

## مطالعه تجربه زیسته‌ی زنان عضو هیئت علمی شهر تهران

### از همزمانی نقش‌های شغلی - خانوادگی در دوران پاندمی کرونا

بهاره نصیری<sup>\*</sup>، آمنه بختیاری<sup>\*\*</sup>

#### چکیده

برقراری تعادل میان نقش‌های شغلی و خانوادگی اهمیت به‌سزایی در پیشبرد موفق اهداف دارد. زنان که همواره محور و نقطه کانونی خانواده به‌شمار می‌روند، در پاندمی کرونا نقش مهمی بر عهده داشتند. در این میان زنان اعضای هیئت علمی دانشگاه‌ها و پژوهشگاه‌های شهر تهران به علت حجم فراوان وظایف حرفه‌ای با دشواری‌های بیشتری برای برقراری تعادل بین نقش‌های شغلی و خانوادگی مواجه بودند. بر این اساس پژوهش حاضر با روش کیفی و مصاحبه با 30 نفر از زنان عضو هیئت علمی دانشگاه‌ها و پژوهشگاه‌های شهر تهران در ایام پاندمی کرونا، و تحلیل محتوای کیفی یافته‌ها به واکاوی این تجربه پرداخته است. یافته‌های این پژوهش در دو بخش نقش‌های شغل و خانوادگی با مضامین مدیریت زمان، محو شدن مرز بین خود شاغل و خود خانه‌دار، چند نقشی بودن هم‌زمان و فشار نقش‌ها، رسیدگی به امور عقب افتاده پژوهشی، اختلال در روند انجام وظایف، خانه‌نشینی ناگزیر، فرهنگ قرنطینه و شیوه تنها زیستن، رویداد تروماتیک شده، ترومای فرهنگی یا شوک فرهنگی، بازآفرینی در معنای خانه، تغییر شکل اوقات فراغت در خانه و فراغت آشفته مادران، انباشت فرسودگی ناشی از نگرانی سلامت اعضای خانواده، ظهور پیدا کرده است.

#### واژگان کلیدی

تعادل نقش‌های شغل - خانوادگی، زنان عضو هیئت علمی، پاندمی کرونا.

## ۱. مقدمه و بیان مسئله

پیدایش و شیوع غافلگیرانه پاندمی کرونا در سال ۱۳۹۸، زندگی انسان‌ها را دستخوش تغییرات، التهابات و در نتیجه ایجاد الگوهای جدید زیستی و حیاتی در خانواده و جامعه کرده است. این نوع التهاب‌ها بر عملکرد نه تنها افراد، بلکه نهادها، سازمان‌ها و سامان جامعه اثر گذاشته‌اند. احساس جمعی این است که این اتفاق هولناک نه تنها موقعیت امروز، بلکه آینده نزدیک و دور جامعه را به خطر می‌اندازد و ممکن است هویت و هستی آنها را برای همیشه نابود کند. این موقعیت و حالت را جفری الکساندر «ترومای فرهنگی» می‌نامد. جفری الکساندر، نظریه پرداز ترومای فرهنگی، استدلال می‌کند که در موقعیت «ترومای فرهنگی» روابط جدیدی میان ساختارها، سیستم‌ها، مفاهیم و کنش‌ها برقرار می‌شود. در چنین موقعیتی «مسئولیت اجتماعی» و «کنش سیاسی» معنا، هویت و هستی تازه‌ای پیدا می‌کند و افراد و سازمان‌ها ناگزیر باید متناسب با این موقعیت سازوکارها و عملکردهای خود را بازتعریف و ارائه کنند. ترومای فرهنگی امری طبیعی نیست، بلکه «برساخته اجتماعی» است که از نحوه معنادهی، چینش و ترکیب و قرارگیری رخدادها در کنار هم ایجاد می‌شوند (Alexander, 2004: 12).

۱۸۲

بنا به گفته والستروم<sup>۱</sup> رئیس استراتژی کاهش خطر بحران‌های سازمان ملل، بیش از نیمی از ۲۰۰ میلیون نفر که هر سال از بحران‌ها متأثر می‌شوند، زنان هستند (آروین، ۱۳۹۷ به نقل از چراغی، ۱۳۹۹: ۱۳)؛ اما در متون مربوط به پاندمی کرونا، کمتر به این گروه اجتماعی پرداخته شده و از زبان حال، احساسات و تجربیاتشان در حوزه کار-زندگی و به طور کلی زندگی روزمره‌شان سخن به میان آمده است. زندگی روزمره که به تعبیر دوسرتو، قلمرو اعمال قدرت و بروز مقاومت است. زندگی روزمره‌ای که همواره از تفاوت‌ها و دیگری بودن‌های موجود در بدن‌ها، سنت‌ها و ایماژها سرچشمه می‌گیرد (Dcerteau, 1997: 29).

مسئله‌ای که بیشتر در این دوران جای تأمل دارد این است که درگیری ذهنی و عینی خانواده‌ها به ویژه زنان که همواره دارای نقش‌های چندگانه هستند، با ویروس کرونا تجربه‌ای جدید و منحصر به فرد بوده است. ابهام موجود در شرایط اجتماعی و اقتصادی این دوران، آشفتگی خبری، به هم خوردن نظم معمول امور روزمره، تداخل مرز میان کار-زندگی، افت شدید ارتباطات رودررو، احساس درماندگی و سردرگمی خاصی را موجب شده که زنان به فراخور شرایط خانوادگی، اقتصادی و شغلی خویش، به شیوه خاصی آن را تجربه کرده و به تبع آن، واکنش‌های متفاوتی نیز

1. Margareta Wahlström

داشته باشند. این واکنش‌ها طیف وسیعی از رفتارها و تکنیک‌های تاب‌آوری را برحسب مهارت‌های زندگی به‌دنبال داشته است (ذاکری، ۱۴۰۱: ۹۴).

در سطح جهان زنان و دختران مسئول ۵ درصد مراقبت‌های بدون دستمزد و کارهای خانگی در خانه‌ها و جوامع هستند (Power, 2020: 42). طبق آمار منتشره توسط سازمان بین‌المللی کار زنان در سراسر جهان به‌طور متوسط روزانه ۴ ساعت و ۲۵ دقیقه کار مراقبتی بدون دستمزد انجام می‌دهند، درحالی‌که این میزان برای مردان ۱ ساعت و ۲۳ دقیقه است (Pozzan & Cat- taneo, 2021: 199-200). در این شرایط زنان در تطبیق کارهای مزدی و نقش‌های درون خانه با مشکلات فراوانی مواجه‌اند که می‌تواند از یک‌سو باعث کاهش بهره‌وری شغلی شود و از سوی دیگر تعاملات فردی خانوادگی و اجتماعی و تصمیمات آنها را دستخوش تغییرات نماید. به همین دلیل ایجاد تعادل بین مسئولیت‌های کاری با تعهدات زندگی خانوادگی در سال‌های اخیر مورد توجه بسیاری از جوامع قرار گرفته است.

دانشگاه‌ها و پژوهشگاه‌ها به منزله یکی از میدان‌های مقابله میان زندگی و کار است و به‌زعم بوردیو، میدانی که مناسبات جنسیتی را تولید و بازتولید می‌کند. به عبارتی میدان دانشگاه از نظر بوردیو محل مبارزه برای تعیین شرایط و معیارهای عضویت مشروع و سلسله‌مراتب مشروع است. لذا مانند هر میدان دیگر، کانون کشمکش برای تعیین معیارهای عضویت و سلسله‌مراتب مشروع است؛ یعنی این میدان است که تعیین می‌کند کدام ویژگی‌ها و صلاحیت‌ها مناسب و قابل کاربرد برای سرمایه‌اند. بانوان دانشگاهی نیز، به‌عنوان یک گروه در میدان دانشگاه، این کشمکش هم‌زمانی و انباشتگی نقشی را تجربه می‌کنند. آنها هم مانند سایر بانوان شاغل با تعارض‌های میان نقش‌های خانوادگی و شغلی مواجه‌اند، اما نوع شغل آنها نیازمند زمان بیشتر و پیوسته‌تر در طول روز است و بنابراین هیچ‌گاه نمی‌توان شغل یک کارمند را با یک استاد دانشگاه یکسان پنداشت. یک کارمند، با پایان ساعات کاری، حتی به‌رغم حضور ارباب‌رجوع یا دستور رئیس می‌تواند انجام‌وظیفه کاری‌اش را به روز بعد موکول کند. حتی وقتی وی به خانه بازمی‌گردد، گویی روز دیگری را آغاز کرده و می‌تواند با فراغت فکری به انجام دادن وظایف خانوادگی‌اش بپردازد؛ اما یک فرد دانشگاهی، با درهم‌تنیدگی مضاعف و پیوسته‌های در وظایف کاری و خانوادگی‌اش مواجه است که حتی با پایان روز کاری دغدغه‌های فکری‌اش به اتمام نمی‌رسد و می‌توان شروع هر ترم دانشگاهی را به‌منزله پذیرش چند ماه پژوهش، مطالعه، تدریس و ارتباط و تعامل مستمر با دانشجویان از سوی استادان دانست. این واقعیت در مورد بانوان دانشگاهی، همان‌طور که کاپلان (۱۹۹۷) می‌گوید، به مثابه «معمای بغرنج در درون یک افسانه» است و موجب شده

بانوان دانشگاهی با یک گره دوپل یا تضادهای چندگانه مواجه شوند. به این معنا که از یک زن دانشگاهی انتظار می‌رود از یک طرف حرفه‌ای (کارآمد، متخصص، بی‌طرف و عینیت‌گرا) و از طرف دیگر یک زن باشد (مهربان، مراقب و حمایتگر) (کوتریل، ترجمه: محمد صفار، ۱۳۹۵: ۲۲۸-۲۲۵). در بحران پاندمی کرونا زنان شاغل و به ویژه اعضای هیئت‌علمی دانشگاهی و پژوهشی در مرخصی به سر نمی‌برند، بلکه آماده بودند تا هر مسئولیتی که به آنها سپرده می‌شد، انجام و ملزم به ارائه گزارش دورکاری نیز بودند؛ بنابراین روایت انتخاب و استراتژی‌های زنان در این دوران از امور خانه و خارج از خانه، توانایی‌های آنان را به عنوان عاملان مؤثر در مدیریت بحران پاندمی، بهتر به نمایش می‌گذارد. همچنین می‌توان به پژوهش‌های اندک در این حوزه و هم به تعداد کل زنان هیئت‌علمی دانشگاه‌ها که هر ساله رو به افزایش است، اشاره نمود. معاون وزیر علوم در خردادماه ۱۴۰۳ شمار اعضای هیئت‌علمی تمام‌وقت شاغل را ۷۹ هزار ۱۰۱ عضو هیئت‌علمی در دانشگاه‌ها بیان کرد که از این تعداد بیش از ۵۴ درصد اعضای علمی استادیار، بیش از ۹ درصد استاد تمام و حدود ۲۰ درصد دانشیار هستند. سهم زنان از اعضای هیئت‌علمی هم ۳۰ درصد است که طبق گفته ایشان این آمار در حال افزایش است (سایت خبرگزاری جمهوری اسلامی، ۱۴۰۳). با توجه به دغدغه پژوهشگران و مباحث ذکر شده، مستندسازی تجربیات این قشر از زنان به خاطر نقش مهم آنها در خانواده و اجتماع و قابلیت‌های ویژه‌ای که در حوزه تعادل میان مناسبات کار و زندگی در این کرونا از خود نشان داده‌اند، می‌تواند روشنی‌بخش آیندگان باشد. لذا جهت رسیدن به عمق چنین احساسات و تجربیاتی باید به بررسی اذهان درگیر در این تجارب، با تکیه بر ذهن یک ناظر بی‌طرف به قضاوت نشست و منطقی‌ترین راه برای رسیدن به کنه معنای این واقعیت، بررسی تجارب و آگاهی‌های کنشگران درگیر است؛ که می‌تواند به نوعی افق‌هایی از فهم موضوع به ما عرضه کند.

## ۲. پیشینه پژوهش

در بخش سوابق مرتبط با موضوع پژوهش، می‌توان به مقالاتی در موضوعات: پاندمی و دورکاری، خانواده و پاندمی، مطالعات حوزه نقش‌های شغلی و خانوادگی و تعادل کار - زندگی اشاره نمود که در جهت حساسیت نظری در پژوهش از آنها استفاده شده است. عباسی و جیریایی‌شراهی (۱۴۰۲) در مقاله خود با عنوان «تجربه زیسته دورکاری کارکنان دولتی متأهل در دوره همه‌گیری ویروس پاندمی با تأکید بر تعادل کار - زندگی» بیان می‌کند دورکاری در ایام همه‌گیری بیماری کووید ۱۹ موجب کاهش تعارض کار - زندگی و بهبود توازن

میان کار و زندگی خانوادگی زنان و مردان کارمند متأهل شده است. نتایج پژوهش حاکی است که کارمندان متأهل به پذیرش دورکاری تمایل دارند، اما نداشتن تجربه قبلی در این حوزه، وجود مشکلات در زیرساخت‌های دورکاری، ضعف فرهنگ دورکاری و به وجود آمدن هیجانات منفی ناشی از آن، باعث شد دورکاری به نحو مطلوب اجرا نشود. فلاحتی و محبوبی میرزایی پناهی (۱۴۰۰) در مقاله خود با عنوان «مطالعه تطبیقی فشار نقش‌های چندگانه ناشی از پاندمی بر زنان در خانواده با تأکید بر نظری اخلاق مراقبت» نشان می‌دهند که زنان در ایام پاندمی نه تنها در معرض از دست دادن نقش شغل خود بودند، بلکه با توجه به اخلاق مراقبت در آنان، نقش‌های والدگری را بیش از گذشته بر دوش کشیدند. میرحسینی (۱۴۰۰) در مقاله خود با عنوان «مطالعه‌ی کیفی مسائل و چالش‌های زندگی زنان در همه‌گیری کووید ۱۹» چهار مقوله اصلی «زندگی مختل شده»، «چالش‌های مبتنی بر بهداشت و سلامت»، «کنترل و نظارت تشدید یافته بر زندگی روزمره زنان» و «چالش‌های شغلی و امور خانه‌داری» از این مسائل را شناسایی کرده است. هاشمیان و همکاران (۱۳۹۹) در پژوهش خود با عنوان «عوامل تعدیل‌گر در ارتباط میان سنگین باری نقش و رفتارهای بازآفرینی تعادل کار - زندگی در بین اعضای هیئت علمی» به مقوله‌های اصلی: عوامل فردی شامل خودکارآمدی، خبرگی تجربی، تلقی از تعادل کار - زندگی، الگوی نقش، کنون کنترل درونی و توان انطباق‌پذیری، عوامل سازمانی شامل فرهنگ‌سازمانی پذیرای تعادل، حمایت همکاران، حمایت همسر و انعطاف‌پذیری نقش‌های محوله و عوامل فردی - موقعیتی نیز شامل کیفیت تبادلات عضو - گروه، کیفیت تبادلات عضو - مدیر، تناسب شخص - شغل، تناسب شخص - سازمان، کنترل بر شغل و کنترل بر خانه دست یافتند. خامه‌چی و همکاران (۱۳۹۹) نیز در فرا تحلیل ۲۶ پژوهش داخلی و خارجی در زمینه توازن کار - زندگی نشان دادند از بین پیشایندهای توازن کار - زندگی، به ترتیب متغیرهای مهارت‌های فردی، حجم کاری زیاد، استقلال کاری، حمایت خانواده و انعطاف‌پذیری کاری دارای بیشترین اندازه اثر هستند. شیرمحمدی و همکاران (۱۴۰۱) در مطالعه‌ای با عنوان «تعادل کار و خانواده از راه دور: درس‌های آموخته‌شده از همه‌گیری کووید ۱۹»، به بررسی و تجزیه و تحلیل ۴۱ پژوهش انجام شده درباره تعادل بین کار و خانواده در حین کار در خانه در طول همه‌گیری کرونا پرداختند و ۴ مضمون اصلی زمان انعطاف‌پذیر در مقابل شدت کار، مکان انعطاف‌پذیر در مقابل محدودیت فضا، ترتیبات کاری از نظر فنی امکان‌پذیر در مقابل تنش فنی و انزوا و ترتیبات کار دوستدار خانواده در مقابل شدت نقش‌های خانگی و مراقبتی را استخراج نمودند که نشان‌دهنده ناهماهنگی بین انتظارات مطلوب و واقعیت‌های نامطلوب دورکاری است. رازقی نصرآبادی (۱۴۰۱) در پژوهش خود تحت عنوان «زمینه‌های تعارض

میان نقش‌های شغلی و خانوادگی و راهبردهای مقابله با آن؛ زنان شاغل در شهرداری تهران» با رویکرد پدیدارشناسی توصیفی، فهم تجربه زنان را مورد مطالعه قرار داده است. نتایج تحلیل داده‌های مطالعه نشان می‌دهد زنان برای سازگاری نقش‌های دوگانه خود، مسائل و مشکلاتشان را در سطح فردی یا شخصی حل می‌کنند و احساس می‌کنند سیاست‌های اتخاذ شده از سوی سازمان کافی نبوده و فاقد ضمانت اجرایی است و به همین دلیل به‌طور ملموس بر زندگی آنها تأثیر نداشته است. حلواچی و همکاران (۱۳۹۹) به این نتیجه رسیدند که بین دانشجویان زن و مرد در رابطه با تعادل کار و زندگی تفاوت معناداری وجود دارد، ولی تعادل کار و زندگی بر اساس متغیرهای رتبه علمی و رشته تفاوتی ندارد. شجاع‌نوری و همکاران (۱۳۹۴) مطالعه‌ای با عنوان «تحلیل اثرات دورکاری زنان شاغل و متأهل بر تعادل کار- خانواده» انجام دادند که نتایج نشان داد دورکاری موجب کاهش تعارض کار و خانواده و بهبود تعادل میان زندگی کاری و خانوادگی زنان شاغل می‌شود. همچنین یافته‌های این پژوهش حاکی از آن است که زنان شاغل به پذیرش دورکاری تمایل دارند، اما مدیران، حامی دورکاری نیستند.

در بین مطالعات خارجی اودین<sup>۱</sup> (۲۰۲۱) مطالعه‌ای با عنوان «شناسایی چالش‌های زنان در تعادل کار خانواده در دوران کرونا در بنگلادش» انجام داده است. بر اساس نتایج این مطالعه، انعطاف‌پذیری، حمایت خانواده و همسر و حمایت سازمانی از نیروهای محرک اصلی برای ایجاد تعادل بین کار-خانواده زنان در طول کووید ۱۹ هستند. کمبود زمان در دسترس، هنجارهای اجتماعی-فرهنگی و خانوادگی و کلیشه‌های جنسیتی چالش‌های کلیدی زنان در یک بافت اجتماعی مردسالار مسلمان هستند. مدیریت مؤثر زمان، مدیریت استرس، راضی نگه‌داشتن همسران و اعضای خانواده، مدیریت پایدار زندگی حرفه‌ای و شخصی و فهرست کردن اولویت‌ها از جمله تکنیک‌های مفیدی هستند که زنان برای ترکیب تعهدات کار و خانواده به کار می‌برند.

مروری بر پژوهش‌های انجام شده نشان داد که در کمتر پژوهشی، از روش کیفی مبتنی بر روایت‌های زنان به ویژه زنان اعضای هیئت‌علمی دانشگاه‌ها و پژوهشگاه‌ها در شرایط پاندمی کرونا با تمرکز بر نقش مراقبتی و حمایتی در کنار وظایف سازمانی‌شان پرداخته شده است. در حالی که این زنان بر حسب شغل خود در بیماری کرونا از هر ابزاری جهت آگاهی بخشی به خانواده فروگذار نبودند و در همه ابعاد و شیوه‌های مختلف نوشتاری، شنیداری و دیداری و ... در حال انتقال محتوای آموزشی و بهداشتی در خانواده بودند؛ و در کنار این امر خطیر به وظایف شغلی

خود نیز می‌پرداختند. لذا با عنایت به این مسئله مهم، مقاله حاضر در پی آن است تا با مطالعه تجربه زیسته چگونگی ایجاد تعادل کار- زندگی زنان عضو هیئت علمی دانشگاه‌ها و پژوهشگاه‌های شهر تهران در دوران پاندمی کرونا بر اساس روایت‌های آنان، خلأ مطالعاتی در این حوزه را تا حدودی پوشش داده و ادبیات این حوزه را توسعه بدهد.

### ۳. ملاحظات نظری

مفهوم تعادل کار و خانواده در مطالعات، با اصطلاحات و تعاریف گوناگونی به کار رفته است؛ به طوری که کسپر<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۱۸) در مطالعه‌ای با فرا تحلیل ۲۹۰ مقاله، ۲۳۳ تعریف مفهومی برای تعادل شناسایی کردند. از اولین تعاریف ارائه شده، تعریف مارکز و مک درمید<sup>۲</sup> (۱۹۹۶) بود که تعادل نقش را به عنوان درگیری کامل برای انجام هر نقش تعریف کردند، اما یکی از کاربردی‌ترین تعاریف برای تعادل، تعریف گرینهاوس و آلن<sup>۳</sup> (۲۰۱۱) است که تعادل را وضعیتی می‌دانند که اثربخشی نقش و رضایت از نقش متناسب با اولویت‌های زندگی وجود داشته باشد (Casper & et al, 2018: 183).

کروکر و همکاران نیز یک چارچوب نظری ایجاد کرده‌اند که بیان می‌کند چگونه پیچیدگی / پویایی زندگی بر تعادل کار - زندگی تأثیر می‌گذارد و تأثیرات تعدیل‌کننده چهار متغیر دهنده منابع در زندگی، دسترسی به منابع در زندگی، تفاوت‌های شخصیتی و سیستم‌های ارزش فردی را بر رابطه بین پیچیدگی / پویایی زندگی و تعادل کار و زندگی توضیح می‌دهد (Crocker, 2002). بر اساس چارچوب کروکر، تعادل بین کار و زندگی، ثابتی است که با تعادل بین پیچیدگی و پویایی زندگی فرد با منابع محیطی و شخصی مانند خانواده، جامعه، کارفرما، حرفه، جغرافیا، اطلاعات، اقتصاد، شخصیت و ارزش‌ها مشخص می‌شود.

بر اساس مطالعات مختلف، دستیابی به تعادل کار - زندگی می‌تواند سبب رضایت شخصی در هر دو حوزه شود. رضایت کلی از زندگی و کار منتج به یک وضعیت روانی مناسب و رفاه می‌شود. در مقابل، تجارب ناخوشایند در کار و خانواده به استرس و بیماری می‌انجامد و بهزیستی کلی فرد را مختل می‌کند. تعادل بین کار و زندگی، کیفیت رفتار و عملکرد را در محل کار و خانواده

1. Casper

2. Marks & Mac Dermid

3. Greenhaus & Allen

افزایش می‌دهد و عدم تعادل بین زندگی کاری و خانوادگی، عملکرد را بدتر و رفتار منفی را تشدید می‌کند. تعادل بیشتر کار و خانواده به طور مثبت با رضایت زناشویی و خانواده مرتبط است و موجب عملکرد بهتر در زندگی خانوادگی می‌شود (Vasumathi, 2018: 129).

شغل اعضای هیئت‌علمی ماهیتاً دشوار و نیازمند کسب دانش و مهارت‌های به روز است و این امر موجب می‌شود ملاک فعالیت لازم برای ایفای وظایف شغلی، انجام وظایف مورد انتظار باشد و تعریف زمان و میزان ساعت کاری مشخص برای آن بی‌معنا باشد. همین ویژگی سبب ایجاد نوعی فشار زمانی، وظیفه محوری یا عدم زمان محوری است که موجب باز بودن زمان انجام کار، محدود نبودن آن به ساعات حضور در دانشگاه و همراه آوردن کار به خانه است. شغل اعضای هیئت‌علمی به مثابه یک پروژه فکری شبانه‌روزی برای آنان است که مشغله ذهنی مداوم را حتی در ایام تعطیلات و اوقات فراغت به همراه دارد. بدین ترتیب به دلیل اقتضات وظایف شغلی نظیر وظیفه محور بودن و عدم زمان محوری تکالیف شغلی، عدم فراغت ذهنی پس از اتمام ساعات کار، مشغله ذهنی شبانه‌روزی، وظایف متعدد و متنوع شغلی، درهم تنیدگی کار و زندگی (دباغی، ۱۳۹۰: ۲۵۲) و محدود نبودن درگیری‌های فکری، آموزشی، پژوهشی و علمی پدیده‌ها به حیثه جغرافیای محل کار برقراری تعادل بین نقش شغلی و خانوادگی و به طور خاص مادری برای زنان عضو هیئت‌علمی با دشواری‌های خاص همراه است (ادیب حاج باقری، ۱۳۹۵: ۱۱۸).

در این میان زندگی مملو از چالش‌ها، آسیب‌ها، بلاها و بحران‌های متعددی است. که شیوع پاندمی یکی از چالش‌های بی‌سابقه در دهه‌های اخیر است که توانسته سلامت و حیات جوامع را با بحران مواجه کند. شیوع ویروس پاندمی، ناشناختگی و فقدان داروی مؤثر برای آن، اضطراب و ترس را بر جامعه جهانی وارد کرد. فراگیرتر شدن آن ویروس، هر چه بیشتر جامعه را به یک موقعیت ناامن از نظر سلامت و بهداشت روانی فرو برد. هویت انسان معاصر به روایت آنتونی گیدنز و بسیاری از نظریه‌پردازان اجتماعی دیگر، خصلت «بازاندیشانه یا بازتابی» دارد. بازتابندگی هویت به معنای سیال بودن هویت و تغییر آن در نتیجه تغییر شرایط فرهنگی و اجتماعی و ظهور دانش‌ها، دانستنی‌ها به خصوص با حضور ویروس پاندمی در زندگی بشر امروز، اشکال تازه‌ای از نقش‌ها ظهور و بروز می‌یابد؛ اما آنچه مسلم است زیست در جهان و فضای پس از پاندمی، بازاندیشی در نظام زیستی و فکری را ایجاد می‌کند. در این میان، خانواده در سایه این تحولات با فرهنگ نو و ارزش‌های دگرگون شده و تعاریف تحول یافته و سیال روبه‌رو است و با حرکت‌های پرفراز و نشیب در زیر لایه‌های فکری و فرهنگی انسان معاصر مواجه است. چرا که امروزه دیگر منش‌های

سنتی نیستند که هویت یک فرد را می‌سازند؛ بلکه این رویدادهای پیش‌بینی‌ناپذیر روز هستند که فرد را ساده و سریع تحت تأثیر خود قرار می‌دهند و به هر سو متمایل می‌کنند (بهنام، ۱۳۸۳: ۱۷). آنچه نباید از دیده پنهان بماند، فرصتی است که زنان برای توسعه و بهبود شخصی خودشان به کار گرفته‌اند. آنان با استفاده از ابزارها و منابع موجود آگاهی‌بخش برای پیشبرد اهداف خود و خانواده سعی می‌کنند روح حرکت و پویایی را به خانواده القا کنند و می‌توان انتظار داشت که پیامد چنین تلاشی از سوی زنان، نوعی هم‌جهت کردن و هم‌سو شدن ذهنیت اعضای خانواده با یکدیگر و همچنین در راستای هدف هم‌فهمی اجتماعی قرار گیرد. در این میان زنان دانشگاهی و فرهیخته نیز این روزها در فضای مجازی، با استفاده از رسانه‌ها در ابعاد و شیوه‌های مختلف دیداری، شنیداری و نوشتاری در حال انتقال محتوا، توصیه‌های بهداشتی و آموزشی بودند؛ و با شناخت دقیق از شرایط و لحن مادرانه و همسرانه، انتقال محتوای دقیق‌تر و مؤثرتری انجام می‌دادند. آنان در این موقعیت به فراخور سهم خود؛ مفید، کارآمد و اثربخش بودند. لذا می‌توان پذیرش مسئولیت‌های سنگین با همراهی و مشارکت قدرتمند زنان را مصداق دیگری از خویشتن‌داری زنانه دانست که نشانه‌ای از نقاط قوت و توانایی فردی زنان در پایبندی و عمل به ارزش‌ها و فضیلت‌هاست. در واقع، سنگ بنای خویشتن‌داری زنانه در ایام پاندمی، بر پایه اعتماد جامعه به آن‌ها بازتولید شده است (طیبی‌نیا، ۱۳۹۹: ۱۳۲).

زمانی که زنان، در ایام پاندمی صرف بالا بردن کیفیت زندگی در خانه با توجه به ضرورت آن می‌کردند، شاید به نوعی مدیریت بی‌وقفه‌ای که باید در ابعاد و اضلاع متفاوت، اولویت‌ها و ضرب‌الاجل‌ها را در مقایسه با مواقع عادی تحلیل، تعیین و به انجام می‌رسانند. این بار هرچه این مدیریت را قوی‌تر احساس کنیم، می‌توانیم نشانی هم از افزایش سرمایه نوین اجتماعی زنان در جامعه به لحاظ افزایش تحصیلات و آگاهی آن‌ها فرض و استدلال کنیم.

#### ۴. روش پژوهش

این پژوهش با روش کیفی انجام شده است. این روش عمق تجربیات، تأکید و درک ما را از تجربیات زندگی افزایش می‌دهد (ادیب‌حاج‌باقری و همکاران، ۱۳۹۵: ۲۴). در این راستا برای درک کامل‌تر پدیده مورد مطالعه از روش مصاحبه با پرسش‌های نیمه‌ساختاریافته بهره گرفته شد. در پژوهش کیفی نمونه‌گیری آن‌قدر ادامه می‌یابد تا اشباع نظری حاصل شود؛ به عبارت دیگر، گردآوری داده‌ها تا زمانی ادامه می‌یابد که افزایش داده‌ها به ایجاد مفاهیم، مقولات و خرده مقولات جدید منجر نشود (Becker & et al, 2001: 72). از این‌رو در این مطالعه انتخاب شرکت‌کنندگان،

جمع‌آوری داده‌ها و تجزیه و تحلیل داده‌ها تا رسیدن به اشباع نظری و شرح غنی از تجربیات به دست آمده، ادامه داشت. «امانت‌داری، بازگوکننده روایی و پایایی پژوهش کیفی است. قابل پذیرش بودن، انتقال‌پذیری، قابلیت اطمینان، تأیید پذیری اجزا ضروری حصول به امانت‌داری در پژوهش کیفی در وجه روایی و پایایی است.» (Guba & Lincoln, 1982: 233 - 252). از این رو، در انجام پژوهش پدیدارشناسی برای حفظ قابلیت امانت‌داری، اختصاص زمان مناسب برای تشریح هدف پژوهش به مشارکت‌کنندگان، تعیین رویه‌های گردآوری داده‌ها، سؤال‌های پژوهش، نحوه حفظ انسجام داده‌ها و فرایند تحلیل صورت پذیرفت. برای تحلیل محتوای کیفی مصاحبه‌ها پس از هر مصاحبه، فایل صوتی به فایل متنی تبدیل و سپس با به کارگیری تکنیک تحلیل محتوایی تلخیصی، کدگذاری شد. در این تکنیک، متن به گونه‌ای تلخیص می‌شود که محتوای اصلی و معنایی آن حفظ شود و یک چارچوب معنایی و بیانگر از متن باقی بماند. به این ترتیب در این فرآیند، مقوله‌های فرعی همپوش در یک سطح تحلیلی در قالب مقوله‌های اصلی جمع می‌شوند و حتی با بازتعریف مقوله‌های اصلی و بازنگری در آن‌ها می‌توان فرایند تقلیل را همچنان ادامه داد. برای انجام تلخیص، ابتدا داده‌ها به گزاره‌ها، بندها یا عبارتها تبدیل می‌شوند و سپس بخش‌های بی‌ارتباط به پرسش‌های پژوهشی یا بخش‌های همپوش یا دارای معنای مشابه با سایر بخش‌ها کنار گذاشته می‌شود و پس از آن بخش‌های هم‌قالب یا دارای تغییرهای مشابه در یک مجموعه جمع و خلاصه می‌شوند (میرزایی، ۱۳۹۹: ۱۱۲۲). به این ترتیب حاصل تحلیل داده‌ها استخراج مقوله‌هایی بوده که بیانگر تجربه‌زیسته مشارکت‌کنندگان از چگونگی برقراری تعادل بین نقش شغلی و خانوادگی و تدابیر و راهبردهای آنان در مواجهه با شرایط پاندمی کرونا است. همچنین با توجه به آنکه نویسندگان از پژوهشگران شاخه علوم انسانی در پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی هستند، تلاش نمودند از دریچه نگاه و تجربه زیسته اعضای هیات علمی دانشگاه‌ها و پژوهشگاه‌های این حوزه به بحث تعادل کار-زندگی در ایام کرونا بپردازند. در ادامه مشخصات مشارکت‌کنندگان در جدول ۱ آمده است.

جدول ۱. اطلاعات جمعیت‌شناختی مشارکت‌کنندگان

کد	سن	وضعیت تاهل	تحصیلات	تخصص	کد	سن	وضعیت تاهل	تحصیلات	تخصص
محل کار: پژوهشگاه					محل کار: دانشگاه				
۱-۱	۶۰	متاهل	دکتری	جامعه‌شناسی	۱۶-۱	۵۵	متاهل	دکتری	مطالعات زنان
۲-۱	۳۵	مجرد	دکتری	جامعه‌شناسی	۱۷-۱	۵۲	متاهل	دکتری	جامعه‌شناسی
۳-۱	۵۹	متاهل	دکتری	اقتصاد	۱۸-۱	۴۵	مجرد	دکتری	علوم ارتباطات
۴-۱	۴۵	مجرد	دکتری	روان‌شناسی اجتماعی	۱۹-۱	۴۳	مجرد	دکتری	مطالعات زنان
۵-۱	۶۱	متاهل	دکتری	روان‌شناسی	۲۰-۱	۵۴	متاهل	دکتری	جامعه‌شناسی
۶-۱	۴۲	متاهل	دکتری	ادبیات	۲۱-۱	۵۰	متاهل	دکتری	حقوق
۷-۱	۵۸	متاهل	دکتری	حقوق	۲۲-۱	۴۱	مجرد	دکتری	تاریخ
۸-۱	۶۰	متاهل	دکتری	تاریخ	۲۳-۱	۵۶	متاهل	دکتری	اقتصاد
۹-۱	۴۴	مجرد	دکتری	جامعه‌شناسی	۲۴-۱	۴۸	متاهل	دکتری	روان‌شناسی اجتماعی
۱۰-۱	۴۰	مجرد	دکتری	روان‌شناسی اجتماعی	۲۵-۱	۴۹	متاهل	دکتری	جامعه‌شناسی
۱۱-۱	۶۲	متاهل	دکتری	علوم تربیتی	۲۶-۱	۵۵	متاهل	دکتری	علوم ارتباطات
۱۲-۱	۵۲	متاهل	دکتری	علوم ارتباطات	۲۷-۱	۶۰	متاهل	دکتری	جامعه‌شناسی
۱۳-۱	۴۳	متاهل	دکتری	روان‌شناسی	۲۸-۱	۶۲	متاهل	دکتری	علوم تربیتی
۱۴-۱	۴۰	متاهل	دکتری	روان‌شناسی اجتماعی	۲۹-۱	۵۰	متاهل	دکتری	مطالعات زنان
۱۵-۱	۴۲	مجرد	دکتری	مطالعات زنان	۳۰-۱	۶۵	متاهل	دکتری	حقوق

## ۵. یافته‌های پژوهش

با توجه به نتایج مستخرج از مصاحبه تجربه زنان عضو هیئت علمی دانشگاه‌ها و پژوهشگاه‌ها، در مواجهه با زندگی و نقش‌های خانوادگی در ایام پاندمی کرونا، فرایندی متفاوت است. به طوری که در این فرایند، حوزه شغل شامل: «مدیریت زمان»، «محو شدن مرز بین خود شاغل و خود خانه‌دار»، «چند نقشی بودن هم‌زمان و فشار نقش‌ها»، «رسیدگی به امور عقب‌افتاده پژوهشی»، «اختلال در روند انجام وظایف» و حوزه خانواده شامل: «خانه‌نشینی ناگزیر»، «فرهنگ قرنطینه و شیوه تنها زیستن»، «رویداد تروماتیک‌شده»، «ترومای فرهنگی یا شوک فرهنگی»، «بازآفرینی در معنای خانه»، «تغییر شکل اوقات فراغت در خانه و فراغت آشفته مادران»، «انباشت فرسودگی ناشی از نگرانی سلامت اعضای خانواده» ظهور پیدا کرده است.

جدول ۲. مضامین استخراج شده از پژوهش

مضامین مستخرج از شرایط خانوادگی	مضامین مستخرج از وظایف شغلی
<p>خانه‌نشینی ناگزیر فرهنگ قرنطینه و شیوه تنها زیستن رویداد تروماتیک‌شده کرونا ترومای فرهنگی یا شوک فرهنگی بازآفرینی در معنای خانه تغییر شکل اوقات فراغت در خانه و فراغت آشفته مادران انباشت رنج ناشی از نگرانی سلامت اعضای خانواده</p>	<p>مدیریت زمان محو شدن مرز بین خود شاغل و خود خانه‌دار چند نقشی بودن هم‌زمان و فشار نقش‌ها رسیدگی به امور به تعویق افتاده پژوهشی اختلال در روند انجام وظایف</p>

### ۵-۱. روایت کار و وظایف شغلی در ایام پاندمی

تا پیش از همه‌گیری کووید ۱۹، دورکاری به طور گسترده مورد استفاده قرار نمی‌گرفت. اما در این بحران، شاغلین از جمله اعضای هیئت علمی دانشگاه‌ها و پژوهشگاه‌های علوم انسانی مجبور شدند برای اولین بار و بدون هیچ‌گونه آمادگی و کاملاً ناگهانی به کار پژوهشی-آموزشی از خانه تغییر روش داده و به دنبال مفهوم‌سازی تعادل کار-زندگی شوند، که این امر منجر به ایجاد تجارب زیسته متفاوتی در آنان گردید که در ادامه به آنان اشاره می‌شود.

#### ۵-۱-۱. مدیریت زمان

تجربه مشارکت‌کنندگان حاکی است که برگزاری کلاس‌های مجازی در خانه، فرصت را برای انجام فعالیت‌های پژوهشی و آموزشی در چند دانشگاه برای آنها فراهم کرده بود (چند پیشگی در فضای مجازی)، زیرا قبلاً مدیریت زمان به راحتی صورت نمی‌گرفت، اما در ایام پاندمی و قرنطینه

خانگی، برای زنان عضو هیئت علمی فرصتی برای مدیریت زمان در رابطه با انجام وظایف کاری و خانه صورت گرفت. به طوری که انعطاف در شرایط محیطی در خانه و زمان برای کار ایجاد گردید، دستیابی به ساعات کاری انعطاف پذیر شد، زنان توانایی ایجاد تعادل بین کار و زندگی را کسب کردند، افزایش در استقلال کاری ایجاد شد، زمان و هزینه‌های سفرهای کاری کاهش یافت، خود نظمی در انجام امور محوله ایجاد گردید، توانایی در سازمان دهی و برنامه ریزی کارها و امور مربوطه ایجاد شد. به عبارتی، تعادل میان کار و زندگی در میان زنان اعضای هیئت علمی صورت گرفت.

«انعطاف من در ایجاد شرایط محیطی و زمان بندی مناسب برای برقراری توازن میان نقش های شغلی و خانوادگی پس از گذراندن چند ماه از بحران پاندمی بیشتر شده بود.»  
(کد ۶-۱)

«در زمان قرنطینه و دور کاری من سعی می کردم زمان بین کارهای اداری و کارهای خانه را با آرامش انجام دهم و البته خیلی نیز از این شرایط راضی بودم.» (کد ۱-۱)

برخی از زنان عضو هیئت علمی دانشگاه ها و پژوهشگاه ها مطرح کردند، قرنطینه خانگی، فرصتی برای دستیابی به آرامش را برای آنان و اعضای خانواده فراهم کرده است؛ زیرا منجر به کاهش خستگی ناشی از رفت و آمد و سفرهای کاری درون شهری، ایجاد امنیت روانی شغلی (به واسطه اطمینان بخشی مدیران جهت انجام وظایف شغلی از منزل) و خانوادگی (ناشی از حضور در کانون خانواده)، اوقات بهتر زندگی در خانه و وجود ساعات کاری منعطف، هزینه کمتر ایاب و ذهاب، کاهش استرس، لذت بردن از اوقات فراغت و ایجاد آرامش در همسر و فرزندان شده بود.

«فاصله جغرافیایی زیادی بین محل کارم با محل زندگی ام وجود دارد، قبل از پاندمی باید زمانی را در ترافیک تهران می گذراندم تا به محل کار برسم و بعد مجدداً به خانه برگردم و وقتی به خانه می رسیدم خیلی خسته بودم و نگران از اینکه باید سریع کارهای خانه را انجام دهم و به بچه ها رسیدگی کنم؛ اما در زمان قرنطینه خانگی، همین در خانه بودن و رسیدگی به امور و کارها به مراتب بهتر شده و آرامش بیشتری داشتم.» (کد ۱۸-۱)

#### ۵-۲. محو شدن مرز بین خود شاغل و خود خانه دار

ایجاد دور کاری، یکی دیگر از شرایط زمینه‌ای اثرگذار بر تجربه زیسته زنان مشارکت کننده در توازن بین زندگی حرفه‌ای و خانوادگی در زمان پاندمی است. با توجه به نتایج مستخرج دور کاری در ایام پاندمی به معنای ایجاد مثلث ارتباط کاری (خانه/دور کاری، اینترنت و تکنولوژی‌های ارتباطی و سازمان/فضای کاری)، محو شدن مرز بین خود شاغل و خود خانه دار، تداخل کاری

شغل زن و مرد در خانه، از بین رفتن مرز میان کار حرفه‌ای و مسئولیت‌های خانه و صرفه‌جویی در زمان و انرژی بوده است.

«وقتی در دور کاری و قرنطینه خانگی بودم، کارها و وظایف پژوهشی‌ام را در خانه از طریق اینترنت انجام می‌دادم. البته بعضی مواقع تداخل بین کارهای خانه و فعالیت‌های علمی و پژوهشی‌ام ایجاد می‌شد که مدیریت آن برایم سخت بود.» (کد ۱۳-۱)

همچنین دوری کاری به معنای از بین رفتن مرز میان کار حرفه‌ای و مسئولیت‌های خانه می‌گردد. به عبارتی، مرز میان تدریس و انجام وظایف خانه و یا مرز میان وظایف شغلی (پژوهش و ...) و انجام وظایف خانه از بین می‌رود. دور کاری یعنی صرفه‌جویی در زمان و انرژی است؛ زیرا منجر به کاهش زمان رفت و آمد، کاهش خستگی ناشی از رفت و آمد، انعطاف در انتخاب زمان کار متناسب با شرایط زندگی شخصی و فعالیت زنان بر اساس آهنگ روزانه شخصی خود بوده است. به طوری که برخی از آنان در اوایل صبح و برخی در آخر شب کارهای روزانه خود (ساعات کار منعطف) را انجام می‌دادند. به عبارتی، ساعات کاری در دور کاری از سوی زنان اعضای هیئت‌علمی، شناور بوده است و این موضوع منجر به افزایش کیفیت کاری آنان شده است. آنها معتقد بودند، فضای خانگی از سوی فرزندان و اعضای خانواده به فضای آفرینش‌های فکری و خلاقانه تبدیل شده بود.

«وقتی در ایام کرونا و قرنطینه در خانه بودم سعی می‌کردم ارتباط بهتری با فرزندانم داشته باشم و سعی می‌کردم تجربه‌های کاری خودم را به آنها یاد دهم. کارهای هنری و آشپزی که در این ایام با هم انجام می‌دادیم واقعاً بی‌نظیر بود.» (کد ۱۴-۱)

همچنین آنان به ایجاد فرصت برای تأمل و بازاندیشی به زندگی نظیر دانستن بیشتر قدر لحظات زندگی، دست برداشتن از عجله و شتاب، زندگی کردن به معنای واقعی، بازنگری در هدف‌گذاری زندگی، قدرت تدبیر در منزل اشاره کرده‌اند.

«در زمان قرنطینه و دور کاری من سعی می‌کردم زمان بین کارهای اداری و کارهای خانه را با آرامش انجام دهم و البته خیلی نیز از این شرایط راضی بودم.» (کد ۱-۱)

توجه به خودشناسی در محیط خانه و ایام قرنطینه از جمله موارد مطرح از سوی آنان بود. منظور آنان از توجه به خودشناسی، شناخت عمیق از خود (تفکر و تمرکز بیشتر بر خود)، رشد و توسعه شخصی (تمرکز بر اهداف زندگی و برنامه‌های زندگی)، کشف علایق شخصی، شناخت بیشتر توانایی‌ها و قابلیت‌ها و افزایش آن‌ها، توسعه و رشد معنوی خود، فرصتی برای خودسازی و مدیریت خود (قدرت انطباق با تغییرات محیطی) بوده است.

«زمانی که در ایام کرونا در خانه بودم، فرصتی پیدا کردم که در مورد خودم و جهان بیشتر فکر کنم. همچنین در مورد نیازهای وجودی خودم مجدداً فکر می‌کردم.» (کد ۱۲-۱)

به علاوه، آنان به اختلال در گذراندن اوقات فراغت مادران نیز اشاره کرده‌اند. به طوری که مطرح کردند، محیط و فضای خانگی، فراغت آشفته برای مادران و یا نبود فراغت شخصی برای مادران را ایجاد کرده بود.

«در ایام کرونا و قرنطینه فراغتی برای خودم پیدا نمی‌کردم. تداخل کار خانه و شغلم بسیار زیاد بود و این مسئله مرا مضطرب می‌کرد.» (کد ۸-۱)

### ۳-۱-۵. چند نقشی بودن هم‌زمان و فشار نقش‌ها

مشارکت‌کنندگان پژوهش از تجربه زیست خود در این شرایط به چند نقشی بودن هم‌زمان و فشار نقش‌ها، کنترل وظایف محوله، نظارت و انجام امور، افزایش حجم کار و عدم تفکیک میان وظایف، تداخل ساعات کار و استراحت، کاهش مرز میان مسئولیت در خانه و وظایف شغلی، تناقض و افزایش نقش‌ها در محیط خانواده، پاسخگویی به تقاضاهای متعدد شغلی و خانوادگی، صرف انرژی مضاعف ناشی از افزایش سطح انتظارات شغلی و خانوادگی، روزمرگی و خستگی روانی مفرط ناشی از افزایش مسئولیت‌ها و ایفای نقش مستمر خانه‌داری، بی‌حوصلگی در انجام مسئولیت‌ها، نگرانی و اضطراب از ارائه به موقع کارها، افزایش فشار روانی ناشی از حجم زیاد نقش‌ها، برهم خوردن نظم شغلی و فشارهای عصبی ناشی از آن، احساس جداسازی از جامعه اشاره کرده‌اند.

«در دوران قرنطینه خانگی و دورکاری، برای انجام مطالعات و پژوهش‌های خود گاهی هم زمان باید به تماس‌های تلفنی والدین نگرانم پاسخ می‌دادم، وعده‌های غذایی را آماده می‌کردم، حواسم به قطع و وصل شدن‌های کلاس‌های مجازی فرزندان کلاس اولی‌ام و کلی کار دیگر می‌بود.» (کد ۲-۱)

یکی دیگر از زمینه‌های اثرگذار بر تجربه زیسته زنان عضو هیئت علمی دانشگاه‌ها و پژوهشگاه‌ها در توازن بین زندگی حرفه‌ای و خانوادگی در زمان پاندمی، ظهور مسئله فرهنگی جدید است. مشارکت‌کنندگان مطرح کرده‌اند، در ایام پاندمی، جامعه با مسائل فرهنگی جدیدی هم چون خودآگاهی جمعی، ضربه فرهنگی (شوک فرهنگی)، رویداد تروماتیک شده و ترومای فرهنگی جمعی مواجه شده است. خودآگاهی جمعی به معنای تجربه‌های تمامی افراد و تجربه‌های فرا فردی (خارج از حیطه شخصی) از التهاب‌های اجتماعی است، در این وضعیت، افراد احساس می‌کنند که در معرض اتفاق هولناکی قرار دارند و ممکن است پیامدهای ویرانگر جبران‌ناپذیر و

برگشت‌ناپذیری بر پیکره کلی جامعه به جای بگذارند و این اتفاق هولناک نه‌تنها موقعیت امروز، بلکه می‌تواند آینده نزدیک و دور جامعه را نیز به خطر اندازد و ممکن است که منجر به نابودی هستی افراد برای همیشه شود. در واقع، آنان تلاش می‌کردند، مسئولیت‌های اجتماعی و اخلاقی هر فردی در ایام پاندمی را بازتعریف کنند؛ و نشان دهند برای مبارزه با این ویروس باید هر فرد در مقام انسانی سهم خودش را ایفا کند تا هم به طور فردی و هم جمعی بتوانند با این بحران مبارزه کنند. در حقیقت، متخصصان سعی کردند، درک جدیدی از روابط انسانی را در ایام پاندمی به مردم عرضه کنند که با در خانه ماندن، به خرید نرفتن، به دیدار آشنایان و بزرگان نرفتن (عدم استفاده از الگوهای روابط پیشین)، می‌توان هم خود و هم جامعه را در سلامت نگه داشت؛ اما از آنجا که مردم نیاز دارند همدیگر را ببینند و امکان ماندن در تنهایی را ندارند، از این‌رو، از الگوهای روابط و مناسبات اجتماعی پیشین استفاده می‌کردند و در این ایام به خرید می‌رفتند، حتی برای راحتی و آسایش خودشان و نزدیکان خود به خانه پدربزرگ و مادربزرگ می‌رفتند تا در کنار آنان در قرنطینه باشند. در واقع، مردم هنوز راه و شیوه دیگری برای زندگی توأم با سلامت در شرایط بحران را بلد نیستند، زیرا آنان هم از بیماری و هم از تنهایی می‌ترسند.

#### ۵-۴. رسیدگی به امور عقب‌افتاده پژوهشی

زنان عضو هیئت علمی دانشگاه‌ها و پژوهشگاه‌ها بیان کردند، توازن در حوزه پژوهش نیز خلاقانه بوده است. به طوری که آنان موفق به رسیدگی به امور عقب‌افتاده پژوهشی (نگارش مقالات، تحقیق و فیش‌برداری، تکمیل نگارش کتاب ناتمام و تکمیل پروژه‌های ناتمام پژوهشی باقیمانده)، انجام تولیدات علمی و پژوهشی جدید (نگارش مقالات، تحقیق و پژوهش و نگارش کتاب)، تعیین اولویت‌های پژوهشی و دسترسی به منابع ثانویه (دسترسی به اطلاعات، اسناد و آمارهای رسمی) جهت انجام پژوهش در ایام پاندمی شده است. در واقع، این ایام، قرنطینه و خانه‌نشینی شدن زنان عضو هیئت علمی دانشگاه‌ها و پژوهشگاه‌ها، فرصتی را برای آنان در حوزه پژوهش فراهم کرده است.

«وقتی در قرنطینه بودم و به صورت دورکاری کارهایم را در خانه انجام می‌دادم، فرصتی

برایم ایجاد شد تا مقالاتی که در دست داشتم را به اتمام برسانم.» (کد ۷-۱)

## ۵-۱-۵. اختلال در روند انجام وظایف

برخی از زنان مشارکت‌کنندگان مطرح کرده‌اند، قرنطینه خانگی و ماندن در خانه، اختلال در روند انجام وظایف محوله ایجاد می‌کرد. به طوری که آنان به قطع شدن فضای ذهنی در انجام فعالیت‌های آموزشی و پژوهشی اشاره کرده‌اند. از یک سو به دلیل عدم وجود زیرساخت‌های ارتباطی و اطلاعاتی مناسب منجر به قطع اینترنت و اختلال در برگزاری کلاس‌ها، سخنرانی‌ها، نشست‌ها و... می‌شد. از سوی دیگر، قرنطینه شهر در ایام پاندمی منجر به ایجاد اختلال اساسی در زندگی و به تعلیق درآوردن جامعه، تخریب موقعیت‌های انسانی و روابط انسانی، سوءاستفاده‌های گروهی و شخصی (منفعت‌طلبی ناشی از احتکار و گران‌فروشی)، کاهش مناسبات در بین همکاران و تماس و ارتباطات بین انسان‌ها، کاهش مناسبات در حیطه کار، بازار و در بین همسایه‌ها، ایجاد بحران‌های فردی و خانوادگی نظیر تنش‌های روانی و عاطفی (بین زوجین، بین زوجین با فرزندان، بین فرزندان و درگیری بین زوجین).

«من دارای خانه دو اتاق خوابه هستم. یکی برای خودم و همسر و یکی برای فرزندانم، موقعی که کلاس داشتم، نمی‌توانستم تمرکز کنم. چون سروصداهای بچه در اتاق خواب ما می‌پیچید و همش مجبور بودم از آن‌ها بخواهم موقع کلاس سروصدا کمتر کنند، اما آن‌ها می‌گفتند ما جایی برای بازی نداریم و نمی‌توانیم بیرون روییم.» (کد ۵-۱)

## ۵-۲. روایت زندگی خانوادگی در ایام پاندمی

با جایگزینی دور کاری به طور گسترده در ایام بحران کرونا زنان مشارکت‌کننده در این پژوهش تجربه‌های زیسته متفاوتی را در خانه و انجام امور مرتبط با زندگی گذرانده‌اند که در ادامه به بیان این تجربه‌ها پرداخته می‌شود.

## ۵-۲-۱. خانه‌نشینی ناگزیر

بستر زندگی انسان در تهدید و بیروس پاندمی در موقعیتی قرار گرفته بود که اغلب انسان‌ها به این می‌اندیشند که چگونه خودشان را نجات دهند، در حالی که لازمه این کار آن بود که هم به خود و هم به جامعه بیندیشند. از سوی دیگر، شیوع و بیروس پاندمی محتاج زنجیره و ارتباطات انسانی است، همان زنجیره‌ای که در شرایط عادی، جامعه انسانی را می‌سازد؛ اما با ورود و بیروس همه‌گیر به کشور، این زنجیره و ارتباطات انسانی مورد آسیب قرار گرفت. در واقع، تعارضی عمیق میان حیات جامعه که حاصل روابط و مناسبات اجتماعی و تماس‌های بین فردی است با حیات و شیوع این بحران در کشور شکل گرفت که از دیدگاه متخصصان، خود این امر، مشکلاتی را برای

جامعه ایجاد کرد نظیر عدم همراهی مردم در اجرای کمپین «در خانه بمانیم»، زیرا همراهی در اجرای کمپین به معنای قطع زنجیره انسانی است که این مسئله مغایر با ارزش‌ها و هنجارهای فرهنگی جامعه بوده است. هم‌چنین تلاش متخصصان برای مشارکت و همراهی مردم در اجرای کمپین «در خانه بمانیم» به معنای ظهور مسئولیت اجتماعی جدید در جامعه بوده است. این فرهنگ و موقعیت قرنطینه، شهروندان را در انزوا قرار داده بود.

«در ایام همه‌گیری ویروس و قرنطینه، برنامه‌هایی از طریق تلویزیون و اینترنت پخش می‌شد و مردم را تشویق می‌کردند که پروتکل‌های بهداشتی را رعایت کنند و در خانه بمانند، ما نیز در خانواده این مسئله را پذیرفته و در خانه مانده بودیم.» (کد ۱۱-۱)

### ۵-۲-۲. قرنطینه و تجربه تنها زیستن

قرنطینه در تجربه زیسته زنان عضو هیئت علمی دانشگاه‌ها و پژوهشگاه‌ها در توازن بین زندگی حرفه‌ای و خانوادگی در زمان کرونا نقش داشته است. با توجه به نتایج مستخرج از مصاحبه‌های مشارکت‌کنندگان، قرنطینه بودن به معنای، محروم بودن از هرگونه گردهمایی (اعم از خانوادگی، محله‌ای و...)، ایجاد موقعیت تعلیق (در زندگی روزمره، در انجام مناسک و آیین‌ها)، تأمل درباره شیوه تازه‌ای از زندگی در بحران (ایجاد شیوه جدید در راهبردها، عادتواره‌ها، الگوها، هنجارها، باورها و ایجاد دانش جدیدی در ذهنیت، زبان، نظام معنایی فرد)، توجه به حس مشترک ملی و جهانی، نبود انفصال همه‌جانبه از یکدیگر در قرنطینه بودن از لحاظ جسمانی، ارتباط با دیگران از طریق فضای مجازی (گفتگو وسیع با همه شهروندان جهان) و تلفن و موبایل، خلوت‌گزینی، بازآفرینی خانه و خانواده (ایجاد شکل تازه‌ای از ارتباط با خانواده، ارزیابی، تحلیل و بازشناسی با دقت و نگاه جدید به خانه و تمام متعلقات آن و خانه محیط زندگی فرد) و وقت آزاد و اوقات فراغت زیاد بوده است.

«در واقع تنهایی ناشی از قرنطینه ملی، به معنای آن بود که در این موقعیت، همه باید در تنهایی جمعی بیندیشیم؛ یعنی تنها من نیستم که تنها هستم، بلکه همه مردم در کشور و جهان تنها هستند و در قرنطینه به سر می‌برند، این اندیشه کمک می‌کرد تا تاب‌آوری ما در شرایط بحرانی افزایش یابد.» (کد ۱۲-۱)

از سوی دیگر، در فرهنگ قرنطینه فرد این فرصت را دارد که کمتر به خرید بپردازد، کمتر جا و مکان خود را در بازار تعریف کند و افراد این فرصت را کسب می‌کنند تا در مورد نیازهای وجودی خود تأمل و بازاندیشی نمایند. در واقع، موقعیت قرنطینه، یک فرصت عرفانی برای فرد فراهم می‌کند تا معرفت تازه‌ای در مورد خود، دیگران و جهان به دست آورد.

## ۵-۲-۳. رویداد تروماتیک شده

رویدادها به طور ذاتی تروماتیک نیستند، بلکه جامعه در موقعیتی معین آنها را با واسطه‌ای اجتماعی (روشنفکران، هنرمندان، روزنامه‌نگاران از طریق رسانه‌ها، شبکه‌های اجتماعی و مطبوعات) به تروما تبدیل می‌کند. در حقیقت، این گروه‌ها و ابزارها می‌توانند رویداد معین و مشخصی هم چون بیماری را بازنمایی کنند که افراد احساس کنند در معرض نابودی هستند. هم‌چنین «رویداد تروماتیک شده» باید احساس ویران شدن و خطر پایدار را در افراد جامعه تثبیت کند و با پذیرش همگانی همراه شود. به طوری که در ایام بحران و بیروس، در جامعه، به شیوه‌های متفاوت نسبت به این و بیروس و شیوع آن ملتهد شده بود و جمله‌هایی از قبیل، چه خبر؟ به نظرت چه خواهد شد؟ چه کار باید کرد؟ که حکایت از ناامیدی و ترس دارد و در میان شهروندان رواج پیدا کرده است و هر جا و هر کس این جمله‌ها را تکرار می‌کردند. در وضعیت حساس و انباشته از فشار، هر حادثه و رویداد تلخ که ابعاد فراگیر و عمومی داشته باشد، می‌تواند هم چون نشانه یا نمادی از همه بحران‌ها و چالش‌های موجود، عمیق‌ترین لایه‌های احساسی شهروندان را متأثر کند. در واقع، و بیروس و شیوع آن در جامعه ذهن و ضمیر جمعی جامعه ایران و زنان را به شدت ملتهد ساخته بود.

درواقع همه‌گیری کرونا تغییرات بی‌سابقه‌ای به وجود آورد و جنبه‌های زیادی از «وجود» انسان‌ها را مشوش کرد. به باور ژیزک «جهانی که می‌شناختیم، چرخش خود را متوقف کرد. بحران‌های عظیم اقتصادی و اجتماعی و خانوادگی در انتظار ما است» بحران پاندمی موجب ناآرامی‌های گسترده در خانواده‌ها، تغییرات بی‌سابقه ناگزیر و ناگهانی در سبک زندگی، کار و تعاملات اجتماعی شد و افزایش فاصله اجتماعی، روابط انسانی را به شدت تحت تأثیر قرار داد. ماندن طولانی‌مدت در خانه و در جامعه‌ای با سبک زندگی مردسالارانه، فشار زنان را برای انجام کارهای خانه و اجتماع افزایش داد (ژیزک، ترجمه: گرگین، ۱۳۹۹: ۸۵).

«وقتی با هم در ایام قرنطینه صحبت می‌کردیم از همه می‌پرسیدیم چه خبر؟ فکر می‌کنی تا چند ماه آینده چه اتفاقی می‌افتد می‌توانند و بیروس را کنترل کنند یا نه؟ البته به نظر توانایی کنترل آن را داشتند.» (کد ۱۳-۱)

### ۵-۲-۴. ترومای فرهنگی یا شوک فرهنگی

از آنجایی که در وضعیت بحرانی پاندومی کرونا، زندگی تهدید و طبیعت انسان در معرض نیستی قرار می‌گرفت، لذا نه تنها تغییرات اساسی در تعاملات روزمره انسان‌ها از قبیل دست دادن، بغل کردن، روبوسی کردن و کنش‌های رودررو و متقابل اجتماعی ایجاد شد، بلکه روابط و ارزش‌های کلان فرهنگی در خانواده‌ها نیز دستخوش تغییرات اساسی گردید. به طوری که تغییر در مراسم، مناسک و ارزش‌ها موجب ظهور مفاهیم جدیدی در خانواده و جامعه شد، از جمله انباشت رنج، سوگ ناتمام و سوگواری‌هایی که به صورت معمول برگزار نمی‌شد. به علاوه، در این موقعیت افراد احساس می‌کردند که توانایی تأمین نیازهای ضروری خودشان نظیر امنیت، عشق، ارتباط و برقراری نظم را ندارند. تعطیلی بسیاری از آداب و رسوم فرهنگی در خانواده همچون محرومیت مردم از دیدوبازدیدهای نوروز باستانی، که سابقه‌ای به بلندای تاریخ ایران زمین دارد، همچنین برگزاری آنلاین عروسی‌ها و عزاداری‌ها و نظایر آن نشانگر تأثیرات عمیق فرهنگی □ اجتماعی بحران کرونا در ایران است. در واقع، می‌توان بیان کرد، این ضربه فرهنگی یا شوک فرهنگی، امری طبیعی نیست بلکه بر ساخته اجتماعی است.

۲۰۰

«مادر و خواهرم را بر اثر ابتلا به ویروس و فقدان واکسن در اوایل این بحران، از دست دادم و نتوانستم در مراسم خاک‌سپاری آنها شرکت کنم. به دلیل اینکه، خودم روی تخت بیمارستان بستری شده بودم؛ و این سوگ تا وقتی زنده‌ام با من همراه خواهد بود.» (کد ۱۹-۱)

### ۵-۲-۵. بازآفرینی در معنای خانه

در موقعیت قرنطینه، بازآفرینی در معنای خانه و خانواده رخ داد و در آن شکل تازه‌ای از تعامل و ارتباط با اعضای خانواده اتفاق افتاد. به عبارتی، محدودیت در خانه، این فرصت را داده است تا خانه و تمام متعلقات آن با دقت و دیدگاه تازه‌ای مورد ارزیابی، تحلیل و بازشناسی قرار گیرد. به علاوه، مشارکت‌کنندگان به تجربه خود در همنشینی روزهای متوالی با اعضای خانواده اشاره کرده‌اند. به طوری که اعضای خانواده به یکدیگر توجه بیشتری کردند و با کمک یکدیگر نیازهای انسانی، اخلاقی و وجودی خود را تحقق بخشیدند. آنان با مراقبت از یکدیگر و توجه ویژه به یکدیگر، فضای مهربانی بین اعضای خانواده را فراهم کردند. همچنین در موقعیت قرنطینه، خانه دیگر فقط استراحتگاه نبود، بلکه تمام محیط زندگی فرد را تشکیل می‌داد و در این شرایط به قابلیت‌های زندگی در خانه نظیر مطالعه کردن، نوشتن، برگزاری کلاس‌های مجازی، گفتگوهای جذاب فکری و عملی بین افراد و با خود بودن، هم‌زمان با دیگران اندیشیده و توجه می‌شدند.

همه‌گیری ویروس و خانه‌نشینی افراد سبب افزایش گفتگو، تعامل و مدارا در خانواده‌ها شده بود.

«وقتی در قرنطینه خانگی بودم و به صورت دورکاری در خانه کارهایم را انجام می‌دادم فقط یک نفر از ما در خانه دچار بیماری نشد. دیگر افراد خانواده نیز درگیر می‌شدند جالب این بود که در آن موقع فقط افراد خانواده سعی می‌کردند از هم مراقبت کنند و به هم برسند.» (کد ۱۷-۱)

#### ۵-۲-۶. تغییر شکل اوقات فراغت در خانه و فراغت آشفته مادران

یکی دیگر از تجارب زندگی زنان عضو هیئت علمی در ایام همه‌گیری ویروس، مسئله اوقات فراغت و تغییر شکل اوقات فراغت در خانه بوده است. البته شیوه گذراندن اوقات فراغت در خانواده قبل از شیوع بیماری دست‌خوش تغییر شده بود و افراد زمان بیشتر را برای فراغت در اختیار داشتند، طوری می‌توان به تماشای فیلم، مطالعه کتاب، شبکه‌های اجتماعی (به اشتراک‌گذاری پیام‌های نوشتاری و صوتی، فیلم و تصاویر و گپ و گفتگوهای اینترنتی) اشاره کرد، اما در این ایام شکل اوقات فراغت تغییر کرد و اوقات فراغت کاذب جایگزین اوقات فراغت واقعی (مهمانی در رستوران‌ها، رفتن به گردشگاه‌ها نظیر پارک‌ها، رفتن به سینماها، سفر رفتن) شد، زیرا مراکز فرهنگی و تفریحی تعطیل گردید و همه باید در محیط و فضا خانه در قرنطینه قرار می‌گرفتند. از این‌رو، سبک جدیدی در شیوه گذراندن اوقات فراغت مطرح شد. به طوری که فضای گذراندن اوقات فراغت فقط «در خانه» تغییر یافت. سهم تفریحات مجازی از قبیل تولید محتوا و فعالیت در شبکه‌های مجازی نسبت به قبل از بیماری افزایش یافت. حتی برخی از زنان اعضای هیئت علمی معتقد بودند، فضای خانگی از سوی فرزندان و اعضای خانواده به فضای آفرینش‌های فکری و خلاقانه تبدیل شده بود. به علاوه، برخی از زنان عضو هیئت علمی به اختلال در گذراندن اوقات فراغت مادران نیز اشاره کرده‌اند. به طوری که مطرح کردند، محیط و فضای خانگی، فراغت آشفته برای مادران و یا نبود فراغت شخصی برای مادران را ایجاد کرده بود.

«در ایامی که مجبور به دورکاری بودم؛ یکی از مهم‌ترین دغدغه‌هایم سرگرم کردن دو فرزند ۷ ساله و ۹ ساله‌ام در منزل بود. از خلاقیت در انجام بازی‌های متفاوت با آنها تا مشارکت دادن آنها در پخت انواع نان، شیرینی و غذا بود. زمان استراحت آنها، تازه شروع فعالیت‌های شغلی من بود.» (کد ۱۶-۱)

## ۵-۲-۷. انباشت رنج ناشی از نگرانی سلامت اعضای خانواده

احساس فرسودگی ناشی از نگرانی سلامت اعضای خانواده، انتظار آمدن فردای بدون من، کاهش امنیت روانی و زندگی و فشار روانی و جسمی بر زنان در خانه و افزایش استرس‌های شغلی و خانوادگی شده است. برهم خوردن نظم شغلی و فشارهای عصبی ناشی از آن، احساس جدانشدگی از جامعه، ایزوله شدن و دوری از اجتماع، بروز مشکلات عاطفی و خانوادگی، کاهش انگیزه و تحرک بدنی، گله‌مندی اعضای خانواده از یکدیگر، تجربه بی‌معنا شدن زندگی و ایجاد ناامیدی و افسردگی اشاره کرده‌اند.

«در زمان پاندمی و شیوع آن در جامعه و ابتلای افراد به این بیماری و میزان مرگ و میر بالا، من را نسبت به آینده ناامید کرده بود و به شدت احساس می‌کردم فردایی باشد که من نباشم و چه کسی فرزندان من را نگه خواهد داشت.» (کد ۱۵-۱)

## بحث و نتیجه‌گیری

پژوهشگران و کنشگرانی که به موضوع مصالحه و تعادل میان کار و زندگی زنان پرداخته‌اند، در پژوهش‌هایشان نشان داده‌اند که چگونه این مسئله در فهم پیشرفت حرفه‌ای و زندگی آنان بسیار مهم بوده است. چرا که زنان شاغل در جامعه ایرانی، همواره با مجموعه‌ای مملو از گسست‌های متنوع و بعضاً متضاد و شکاف‌های جنسی تا شکاف‌های ساختار قدرت و مسئولیت همراه بوده‌اند. بحران شیوع و ویروس نشان از انباشت و درهم‌آمیختگی شکاف‌ها و مسئولیت‌های درون و بیرون از خانه برای زنان شاغل و همچنین مشکلاتی در توازن و تعادل میان کار و زندگی به دنبال داشت. یافته‌ها مبین آن است که در ایام پاندمی و قرنطینه خانگی، برای زنان عضو هیئت علمی فرصتی برای مدیریت زمان در رابطه با انجام وظایف کاری و خانه فراهم گردید. به طوری که انعطاف در شرایط محیطی در خانه و زمان برای کار ایجاد و زنان توانایی ایجاد تعادل بین کار و زندگی را کسب کردند که این امر فرصتی را برای آنان در حوزه پژوهش فراهم کرده است. افزون بر این در موقعیت قرنطینه، بازآفرینی در معنای خانه و خانواده رخ داد و در آن شکل تازه‌ای از تعامل و ارتباط با اعضای خانواده اتفاق افتاد. به عبارتی، محدودیت در خانه، این فرصت را داده است تا خانه و تمام متعلقات آن با دقت و دیدگاه تازه‌ای مورد ارزیابی، تحلیل و بازشناسی قرار گیرد. این یافته‌ها با نتایج پژوهش خامه‌چی و همکاران (۱۳۹۹) در زمینه توازن کار - زندگی؛ هاشمیان و همکاران (۱۳۹۹) در خصوص خودکارآمدی، تلقی از تعادل کار - زندگی، الگوی نقش، و عباسی و جیریایی‌شراهی (۱۴۰۲) در زمینه تاکید بر تعادل کار - زندگی هم راستاست.

پذیرش مسئولیت‌های سنگین فضای علمی بیرون از خانه و مدیریت چندجانبه فضای درون خانه که با همراهی و مشارکت قدرتمند این زنان اتفاق می‌افتد به عنوان یکی دیگر از نتایج مهم این پژوهش، می‌تواند مصداقی از خویشتن‌داری و نقاط قوت و توانایی فردی آنان در پایداری و عمل به ارزش‌ها و فضیلت‌ها و استفاده از دانش روز دانست. شیوه زندگی برای هر کس، در هر شرایطی به‌ویژه برای زنان، در مواجهه با چالش‌ها و احساس تنش و تنیدگی وجودی مشخص می‌شود. هر قدر این تنش و «مسئله‌مندی» دشوارتر باشد، نیروی تغییر دهنده‌ی نگاه انسان به زندگی عمیق‌تر خواهد بود. این فرصت پیش‌آمده، منجر شده بود تا زنان دانشگاهی و پژوهشی مهارت و دانش خود را در زمینه‌های مختلف به فرزندان‌شان هم منتقل کنند. گویا فضای خانه برای اعضای خانواده یک کارگروهی محسوب شده تا زنان بتوانند به‌خوبی از طریق ارتباطات مؤثر و کمک به توسعه آن به مدیریت صحیح بپردازند. در این بین آنچه نباید از دیده پنهان بماند، فرصتی است که این زنان کارآمد با استفاده از ابزارها و منابع موجود آگاهی‌بخش برای توسعه و بهبود اهداف شغلی و خانوادگی خود بکار گرفته‌اند؛ و تلاش کردند روح حرکت و پویایی را به خانواده منتقل کنند به طوری که می‌توان پیامد چنین تلاشی از سوی زنان را به نوعی هم‌جهت کردن و هم‌سو شدن ذهنیت اعضای خانواده با یکدیگر و در راستای هم‌فهمی اجتماعی ملاحظه نمود.

۲۰۳

دورکاری در ایام قرنطینه به معنای، محو شدن مرز بین خود شاغل و خود خانه‌دار، تداخل کاری شغل زن و مرد در خانه، از بین رفتن مرز میان کار حرفه‌ای و مسئولیت‌های خانه و صرفه‌جویی در زمان و انرژی بود. بستر زندگی انسان در تهدید و ویروس کرونا در موقعیتی قرار گرفته بود که اغلب انسان‌ها به این می‌اندیشند که چگونه خودشان را نجات دهند، در حالی که لازمه این کار آن بود که هم به خود و هم به جامعه بیندیشند. لذا در این بینش زنجیره و ارتباطات انسانی مورد آسیب قرار گرفته و آنان محروم از هرگونه حضور در جمع بودند. از سوی دیگر نقش مستمر خانه‌داری، بی‌حصولگی در انجام مسئولیت‌ها، نگرانی و اضطراب از ارائه به موقع کارها، افزایش فشار روانی ناشی از حجم زیاد نقش‌ها، برهم خوردن نظم شغلی و فشارهای عصبی ناشی از آن، احساس جدادگی از جامعه، ایزوله شدن و دوری از اجتماع، بروز مشکلات عاطفی و خانوادگی، کاهش انگیزه و تحرک بدنی، گله‌مندی اعضای خانواده از یکدیگر، تجربه بی‌معنا شدن زندگی و ایجاد ناامیدی و افسردگی بعضاً از جمله مشکلاتی بوده که این دسته از زنان جامعه را در ایام قرنطینه درگیر کرده است. به عبارتی آنان، «خانه‌نشینی ناگزیر» را پذیرا شده‌اند. در این حضور شاهد افزایش مناقشات در خانواده و همچنین، اضطراب چرخشی در ذهن، جسم و روان و اضطراب چندلایه در بین اعضای خانواده و افراد جامعه بوده‌ایم. در اضطراب چندلایه، فرد هم نگران امنیت

جانی خود (لایه اول) و هم نگران از امنیت جانی عزیزانشان (لایه دوم) و هم نگران از اینکه ناقل بی علامت و نشان باشد و باعث ابتلای شخص دیگری شود (لایه سوم) شده است. در این شرایط خانه‌نشینی نیازمند خلاقیت‌های فردی و پذیرش مسئولیت دشوار بازاندیشی در معنای خانه و تلاش برای توسعه عملکردهای خانه است. که این یافته‌ها با نتایج پژوهش فلاحتی و محبوبی شریعت پناهی (۱۴۰۰)؛ میرحسینی (۱۴۰۰) هم سواست.

### منابع

- ◀ ادیب حاج باقری، محسن، پرویزی، سور، و صلصالی، مهوش (۱۳۹۵). روش‌های تحقیق کیفی، تهران: نشر بشری.
- ◀ آروین، محمود، و زیاری، کرامت‌الله (۱۳۹۹). «سنجش میزان آسیب‌پذیری اجتماعی و بهره‌گیری از رویکرد تاب‌آوری اجتماعی در برابر مخاطره (زلزله) (نمونه موردی: منطقه ۲ شهرداری تهران)»، فصلنامه علمی پژوهشی امداد و نجات، ۱۰(۱۴): ۳۷.
- ◀ بهنام، جمشید (۱۳۸۳). ایرانیان و اندیشه تجدد. تهران: نشر و پژوهش فرزانه روز. چاپ دوم.
- ◀ حلواچی، حامد، و خیراندیش، مهدی (۱۳۹۹). فراتحلیل پیشایندها و پیامدهای توازن کار-زندگی، فصلنامه مطالعات مدیریت بهبود و تحول، ۲۹(۹۷).
- ◀ خامه‌چی، حامد، خیراندیش، مهدی، حسن‌پور، اکبر، و وکیلی، یوسف (۱۳۹۹). فراتحلیلی از سوابق و پیامدهای تعادل کار و زندگی. مطالعات مدیریت در توسعه و تکامل، ۲۹(۹۷).
- ◀ دباغی، حمیده (۱۳۹۰). زنان دانشگاهی و تعارض کار و زندگی، فصلنامه زن در توسعه و سیاست، دوره ۱۹، شماره ۲.
- ◀ ذاکری نصرآبادی، زهرا، زهرا، و عبداللهی، عظیم‌السادات (۱۴۰۱). واکاوی تجربه زیسته شهرنشینان از مواجهه با اپیدمی کرونا در زندگی روزمره (مطالعه موردی: شهر اصفهان)، پژوهش‌های راهبردی مسائل اجتماعی ایران، ۱۱(۳۷): ۲.
- ◀ رازقی نصرآباد، حجه‌بی‌بی (۱۴۰۱). زمینه‌های تعارض میان نقش‌های شغلی و خانوادگی و راهبردهای مقابله‌ای با آن: مورد مطالعه زنان شاغل در شهرداری شهر تهران، فصلنامه زن در توسعه و سیاست، ۲۰(۱).
- ◀ ژیک، اسلاوی (۱۳۹۹). پاندمی کرونا دنیا را تکان می‌دهد: فلسفه روانکاوی سیاست، ترجمه: نوید گرگین، تهران: نشر شب‌خیز.
- ◀ شجاع‌نوری، فروغ‌الصباح، خادمی، فاطمه، و سادات‌سدیدپور، سمانه (۱۳۹۴). تحلیل اثرات دورکاری زنان شاغل و متأهل بر تعادل کار-زندگی. مطالعات اجتماعی روانشناختی زنان، ۱۳(۱۳): ۳.
- ◀ طیبی‌نیا، مهری (۱۳۹۹). روایتی از نقش زنان در مهار بحران کرونا، خبرگزاری جمهوری اسلامی.
- ◀ عباسی، رسول، و جیریایی‌شراهی، فاطمه (۱۴۰۲). تجربه زیسته دورکاری کارکنان دولتی متأهل

در دوره همه‌گیری ویروس کرونا با تأکید بر تعادل کار-زندگی، فصلنامه خانواده‌پژوهی، ۱۹(۷۳).  
 ◀ فلاحتی، لیلا، و محبوبی شریعت‌پناهی، نسیم‌السادات (۱۴۰۰). مطالعه تطبیقی فشار نقش‌های چندگانه ناشی از کرونا بر زنان در خانواده با تأکید بر نظریه اخلاق مراقبت، فصلنامه مطالعات اجتماعی، ۱۵(۳).

◀ کوتریل، پاملا، وسوجکسون، کل لدریای (۱۳۹۵). چالش‌ها و مباحث زنان در آموزش عالی، ترجمه محمد صفار، کرم حبیب پورگنابی، تهران: انتشارات پژوهشکده مطالعات فرهنگی و اجتماعی.  
 ◀ میرحسینی، زهرا (۱۴۰۰). مطالعه کیفی مسائل و چالش‌های زندگی در همه‌گیری کووید ۱۹، فصلنامه مسائل اجتماعی ایران، ۱.

◀ طیبی‌نیا، حسین (۱۳۹۹). مجموعه جستارهای جامعه ایرانی و بحران کرونا (۱): جستارهایی در ابعاد فرهنگی و اجتماعی بحران ویروس کرونا در ایران، موسسه مطالعات فرهنگی و اجتماعی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری.

◀ هاشمیان، سید مجتبی، فربرز، رحیم‌نیا، پورسلیمی، مجتبی، و فراحی، محمد مهدی (۱۳۹۹). شناسایی عوامل تعدیل‌گر ارتباط سنگین باری نقش و رفتارهای بازآفرینی آفرینی تعادل کار-زندگی بین اعضای هیئت علمی دانشگاه، فصلنامه مدیریت سازمان‌های دولتی، ۸(۴). ۳۲.

◀ سایت خبرگزاری جمهوری اسلامی، ۱۴۰۳. <https://www.irna.ir/news>.

► Alexander, J. (2004) "Toward a Theory of Cultural Trauma", in Eyerman, Ron, Cultural Truma and Collective Identity. Berkeley, CA: University of California press, pp1-30.

► Becker, B.E, Huselid, M.A. & Ulrich, D. (2001). The HR Scorecard: Linking people, Strategy and Performance. Boston, MA: Harvard Business School Press.

► Casper, w. J, Vaziri, Wanyne, J, H. Dehauw, S. and Greenhaus, J. (2018), The jingle-jangle of worke- nonworke balance: A comprehensive and meta-analytic review of its meaning and measurement, journal of Applied Psychology, 103(2), 214-182.

► Crocker, J. (2002A). Contingencies of self-worth: Implications for self-regulation and psychological vulnerability. Self and Identity, 1.

► D cerateau, Michel (1997), the practice of every day life. University of California press.

► Guba, E. G. & Lincoln, Y. S. (1982). Epistemological and methodological bases of naturalistic inquiry. ECTJ, 30(4), 233-252.

- ▶ Power, K. (2020). The Covid-19 pandemic has increased the care burden of women and families. *Sustainability: Science, Practice and Policy*, 16(1), 67–73.
- ▶ Pozzan, E. & Cattaneo, U. (2021). *Women Health Workers: Working Relentlessly in Hospitals and at Home*. Geneva: International Labour Organisation. [https://www.ilo.org/global/about-the-ilo/newsroom/news/WCMS\\_741060/lang-en/index.htm](https://www.ilo.org/global/about-the-ilo/newsroom/news/WCMS_741060/lang-en/index.htm) [Google Scholar]
- ▶ Vasumathi, A. (2018). Work Life balance of woman employees: a literature review, *international journal of service and operation management*, 29(1), 146-100.
- ▶ Uddin, M. (2021). Addressing work-life balance challenges of working women during COVID-19 in Bangladesh. *International Social Science Journal*, 71(239-240), 7–20.