندگی مادر و پدره. تا وقتی خونه هست یه جور لذت داره، وقتی می‌ره یه جور خوبه.»

ت) مسئول بودن والدین: به‌نظر می‌رسد به‌دلیل محبوبیت فرزند برای والدین، آنان در قبال فرزند احساس مسئولیت می‌کنند و فرزند را نیز نیازمند به دریافت حمایت می‌دانند. این دو مفهوم در قالب دو زیرمضمون مجزا گزارش شده‌اند. در خصوص احساس مسئولیت، شرکت‌کنندگان غالباً به نقش مهم والدین در زندگی و سلامت فرزند تأکید داشتند. مفاهیمی مانند احساس مسئولیت برای زندگی سعادتمندانۀ فرزند، تربیت فرزند صالح به‌عنوان تکلیفی شرعی، نقش کلیدی خانواده در سلامت زندگی مجردی و متأهلی فرزند، وظیفه بیشتر مادر در مراقبت از فرزندان و تلاش برای رفاه حال فرزندان از مواردی بود که مادران پژوهش حاضر بیان کردند؛ برای نمونه، کد ۶ توضیح داد: «مادر بیشتر احساس تکلیف می‌کنه. یه جوری خودش رو دخیل می‌دونه که بچه‌ش بهترین زندگی رو داشته باشه.» به بیان کد ۵: «خیالم راحته اون دنیا بگن بچه‌ها رو چطوری تربیت کردی. خدا رو شکر بچه‌های مؤمن و خوبی هستن.»

پ) نیاز فرزند به حمایت والدین: به‌نظر می‌رسد بخشی از احساس مسئولیت والدین در قبال فرزند، از این مسئله نشئت می‌گیرد که آنان فرزند را فردی نیازمند به دریافت حمایت می‌دانند. از این‌رو آمادگی دارند به شکل چندجانبه از فرزند حمایت کنند، برای او اولویت افراطی قائل می‌شوند و برای پرداختن به مسائل فرزند از خود می‌گذرند؛ برای مثال، کد ۵ گفت: «کل زندگیم وقف این شده که بچه‌ها آرامش داشته باشند و به‌خاطر بچه‌ها خودم رو فدا کردم؛ چون می‌دونم بچه نیاز به این حمایت‌ها



داره.» کد ۲ بیان کرد: «بچه رو نباید ول کرد. باید پشتیبانش باشی. ما کمک مالی، کمک عاطفی، هرچی بوده انجام دادیم. نباید تنهاشون گذاشت.»

ت) تفاوت فرزند مجرد و متأهل: آخرین زیرمضمون به دست آمده در زمینه ادراک والدین از فرزند آن بود که مادران به برخی تفاوت‌های موجود در زمینه دغدغه‌مندی و حمایتگری از فرزند مجرد و فرزند متأهل اشاره کردند؛ برای نمونه کد ۴ گفت: «خب اون موقع مجردی دغدغه ما برای بچه‌ها درس و ایناشون بود، الان دغدغه زندگی شونه دیگه، که زندگی آرومی داشته باشن.» کد ۶ توضیح داد: «وقتی مجردن باید حواست باشه غذاشون آماده باشه، درسشون رو بخونن، ببینی با کی می‌رن با کی می‌آن، بعد ازدواجشون یه جور دیگه باید هواشون رو داشت.»

### ۳-۲-۲. مضمون اصلی دوم، همسرگزینی فرزند

این مضمون در قالب چهار زیرشاخه نگرانی‌های قبل از ازدواج، توصیه‌های حین ازدواج و بعد از آن، تغییرات مثبت فرزند بعد از ازدواج و تغییرات منفی فرزند بعد از ازدواج طبقه‌بندی شد.

الف) نگرانی‌های قبل از ازدواج: شرکت‌کنندگان مواردی مانند دقت در انتخاب همسر، ترجیح ازدواج هرچه سریع‌تر فرزند، ترجیح ازدواجی شبیه ازدواج والدین برای فرزند و ترجیح ازدواج سنتی برای فرزند را گزارش کردند؛ برای مثال، کد ۶ گفت: «هرچی زودتر ازدواج کنند برن سر خونه زندگی شون خیلی بهتره. اینکه الان سن ازدواج رفته بالا، واقعاً مشکله. زودتر برن برای پدر و مادر هم خوبه. تا سالم هستن نوه‌داری کنند و ذوق عروس و داماد داشته باشن.» کد ۷ اظهار کرد: «بچه‌های ما دوستی چیزی نداشتن. ما می‌خواستیم همین جور مثل خودمون خیلی ساده و سنتی ازدواج کنن.»

ب) توصیه‌های حین ازدواج و بعد از آن: آموزش نحوه ارتباط با همسر به فرزند، انتقال ارزش‌های شخصی والدین به فرزند به شکل چندنسلی، تأکید بر حفظ ارتباط مطلوب با خانواده پدری و خانواده همسر، سفارش به سازگاری با همسر و تأکید بر ناپسندی طلاق از جمله توصیه‌هایی بود که مادران به فرزندان خود داشتند؛ برای نمونه، کد ۳ اذعان کرد: «دخترم هم بهش می‌گم به خانواده شوهرت احترام بذار. می‌ری اونجا یه چیزی دستت بگیر ببر. خب مادرشوهرتم مادری بالآخره. همین طور که من هستم، اونم از پسرش، از عروس انتظار محبت داره.» کد ۱ اظهار کرد: «من همیشه به دخترها گفتم ما این طوری هستیم که با لباس سفید می‌ریم، دور از جوشون با کفن برمی‌گردیم، شما هم باید همین طور باشید.»

پ) تغییرات مثبت فرزند بعد از ازدواج: اغلب تغییراتی که مادران در فرزندان خود بعد از ازدواج مشاهده کرده بودند، تغییراتی سازنده و مرتبط با افزایش ادراک و احترام فرزند به والدین بود؛ مواردی از قبیل تقویت ادراک متقابل بین فرزند و والدین بعد از ازدواج، اهمیت دادن به نگرانی‌های والدین، افزایش احترام در رابطه والد-فرزندی، خواسته‌های واقع‌بینانه از والدین و توانمندی برای مراقبت و توجه به والدین از میان مصاحبه‌ها استخراج شد؛ برای مثال، کد ۷ توضیح داد: «با بچه‌ها یه کم حالت رسمیت رابطه‌مون بیشتر شد. اون‌ها بیشتر احترام می‌دارن. قبلاً هم این احترام بود، ولی خب الان خودشون مرد یه خونه شدن. بیشتر قدر و منزلت پدر و مادر رو می‌دونن.» کد ۲ گفت: «قبلاً خب بچه‌ها یه چیزی می‌خواستن، مثلاً پسر مورتور می‌خواست، نگاه نمی‌کرد الان ما داریم یا نه، می‌تونیم بخریم یا نه، ولی الان خیلی ملاحظه می‌کنن. حتی هوای ما رو هم دارن. فهمیده‌تر شدن.»

ت) تغییرات منفی فرزند بعد از ازدواج: علاوه بر تغییرات مثبت و رضایت‌بخش فرزند بعد از ازدواج، برخی مادران از تغییرات فرزند ناراضی‌اند و آن را منفی قلمداد می‌کنند؛ مواردی مانند کاهش اولویت والدین بعد از ازدواج، کاهش افراطی حضور در منزل پدری از جمله این تغییرات منفی گزارش شد؛ برای نمونه، کد ۱ بیان کرد: «خب بالآخره بچه که ازدواج می‌کنه، مخصوصاً اوایلش، اونم همسر خودش رو پیدا کرده. کمتر می‌آد و می‌ره. اولویتش دیگه ما نیستیم. از این نظر یه کم سخت بود. مخصوصاً پسر کوچیکه که خیلی کم می‌اومد.»

### ۳-۲-۳. مضمون اصلی سوم، خروج فرزند از خانه پدری

این مضمون در قالب چهار زیرمضمون فرعی احساسات مادر، رفتارهای مادر، افکار مادر و زندگی بدون فرزند جای گرفت.

الف) احساسات مادر: احساس تنهایی، دل‌تنگی برای دوره مجردی فرزند، فراغت بال بعد از ازدواج فرزندان، دغدغه‌مندی برای آرامش و آسایش زندگی متأهلی فرزند از کدهایی بودند که برای این زیرمضمون استخراج شدند؛ برای مثال، کد ۱ گفت: «درسته که نیستن و خب این جای خالی رو آدم حس می‌کنه، ولی یه تجربه لذت‌بخشیه وقتی می‌بینی همه بچه‌ها سروسامون گرفتند و رفتن سر خونه زندگی‌شون.» به بیان کد ۷: «من مخصوصاً دختر آخرینم خیلی شر و شیطون بود. اونم که رفت دیگه اصلاً خونه من ساکت شد. انگار هیچ کس نیست.»

ب) رفتارهای مادر: عدم دخالت در زندگی فرزند، پذیرش دشواری‌های زندگی متأهلی فرزند، تلاش برای رفع تعارضات فرزند با همسرش، کمک‌های مالی و فکری و جبران کاستی‌های زندگی شخصی در زندگی فرزند، اقداماتی بودند که مادران پس از ازدواج فرزندان انجام داده بودند؛ برای نمونه کد ۵ گفت: «من با خودم می‌گم خب اگه من به پسر بگم خانمت فلان کار رو کرده و سخت بگیرم، می‌ره خونه یه چیزی به خانمش می‌گه، کدورت پیش می‌آد. اصلاً چیزی نمی‌گم. دخالتی نمی‌کنم.» به سخن کد ۸: «من و شوهرم می‌خواستیم زندگی بچه‌ها از زندگی خود ما بهتر باشه. بالاخره یه پله بهتر از ما باشن. راحت باشن. سختی‌هایی که ما داشتیم نداشته باشن.»

پ) افکار مادر: پیش‌فرض خروج همیشگی فرزند پسر بعد از ازدواج، پیش‌فرض حضور همیشگی فرزند دختر بعد از ازدواج، اختیارنداشتن فرزند دختر بعد از ازدواج، توقع کمتر از فرزند دختر بعد از ازدواج از جمله افکار و ادراکات مادران بعد از ازدواج فرزندان بود؛ برای مثال، کد ۷ گفت: «پسر رو فکر می‌کردم ممکنه بره دیگه نیاد، خیلی دیربه‌دیر بیاد، ولی دختر بره هم باز برمی‌گرده، ولی خدا رو شکر این جور نشد. الان پسر هم می‌آد، دخترم هم می‌آد.» کد ۴ نیز بیان کرد: «دختر با پسر فرق داره. دختر بالاخره داره می‌ره تحت تکفل یکی دیگه. خودش خیلی اختیار نداره. نمی‌شه خیلی ازش انتظار داشت، ولی پسر همه‌کاره خودش.»

ت) زندگی بدون حضور فرزند در منزل: به‌نظر می‌رسد در نهایت مادران با زندگی بدون حضور فرزند در منزل سازگار شده و هر یک فعالیت‌های خاص خود را جایگزین مراقبت و صرف وقت تمام‌وقت برای فرزند کرده‌اند. مفاهیمی از قبیل لزوم استقلال والدین از فرزند در برنامه‌های شخصی، پذیرش جای خالی فرزندان، فرصت پرداختن به علایق شخصی، پرداختن بیشتر به امور معنوی، پرداختن به سلامت شخصی از میان مصاحبه‌ها استخراج شد؛ برای نمونه، کد ۳ توضیح داد: «خب می‌دونید یه جورایی یه بخشش رو قبول کردم. تعداد بچه‌ها هرچقدر هم زیاد باشه، بالاخره وقتی همه‌شون برن، باید با این تنهایی کنار بیای و باید برای خودت منهای بچه‌ها برنامه‌ریزی داشته باشی.» از دیدگاه کد ۳: «وقتی بچه‌ها می‌رن، آدم فرصت می‌کنه، برای خودش بیشتر وقت داره، مسجدی بخواد بره، کارهای عقب مونده‌ش رو جبران می‌کنه، به دوا و دکترش می‌تونه برسه.»

### ۳-۲-۴. مضمون اصلی چهارم، والدگری بعد از ازدواج فرزند

نقش کلیدی مادر، ادراک از عروس و داماد، جنبه‌های مثبت ارتباط با عروس و داماد، جنبه‌های منفی ارتباط با عروس و داماد و جایگاه نوه‌ها، بیان‌کننده بخشی از تجربیات مادران بعد از ازدواج فرزندان بود.

الف) نقش کلیدی مادر: به‌نظر می‌رسد بنا به اعتقادی محکم و ریشه‌دار، احتمالاً از نظر فرهنگی، مادران شرکت‌کننده در پژوهش حاضر، نقش قابل‌توجهی در زندگی متأهلی فرزند برای خود قائل بودند؛ خود را محرم اسرار زندگی متأهلی فرزند می‌دانستند، همچنین مانعی برای درگیری و تعارض در خانواده پدری و خانواده جدید فرزند بودند. برای فرزندان، به‌ویژه فرزند دختر، الگویی در زندگی متأهلی‌اش بودند و خود را عنصر اساسی در شکل‌دهی به ارتباط عروس و داماد با مادر همسر تلقی می‌کردند؛ برای مثال، کد ۶ گفت: «نظر خود من اینه که بیشتر مادری که می‌گردونه همه‌چیز رو. دیگه همه چیز دست بزرگ‌ترهاست. کوچیک‌ترها که تجربه ندارند. بزرگ‌ترها باید اگماض کنند. بعضی وقت‌ها مشکلی چیزی پیش می‌آد، مادر باید گذشت کنه، حل‌وفصلش کنه.» به سخن کد ۷: «بچه‌های من هر وقت مشکلی بوده، همیشه اومدن به خود من گفتن. از بچگی شون تا حالا همین‌طور بوده؛ به‌خصوص مادر محرم دخترشه. دختر بیشتر از مادر یاد می‌گیره، پسر هم بیشتر از پدرش.»

ب) ادراک از عروس و داماد: مطابق تجربه شرکت‌کنندگان، به‌نظر می‌آید مادران در عین نزدیکی زیاد به فرزند، با عروس یا داماد این‌گونه نیستند و در ارتباط با آنان، در عین احترام، حدود مشخصی را رعایت می‌کنند. مفاهیمی مانند عروس و داماد فردی

غریبه با خانواده، لزوم رعایت حدود مرز مشخص با عروس و داماد، احساس بیگانگی با عروس و داماد، تفاوت عروس و داماد فامیل و غیرفامیل، عدم اشتراک گذاری جزئیات زندگی با عروس و داماد از مواردی بود که مادران به آن معتقد بودند؛ برای نمونه، کد ۶ گفت: «عروس حالت مهمون داره یه جورایی، آدم از لحاظ رفتار و گفتار محدود می شه. خب بهر حال یه غریبه می آد توی خونه. باز عروس غریبه هم با عروس فامیل خیلی فرق می کنه.»

ت) جنبه های مثبت ارتباط با عروس و داماد: همان طور که گفته شد، مادران در عین رعایت حدود مرز مشخص با عروس و داماد، او را می پذیرند و به شیوه ای مثبت و محترمانه با او رفتار می کنند. پذیرش مثبت عروس و داماد در خانواده، رعایت احترام متقابل با عروس و داماد، گذشت، ملاحظه شرایط خاص عروس و داماد، چشم پوشی از برخی اشتباهات فرزند و عروس و داماد و تذکر برخی اشتباهات به آنها، از جنبه های مثبت ارتباط عروس و داماد با مادر همسر بودند؛ برای مثال، کد ۱ اذعان کرد: «با توجه به این چیزی که ما هم از خانواده مادرم یاد گرفتیم، باید یه ادب و احترامی با عروس داشته باشیم و به عنوان یه عضو خانواده پذیرفتیمشون و دوششون هم داریم. البته حرف دلمون رو هم بهشون می زنیم، نکته ای، تذکری چیزی باشه می گیم، اما مؤدبانه و محترمانه.»

ث) جنبه های منفی ارتباط با عروس و داماد: در عین تلاش مادران برای شکل دهی و حفظ ارتباطی مثبت با عروس و داماد، درجاتی از رنجش از عروس و داماد نیز گزارش شدند. همچنین مطابق اظهارات شرکت کنندگان، آنان شاهد نوعی رقابت بین عروس و فرزند دختر و داماد و فرزند پسر بوده اند؛ برای نمونه، کد ۸ گفت: «بالاخره یه چیزهایی هم بوده دیگه. داماد کارهایی کرده که ما ناراحت شدیم، توی همه زندگی ها اینا هستن.» به بیان کد ۵: «وقتی که خب عروس و داماد می آد توی خونه، خواه ناخواه ممکنه پسر نسبت به داماد حساسیت نشون بده، یا دختر نسبت به عروس حساس بشه. یه محبتی به عروس می کنی، دختر صدش درمی آد، یا یه لطفی به داماد بکنی، پسر صدش درمی آد. اینا رو سعی کردیم آرومشون کنیم.»

ج) جایگاه نوه ها: از مجموع مصاحبه ها چنین برمی آید که بعد از فرزند، نوه عزیزترین فرد برای مادران است و گاهی از فرزند نیز عزیزتر است. مفاهیمی از قبیل درگیر شدن تمام وقت با نوه ها، جایگزینی مراقبت از نوه ها به جای مراقبت از فرزند، محبوبیت نوه، حساسیت افراطی به نوه، اولویت دادن به مراقبت از نوه در مقایسه با سایر برنامه های شخصی از جمله مفاهیمی بود که بدان اشاره شد؛ برای مثال، کد ۳ اظهار کرد: «الان برای من حتی نوه ها نسبت به بچه های خودم در اولویت هستن. قبلاً بچه ها بودن، الان نوه ها شدن اولویت اول ما. نوه مغز بادومه دیگه.» به سخن کد ۴: «من برای بچه ها انقدر حساس نبودم که الان برای نوه هام حساسم. خیلی نترس و دل گنده بودم. الان خدا نکنه این نوه یه چیز تیزی دستش بگیره، همه ش مواظبشم، نکنه طوریش بشه.»

### ۳-۲-۵. مضمون اصلی پنجم، ارتباط با هم دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، سر در دوره آشیانه خالی

با خروج همه فرزندان از خانه پدری، تغییراتی نیز در نحوه ارتباط همسران با یکدیگر ایجاد شده است. این تغییرات در دو دسته تقویت ارتباط با همسر و تضعیف ارتباط با همسر جای گرفتند. به نظر می رسد در اینکه همسران در دوره آشیانه خالی، ارتباطشان تقویت شود یا تضعیف شود، عوامل زیادی نقش داشته باشند که در ادامه به آنها پرداخته شده است.

الف) تقویت ارتباط: مادرانی که بهبود ارتباط با همسر را تجربه کرده بودند معتقد بودند همسر ماندگارترین فرد در زندگی شان است. همچنین مفاهیمی مانند وابستگی مثبت به همسر، اهمیت بیشتر به همسر، تقویت صمیمیت کلامی و فیزیکی، و همسر به عنوان منبعی برای کسب آرامش در میان صحبت های آنان گزارش شد؛ برای نمونه، کد ۵ گفت: «هرچی سن بالاتر می ره وابستگی بینمون هم بیشتر می شه. بچه ها هستن، ان شاء الله همیشه هم زنده باشن، ولی اصلش همون همسره که در کنارش آدم هم می تونه ناز کنه هم می تونه غر بزنه، کنارش آروم بشه.» کد ۲ نیز اظهار کرد: «آخرش هم همون همسره که برای آدم می مونه دیگه. بچه ها هر کدوم می رن پی بخت خودشون.»

ب) تضعیف ارتباط: از جنبه مقابل، برخی مادران نیز تضعیف ارتباط با همسر و افزایش تعارضات با او را تجربه کرده بودند. به علاوه آنان معتقد بودند یائسگی نیز تأثیراتی منفی بر رابطه زناشویی شان داشته است؛ برای مثال، کد ۴ بیان کرد: «آدم پا به سن که می ذاره فرق داره. دوره یائسگی زن می رسه، خب خیلی چیزها بین زن و شوهر کم می شه.» کد ۷ نیز گفت: «همسر هم

سنش بالاست، خیلی کمک من نمی‌کنه. حالا حداقل باید بتونه زبونش رو نگه داره.» به بیان کد ۱: «وقتی بچه‌ها هستن، خیلی قهر و دعوی زن و شوهر طولانی نمی‌شه. می‌گن بالاخره بچه می‌بینه یاد می‌گیره، ولی وقتی بچه‌ها نباشن، خب فرصت بیشتری. این تخلیه هیجانی بیشتری. ممکنه دعوای هم بیشتر بشه.»

### ۳-۲-۶. مضمون اصلی ششم، مقتضیات دوره سالمندی

این مقتضیات در سه دسته تغییرات مربوط به ابعاد جسمانی، ابعاد عاطفی و ابعاد وجودی گزارش شدند. الف) ابعاد جسمانی: کاهش توان جسمانی، بیماری‌های شایع سالمندی از جمله این تغییرات است؛ برای نمونه، کد ۷ گفت: «من جوون بودم اصلاً برام مهم نبود. صبح تا شب کار می‌کردم. الان دیگه بدنم، پاهام کشش نداره.» کد ۸ نیز اذعان کرد: «آدم خب پا به سن که می‌ذاره، مریضی‌هاش هم شروع می‌شن. دیگه اون انرژی سابق رو ندارم.» ب) ابعاد عاطفی: بدیهیاتی از قبیل کاهش آستانه تحمل، نیاز به درک نیازها توسط همسر، نیاز به محبت همسر و نیاز به محبت فرزندان در دوره سالمندی در تجربه شرکت‌کنندگان پژوهش حاضر نیز گزارش شد؛ برای مثال کد ۲ توضیح داد: «ما خدا رو شکر موقع پیری مون نیاز مالی به بچه‌ها نداریم، ولی اون نیاز عاطفی هست. بچه‌ها از حالمون باخبر باشن، بیان و برن. آگه این مهر و محبت‌ها توی خانواده نباشه آدم دق می‌کنه. هم بین زن و شوهر، هم بین پدر و مادر با بچه‌ها لازمه.» پ) ابعاد وجودی: درنهایت به نظر می‌رسد در دوره آشیانه خالی که همه مراحل چرخه زندگی طی شده‌اند، مواجهه با تنهایی وجودی، مواجهه با گریزناپذیری مرگ و تلاش برای آمادگی برای مرگ از جمله مسائلی است که مادران با آن مواجه شده‌اند؛ برای نمونه، کد ۳ گفت: «بچه‌ها رفته‌ن و خب همیشه خونه ما نیستن. بالاخره گاهی می‌رم توی این فکر که خب دیگه کم‌کم باید باروبندیل رو بندید واسه سفر آخرت.»

درنهایت از بررسی مجموع مصاحبه‌ها و مضامین اصلی و فرعی استخراج شده، به نظر می‌رسد جوهره اصلی تجربه مادران از دوره آشیانه خالی، ایفای نقش‌های چندجانبه با محوریت حفظ انسجام خانواده است.

## ۴. بحث و نتیجه‌گیری

یکی از گلوگاه‌های زندگی، سندرم آشیانه خالی است؛ غم و اندوهی که بسیاری از والدین با خروج فرزندان از خانه احساس می‌کنند و تعریفشان از هویت خود دستخوش تغییر می‌شود (پیا و بیرجید، ۲۰۱۴). این مرحله از چرخه زندگی، در تحول روانی انسان مهم است و ناتوانی خانواده در سازگاری مجدد و گذار از این مرحله، با علائم روان‌شناختی و تغییرات جسمی، شناختی و اجتماعی خاصی همراه است (منصور و حسن، ۲۰۱۹؛ ثاپا، ۲۰۱۸). از آنجا که مادران بیشتر نقش مراقب اولیه را برعهده دارند (پیا و بیرجید، ۲۰۱۴) و براساس هنجارهای سنتی نقش‌ها، پریشانی بیشتری را به هنگام ترک فرزندان از خانه تجربه می‌کنند (سادوک، سادوک و روئیز، ۱۳۹۳)، هدف این پژوهش، شناسایی تجارب زیسته آنان در دوران آشیانه خالی بود.

از آنجا که در فرهنگ خانواده و نحوه شکل‌گیری تجارب خانوادگی، ویژگی‌های جمعیت‌شناختی از جمله تحصیلات و شغل مهم و اثرگذار تلقی می‌شود، طیف تحصیلی و شغلی مادران در پژوهش حاضر نیز از متغیرهای قابل توجه در نتایج پژوهش و شناسایی مضامین مربوط به دوره آشیانه خالی است. در همین راستا به نظر می‌رسد به‌طور کلی مادران براساس ویژگی‌های نقش مادرانگی خویش در فرهنگ خانواده ایرانی دوره آشیانه خالی را به‌صورت مشابه با یکدیگر تجربه می‌کردند، اما مادران تحصیل‌کرده‌تر در مقابل خروج فرزندان از خانه پدری از راهبردهای مقابله‌ای متفاوت‌تری استفاده کرده‌اند و سازگارانه‌تر به این پدیده واکنش نشان داده‌اند.

داده‌های حاصل از تحلیل مصاحبه‌ها نشان داد می‌توان به شش مضمون اصلی در خصوص تحولات این مرحله از چرخه زندگی دست یافت: ادراک والدین از فرزند، همسرگزینی فرزند، خروج فرزند از خانه پدری، والدگری بعد از ازدواج فرزند، ارتباط با

1. Piya & Birgid

2. Mansoor & Hasan

3. Thapa

4. Sadok, B. J., Sadok, V. A., & Ruiz, P.

همسر در دوره آشیانه خالی و مقتضیات دوره سالمندی.

اولین مضمون استخراج شده، ادراک والدین از فرزند بود که در قالب مسئول بودن والد، نیاز فرزند به حمایت والد، فرزند به عنوان محبوب ترین فرد در زندگی والد و تفاوت فرزند مجرد و متأهل مطرح شد. از دیدگاه مادران شرکت کننده، بخشی از تجربه آن ها در این دوره مربوط به ادراکی است که از فرزند خویش دارند. مادر ایرانی علاوه بر تفاوتی که بین دوره مجردی و متأهلی فرزندش درک می کند، خود را مسئول و حمایتگر فرزندش می داند و فرزندش محبوب ترین فرد زندگی اوست. به نظر می رسد مفاهیم مسئولیت، حمایت و محبوبیت، مفاهیمی کلیدی در درک والد از فرزند هستند. احتمالاً می توان گفت حتی با وجود ازدواج و استقلال فرزندان از والدین، این مفاهیم در روابط والد-فرزندی با توجه به فرهنگ ایرانی در تجربه مادران در دوره آشیانه خالی همچنان ملموس است. پژوهش های مشابهی نشان داده اند الگوی سالم برای خانواده ایرانی یک الگوی جمع گرا برآورد شده است (پناغی، و همکاران، ۱۳۹۵) و روابط خانوادگی به ویژه رابطه والد-فرزندی، یکی از روابط شاخص در فرهنگ ایرانی است (چراغی و ابراهیمی، ۱۳۹۷). والدین جایگاه و ارزش والایی برای فرزندان دارند و آنان تمام تلاش خود را در جهت جبران زحمات والدین انجام می دهند (صاحبدل و همکاران، ۱۳۹۴). در پژوهش حال حاضر نیز شاهد آن هستیم که در تجربه مادران بعد از ازدواج فرزند و قرار گرفتن در دوره آشیانه خالی همچنان این رابطه به قوت خود باقی مانده و حتی والد سعی در حفظ وظیفه شناسی خویش به عنوان حامی و منبع دلبستگی عاطفی فرزند دارد. اینکه در فرهنگ ایرانی مادر نقش کلیدی تری در روابط والد-فرزندی دارد و از نظر هیجانی و عاطفی بسیار مهم تر از پدر برای فرزندان برآورد شده است (چراغی و ابراهیمی، ۱۳۹۷) می تواند تا حدودی با این مسئله در ارتباط باشد. از طرفی مهر تأییدی بر این مسئله است که در فرهنگ ایرانی به واسطه زندگی طولانی مدت فرزند با والدین تا قبل از ازدواج و شکل گیری نزدیکی عاطفی شدید و وابستگی بین والد و فرزند (آزاد ارمکی، ۱۳۸۶) و دشواری مرز و تمایز بین آن ها با توجه به هم جوشی بین آن ها (چراغی و ابراهیمی، ۱۳۹۷)، روابط والد-فرزندی بعد از ازدواج فرزند از اهمیت زیادی برخوردار است. هر چه این اهمیت برای فرزند بیشتر باشد، تلاش او برای جبران زحمات والد هم افزایش می یابد (ارزانی، ۱۳۹۲). از سوی دیگر، بخشی از تجربه مادران در این پژوهش می تواند با نتایج پژوهش فلاحت پیشه بابلی و همکاران (۱۴۰۰) همسو باشد که به افزایش تمرکز بیشتر والدین بر فرزندان در دوران آشیانه خالی برای اجتناب از رویارویی با چالش هایی زندگی زناشویی و کمک به فرزندان به منظور حفظ آرامش زندگی جدیدشان اشاره کرده اند.

دومین مضمون پژوهش، همسرگزینی فرزند بود که مادران، هریک به تناسب شرایط خود به مواردی مانند نگرانی های قبل از ازدواج، توصیه های حین ازدواج و بعد از آن، تغییرات مثبت و منفی فرزند بعد از ازدواج اشاره کردند. در واقع بخشی از تجربه مادران ایرانی در دوره آشیانه خالی مربوط به ازدواج فرزند است. در ابتدای امر شاهدیم که ازدواج فقط پیوند دو نفر با یکدیگر نیست (گلدنبرگ و گلدنبرگ<sup>۱</sup>، ۱۳۸۲) و با توجه به اهمیت نقش و نفوذ والدین همسر در ازدواج فرزند (مظاهری و همکاران، ۱۳۸۸؛ چراغی و همکاران<sup>۲</sup>، ۲۰۱۹؛ آپوستولو و وانگ<sup>۳</sup>، ۲۰۱۷؛ پریلوکس و همکاران<sup>۴</sup>، ۲۰۱۱) به نظر می رسد به طور کلی نفوذ والدین در این مسئله انکارناپذیر است. از آنجا که ارتباط و فرهنگ با یکدیگر همزیستی دارند (تایلر و لستر<sup>۵</sup>، ۲۰۰۹) و در مسائل خانواده و ازدواج عوامل فرهنگی نقش مهمی ایفا می کنند (مارسن و مورالیس<sup>۶</sup>، ۲۰۱۹)، با مقایسه ای اجمالی بین فرهنگ فردگرا و جمع گرا می توان دریافت که برعکس فرهنگ فردگرا که دغدغه های والدین در دوره آشیانه خالی معطوف به خود و رابطه زوجی است (دهل و دهل، ۲۰۱۳)، در فرهنگ های جمع گرا علاوه بر اینکه شاهد پرنک تر بودن دغدغه های والدین برای آینده فرزندان هستیم (هسیانو، ۲۰۱۷)، با نفوذ و اثرگذاری بیشتر والدین در امر ازدواج و همسرگزینی فرزند نیز مواجهیم (بوونک و همکاران، ۲۰۱۰؛ مک دونالد و همکاران<sup>۷</sup>، ۲۰۱۲؛ نتینگ<sup>۸</sup>، ۲۰۱۰). به طور کلی به نظر می رسد ازدواج فرزند در این مرحله از چرخه زندگی،

1. Goldenberg, I., & Goldenberg, H.
2. Cheraghi
3. Apostolou & Wang
4. Perilloux et al.
5. Taylor & Lester
6. Mansoor & Hasan
7. Macdonald et al.
8. Netting

مادران را با چالش‌ها و فرصت‌های مختلفی مواجه می‌سازد. پس احتمالاً ادراک افراد در چگونگی روابط اثرگذار است (قنبری و همکاران، ۱۳۹۶) و سازه‌های شناختی آن‌ها هدایتگر و تفسیرکننده مسائل است (لیهی<sup>۱</sup>، ۱۳۹۴). هم‌راستا با مضمون اول پژوهش حاضر، مادر ایرانی خود را مسئول زندگی فرزندش می‌داند و به نحوی سعادت‌مندی زندگی فرزندش برای او مهم تلقی می‌شود؛ بنابراین بخش زیادی از تلاش او نیز در همین راستا رقم می‌خورد. ازدواج نیز که یکی از مراحل مهم تصمیم‌گیری در چرخه زندگی و کسب استقلال فرزند است (کریستنسن و همکاران، ۲۰۲۱) برای والدین از اهمیت زیادی برخوردار است. به نظر می‌رسد مادر به‌واسطه وظیفه‌شناسی و مسئولیتی که برعهده دارد، دچار برخی نگرانی‌ها می‌شود و برای حفظ کنترل شرایط و غلبه بر نگرانی‌های خویش راهکارهایی مثل ارائه توصیه‌های لازم در حین و بعد از ازدواج به فرزند را در جهت کنترل اوضاع به کار می‌گیرد. احتمالاً ترس‌هایی که به صورت پنهان در لایه زیرین این نگرانی‌ها به‌واسطه مفاهیم مسئولیت و حمایت در روابط والد-فرزندی برای مادر ایجاد می‌شود، او را در معرض استفاده از راهکارهایی در جهت کنترل این هیجانات قرار می‌دهد. این مسئله می‌تواند با نتایج بررسی‌های مهدی‌یار و همکاران (۱۳۹۳) همسو باشد که گزارش کرده‌اند احساس اضطراب و استرس والدین در دوره آشیانه خالی با توجه به میزان دغدغه‌مندی آن‌ها درباره آینده و رفاه زندگی فرزندان افزایش می‌یابد. البته مادران به دنبال این مسائل با یکسری تغییرات مثبت و منفی از سوی فرزند در بعد از ازدواج روبه‌رو می‌شوند که گویا فرصت‌ها و چالش‌هایی را در این دوران برای آن‌ها به همراه دارد. همسو با دستاورد پژوهش‌هایی که بیان می‌کنند کاهش فشار نقش با افزایش سلامت والدین (آمبرسون و همکاران، ۲۰۱۰) و ازدست‌دادن نقش و کاهش قدرت والدینی با کاهش سلامت والدین همراه است (بوچارد، ۲۰۱۴). همچنین ازدواج فرزند در تغییر جهت رابطه والد-فرزندی نقش مهمی ایفا می‌کند (گائو و همکاران، ۲۰۱۷). در پژوهش حاضر نیز کاهش موضع قدرت والد و تغییرات منفی از سوی فرزند موجب کاهش کیفیت رابطه والد-فرزندی می‌شود و تغییرات مثبت که حفظ قدرت والدی را به دنبال دارد، فرصتی در جهت حفظ و بهبود رابطه والد-فرزندی در بعد از ازدواج فرزند تلقی می‌شود. احتمالاً هرچقدر ازدواج فرزند تأثیر منفی بر رابطه والد-فرزندی داشته باشد، با کاهش رضایتمندی والد از این دوران یا با تأثیر مثبت شاهد افزایش رضایتمندی والد خواهیم بود.

سومین مضمون، مربوط به تغییراتی است که با خروج فرزندان از خانه پدری در زندگی فردی مادران اتفاق افتاده است. این تغییرات در رابطه با احساسات، رفتارها، افکار و زندگی بدون فرزند بررسی شدند. از آنجا که فرزند و خروج او از خانه یکی از عوامل اثرگذار در این دوران شناخته می‌شود (وو<sup>۲</sup>، ۲۰۲۱) و چالش‌هایی برای والدین دارد (مک‌گلدریک و همکاران، ۲۰۱۵)، تغییراتی در احساسات، رفتار و افکار مادران مورد انتظار است. همان‌طور که برآورد شده است، با خروج فرزندان از نظام خانواده، فرصتی برای رسیدگی به زندگی شخصی برای والدین ایجاد می‌شود (ناگی و تیس، ۲۰۱۳). همچنین طبق گزارش‌ها، استقلال یکی از عوامل اثرگذار در سلامت والد در این دوران است (فو، وانگ، هی<sup>۳</sup>، ۲۰۲۰). لازم است مادران از نقش انحصاری مادری و همسری خود فاصله بگیرند و بر خود تمرکز کنند (هان<sup>۴</sup>، ۲۰۱۸). در پژوهش پیش‌رو نیز زندگی بدون فرزند که با ازدواج و خروج فرزند از خانه پدری رقم می‌خورد، فرصتی برای رسیدگی مادر به زندگی شخصی‌اش فراهم می‌شود. همان‌طور که خروج فرزندان از نظام خانواده و استقلال آن‌ها به‌عنوان یکی از فرایندهای هیجانی در این مرحله شناخته می‌شود (کریستنسن و همکاران، ۲۰۲۱)، در پژوهش حاضر نیز با خروج فرزند از خانه پدری احساسات مادر ایرانی درگیر می‌شود و تجارب هیجانی مختلفی در روابط والد-فرزندی خود برای او به همراه دارد. نتایج پژوهش تورن<sup>۵</sup> (۲۰۱۲) نیز نشان می‌دهد هیجانات اصلی مادران در این دوران، غم ناشی از خروج فرزندان و ازدست‌دادن نقش روزانه مادری، احساس غرور به دلیل موفقیت فرزندان در تشکیل یک زندگی مستقل و باور به این است که فرزندان موفق تربیت کرده‌اند و با هیجان کسب آزادی برای رسیدگی به امور شخصی همراه است.

چهارمین مضمون والدگری بعد از ازدواج فرزندان است. آنچه در این مضمون شناسایی شد، به جنبه‌های ارتباطی با عروس و

1. Leahy, R.
2. Wu
3. Fu, Wang, & He
4. Han
5. Thorn

داماد، ادراکی که از عضو جدید شکل می‌گیرد و نقش کلیدی مادران اشاره دارد. مطابق جست‌وجوهای پژوهشگران، مطالعاتی که تأثیر ورود و حضور عروس و داماد جدید بر زندگی والدین را در مرحله آشیانه خالی بررسی کرده باشند، بسیار محدودند؛ بنابراین پژوهش حاضر از این منظر که تجارب زیسته مادران را شناسایی کرده، دارای یافته‌ها و نگاه جدیدی است. باین‌حال، نتایج پژوهش فلاح‌پیشه بابلی و همکاران (۱۴۰۰) همسو با پژوهش حاضر است. بی‌تجربگی در ازدواج اولین فرزند و نحوه برقراری ارتباط با عضو جدید، مخالفت با ازدواج فرزند به دلیل سخت‌گیری خانواده طرف مقابل، مهریه سنگین، ازدواج قبلی او و اختلافات والدین با عضو جدید، از چالش‌هایی بودند که ارتباط با عروس و داماد را سخت کرده بودند. یکی از واحدهای معنایی پژوهش حاضر، نقش کلیدی مادر به عنوان مانعی برای درگیری و تعارض در خانواده پدری و خانواده جدید است که در پژوهش چراغی و همکاران (۱۳۹۴) نیز به نوعی به آن اشاره شده است. از آنجا که تعارض بین عروس و داماد با خانواده همسر، مستقیم بر رضایت زناشویی تأثیر می‌گذارد، سازگاری با عروس یا داماد خانواده، از تکالیف تحولی خانواده‌ها به حساب می‌آید تا آرامش بیشتری در زندگی فرزندان وجود داشته باشد (فلاح‌پیشه بابلی و همکاران، ۱۴۰۰).

پنجمین مضمون پژوهش، ارتباط با همسر در دوره آشیانه خالی و قوت‌ها و ضعف‌های این ارتباط است. آشیانه خالی بر میزان کیفیت رابطه و رضایت زناشویی تأثیر می‌گذارد. در پاره‌ای از مطالعات، به کیفیت بهتر رابطه اشاره شده است (گورچوف و همکاران، ۲۰۰۸). افرادی که مدتی است در دوره آشیانه خالی قرار دارند، کمتر از زوجینی که فرزندان آن‌ها همچنان در منزل هستند با یکدیگر مشاجره می‌کنند یا اختلاف نظر دارند (پاپ، ۲۰۱۸؛ گورچوف و همکاران، ۲۰۰۸). در مطالعه رن و تریمان<sup>۱</sup> (۲۰۱۵) به اهمیت نقش همسر در افزایش سلامت ذهنی و کیفیت زندگی اشاره شده است. زوجینی که با یکدیگر زندگی می‌کنند، خوشحالی و رضایت از زندگی بیشتری را نسبت به زمانی که فرزندان در خانه حضور داشتند گزارش کردند. بررسی‌ها به عوامل محافظتی در رابطه زناشویی در دوران آشیانه خالی اشاره کرده‌اند و مهم‌ترین عامل را صمیمیت با همسر عنوان کرده‌اند که انرژی لازم را برای تجدید زندگی، کشف معانی دیگر زندگی و فرایند تنظیم نقش فراهم می‌کند (چو، ۲۰۲۱؛ بادیان و سوسا، ۲۰۱۶). از طرفی می‌توان اشاره کرد از آنجا که روابط حمایتی با اعضای خانواده به ارتقای سلامت روان و بهزیستی ذهنی منجر می‌شود، فرد از منابع حمایتی بیشتری برخوردار است، بهتر می‌تواند روابط دوستانه بیشتری را تجربه کند و کمتر احساس تنهایی کند. نتایج پژوهش ایمان و آقامیری (۱۳۹۱) نیز تأیید می‌کند هنگامی که علاوه بر فرزندان، مادر در روابطش با دیگر اعضای خانواده نیز صمیمی باشد، کمتر فقدان فرزند را احساس می‌کند، وابستگی‌اش کمتر است و بهتر می‌تواند از طریق دیگر اعضا از جمله همسر، نیاز به دل بستگی خود را ارضا کند؛ بنابراین ابرمادرانی که تمام معنای زندگی خود را در نیازهای فرزند و پیوند با او خلاصه کرده‌اند و تمام وقت در کنار او هستند، پس از رفتن فرزندان، آشفتگی بیشتری را تجربه می‌کنند و قادر به نزدیکی با همسر نخواهند بود. باین‌حال، پژوهش‌هایی نیز به کاهش شادکامی زناشویی در طول چرخه زندگی اشاره کرده‌اند (ولانینگهام و همکاران، ۲۰۰۱؛ بوچارد، ۲۰۱۴؛ هسیانو، ۲۰۱۷) که مهم‌ترین این چالش‌ها می‌تواند شامل افزایش فاصله، سرد شدن رابطه جنسی و زنده شدن مشکلات و چالش‌های گذشته باشد (فلاح‌پیشه بابلی و همکاران، ۱۴۰۰). بیشتر یافته‌ها به کاهش کیفیت رابطه جنسی اشاره کرده‌اند که می‌توان به یائسگی یا ناتوانی جسمانی جنسی به عنوان بخش کوچکی از عوامل مربوط به کاهش رابطه جنسی در دوران آشیانه خالی اشاره کرد (کارپنتر و همکاران، ۲۰۰۶). باین‌حال، در ایران وضعیت رابطه زوجی و جنسی کمی متفاوت با جوامع غربی است. طبق پژوهش عابدی و همکاران<sup>۲</sup> (۲۰۲۰) زنان میان‌سالی که دچار سندرم آشیانه خالی می‌شوند، عملکرد ضعیف‌تر و رضایت جنسی کمتری دارند. میل جنسی اندک و سرد شدن رابطه جنسی، از چالش‌های جدی و برگرفته از این باور هستند که برخی از رفتارها خارج از عرف و نامتناسب با سن است و به اصطلاح از سن آن‌ها گذشته است. در نتیجه با شروع یائسگی، بیشتر تمرکز خود را بر روی نوه‌ها و فرزندان گذاشته‌اند و کمتر با شریک زندگی خود همراه می‌شوند.

1. Ren & Treiman
2. Chu
3. Badiani & De Sousa
4. VanLaningham et al.
5. Carpenter et al.
6. Abedi et al.

آخرین مضمون استخراج شده نیز مربوط به تکالیف تحولی دوره سالمندی در ابعاد جسمانی، عاطفی و وجودی است. با ورود به دوره میانسالی و سالمندی و هم‌زمانی آن با مرحله آشیانه خالی، توان جسمانی کاهش می‌یابد و سلامت ذهن و بدن دستخوش تغییراتی می‌شود (چنگ و همکاران، ۲۰۰۷). در دوران سالمندی، سابقه ابتلا به بیماری‌های قلبی، مشکلات تنفسی، درد مفاصل، مشکلات مربوط به شناخت زمان و مکان و اشخاص افزایش پیدا می‌کند و به افزایش احساس نیاز آن‌ها به افراد مراقبت‌کننده منجر می‌شود (روحانی و همکاران، ۱۳۹۸؛ دل‌پیشه و همکاران، ۱۳۹۴). با این حال، دسترسی افراد به منابع حمایتی اصلی، تعاملات اجتماعی و مراکز درمانی، نوسان‌های سلامتی را کاهش و امید به زندگی را افزایش می‌دهد (اگیمودا، ۲۰۲۱؛ گائو و همکاران، ۲۰۱۷؛ بوچارد، ۲۰۱۴)؛ بنابراین می‌توان تبیین کرد که در برخی از سیستم‌های خانواده، افزایش سن، بروز مشکلات جسمانی، خروج فرزندان از منزل و نبود یک مراقب مشکلات و پریشانی‌های عاطفی-رفتاری بیشتری را برای سالمند ایجاد می‌کند. در بعد عاطفی نیز افزایش احساس نیاز به دیگری و کسب حمایت از سوی همسر و فرزندان گزارش شده است. شرکت‌کنندگان گزارش کردند که با خالی شدن خانه، آستانه تحملشان کاهش یافته است. از آنجا که کاهش آستانه تحمل با بروز پریشانی‌های هیجانی همراه است (میشل و لاوگرین، ۲۰۰۹)، می‌توان براساس پژوهش بادبانی و سویا (۲۰۱۶) علت آن را فرایند «سوگ» ناشی از نقش‌های ازدست‌رفته و امنیت گذشته در روابط توجیه کرد. نتایج پژوهش مهدی‌یار و همکاران (۱۳۹۳) نیز همسو است که مشخص کرد در فرهنگ ایرانی و براساس وابستگی بیش‌ازحدی که بین مادر و فرزندان وجود دارد، خروج آنان از منزل می‌تواند آنان را دچار اضطراب و احساس تنهایی کند و در نتیجه واکنش‌های منفی بیشتری را از خود نشان دهند. طبق دیدگاه «ازدست‌دادن نقش» نیز می‌توان این‌طور تبیین کرد که پایان دادن به نقش والدینی، تأثیری منفی بر سلامت روانی-اجتماعی آن‌ها دارد (بوچارد، ۲۰۱۴). بر این اساس، دریافت حمایت عاطفی از شبکه اجتماعی خود (همسر، فرزندان، دوستان و سایرین) موجب می‌شود فرد در این دوران احساس تنهایی کمتری کند، عزت‌نفس بیشتری داشته باشد و احساسی از کنترل زندگی را به دست آورد که به کاهش مشاجرات اجتماعی، تنهایی یا جدایی از بستگان و دوستان و افزایش تحمل منجر می‌شود (مختاری و قاسمی، ۲۰۱۱؛ باقری-نسامی، ۱۳۸۹). در خصوص ابعاد وجودی نیز یافته‌های متعددی نشان می‌دهد در دوران میانسالی و سالمندی، احساس تنهایی در اوج قرار دارد و افراد آن را به‌عنوان یک احساس غالب در دوران شروع آشیانه خالی و پس از آن گزارش می‌کنند (وو و همکاران، ۲۰۱۰؛ هونگ و همکاران، ۲۰۱۹). در ایران به سبب آنکه سیستم خانواده‌ها در هم‌تنیده و وابستگی‌ها بیشتر است، خروج فرزندان از منزل به بروز افسردگی و تنهایی در والدین منجر می‌شود و حس‌های از طردشدگی را در آنان به وجود می‌آورد (عزیزی و همکاران، ۲۰۱۹) که می‌توان ارتباطی چندوجهی را بین سن، بازنشسته شدن، افزایش ناتوانی فیزیکی، نداشتن اوقات فراغت مناسب، تغییرات ظاهری، بحران یائسگی و بحران ارتباط جنسی با افزایش احساس تنهایی در دوران آشیانه خالی یافت (افشار و همکاران، ۱۴۰۰). مطابق نتایج، با افزایش احساس تنهایی، اضطراب به‌عنوان واکنشی در برابر یک خطر نامعلوم و مبهم افزایش می‌یابد که اضطراب مرگ یکی از مهم‌ترین آن‌ها است (ابراهیمی، زاده‌محمدی و پناغی، ۱۳۹۸) که بسته به منابع حمایتی در دسترس، سن، جنسیت و وضعیت روانی، بر کیفیت زندگی تأثیر می‌گذارد (سیناف، ۲۰۱۷).

یکی از محدودیت‌های پژوهش حاضر این بود که با توجه به شیوع ویروس کرونا، مصاحبه‌ها به شکل تلفنی انجام گرفت که ممکن است سبب از بین رفتن بخشی از داده‌های غیرکلامی شده باشد. نمونه پژوهش حاضر، مادران ساکن شهر تهران بودند که به شبکه‌های اجتماعی دسترسی داشتند. ممکن است تجارب مادران مناطق کوچک‌تر و حاشیه‌ای که امکان استفاده از شبکه‌های اجتماعی را ندارند یا از فرهنگ‌های متفاوتی هستند، با تجارب مادران در پژوهش حاضر تفاوت‌هایی داشته باشد، از این‌رو لازم است در تعمیم نتایج احتیاط شود. همچنین کنترل متغیرهایی مانند میزان رضایتمندی از همسر، فرزندان و همسران آن‌ها و کیفیت و ثبات در روابط با آن‌ها و همچنین عواملی مانند تعداد فرزندان و گستردگی خانواده که ممکن است تجربه مادران از

1. Chang et al.
2. Agimudie
3. Wu et al.
4. Azizi et al.
5. Sinoff



دوران آشیانه خالی را تحت تأثیر قرار داده باشد، از دیگر محدودیت‌های پژوهش حاضر به‌شمار می‌آید. در این پژوهش، فقط مادران بررسی شدند. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی به تجربه پدران در دوره آشیانه خالی و تفاوت تجربه مادران و پدران نیز توجه شود. نتایج این مطالعه می‌تواند در مراکز مشاوره خانواده و ازدواج، برای غنی‌سازی ارتباط همسران و ارتباط والد-فرزندی در دوره آشیانه خالی مورد استفاده قرار گیرد.

## ۵. ملاحظات اخلاقی

قبل از انجام مصاحبه، به شرکت‌کنندگان در مورد رعایت اصول اخلاقی پژوهش نظیر رازداری و ضبط توضیحات لازم داده شد و پس از کسب رضایت از آنان و توضیح درباره حق انصراف از مصاحبه و محرمانه‌بودن مشخصات در کل فرایند پژوهش، مصاحبه شروع شد.

## ۶. سپاسگزاری و حمایت مالی

از تمامی افراد مصاحبه‌شونده بابت همکاری در انجام مصاحبه‌ها و پیشبرد این پژوهش کمال قدردانی را داریم. این پژوهش هیچ حمایتی از سازمان‌ها دریافت نکرده است.

## ۷. تعارض منافع

این پژوهش هیچ‌گونه تعارض منافی ندارد.

## منابع

- ارزانی، ح. ر. (۱۳۹۲). مسئولیت اخلاقی فرزندان در برابر والدین در قرآن و عهدین. *فصلنامه اخلاق*، ۹(۳۴)، ۱۳۲-۱۲۱. [http://akhlagh.morsalat.ir/article\\_21407.html](http://akhlagh.morsalat.ir/article_21407.html)
- ابراهیمی، ق. ق.، زاده‌محمدی، ع.، و پناغی، ل. (۱۳۹۸). اثربخشی آموزش مبتنی بر روان‌شناسی وحدت‌مدار بر احساس تنهایی و اضطراب مرگ زنان در مرحله آشیانه خالی. *روان‌شناسی پیری*، ۵(۴)، ۲۷۵-۲۸۸. <https://sid.ir/paper/25943/fa>
- افشار، پ.، سپهوندی، ص.، و چراغی، م. (۱۴۰۰). ارتباط حمایت اجتماعی با سندرم آشیانه خالی در زنان میانسال شهرستان اهواز. *طب پیشگیری*، ۱۸(۱)، ۳۳-۴۰. <http://jpm.hums.ac.ir/article-1-454-fa.html>
- ایمان، م.، و آقامیری، س. (۱۳۹۱). بررسی عوامل فرهنگی و روان‌شناختی مؤثر بر بهزیستی روانی مادران متعلق به آشیانه خالی. *زن و جامعه*، ۳(۹)، ۲۰-۱. [https://jzvj.marvdasht.iau.ir/article\\_1173.html](https://jzvj.marvdasht.iau.ir/article_1173.html)
- آزاد ارمکی، ت. (۱۳۸۶). *جامعه‌شناسی خانواده ایرانی*. تهران: سازمان مطالعه و تدوین کتب علوم انسانی دانشگاه‌ها (سمت).
- باقری نسامی، م. (۱۳۸۹). تبیین تجارب زیسته تغییرات روانی-عاطفی زنان سالمند: یک مطالعه کیفی. *مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران*، ۲۰(۱)، ۲۰۳-۲۱۶. <http://jmums.mazums.ac.ir/article-1-964-fa.html>
- پناغی، ل.، زاده‌محمدی، ع.، باقریان، ف.، پاکدامن، ش.، احمدآبادی، ز.، و محمدی، س. (۱۳۹۵). جست‌وجوی الگوهای سلامت خانواده ایرانی: یک مطالعه کیفی. *فصلنامه خانواده‌پژوهی*، ۱۲(۴۶)، ۱۷۹-۱۹۶. [https://jfr.sbu.ac.ir/article\\_97258.html](https://jfr.sbu.ac.ir/article_97258.html)
- چراغی، م.، و ابراهیمی، م. (۱۳۹۷). تحلیل روان‌شناختی رابطه والد-فرزندی در ضرب‌المثل‌های ایرانی: یک پژوهش کیفی. *فصلنامه خانواده‌پژوهی*، ۱۴(۵۵)، ۳۸۳-۴۱۰. [https://jfr.sbu.ac.ir/article\\_97672.html?lang=fa](https://jfr.sbu.ac.ir/article_97672.html?lang=fa)
- چراغی، م.، و مظاهری، م.، و موتابی، ف.، و پناغی، ل.، و صادقی، م. (۱۳۹۴). مقایسه ارتباط با خانواده همسر در زنان و مردان متأهل ایرانی. *خانواده‌پژوهی*، ۱۱(۱)، ۳۲-۷. [https://jfr.sbu.ac.ir/article\\_96432.html?lang=fa](https://jfr.sbu.ac.ir/article_96432.html?lang=fa)

دل‌پیشه، ع.، شکوهی اردبیلی، ش.، بابانژاد، م.، منصوریان، م.، قربانی، م.، رضاپور، ع.، و رحیم‌زاده برزکی، ه. (۱۳۹۴). بررسی وضعیت سلامت و نیازهای بهداشتی سالمندان استان ایلام در سال ۱۳۹۱. *طلوع بهداشت*، ۱۴(۵)، ۱-۱۴. <http://tbj.ssu.ac.ir/article-1-1899-fa.html>

روحانی، م.، و دهداری، ط.، حسینی راد، م.، و علایی جنت‌مکان، م. (۱۳۹۸). بررسی موارد سوءرفتار خانگی با سالمندان در شهر تهران (۱۳۹۶). *سالمند*، ۱۴(۳)، ۳۶۸-۳۶۸. <http://salmandj.uswr.ac.ir/article-1-1631-fa.html>

سادوک، ب. ج.، سادوک، و. آ.، روئیزی، پ. (۱۳۹۳). خلاصه روان‌پزشکی: علوم رفتاری / روان‌پزشکی بالینی. ترجمه فرزین رضاعی. تهران: ارجمند.

صاحب‌دل، ح.، زهراکار، ک.، و دلاور، ع. (۱۳۹۴). شناسایی شاخص‌های ازدواج موفق: یک مطالعه کیفی. *پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و مشاوره*، ۵(۲)، ۳۲-۴۶. <https://doi.org/10.22067/ijap.v5i2.40883>

فلاح‌پیشه بابلی، م.، موتابی، ف.، مظاهری تهرانی، م. ع.، پناغی، ل.، و حیدری، م. (۱۴۰۰). شناسایی چالش‌ها و تکالیف تحولی افراد میانسال و سالمند: یک مطالعه هرمنوتیک. *روان‌شناسی پیری*، ۷(۳)، ۲۶۷-۲۶۷. [https://jap.razi.ac.ir/article\\_1887.html](https://jap.razi.ac.ir/article_1887.html)

قنبری، س.، کلاتری، ف.، و مختارنیا، ا. (۱۳۹۶). ادراک بین‌فردی؛ رویکردی در جهت تحلیل روابط اجتماعی. *رویش روان‌شناسی*، ۶(۳)، ۲۳۹-۲۳۹. <http://dorl.net/dor/20.1001.1.2383353.1396.6.3.6.2>

گلدنبرگ، ا.، و گلدنبرگ، ه. (۱۳۸۲). *خانواده‌درمانی*. ترجمه حمیدرضا حسین شاهی بروانی و سیامک نقشبندی. تهران: روان.

لیهی، آر. (۱۳۹۴). *تکنیک‌های شناخت‌درمانی*. ترجمه حسن حمیدپور. تهران: ارجمند.

مختاری، ف.، و قاسمی، ن. (۱۳۸۹). مقایسه کیفیت زندگی و سلامت روان در سالمندان ساکن/غیرساکن سرای سالمندان. *سالمند: مجله سالمندی ایران*، ۵(۴)، ۵۳-۶۳. <http://salmandj.uswr.ac.ir/article-1-266-fa.html>

مظاهری، م. ع.، صادقی، م. ا.، نصرآبادی، ا. ل.، و انصاری‌نژاد، ف. (۱۳۸۸). رابطه سبک‌های همسرگزینی با کیفیت و پایداری ازدواج. *راهبرد فرهنگ*، ۲(۵)، ۵۵-۷۲. <https://www.magiran.com/paper/766935>

مهدی‌یار، ف.، خیر، م.، و حسینی، س. م. (۱۳۹۳). مقایسه سندرم آشیانه خالی در والدین قبل و بعد از ترک منزل توسط فرزند (ان). *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، ۱۵(۴)، ۱۷-۲۹. <https://sanad.iau.ir/Journal/jsrp/Article/892671>

نیکولز، م. پ.، و شوارتز، ر. س. (۱۳۹۵). *خانواده‌درمانی (مفاهیم و روش‌ها)*. ترجمه محسن دهقانی و همکاران. تهران: دانژه.

## References

- Abedi, P., Afshari, P., Yaralizadeh, M., & Dastoorpoor, M. (2020). Does loneliness following empty nest impair sexual function and satisfaction of middle-aged Iranian women? *Sexuality & Culture*, 24(6), 2045-2055. <https://doi.org/10.1007/s12119-020-09735-3>
- Afshar, P., Sepahvandi, S., & Cheraghi, M. (2021). Relationship between social support and empty nest syndrome in middle-aged women; Iran. *Journal of Preventive Medicine*, 8(1), 33-40. <http://dx.doi.org/10.52547/jpm.8.1.40> (In Persian)
- Agimudie, T. (2021). Caribbean mothers and the empty nest: a qualitative study. *Doctoral Dissertation*. Capella University. ProQuest Dissertations Publishing. Link
- American Psychological Association. (2014). Guidelines for psychological practice with older adults. *American Psychologist*, 69(1), 34-65. <https://doi.org/10.1037/a0035063>
- Apostolou, M., & Wang, Y. (2017). In-law preferences in China: what parents look for in the parents of their children's mates. *Evolutionary Psychology*, 15(3), 1-9.

- Arzani, H. R. (2014). Ethical responsibility of children towards their parents in the Quran and the bible. *Quarterly Scientific Journal of Applied Ethics Studies*, 9(34), 121-164. [http://akhlagh.morsalat.ir/article\\_21407.html?lang=en](http://akhlagh.morsalat.ir/article_21407.html?lang=en) (In Persian)
- Azad Aramaki, T. (2007). *Sociology of the Iranian family*. Tehran: Organization for the Study and Compilation of University Humanities Books (Samt). (In Persian)
- Azizi, M., Fooladi, E., Bell, R. J., Elyasi, F., Masoumi, M., & Davis, S. R. (2019). Depressive symptoms and associated factors among Iranian women at midlife: a community-based, cross-sectional study. *Menopause*, 26(10), 1125-1132. <http://dx.doi.org/10.1097/GME.0000000000001374>
- Badiani, F., & De Sousa, A. (2016). The empty nest syndrome: critical clinical considerations. *Indian Journal of Mental Health*, 3(2), 135-142. <https://dx.doi.org/10.30877/IJMH.3.2.2016.135-142>
- Bagheri-Nesami, M. (2011). Exploration of elderly women lived experiences about psychological-emotional changes: A qualitative study. *Journal of Mazandaran University of Medical Sciences*, 21(1), 203-216. <http://jmums.mazums.ac.ir/article-1-964-en.html> (In Persian)
- Barros, R. D. S. N., Soares, A. B., & Hernandez, J. A. E. (2019). Social skills, empathy, love, and satisfaction in the family life cycle. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 36, e180032. <https://doi.org/10.1590/1982-0275201936e180032>
- Bouchard, G. (2014). How do parents react when their children leave home? an integrative review. *Journal of Adult Development*, 21(2), 69-79. <https://doi.org/10.1007/s10804-013-9180-8>
- Bouchard, G. (2018). A dyadic examination of marital quality at the empty-nest phase. *The International Journal of Aging and Human Development*, 86(1), 34-50. <https://doi.org/10.1177/0091415017691285>
- Bougea, A., Despoti, A., & Vasilopoulos, E. (2019). Empty-nest-related psychosocial stress: conceptual issues, future directions in economic crisis. *Psychiatrike*, 30(4), 329-338. <https://doi.org/10.22365/jpsych.2019.304.329>
- Buunk, A. P., Park, J. H., & Duncan, L. A. (2010). Cultural variation in parental influence on mate choice. *Cross-Cultural Research*, 44(1), 23-40. <https://doi.org/10.1177/1069397109337711>
- Carpenter, L. M., Nathanson, C. A., & Kim, Y. J. (2006). Sex after 40? Gender, ageism, and sexual partnering in midlife. *Journal of Aging Studies*, 20(2), 93-106. <https://doi.org/10.1016/j.jaging.2005.06.003>
- Chang, S. H., Crogan, N. L., & Wung, S. F. (2007). The Self-Care Self-Efficacy Enhancement Program for Chinese nursing home elders. *Geriatric Nursing*, 28(1), 31-36. <https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2006.11.006>
- Cheraghi, M., Mazaheri, M. A., Motabi, F., Panaghi, L., & Sadeghi, M. (2019). Beyond the couple: A qualitative analysis of successful in-law relationship in Iran. *Family Process*, 58(4), 936-953. <https://doi.org/10.1111/famp.12389>
- Cheraghi, M., & Ebrahimi, M. (2019). Psychological analysis of parent-child relationship in Iranian proverbs: A qualitative study. *Journal of Family Research*, 14(3), 383-410. [https://jfr.sbu.ac.ir/article\\_97672.html?lang=en](https://jfr.sbu.ac.ir/article_97672.html?lang=en) (In Persian)
- Cheraghi, M., Mazaheri, M. A., Mootabi, F., Panaghi, L., & Sadeghi, M. S. (2015). Comparison of Relationship with In-laws in Iranian Married Women and Men. *Journal of Family Research*, 11(1), 7-32. [https://jfr.sbu.ac.ir/article\\_96432.html?lang=en](https://jfr.sbu.ac.ir/article_96432.html?lang=en) (In Persian)
- Chu, C. Y. A. (2021). *Qualitative study on the experiences of Chinese empty nest couples on their role change*. The Barcelona Conference on Arts, Media & Culture 2021 Official Conference Proceedings, iafor The International Academic Forum. [https://papers.iafor.org/wp-content/uploads/papers/bamc2021/BAMC2021\\_60799.pdf](https://papers.iafor.org/wp-content/uploads/papers/bamc2021/BAMC2021_60799.pdf)

- Dahl, C. M., & Dahl, K. (2013). The really, really empty nest: single parents launching only children. *Word & World*, 33(1), 21-29. [https://digitalcommons.luthersem.edu/faculty\\_articles/66](https://digitalcommons.luthersem.edu/faculty_articles/66)
- Delpisheh, A., Kouhi Ardebili, S., Babanejad, M., Mansorian, M., Ghorbani, M., ... & Rahimzadeh, H. (2016). Survey of health status and health needs of the elderly in Ilam Province. *Toloobebedasht*, 14(5), 1-14. <http://tbj.ssu.ac.ir/article-1-1899-en.html> (In Persian)
- Falahatpishe Baboli, M., Mootabi, F., Mazaheri Tehrani, M., Panaghi, L., & Heydari, M. (2021). The identification of the challenges and developmental tasks of middle and old age people: A hermeneutic study. *Aging Psychology*, 7(3), 267-247. [https://jap.razi.ac.ir/article\\_1887.html?lang=en](https://jap.razi.ac.ir/article_1887.html?lang=en) (In Persian)
- Fu, L., Wang, Y., & He, L. (2020). Factor associated with healthy ageing, healthy status and community nursing needs among the rural elderly in an empty nest family: result from the china health and retirement. *Healthcare*, 8(3), 317. <https://doi.org/10.3390/healthcare8030317>
- Gao, M., Li, Y., Zhang, S., Gu, L., Zhang, J., Li, Z., Zhang, W., & Tian, D. (2017). Does an empty nest affect elders' health? empirical evidence from china. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(5), 463. <https://doi.org/10.3390/ijerph14050463>
- Ghanbari, S., Kalantari, F., & Mokhtarnia, I. (2017). Interpersonal perception, approach to the analysis of social relations. *Rooyesh*, 6(3), 225-238. <http://frooyesh.ir/article-1-432-en.html> (In Persian)
- Goldenberg, I., & Goldenberg, H. (1991). *Family therapy: An overview*. Translated by: H. R. Hossein Shahi Barwani & S. Naqshbandi (2002). Tehran: Ravan. (In Persian)
- Gorchoff, S. M., John, O. P., & Helson, R. (2008). Contextualizing change in marital satisfaction during middle age: an 18-year longitudinal study. *Psychological Science*, 19(11), 1194-1200. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2008.02222.x>
- Han, W. (2018). Old women and empty nest syndrome-an analysis of Mary Gavells the swing from the perspective of feminism. *Theory and Practice in Language Studies*, 8(1), 29-33. <http://dx.doi.org/10.17507/tpls.0801.04>
- Hsiao, Y. L. (2017). Longitudinal changes in marital satisfaction during middle age in Taiwan. *Asian Journal of Social Psychology*, 20(1), 22-32. <https://doi.org/10.1111/ajsp.12161>
- Huang, G., Duan, Y., Guo, F., & Chen, G. (2020). Prevalence and related influencing factors of depression symptoms among empty-nest older adults in china. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 91, 104183. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2020.104183>
- Huang, L. J., Du, W. T., Liu, Y. C., Guo, L. N., Zhang, J. J., Qin, M. M., & Liu, K. (2019). Loneliness, stress, and depressive symptoms among the Chinese rural empty nest elderly: A moderated mediation analysis. *Issues in Mental Health Nursing*, 40(1), 73-78. <https://doi.org/10.1080/01612840.2018.1437856>
- Iman, M. T., & Aghamiri, F. (2012). A survey of cultural and psychological factors affecting mothers' psychological well-being: A case study of "Empty Nest" in Sari. *Quarterly Journal of Woman and Society*, 3(9), 1-20. [https://jzvj.marvdasht.iau.ir/article\\_1173.html?lang=en](https://jzvj.marvdasht.iau.ir/article_1173.html?lang=en) (In Persian)
- Kristensen, K., König, H. H., & Hajek, A. (2021). The empty nest, depressive symptoms and loneliness of older parents: prospective findings from the German ageing survey. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 95, 104425. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2021.104425>
- Leahy, R. (2003). *Cognitive therapy techniques: a practitioner's guide*. Translated by: H. Hamidpour. Tehran: Arjmand. (In Persian)
- Macdonald, G., Marshall, T. C., Gere, J., Shimotomai, A., & Lies, J. (2012). Valuing romantic relationships: the role of family approval across cultures. *Cross-Cultural Research*, 46(4), 366-393. <https://doi.org/10.1177/1069397112450854>

- Mahdiyar, F., Khayer, M., & Hosseini, S. M. (2014). Comparison Between Empty Nest Syndrome in Parents, Before and After Their Child(ren) Left Home. *Knowledge & Research in Applied Psychology*, 4(15), 17-29. <https://sanad.iau.ir/en/Journal/jsrp/Article/892671c> (In Persian)
- Mansoor, A., & Hasan, S. S. (2019). Empty nest syndrome and psychological wellbeing among middle aged adults. *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology*, 17(1), 55-60. <https://www.gcu.edu.pk/pages/gcupress/pjscp/volumes/pjscp20191-8.pdf>
- Marcén, M., & Morales, M. (2019). Live together: does culture matter? *Review of Economics of the Household*, 17(2), 671–713. <https://doi.org/10.1007/s11150-018-9431-3>
- Mazaheri, A., Sadeghi, M., Ansarinejad, F., & Abbasi, M. (2009). Spouse selection styles and marriage quality and stability. *Strategy for Culture*, 2(5), 55-77. <https://www.magiran.com/paper/766935> (In Persian)
- McGoldrick, M., Preto, N. A. G., & Carter, B. A. (2015). The life cycle in its changing context: individual, family, and social perspectives. In M. McGoldrick, N. G. Preto, & B. Carter (Eds.), *The expanding family life cycle: individual, family and social perspectives* (pp.1-44). New York: Pearson Higher.
- Mitchell, B. A., & Lovegreen, L. D. (2009). The empty nest syndrome in midlife families: a multimethod exploration of parental gender differences and cultural dynamics. *Journal of Family Issues*, 30(12), 1651-1670. <https://doi.org/10.1177/0192513X09339020>
- Mitchell, B. A., & Wister, A. V. (2015). Midlife challenge or welcome departure? cultural and family-related expectations of empty nest transitions. *The International Journal of Aging and Human Development*, 81(4), 260-280. <https://doi.org/10.1177/0091415015622790>
- Mokhtari, F., & Ghasemi, N. (2011). Comparison of elderlys “quality of life and mental health living in nursing homes and members of retired club of Shiraz city”. *Iranian Journal of Ageing*, 5(4), 53-63. <http://salmandj.uswr.ac.ir/article-1-266-en.html> (In Persian)
- Nagy, M. E., & Theiss, J. A. (2013). Applying the relational turbulence model to the empty-nest transition: sources of relationship change, relational uncertainty, and interference from partners. *Journal of Family Communication*, 13(4), 280-300. <https://doi.org/10.1080/15267431.2013.823430>
- Netting, N. (2010). Marital ideoscapes in 21 st-century India: creative combination of love and responsibility. *Journal of Family Issues*, 31(6), 707-726. <https://doi.org/10.1177/0192513X09357555>
- Nichols, M., & Schwartz, R. C. (2007). *Family therapy: concepts and methods*, 7<sup>th</sup> ed. Translated by: M. Dehghani et al. Tehran: Danzheh. (In Persian)
- Panaghi, L., Zademohammadi, A., Bagherian, F., Pakdaman, S., Ahmadabadi, Z., & Mohammadi, S. (2016). Exploring Health models of Iranian Family: A Qualitative Study. *Journal of Family Research*, 12(2), 179-196. [https://jfr.sbu.ac.ir/article\\_97258.html?lang=en](https://jfr.sbu.ac.ir/article_97258.html?lang=en) (In Persian)
- Papp, L. M. (2018). Topics of marital conflict in the everyday lives of empty nest couples and their implications for conflict resolution. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 17(1), 7-24. <https://doi.org/10.1080/15332691.2017.1302377>
- Perilloux, C., Fleischman, D. S., & Buss, D. M. (2011). Meet the parents: Parent-offspring convergence and divergence in mate preferences. *Personality and Individual Differences*, 50(2), 253–258. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.09.039>
- Piya, M. C., & Birgid, M. (2014). Empty-nest syndrome. *Pondicherry Journal of Nursing*, 7(3), 16-18. <https://pjn.sbvjournals.com/abstractArticleContentBrowse/PJN/72/7/3/18641/abstractArticle/Article>

- Ren, Q., & Treiman, D. J. (2015). Living arrangements of the elderly in China and consequences for their emotional well-being. *Chinese Sociological Review*, 47(3), 255-286.  
<https://doi.org/10.1080/21620555.2015.1032162>
- Rohani, M., Dehdari, T., Hosseinyrad, M., Alaei, M. (2019). The Frequency of Domestic Elder Abuse in Tehran City, Iran, in 2018. *Salmand: Iranian Journal of Ageing*, 14(3), 368-379.  
<http://salmandj.uswr.ac.ir/article-1-1631-en.html> (In Persian)
- Sadok, B. J., Sadok, V. A., & Ruiz, P. (2013). *Kaplan & Sadock's Synopsis of Psychiatry: Behavioral Sciences/Clinical Psychiatry*. Translated by: F. Rezaei. Tehran: Arjmand. (In Persian)
- Sahebdel, H., Zaharakar, K., & Delavar, A. (2016). Diagnosis of Successful Marriage Indicators (Qualitative Research). *Research in Clinical Psychology and Counseling*, 5(2), 32-46.  
<https://doi.org/10.22067/ijap.v5i2.40883> (In Persian)
- Sinoff, G. (2017). Thanatophobia (death anxiety) in the elderly: the problem of the child's inability to assess their own parent's death anxiety state. *Frontiers in Medicine*, 4, 11.  
<https://doi.org/10.3389/fmed.2017.00011>
- Smith, J. A. & Osborn, M. (2008) Interpretative Phenomenological Analysis. In: Smith, J.A., Ed., *Qualitative Psychology: A Practical Guide to Research Methods*, Sage, London, 53-80.  
<http://dx.doi.org/10.1002/9780470776278.ch10>
- social perspectives (pp.1-44). New York: Pearson High
- Soulsby, L. K., & Bennett, K. M. (2015). Marriage and psychological wellbeing: The role of social support. *Psychology*, 6(11), 1349-1359. <http://dx.doi.org/10.4236/psych.2015.611132>
- Taylor, S., & Lester, A. (2009). *Communication: you're key to success*. Singapore: Marshall Cavendish.
- Thapa, D. K., Visentin, D., Kornhaber, R., & Cleary, M. (2018). Migration of adult children and mental health of older parents 'left behind': an integrative review. *PloS One*, 13(10), e0205665.  
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0205665>
- Thorn, E. K. (2012). Mothers' transitions to the empty nest phase. *Doctoral Dissertation*. University of Maryland, College Park. ProQuest Dissertations and Theses, 140.
- Tracy, E. L., Putney, J. M., & Papp, L. M. (2021). Empty nest status, marital closeness, and perceived health: Testing couples' direct and moderated associations with an actor-partner interdependence model. *Family Journal*, 30(1), 30-35. <https://doi.org/10.1177/10664807211027287>
- Umberson, D., Pudrovska, T., & Reczek, C. (2010). Parenthood, childlessness, and well-being: a life course perspective. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 612-629.  
<https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00721.x>
- VanLaningham, J., Johnson, D. R., & Amato, P. (2001). Marital happiness, marital duration, and the u-shaped curve: evidence from a five-wave panel study. *Social Forces*, 79(4), 1313-1341.  
<https://doi.org/10.1353/sof.2001.0055>
- Wang, L., Shentu, Q., Xu, B., & Liang, Y. (2020). The prevalence of anxiety on the empty-nest elders in china. *Journal of Health Psychology*, 25(2), 152-160.  
<https://doi.org/10.1177/1359105318776727>
- Warner, D. F., & Kelley-Moore, J. (2012). The social context of disablement among older adults: Does marital quality matter for loneliness? *Journal of Health and Social Behavior*, 53(1), 50-66.  
<https://doi.org/10.1177/0022146512439540>
- Whiteman, S. D., McHale, S. M., & Crouter, A. C. (2007). Longitudinal changes in marital relationships: the role of offspring's pubertal development. *Journal of Marriage and Family*, 69(4), 1005-1020. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2007.00427.x>

- Wu, H. (2021). The empty nests of elderly only-child parents in urban china-an analysis based on survey data from five provinces. *China Population and Development Studies*, 4, 362-383. <https://doi.org/10.1007/s42379-020-00064-4>
- Wu, T. F., Yeh, K. H., Cross, S. E., Larson, L. M., Wang, Y. C., & Tsai, Y. L. (2010). Conflict with mothers-in-law and Taiwanese women's marital satisfaction: The moderating role of husband support. *The Counseling Psychologist*, 38(4), 497-522. <https://doi.org/10.1177/0011000009353071>