شیکردنەوەیەکی تیۆریی بۆ ناکۆکی هاوسەری لە ڕوانگەی کۆمەڵناسییەوە

مروان مظهر جافر[١]، نجاة محمد فرج[٢]

[١] بەشی زانستە کۆمەڵایەتیەکان، کۆلێژی پەروەردەی بنەڕەت، زانکۆی هەڵەبجە، شاری هەڵەبجە، هەرێمی کوردستان، عێراق

[٢] بەشی کۆمەڵناسی، کۆلێژی زانستە مرۆڤایەتیەکان، زانکۆی سلێمانی، شاری سلێمانی، هەرێمی کوردستان، عێراق

Corresponding author's e-mail: Marwan.jafr@uoh.edu.iq

پوختەی توێژینەوە:

یەکێک لە ئەرکە سەرەکییەکانی ژیانی هاوسەری، بەدەستهێنانی دڵنیایی و سەقامگیریی دەروونییە، ئەمەش کاتێک بەدی دێت کە هەردوو هاوسەر لە بەرەنگاربوونەوەی کێشەکانی ژیان و پڕکردنەوەی پێداویستییەکانیان پاڵپشتی یەکتر بن؛ پاشان، لەنێو پەیوەندییەکانیاندا خۆگونجاندنی هاوسەریی وەک زەمینەیەک بۆ گەیشتن بە ئامانجەکانی ژیانیان ڕەنگ بداتەوە؛ بە پێچەوانەوە، لە کاتی نەگونجاندا هەستێکی نەرێنی لە نێو هاوسەراندا بەرامبەر بە یەکتر سەر هەڵدەدات، لەوانەیە ڕەفتار و هەڵسوکەوتی دژبەیەک ئەنجام بدەن و بە پێچەوانەی حەز و ئارەزووی یەکترەوە کار بکەن. دواجار، ناکۆکی نێوان هاوسەران سەر هەڵدەدات و هێندەی دیکە کێشەکان ئاڵۆزتر دەبن تا گەیشتن بە ئاستی دەمەقاڵێ و تووڕەبوون و هەڵچوون و بەکارهێنانی توندوتیژیی (دەروونی، جەستەیی، زارەکی). لەم دۆخە نەخوازراوەدا بیرکردنەوەی ژیرانە و توانای پەیوەندیی تەندروست لە کار دەکەوێت، پەرچەکرداری تووڕەیی دەرگای بەردەم گفتوگۆ و لێکتێگەیشتن دادەخات. هەرچەندە ناکۆکیی نێوان هاوسەران بابەتێکی سرووشتی و حەتمیە (بەڵگەنەویستە)، تەنانەت مۆرکی ژیانی خێزانیشە، بەڵام ئەگەر هاوسەران توانای بەڕێوەبردن و ڕێکخستنیان نەبێت، ئەوا ئایندەی خێزان بە ئاقارێکی مەترسیداردا دەبات تا ڕادەی گەیشتن بە جیابوونەوە، کە تێیدا خودی هاوسەران و منداڵەکانیش دەبنە قوربانیی دەستی ناکۆکی.

وشە کلیلییەکان: (ناکۆکی، ناکۆکی هاوسەری، ناکۆکی تێکدەرانە).

الملخص:

إنّ من أهم الوظائف الأساسية للحياة الزوجية هی تحقيق الامان والاستقرار النفسی للزوجين، وهذا انّما يتحصل عندما يكون الزوجان داعمين لبعضهما في مواجهة عقبات الحياة ومشاكلها، وتلبية احتياجاتها. ومن ثمّ الوصول الى هدفهما في الحياة المشتركة من خلال تكيفهما مع البيئة المحيطة والعلاقة بينها. وبالعكس في حالة عدم التوافق ووجود االتناقض، تظهر انطباعات سلبية من كل منهما تجاه الآخر، مع إمكانية حصول ممارسات وتصرفات مسيئة ومخالفة لرغبة الآخر. و مع مرور الوقت، تتحول الحياة الزوجية الى مجموعة من السلوكيات السلبية مثل الانفعال و الخلاف والنزاع. وقد تتصل الى استعمال العنف(النفسي، والقولي والجسدي). في هذه الحالة الصعبة، يتوقف التفكير السليم والقدرة على التواصل بصورة صحيحة، والرد الغضوب حتماً سيغلق أبواب الحوار والتفاهم. مع إن حدوث الخلافات بين الزوجين أمر طبيعی و حتمي، بل هي من علامات الحياة الزوجية ومميزاتها، لكن إن كان الزوجان لا يستطيعان ادارة وتنظيم حياتهما، فإن مستقبل الأسرة سوف ينحدر الى هاوية خطيرة وتتصل الى الفراق بين الزوجين، وسيكونان مع أطفالهما ضحايا الصراعات والمشاكل الاسري

الكلمات المفتاحيه: (الخلافات، الخلافات الزوجية، الخلافات الهدامة).

گۆڤاری زانکۆی هەڵەبجە:گۆڤارێکی زانستی ئەکادیمیە زانکۆی هەڵەبجە دەری دەکات	
DOI Link	http://doi.org/10.32410/huj-10471
ڕێککەوتەکان	ڕێکەوتی وەرگرتن: ٢٠٢٢/١٠/٥ | ڕێککەوتی پەسەندکردن: ٢٠٢٢/١١/٢٤ | ڕێککەوتی بڵاوکردنەوە: ٢٠٢٣/٦/٣٠
ئیمەیلی توێژەر	Marwan.jafr@uoh.edu.iq
مافی چاپ و بڵاوکردنەوە	©٢٠٢٣م.ی. مروان مظهر جافر، پ. د. نجاة محمد فرج، گەیشتن بەم توێژینەوەیە کراوەیە لەژێر ڕەزامەندی CCBY-NC_ND 4.0

Summary:

One of the main tasks of marriage life is to achieve security and psyche stability, and this will happen when both of spouses support each other in confronting the problems of life and supporting in filling their needs. Then, in their relationships, the harmony of marriage will be reflected for achieving their life goals. On the contrary, when they are incompatible, a negative feeling arises among spouses towards each other, perhaps they will act against each other and acting contrary to each other's desires and wishes. Eventually, conflicts between spouses arise and the problems become more complex to reach the level of argument, anger, quarrel and use of violence (psychologically, physically, and orally). In this undesirable situation, wise thinking and the ability to communicate healthily will be disabled, and the bad reaction of anger closes the door of dialogue and understanding. Although, the conflict between spouses is a natural and inevitable issue, even it is the mark of family life, but if spouses are unable to manage and organize it, it will lead the future of the family to a dangerous point till arriving the point of divorce. In which, spouses and children themselves are the victims of this conflict.

Keywords: (Dispute. Marital Dispute. Destructive dispute)

پێشەکی:

پێکهێنانی ژیانی هاوسەریی یەکێکە لە پرۆسە گرنگەکانی ژیانی مرۆڤ، کە تا ڕادەیەکی زۆر ویست و بڕیاری هەر دوو ڕەگەزی بۆ دەستپێکردن بە قۆناغێکی نوێ لە ژیانی هاوبەش لەسەرە، ئەمە لە کاتێکدایە لە ڕووی سروشتی پێکهاتەی (جەستەیی، دەروونی، بیرکردنەوە) ەوە، جیاوازییەکی ئاشکرا لە نێوانیاندا بە دی دەکرێت، لە لایەکی دیکەوە ژینگەی پەروەردەکردن و پێگەیاندنی کۆمەڵایەتی تاکەکانیش جیاوازە، هەموو ئەم فاکتەرانە کاریگەری لەسەر ئاراستەی (ڕەفتار و هەڵسوکەوت، تێڕوانین و بیرکردنەوەی) هەر دوو لا جێدەهێڵێت، ئەمەش هۆکارە بۆ ئەوەی پێشبینیکردن بۆ ژیانێکی خاڵی لە ناکۆکی و کێشە لە چوارچێوەی پەیوەندییە هاوسەریەکاندا بە دروستی نەیەتە دی، ئەوەی لەسەر هەر دوو لا پێویستە، ڕازیبوونە بە بەشێکی زۆری ئەو واقیعە وەک خۆی لە ڕێگەی خۆگونجاندنەوە، بەڵام هەندێک لە هاوسەران کاتێک ناتوانن ئەو دۆخە قبووڵ بکەن و پێیان وا بوو بەرامبەر دەبێت وەک ئەم بیر بکاتەوە و ڕەفتار بکات، یاخود هەوڵ بدات بیخاتە ژێر ڕکێفی خۆیەوە، ئیدی ناکۆکییەکان سەر هەڵ دەدەن و دووبارە دەبنەوە و ژیانیان دەکەوێتە بەر مەترسی هەڵوەشاندنەوە.

بەشی یەکەم: ڕەگەزە سەرەکییەکانی توێژینەوەکە:-

باسی یەکەم: (کێشە، گرنگی، ئامانجی) توێژینەوەکە و ناساندنی ووشە کلیلیەکان.

یەکەم: کێشەی توێژینەوەکە: لە ئەگەری سەرهەڵدانی ناکۆکی لە لایەن هاوسەرانەوە چەندین شێوازی پەرچەکردار پیادە دەکرێت، لەوانەش (دەنگ بەرزکردنەوە، تووڕەبوون، نواندنی توندوتیژی بە هەموو جۆرەکانییەوە) کە لەوانەیە ببێتە هۆی زیادبوون و کەڵەکەبوونی کێشە و گرفتەکانی نێوانیان، هەندێک جار ناکۆکییەکی سادە و بچووک بە کێشەیەکی گەورە کۆتایی دێت، تەنانەت لەوانەیە بگاتە حاڵەتی جیابوونەش، هەر بۆیە کێشەی توێژینەوەکەمان بەم پرسیارە دەست پێ دەکات. گرنگترین هۆکارەکانی سەرهەڵدانی ناکۆکیە هاوسەریەکان کامانەن؟

دووەم: گرنگی توێژینەوەکە: ئەم توێژینەوەیە بە پشتبەستن بە کۆمەڵێک سەرچاوە و توێژینەوەی زانستی لە بوونیادنانی بناغەیەکی پڕ لە زانیاری ئەکادیمی لە بواری ناکۆکی نێوان هاوسەراندا بەشداری دەکات، هەروەها تیشک دەخاتە سەر بابەتێکی زیندووی ڕۆژانە لە پەیوەندییەکانی نێوان هاوسەران، ئەویش بوونی ناکۆکیە وەک بارێکی سروشتی، کە بەردەوام لە کات و شوێن و دۆخی دیاریکراودا ڕوو دەدات، هەندێک کات هێندە دووبارە دەبێتەوە، هاوسەران تا لێواری دادگا و جیابوونەوەش دەبات، دەرەنجامەکانیش بۆ ئەم وەزارەت و لایەنانە سوودبەخش دەبێت (وەزارەتی کار و کاروباری کۆمەڵایەتی، وەزارەتی داد بە تایبەت دادگاکان، ئەو ڕێکخراوانەی لە بواری خێزاندا کار دەکەن، بە تایبەت سەنتەرەکانی ڕاوێژکاری و چارەسەری کێشە خێزانییەکان، بەڕێوەبەرایەتی بەرەنگاربوونەوەی توندوتیژی دژی ئافرەتان و خێزان... هتد).

سێهەم: ئامانجی توێژینەوەکە:

١_ خستنەڕووی چەمکی ناکۆکی هاوسەریی و جۆرەکانی.

٢_ دەستنیشانکردنی ئاست و قۆناغەکانی ناکۆکیە هاوسەرییەکان.

٣_ دیاریکردنی هۆکارە سەرەکییەکانی سەرهەڵدانی ناکۆکیە هاوسەرییەکان.

چوارەم: ناساندنی ووشە کلیلیەکان:-

١_ ناکۆکی (dispute): لە ڕوانگەی کۆمەڵناسییەوە بریتییە لە جۆرێک لە نەگونجان و ناتەبایی نێوان دوو تاک، لەسەر بابەتێکی دیاریکراو، یاخود دژایەتیکردنی یەکتر لەسەر کۆمەڵێک بەرژەوەندی تایبەت، کە جۆرێک لە بیرکردنەوەی جیاواز دروست دەکات، سەرهەڵدانی ناکۆکی بۆ ئەو ساتە دەگەڕێتەوە، کە تاک لە نیوان ئامانج و حەز و ئارەزووەکانی خۆی و بەرامبەردا یەکیان هەڵببژێرێت، بە گشتی لە زۆر بواری ژیانی تاکدا بەرجەستە دەبێت بە تایبەت لە بواری (پیشە، هاوسەری، خێزان) (رسولی و فلاحت، ٢٠١٤، ص ٣). هەروەها لە پێناسەیەکی دیکەدا ناکۆکی بەو جۆرە خراوەتە ڕوو، کە بریتییە لە بوونی بۆچوونی جیاواز لە نێوان دوو لایەندا، کە ڕۆڵێکی سەرەکی هەیە لە سەرکەوتن و شکستی پەیوەندییەکانی نێوانیان، کاتێک سەرچاوە مادیی و مرۆییەکانیان لە نێوانیاندا دابەش کرابن و لایەنێک زیاتر وەربگرێت، یان دەستتێوەردان لە کاروباری ژیانی یەکتردا بکرێت، ئیدی زەمینەی سەرهەڵدانی ناکۆکی فراوان دەبێت "(سوزان،٢٠٢٠،ص١٢٢,١٢١).

لەم توێژینەوەیەدا ناکۆکی بەو جۆرە پێناسە دەکرێت، کە بریتییە لە بوونی هەر جۆرە (جیاوازی، ململانێ، نەگونجان)ێک لە نێوان هاوسەران، بە مەرجێک ڕەنگدانەوەی لەسەر کاروباری ژیانیان هەبێت، بە ڕادەیەک بگاتە ئەو ئاستەی لە لایەن خودی هاوسەرانەوە جۆرێک لە ڕەفتاری هەڵچوونی یان پەرچەکردار بنوێنرێت و کاریگەری لەسەر پەیوەندی هاوسەرییەکان دروست بکات

٢_ ناکۆکی هاوسەری (Marital dispute): ئاماژەیە بە بوونی (کێشە، ڕێکنەکەوتن، ململانێ) لە نێوان هاوسەراندا لەسەر کاروبارەکانی پەیوەست بە ژیانی ڕۆژانەیان. کە لە چەندین شێوازی جیاوازدا بەرجەستە دەبێت، وەک ناکۆکی لەسەر پەروەردەکردنی منداڵ، چوونەدەرەوە، سەردانکردنی خزم، پەیوەندی سێکسی، تەکنۆلۆژیا....هتد. هەموو ئەمانە کاریگەری لەسەر دروستبوون و قەبارەی ناکۆکییەکانی نێوان هاوسەران بە جێ دەهێڵن، هەندێک جاریش ناکۆکیەکە هێندە بەهێزە دەگاتە دۆخی جێهێشتنی ماڵ لە لایەن یەکێک لە هاوسەرەکانەوە (بە تایبەت ژن). دواجاریش بە گەڕانەوە و ڕێکەوتن یان جیابوونەوە کۆتایی بە ناکۆکییەکە دێت" (ابوزعیزع ،٢٠١٥،ص١٤٤). .لە پێناسەیەکی دیکە بەو جۆرە خراوەتە ڕوو " شێوازێکە لە ڕێکنەکەوتنی بەردەوامی نێوان هاوسەران، لەسەر بابەتەکانی پەیوەست بە ژیانیانەوە، لانی کەم لە لایەن یەکێک لە هاوسەرەکانەوە هەستی پێ دەکرێت و ئاشکرا دەبێت، بە چارەسەرنەکردن و بەردەوامبوونی جۆرێک لە ململانێ و ئاژاوە لە خێزاندا سەر هەڵدەدات، و کاریگەری لەسەر پەیوەندییە هاوسەریەکان دروست دەکات، لەوانەیە هاوسەران بە ئاسانی نەتوانن جڵەوی کێشەکان بگرنەوە دەست و بکەونەوە سەر ڕێچکەی ئاسایی ژیانیان (Mousavi.2015.p112). لەم توێژینەوەیەدا مەبەستمان لە ناکۆکی

هاوسەری نەگونجان و ڕێکنەکەوتن نێوان هاوسەرانە لەسەر پرس گەلێکی تایبەت بە ژیانی هاوبەشیان، جیاوازی تێڕوانینان بۆ پەیوەندییە هاوسەرییەکان و خێزانداری لەڕووی (دەروونی، کۆمەڵایەتی، ئابووری، بیرکردنەوە..هتد) بە جۆرێک هەتاوەکوو فەزای ناکۆکییەکان زیاتر بێت ژیانی هاوسەران ڕووبەڕووی قەیرانی قووڵتر دەبێتەوە، بە چارەسەر نەکردنیشی ئایندەی ژیانی خێزانیان بەرەو جیابوونەوەی سۆزداری (Emotional Divorce) یان جیابوونەوەی هەمیشەیی هەنگاو دەنێت.

٣_ ناکۆکی تێکدەرانە: (Destructive dispute): بریتیە لە هەر جۆرە ململانێیەکی نێوان هاوسەران، کە ڕەفتاری دوژمنایەتی و تۆڵەسەندنەوە و پەرچەکرداری نەرێنی لێبکەوێتەوە و هیچ ستراتیژییەکی چارەسەرکردن لەگەڵیدا جێبەجێ نەکرێت، لەم جۆرە ناکۆکیەدا گونجانی هاوسەران لە نزمترین ئاستدایە و پەیوەندیەکانیش ئاڵۆزی بەخۆیەوە دەبینێت، دۆخێکی نەخوازراو ڕووبەڕووی خێزان دەبێتەوە، ئەگەر چارەسەر نەکرێت ئایندەی ژیانی هاوبەش بەرەو جیابوونەوە هەنگاو دەنێت (أل رشود، ٢٠٢٠، ص٢٦). مەبەستمان لە ناکۆکی تێکدرانە لەم توێژینەوەیەدا هەموو ئەو ناکۆکیانەی نێوان هاوسەرانە، کە پەرچەکرداری نەرێنی وەك (تووڕەبوون، دەستدرێژی، ووشەی نەشیاو، سوکایەتی پێکردن، هەڕەشە......هتد) لێبکەوێتەوە و پەیوەندیە هاوسەرییەکان و بوونیادی خێزان بخاتە نێو قۆناغێکی مەترسیدارەوە.

باسی دووەم: جۆر و ئاستەکانی ناکۆکیە هاوسەرییەکان:

ناکۆکی هاوسەری بابەتێکی حەتمی و سرووشت یە و بە پێی قۆناغە جیاوازەکانی ژیان ڕووبەڕووی هاوسەران دەبێتەوە، بۆ سەرهەڵدان و ئەزموون کردنی لە ژیانی هاوبەشدا چەندین فاکتەری خودی و بابەتی هەیە، ئەگەر چی زۆربەی کات ناکۆکی بە هۆی ڕووداوێکی بچووک یان سادەوە ڕوو دەدات، بەڵام بە خێرایی کاریگەری لەسەر واقیعی ژیان بە جێ دەهێڵێت، ئەوەی کە بڕیار لە سەر ئاراستەکردنی ناکۆکییەکان دەدات بریتییە لە جۆر و ئاست و قۆناغەکانی ناکۆکی، کە پێویستە هاوسەران بە هۆشیارییەوە مامەڵەی لەگەڵدا بکەن و لە کاتی بوونی ناکۆکیدا ڕاستەوخۆ هەڵسەنگاندن بۆ دۆخی پەیوەندییەکان بکەن و هەوڵ بدەن بە شێوەی لێک تی گەشتن و خۆگونجاندن بەسەر ناکۆکییەکاندا زاڵ بن پێش ئەوەی بگاتە قۆناغی دواتر، بەو پێیەی هەتا ئاستی قۆناغەکانی ناکۆکی بەرزتر بێت پەرچەکردارەکان توندتر و ململانێکان ئاڵۆزتر دەبن بەمەش کاریگەری نەرێنی لەسەر لایەنی دەروونی و کۆمەڵایەتی ئەندامانی خێزان زیاتر دەبێت، بە گشتی دەتوانین ناکۆکیە هاوسەرییەکان بەسەر دوو جۆری سەرەکیدا پۆلێن بکەین:

یەکەم: ناکۆکی بوونیادی (بنیاتنەر): (Constructive dispute) ئەم جۆرە ناکۆکیە لە سرووشتی پەیوەندییە هاوسەریەکاندایە و بۆ بەردەوامبوونی پەیوەندییەکان گرنگی تایبەتی هەیە، زیاتر پەیوەستە بە کاروباری ژیانی ڕۆژانەی هاوسەرانەوە، کە تێدا هەر دوو لایەن بە ڕاشکاوانە بۆچوونەکانیان لەسەر بابەتەکان دە خەنەڕوو و ڕێز لە جیاوازی بۆچوونی یەکتر دەگرن، یەکێک لە خسڵەتە دیارەکانی ئەم جۆرە بوونی گفتوگۆ و ئاڵوگۆڕکردنی بیروڕایە لە نێوان هاوسەراندا لە کاتی سەرهەڵدانی ناکۆکیەک، ئەمەش گرنگە بۆ بەردەوامبوون و مانەوەی پەیوەندییەکان لە چوارچێوەی هاوکاری و ڕەخنەگرتنی بوونیادی، ئاراستەی پەرچەکردار لەم جۆرە ناکۆکیەدا پێشبینیکراوە و لە کات و شوێن و سنوورێکی دیاریکراودایە، هەر ئەمەش وادەکات بە سوودبەخش و ئەرێنی لە قەڵەم بدرێت بۆ وەرگرتنی ئەزموون و توانای ڕووبەڕووبوونەوەی کێشەکان و فراوانبوونی مەودای خۆگونجاندن (ابوسعد و الختاتنە،٢٠١٤، ص١٥٧-١٥٨).

ناکۆکی بوونیادی (بنیاتنان) بە چەند نیشانەیەك دەناسرێتەوە گرنگترینیان لە چەند خاڵێکدا دەخەینەڕوو:

١_ نیشانەی ڕاستگۆیی: (Honesty indicator) دەربڕینی هەست وسۆز و بۆچوون بە شێوەیەکی ئاشکرا و ڕاستگۆیانە، تەنانەت ئەگەر نەرێنیش بوو، پاشان قەبووڵکردنی جیاوازی بۆچوون بە بێ ڕوودانی پەرچەکرداری نەرێنی و سەرهەڵدانی کێشەیەکی ئاڵۆز.

٢_ نیشانەی پشتگوێخستن: (ignore indicator) چاوپۆشی هاوسەرانە لە دەربڕینی هەندێك هەڵوێست و قەبوڵکردنی ڕەخنەو قوربانیدانە بە هەندێك داواکاری لە پێناو پارستنی خێزان، ئاڵۆزنەکردنی ساتی ڕودانی ناکۆکی و پشتگوێخستنی بابەتی لاوەکی، کە خزمەت بە

(HUJ) P-ISSN: 2412-9607, e-ISSN: 2617-3360

ئاساییکردنەوەی دۆخی ناکۆکی دەکات (جابر و حفيظي، ٢٠١٨، ص١٠٤).

٣_ نیشانەی ئەرێنی: (positive indicator) هەوڵدانی هەردوولا بۆ دەستنیشانکردنی هۆکارەکانی ناکۆکی نیوانیان، زانینی خاڵە جیاوازو ئەو بابەتانەی زیاتر جێگەی مشتوومڕو گفتوگۆن، دەستپێشخەری دوو لایەنە بۆ گەڕان بە شوێن ڕیشەی ناکۆکیەکە و هەوڵدان بۆ دۆزینەوەی چارەسەرێکی گونجاو.

٤_ نیشانەی بابەتی: (objectivity indicator) سەیرکردنی ناکۆکی وەك بابەتێکی گرنگی نێوان هاوسەران و هەڵگرتنی بەرپرسیاریەتی هەر جۆرە رەفتارێك، کە لە دۆخێکی دیاریکراودا دەینوێنن. هەروەها قەبووڵکردنی رەخنە لەسەر ئەو بابەتە و ئامادەگی وەرگرتنی ڕێنمایی لە پێناو گەشتن بە چارەسەر.

٥_ نیشانەی گرنگیپێدان: (Interest indicator) گرنگیدانی هەردوولا بە چارەسەرکردنی ناکۆکییەکان پێش ئەوەی دۆخێکی نەخواز درووست بێت. هەڵگرتنی بەرپرسیاریەتی ڕوودانی ناکۆکیەکە.

٦_ نیشانەی هەڵسەنگاندن: (Evaluation indicator) بەخۆداچوونەوەی هاوسەرانە بۆ ئەو رەفتار و هەڵسوکەوتەی نواندوویانە لە کاتی بوونی ناکۆکییدا، هەڵسەنگاندن بۆ کۆی پرۆسەکە و دیاریکردنی خاڵە لاوازە دوای کۆتاییهاتنی ناکۆکیەکانیان و دووبارە گرنگیدان بە هەست وسۆزی یەکتری.

٧_ نیشانەی بەهێزکردن: (calendar indicator) یەکێکە لە نیشانەکانی ناکۆکی بوونیادی دەرخستنی ئاستی توانای هەردوو لایەنە لە چارەسەرکردنی ناکۆکیەکانی ژیاندا، بەهێزکردن وهاندانە بۆ قەبولکردنی کێشەکان، هەروەها ئەو هەڵچوون و پەرچەکردارنەش، کە لە چوارچێوی ناکۆکیەکاندا ڕوودەدەن بە ئاسایی وەربگیرێت وتوانای ڕوبەڕووبونەوەی ڕوداو و پێشهاتە نەخوازراوکانی ژیانی هاوبەشیان هەبێت (مرسي، ١٩٩٥، ص ٢٣٧-٢٣٨)

دووەم: ناکۆکی تێکدەرانە: (Destructive dispute) جۆری دووەمی ناکۆکی نێوان هاوسەرانە، زۆرترین بەرکەوتە و کێشەکان لەم جۆرەدا کۆدەبێتەوە، بەجۆرێك پەیوەندیە هاوسەرییەکان بۆ هەندێك بابەتی نەرێنی لەوانەش(مشتومڕ، دەمەقاڵێ، ململانێ، تۆڵەکردنەوە، تۆمەتبارکردن..هتد) سەردەکێشێت لەم شێوازە ناکۆکیەدا هاوسەران کەمتر پەنا بۆ ڕێکەوتن و گفتوگۆ دەبەن و خۆگونجاندن لە ئاستێکی نزمدایە، ئەمەش بواری سۆز و خۆشەویستی نێوان هاوسەران بەرەو لاوازی دەبات و هەموو بەربەستەکانی بەردەم چارەسەری ناکۆکیەکان بە داخراویی دەمێننەوە، دواجار دوور نیە بە جیابوونەوە کۆتایی بەو پەیوەندیە بهێنرێت، کە پێشتر بەو پەڕی توانا هەوڵییان بۆ دابوو تاوەکو بوونیادی بنێنن (شريفى، ٢٠٢١، ص٩٨).

لە گرنگترین نیشانە سەرەکیەکانی ئەم شێوازە لە ناکۆکی دەتوانین جەخت لەسەر چەند خاڵێك بکەینەوە :-

١_ نیشانەی دوژمنایەتی : (Hostility indicator) سەرهەڵدانی جۆریك لە ململانێ و دوژمنایەتیکردنی یەکتر بە شێوەی ڕاستەوخۆ یان ناڕاستەوخۆ، هەندێکجار سەردەکێشێت بۆ هێرشکردنە سەر بەرامبەر و تاوانبارکردنی یەکتر، یاخود سەپاندنی بیرووبۆچوونەکان بە زۆرەملێ بەسەر لایەنی بەرامبەردا.

٢_ نیشانەی زیادەڕۆیی: (Exaggeration indicator): مامەڵەکردنە لەگەڵ ناکۆکیدا بە جۆرێك زیاد لە ئاستی خۆی ئاڵۆز بکرێت و قەبارەی ناکۆکی ئەگەر بچووکیش بێت بە جۆرێك گەورە دەکرێت کە کۆنترۆڵکردنەوەی ئەستەم بێت، تەنانەت تاڕادەی گەڕان بە شوێن خاڵی لاوازی یەکتری، بە مەبەستی لەکەدارکردنی پێگەی بەرامبەر، کە زیاتر لە دەربڕینی زارەکی و ئازاردانی دەروونیدا هەستپێدەکرێت.

٣_ نیشانەی ڕووبەڕووبوونەوە: (Confrontation indicator): سەرهەڵدانی مشتومڕ و دەمەقاڵێ بەردەوام بە ڕادەی بێزاربوونی ئەندامان لە ژینگەی نێو خێزان، هەردوو هاوسەر لە ململانێدان و یەکتر تۆمەتبار دەکەن بەوەی کە ئەرکی هاوسەری بە باشی پراکتیزە ناکەن ومافەکان وەك پێویست نادرێت، دواجار بە ڕوودانی توندوتیژی دۆخەکە بەرەو تەقینە دەڕوات و هەرەشەی جێهێشتنی خێزان و جیابوونەوە لەیەکتر دەکرێت. (ابو اسعد و الختاتنه، ٢٠١٤، ص١٥٨-١٥٩).

دەتوانین بڵێین جۆری یەکەمی ناکۆکی هاوسەری تاڕادەیەك سرووشتی و ئاساییە، زیاتر بۆ هۆکاری جیاوازی رەگەزی و پێگەیاندنی کۆمەڵایەتی و سرووشتی هاوسەران دەگەڕێتەوە، جیاوازی بۆچوونیانە لەسەر کۆی ڕووداو و پێشهاتەکانی ژیانیان و تێڕوانینیانە بۆ پرۆسەی هاوسەری و خێزانداری و بوارەکانی دیکەی ژیانیان، زۆرێك لە هاوسەران ڕۆژانە لەبەردەم ئەم جۆرە ناکۆکیەدا دەکەونە دۆخی بیرکردنەوەی و بۆچوونی جیاواز، بەڵام کاریگەری نەرێنی لەسەر پەیوەندیە هاوسەرییەکان بەجێناهێڵێت. بەڵام هەندێکجار بە هۆکاری جیاواز جۆری دووەم لە ناکۆکی سەرهەڵدەدات، کە ناکۆکی تێکدەرانیە، ئەم جۆرە جێگەی هەڵوێستە لەسەرکردنە و پێویستی بە خۆگونجاندن و لێکتێگەشتنی زیاتری هاوسەرانە بۆ ئەوەی دۆخەکە لە سنووری ئاسایی خۆی تێپەڕ نەکات، بەردەوامبوون و تەشەنەکردنی ئەم جۆرەی ناکۆکی لە بەرژەوەندی هاوسەران نیە و دۆخێکی ئاڵۆز سەرهەڵدەدات و لێکەوتەی نەرێنی لەسەر پەیوەندیە هاوسەرییەکان بەجێدەهێڵێت.

ناکۆکی هاوسەری تەنها باسکردن و خستنەرووی ئەو بابەتانە نیە، کە هۆکارن بۆ سەرهەڵدانی ناکۆکی نێوان دوو لایەن، بەڵکو لەوە گرنگتر (کات و توندی) ناکۆکیە (Duration and intensity of disputes). ئەمەش بە پێی سرووشتی هاوسەران دەگۆڕێت، واتە چ کاتێك ناکۆکی سەرهەڵدەدات و ماوەکەی چەندێك دەخایەنێت، هەروەها ڕادەی توندی ناکۆکیەکەش کاریگەری لەسەر ئاست و ئاراستەی هەنگاونان بۆ قۆناغی داهاتووی ژیانی هاوسەران دەبێت، بە لەبەرچاوگرتنی ئەم دوو فاکتەرە دەتوانین ناکۆکیە هاوسەریەکان بۆ چوار ئاستی سەرەکی دابەش بکەین (جی گەرن و دیگران، ٢٠١٧، ص١٩)

ئاستی یەکەم: لەم قۆناغەدا ناکۆکی هاوسەران لە ئاستێکی سەرەتایدایە، بەواتایەکی دیکە سادە و ساکارن (Minor Marital Disputes) و لە بەرامبەردا خۆگونجاندنی نێوانیان لە لووتکەدایە، پەیوەندیە هاوسەرییەکان لە کەشێکی ئاساییدان، ئەم ئاستە لە ناکۆکی زیاتر لە قۆناغی یەکەمی ژیانی هاوسەراندا هەستی پێدەکرێت، هەردوولا زیاتر هەوڵی خۆگونجاندن دەدەن، پێش ئەوەی بگاتە حاڵەتی ناکۆکی چارەسەری جیاوازیەکانیان دەکەن، لە گرنگترین سیماکانی ئەم قۆناغە (رەخنەگرتن و پەرچەکرداری سنووردار، هاوسەنگی رەفتار، پەیوەندی کۆمەلایەتی) ئاسایی لە چوارچێوەی خێزان و کۆمەڵگە (جی ار و دیگران، ٢٠١٧، ص١٨٨). لە رووی کاتەوە ئەم جۆرە لە ناکۆکی کورتخایەنە و پەیوەستە بەکاروباری ڕۆژانەوە، لە رووی توندیەوە ئەگەر پەرچەکرداری تورەبوون و دەنگ بەرزکردنەوەش رووبدات ناگاتە دۆخی تەقینەوە، پەیوندی هاوسەران (ڕق و کینە، تۆڵەسەندنەوە، رەخنەی روخێنەر، سوکایەتیپێکردن) لە خۆناگرێت، لێکەوتەی دەروونی و کۆمەڵایەتی بەجێناهێڵێت. بە گشتی لە ئاستی یەکەمدا قەیرانەکان بەڕادەیەك کۆنترۆڵکراون و زیاتر ناکۆکیەکان بوونیادین (القضاة، ٢٠٢١، ص١٠).

ئاستی دووەم: پەیوەندیە هاوسەریەکان لەم ئاستەدا تاڕادەیەك دەکەونە بەر مەترسیەوە، بە هۆی توندی و بەردەوامبوونی ناکۆکیەکانەوە، بە ڕادەی گەشتن بە نواندنی هەندێك شێوازی پەرچەکرداری وەك: (دەنگ بەرزکردنەوە، ناو وناتۆرەلێنان، سوکایەتیپێکردن، تۆمەتبارکردن) لە لایەن هاوسەرانەوە، لە رووی کاتەوە ئەم ئاستەی ناکۆکی کەمتر لە شەش مانگ دەخایەنێت، هەندێکجار ناکۆکیەکە ئاشکرا دەبێت و دۆخێکی نەخوازراو دێتە کایەوە، کە تێدا هاوسەران هەست بە ساردبوونەوەی لایەنی سۆزداری، مشتومڕی زۆر، نەمانی ئاسایش، زۆری فشاری دەروونی دەکەن، شێوازی ناکۆکی لەم ئاستەدا تاڕادەیەك بەردەوام و کراوەیە، هەرچەندە ناکۆکی توند ڕوودەدات، بەڵام کەناڵەکانی پەیوەندی نێوان هاوسەران کراوەیەو ئارەزووی لێکتێگەشتن و چارەسەری ناکۆکیەکانیان هەیە، بە گشتی هەردوو لایەن کارەکانی ژیانیان پێکەوە ئەنجام دەدەن و ناکۆکیەکی مامناوەندیە (Intermediate Marital Disputes) (زینو، ٢٠١٧، ص ٥٤٩).

ئاستی سێهەم: لەم ئاستەدا پەیوەندیە هاوسەرییەکان دووچاری گۆڕانێکی نەرێنی دەبنەوە بە هۆی کەڵەکەبوونی ناکۆکی نێوان هاوسەران و نەبوونی توانای چارەسەرکردن، لە رووی کاتەوە زیاتر لە شەش مانگ دەخایەنێت، بە جۆرێك ئیدی هاوسەران هەستدەکەن ناکۆکی بووەتە هاوبەشێکی بەردوام لە ژیانیاندا، لە رووی توندی و بەهێزیەوە دۆخەکە دەگاتە لێواری توندوتیژی بە جۆرێك لە نێوان هاوسەراندا چەندین شێوازی پەرچەکرداری نەرێنی پەیرەو دەکرێت لەوانەش: (هاوارکردن و دەنگ بەرزکردنەوەی بەهێز، زیادبوونی رەخنەگرتن لە یەکتر، شەڕو ئاژاوە، سوکایەتیپێکردن، توندوتیژی ..هتد)(علیمردانی و دیگران، ٢٠١١، ص١٤٣-١٤٤). بوونی ئەم جۆرە لە پەرچەکردارنەش

ڕاستەوخۆ چەندین لێکەوتەی دەروونی و کۆمەڵایەتی بەشوێن خۆیدا دەهێنێت، لەوانەش: (گۆڕانی هەست و سۆز، فشاری دەروونی، درووستبوونی کەلێن لە پەیوەندی خۆشەویستی، لە دەستدانی توانای پەیوەندی و هاوسەنگ ڕاگرتنی بوارەکانی ژیان). (صبیحة، ٢٠١٣، ص ٩)

ئاستی چوارەم: لەم قۆناغەدا ناکۆکیەکان لە بەرزترین ئاستدان و پەیوەندیەکانیش لە خراپترین دۆخدان، بە جۆرێك ڕێگاکانی بەردەم خۆگونجاندن و پێکەوەژیان و چارەسەر تارادەیەك داخراون و ئومێدێکی ئەوتۆ نەماوە، کە هاوسەران بتوانن ئایندەی ژیان و بەردەوامبوونی پەیوەندیان لەسەر هەڵبچنن، ناکۆکیەکان زۆر توندن (Severe Marital Disputes) و گەشتووتە ترۆپك و چاوەڕێ ڕوداوی نەخوازراو دەکرێت، هیچ لایەنێك ئامادەی خۆگونجاندن نیە و بەرامبەر بە ڕوودانی دۆخەکە یەکتر تاوانبار دەکەن، هەربۆیە پەرچەکردارەکانی نێوانیان توونده (مرسي، ٢٠٠٨، ص ٥٧) بە جۆرێك لە نیوان هاوسەراندا (توندوتیژی جەستەیی و دەروونی، هەوڵدان بۆ تۆڵەسەندنەوە، سوکایەتیکردن، توورەبوون) هەستپێدەکرێت، دواجار کۆمەڵێك لێکەوتە لەسەر هەردوو هاوسەر جێدەهێڵێت لە باوترینیان(بڵاوبوونەوەی ناکۆکی، تێکچوونی پەیوەندی هاوسەری وخێزانی، هەستکردنی منداڵ بە ناکۆکی) لە کۆتایشدا هەردوولا ڕێکەوتن ڕەتدەکەنەوە، چونکە پێیانوایە هیچ ڕێگە چارەسەرێك نەماوە بۆ دەستکردنەوە بە ژیانی هاوبەش و هەموو پێشبینیەکان بە ئاراستەی جیابوونەوە دەڕوات (جابر و حفیظی، ٢٠١٨، ص١٠٣).

دەتوانین بڵێن بە پێی ئەو چوار ئاستە بێت ناکۆکی بابەتێکی گشتگیرو هەمەلایەنەیە، هاوسەران ڕۆژانە بە پێی بارودۆخ و پێشهاتەکانی ژیانیان ئەزموونی دەکەن، ئەو پێوەرەی ئاستی ناکۆکیش دیاریدەکات بریتیە لە (هەڵسوکەوت، جۆری مامەڵەکردن، شێوازەکانی پەرچەکردار) ی هاوسەران لەکاتی ناکۆکیدا، ئەوەی گرنگە داناییە لە بەڕێوەبردنی ناکۆکی و پشتگوێنەخستن وپابەندبوون بە دیالۆگی بوونیادنەرانە، دواجار کەشێکی ئارام و لێکتێگەشتن دێتە کایەوە و زاڵبوون بەسەر کێشەکاندا ئاسان دەبێت، بەڵام ئەگەر ناکۆکیەکان پشتگوێخران و گفتوگۆ ئامادەگی نەبوو، دوور نیە بە تێپەربوونی کات ناکۆکی لە ئاستی یەکەمەوە بەرەو ئاستەکانی دیکە بڕوات، دواجار گریمانەی ڕوودانی پەرچەکرداری نەرێنی دەکرێت، دواتر (بڕیارادانی هەڵە، هەستی تۆڵەسەندنەوە، توندوتیژی، پەشیمانی) سەرهەڵدەدات.

بەشی دووەم: باسی یەکەم: قۆناغ و هۆکارەکانی سەرهەڵدانی ناکۆکی هاوسەریی

یەکەم: قۆناغەکانی ناکۆکی هاوسەریی: Marital disputes stages

ناکۆکی هاوسەریی سرووشتێکی تایبەت بە خۆی هەیە ئەویش ئەوەیە کە لە قۆناغێکی دیاریکراودا چەق نابەستێت، بەڵکو لە خاڵێکەوە دەستپێدەکات و بە پێی تێپەربوونی کات و جۆری ناکۆکیەکە دەگاتە خاڵی کۆتایی، لەم نێوەندەشدا ناکۆکیەکان گۆڕانیان بەسەردێت، لە ئاساییەوە بۆ ئاڵۆز، لە نهێنیەوە بۆ ئاشکرا دەگۆڕێت، ئەمەش وایکردووە کە پسپۆڕانی بواری خێزان و پەیوەندیە هاوسەرییەکان و تەنانەت خوودی هاوسەرانیش بتوانن هەڵسەنگاندن بۆ دۆخی ژیانی واقعی خۆیان بکەن و تارادەیەك پێشبینی ئەوە بکەن، کە داهاتووی ژیانی هاوسەرییان بەرەو چ ئاراستەیەك هەنگاو دەنێت، ئەوەی لێرەدا گرنگە ئاستی هۆشیاری هاوسەرانە لە بەڕێوەبردنی ئەو ناکۆکیانەی، کە ڕۆژانە ڕووبەڕوویان دەبێتەوە.

پۆلینکردنی قۆناغەکانی ناکۆکی هاوسەریی لەلایەن چەندین پسپۆڕ و لێکۆلەرەوەی بوارە جیاوازەکان خراوەتەروو، هەندیکیان ناکۆکیەکان بەسەر حەوت قۆناغدا و هەندێکی دیکە بەسەر سێ قۆناغدا دابەشیدەکەن، بەڵام ئەو شێوازە پۆلبەندیەی، کە زیاتر خزمەت بەم توێژینەوە دەکات و واقعی ناکۆکیەکان لە ڕوانگەیەکی کۆمەڵناسیەوە دەخاتەروو بریتیە لە پۆلبەندیەکەی ویلیام جوود (William Good) کاتێك گەشتە ئەو ڕاستیەی، کە پەیوەندیەکی ڕاستەوخۆ هەیە لە نێوان ناکۆکی هاوسەریی و جیابوونەوە هاوسەران و هەڵوەشاندنەوەی خێزان. هەر بۆیە لەسەر بنەمای ئەم پەیوەندیە هەستا بە پۆلێنێکی شەش قۆناغی بۆ ناکۆکی هاوسەریی (ال شافي، ٢٠٠٦، ص٢٤) کە لێرەدا بە کورتی باسیان دەکەین:

١_ قۆناغی شاراوەیی (متبوون)ی ناكۆكی: (The Latent Stage): دوای ئەوەی ژیانی واقعی نێوان هاوسەران دەستپێكرد و كارلێكی كۆمەڵایەتی زیاتر لە نێوانیاندا رویدا، تێبینی و رەخنەگرتن دروستدەبێت و ئیدی ناكۆكیەكان سەرهەڵدەدەن، هەرچەندە هەردوو لایەن هەوڵدەدەن بە نهێنی بمێنێتەوە، لەگەڵ ئەوەشدا بە شوێن چارەسەردا ناگەڕێن، بەڵكو زۆرجاریش ناكۆكیەكان فەرامۆش دەكەن تا دەگاتە قۆناغی دواتر، قۆناغی شاراوەیی ناكۆكی قۆناغێكی گۆڕاو و نادیارە لە ژیانی هاوسەراندا، بەڵام بە گشتی كورتخایەنە و كاتێكی دیاریكراوی هەیە، بەو پێیەی كە لە ژیانی هاوبەشدا ناكرێت ناكۆكی بە نهێنی بمێنێتەوە، هەرچەندە كەمتر گفتوگۆ لەسەر ناكۆكیەكان دەكرێت و بە شێوەیەكی واقعی مامەڵە لەگەڵ كێشەكاندا ناكرێت، بەڵام بە تێپەڕبوونی كات و گەشتنی دۆخەكە بە لووتكەی تەقینەوە ئیدی ناكۆكیەكان ئاشكرا دەبێت، هاوسەران زۆر جار لەم قۆناغەدا ناكۆكی دەشارنەوە بۆ ئەوەی لای كەسانی دیكە نەبێتە جێگەی سەرنج و قسەلەسەركردن، هەر بۆیە ئامادەش نین لە نیوان خۆیاندا گفتوگۆی لەسەر بكەن و چارەسەری بكەن، جۆرێك لە هەڵهاتن و خۆدزینەوە لە چارەسەری كیشە لەم قۆناغەدا بەدیدەكرێت، هەر ئەمەشە وا دەكات لە نەبوونی گفتوگۆ و بیركردنەوەی واقعی ناكۆكیش قووڵ دەبیتەوە (الصالح، ٢٠١٧، ص٢٤).

٢_ قۆناغی ئاشكرابوون (وروژان)ی ناكۆكی: (Trigger Stage The): قۆناغی دووەمی شێوازی سەرهەڵدانی ناكۆكیەكانە، دوای ئەوەی لە قۆناغی یەكەمدا هەوڵدەدرا ناكۆكیەكان فەرامۆش بكرێن و بە نهێنی بمێنەوە، بەڵام سرووشتی ناكۆكی بەو جۆریە، كە پاش ماوەیەك ئاشكرا دەبێت و دەگاتە دۆخی تەقینەوە، پەیوەندی هاوسەران لەم قۆناغەدا كەمێك ئاڵۆزی بە خۆوە دەبینێت، هەردوولا یەكتر تۆمەتبار دەكەن بە هۆكاری سەرهەڵدانی كێشەكان، هەروەها گلەیی و گازندە لە یەكتر و ڕازینەبوون بەو ژیانەی، كە ئێستا تێیدا دەژین، ئەمەش دەبێتە هۆی ئەوەی هاوسەران لە رووی دەروونی و كۆمەڵایەتیەوە هەست بە نائارامی بكەن و ترسێكی دەروونی (Threat psychological) بەرۆكیان بگرێت، هەروەها پڕنەكردنەوەی پێداویستیەكانی یەكتر لە رووی جەستەیی و كۆمەڵایەتی و دەروونیەوە بە یەكێك لە سیما دیارەكانی ئەم قۆناغە دادەنرێت (القاسم، ٢٠١٨، ص٩).

٣_ قۆناغی بەریەككەوتن و (پێكدادان)ی ناكۆكی: (The clash stage) زۆر جار بە قۆناغی تەقینەوەی ناكۆكی ناودەبرێت، بەرئەنجامی كەڵەكەبوونی هەموو ئەو ناكۆكیانەیە، كە لە نێوان هاوسەراندا بۆ ماوەیەك كپ كرابوون، دواجار بە شێوەیەك لە شێوەكان هەموو ئەو كێشە و گرفتە سەركوتكەرانە دەردەكەون، رەفتارەكانی هاوسەران بە جۆرێكە، كە پەرچەكرداری توندی لیدەكەوێتەوە و هەڵچوونێكی كاتی پێوە دیارە، هەربۆیە لەم قۆناغەدا شێوازی پەرچەكردارەكان تاڕادەیەك نەرێنیە و لە مەودایەكی نزیكدا ترسێكی مادی و مەعنەوی (physical and moral threat) لای هاوسەران بەجێدێڵێت، ئەمەش دەبێتە هۆی بێزاربوون و پڕنەكردنەوەی پێویستیە سۆزداریەكانی یەكتر و بە تێپەڕبوونی كاتیش دور نیە یەكێك لە هاوسەران بڕیارێكی تاكلایەنە بدات (Monocognition) و بۆ پڕكردنەوەی پێویستیە سۆزداریی و سێكسیەكانی پەنا بباتە چوارچێوەی دەرەوەی خێزان، ئەمەش لە رووی كلتوور و داب ونەریت و ئایینەوە ڕێگەپێنەدراوە، ئەوەی كە جێگەی مەترسیە لەم قۆناغەدا هەستكردنی منداڵە بە نائارامی لە خێزاندا بە هۆی بوونی ناكۆكی نێوان هاوسەرانەوە و زۆرجار منداڵەكان دەبنە لایەنگری یەكێكیان و دژی ئەوی دیكە دەوستنەوە، ئەمەش دووبەرەكی نێوانیان زیاتر قوڵ دەكاتەوە و ڕێخۆشكەری بۆ نواندنی پەرچەكردارێكی نەرێنی و تەقینەوەی دۆخی شڵەژاوی نێوان هاوسەران دەكات (ال شافي، ٢٠٠٦، ص٢٥)

٤_ قۆناغی بڵاوبوونەوەی ناكۆكی: (The spread of disputes stage)): بە یەكێك لە قۆناغە مەترسیدارەكانی ناكۆكی نێوان هاوسەران دادەنرێت، بە ساتەوەختی زیادبوون و كەڵەكەبوونی ناكۆكیەكان ناسراوە، لە تایبەتمەندیە سەرەكیەكانی زیادبوونی ناكۆكیە بە جۆرێك دەگاتە قۆناغی بڵاوبوونەوە بە هەموو جومگە و لایەنەكانی ژیانیاندا، چەمكگەڵێكی وەك خۆپەرەستی و تاكگەرایی سەرهەڵدەدات، ململانێ و دوژمنایەتی درووست دەبێت و هەردوولا یەكتر تۆمەتباردەكەن و ئارەزووی تۆڵەسەندنەوەیان دەبێت(حمید و ساجت، ٢٠١٩، ص١٨٢). هەروەها رەفتاری پێچەوانەی یەكدی ئەنجام دەدەن، ئەمە جگە لەوەی هەردوولا خواستی سەپاندنی دەسەڵات و بریاردانیان هەیە و خۆیان بە جۆرێك دەردەخەن بەهێزتر و بە تواناترن لە چاودێری و پەروەردەكردنی منداڵەكاندا، هەوڵدەدەن منداڵەكان لە چنگی یەكتر

دەربهێنن و تاکلایەنە پەروەردەیان بکەن، هەموو ئەم هەڵسوکەوت و رەفتارە ناکۆکانە رێگەخۆشکەرە بۆ سەرهەڵدانی چەندین شێواز لە پەرچەکرداری نەرێنی کە دوور نیە ڕاستەوخۆ لەم قۆناغەدا هاوسەران بڕیاری جیابوونە بدەن یاخود چەندین رەفتار و ڕێگەی دیکە بگرنەبەر، کە ئایندەی ژیانی هاوسەران و خێزانیش بکەوێتە مەترسیەوە (القاسم،٢٠١٨، ص١٠).

٥_ قۆناغی گەڕان بە شوێن لایەنگری (هاوپەیمانی): (Search of Allies Stage): ئەم قۆناغە گوزارشت لە دۆخێك دەكات، کە ناتەبایی و جیاوازی بێرورا و نەگەشتن بە چارەسەری ناکۆکی لە خۆ دەگرێت، دوای ئەوەی ململانێ و ناکۆکیەکان تەشەنەی کردوو و لە هەنگاوی یەکەمدا خودی هاوسەران نەیانتوانی لە چوارچێوەی خێزاندا چارەسەری گونجاو بۆ ناکۆکیەکان بدۆزنەوە و گەشتنە کۆتایی، ئیدی لە هەنگاوی دووەمدا پەنا بۆ لایەنی دەرەکی دەبن بۆ ئەوەی دەستێوەردان لە ناکۆکیەکەدا بکەن و بتوانن چارەسەرێکی بنچینەیی بۆ بدۆزنەوە (محمود،٢٠٠٨،ص١٠٨) لێرەدا هەردوو هاوسەر بە شوێن ئەوەدایە، کە پاڵپشتی و لایەنگری بۆ خۆی بدۆزێتەوە لە لایەن (ماڵی باوان، خزم و کەسووکار، خووشك و برا، هاوڕێ...هتد) بۆ ئەوەی بە کەمترین زیان لە ژێر باری ئەم ناکۆکیە رزگاریان بێت و بگەنە چارەسەرێکی ریشەیی لە کەمکردنەوەی ناکۆکی و دووبارە دەستکردنەوە بە ژیانی ئاسایی و گەڕانەوە بۆ نێوکۆمەڵگە و بەشداریکردن لە چالاکی کۆمەڵایەتی و پڕکردنەوەی پێویستیە دەروونی و سۆزداریەکان خودی هاوسەران و گرنگیدانی زیاتر بە پێگەیاندنی کۆمەڵایەتی منداڵ (حمید و ساجت، ٢٠١٩، ص١٨٢).

٦_ قۆناغی هەڵوەشانەوەی هاوسەریی: (Dissolution of Marriage stage): بە کۆتا قۆناغی ناکۆکی دادەنرێت، دوای ئەوی هاوسەران هەموو رێگاکانی پێشوویان تاقیکردەوە و نەگەشتنە رێکەوتن، دۆخی ژیانیان گۆڕانی ئەرێنی بەخۆوە نەدی و پەیوەندیەکانیان گەشتە خراپترین ئاست، دواجار دەگەنە ئەو ئەنجامەی، کە جیابوونەوە چارەسەرێکی گونجاوە بۆیان، هەربۆیە هاوسەران ئارەزووی سەربەخۆبوون دەکەن و بڕیاری هەڵوەشاندنەوەی گرێبەستی هاوسەرگیری دەدەن و هەردوولا بەرپرسیاریەتی هەموو لێکەوتەکان لە ئەستۆ دەگرن و بە فەرمی رێگەی جیابوونەوە دەگرنەبەر، لەم نێوەندشەدا خێزان هەڵدەوەشێتەوە و (ژن، پیاو، منداڵ) دەکەونە بەردەم قەیرانێکی دەروونی و کۆمەڵایەتیەوە، رەنگە لە داهاتوودا پەی بە لێکەوتەکانی ببرێت، لە ئەگەری رەتکردنەوەی جیابوونەوەش لە لایەن یەکێك لە هاوسەرانەوە پەیوەندیەکان ئاسایی نابنەوە و بەڵکو لە چوارچێوەی خێزانێکی هەڵوەشاوە لەرووی سۆز و خۆشەویستی و رێزەوە بەردوامی بەو ژیانە دەدەن، کە لای هیچ کام لە هاوسەران جێگەی پەسەند نیە، بەڵام بە ناچاری قەبووڵی دەکەن (بحري و قطيشات،٢٠١١،ص٨٠).

دووەم: هۆکارەکانی سەرهەڵدانی ناکۆکیە هاوسەریەکان:

لە ژیانی هاوسەریدا هۆکارگەلێك هەن کاریگەری لەسەر جێگیری ژیانی هاوسەران و سەرکەوتنی خێزان دادەنێن، بە پێچەوانەشەوە چەندین فاکتەریش هەن دەبنە هۆی فراوانبوونی فەزای ناکۆکی لە نێوان هاوسەراندا، هەندێك لە ناکۆکیەکان بەرئەنجامی جیاوازی سروشتی هەر دوو هاوسەرە، بەو پێیەی هەردوو رەگەز خاوەن سروشتی تایبەت بە خۆیانن و لە زۆر ڕوانگەوە جیاوازن جەستەیی بێت یان دەروونی و بایۆلۆجی (ستوبس، ١٩٩٦، ص٣٠). هەندێکی دیکەش بۆ جیاوازی کەسێتی و تایبەتمەندیە کەسیەکان دەگەڕێتەوە، وەك جۆری کەسێتی و جیاوازی بۆچوون لەسەر بابەتێکی پەیوەست بە ژیانی ڕۆژانە، بەرئەنجامی کۆی ئەم جیاوازیانەش ڕوداوگەلێکی بچووك و نەخوازراو سەرهەڵدەدات و بە تێپەربوونی کات بۆ ناکۆکی دەگۆڕێت و بە خێرایی لێکەوتەکانی لەسەر پەیوەندیە هاوسەریی و خێزانیەکان بەجێدەهڵێت (القائمی، بدون سنة طبع، ص ٧٣).

لە بابەتی تێوریدا چەندین پۆلێن و دابەشکاری بۆ هۆکارەکانی سەرهەڵدانی ناکۆکیە هاوسەریەکان کراوە، کۆمەڵناسی ئەمریکی پیتریم سوروکن (pitirim A. Sorokin) (١٨٨٩-١٩٦٨) لە کتێبی (social and cultural dynamics) جەختی لەسەر سێ بواری ژیانی هاوسەری کردووە، کە دەبنە هۆی سەرهەڵدانی ناکۆکی وکاریگەری ڕاستەوخۆی لەسەر پەیوەندیە هاوسەریەکان دەبێت. ئەوانیش:

١_ بواری کۆمەڵایەتی: کە خۆی دەبینێتەوە لە پەیوەندی و کارلێکی نێوان هاوسەران بە خودی خۆیان و جیهانی دەرەوە، زیاتر پەیوەندیە

خێزانی و کۆمەڵایەتیەکان دەگرێتەوە، هەروەها پیشە و شوێنی کار و بەسەربردنی کاتی بەتاڵی و دەستیوەردانی دەرەکی لەم بوارەدا خۆی دەبێنیەوە.

٢_ بواری دەروونی: پەیوەستە بە کەسیەتی مرۆڤەوە، رەفتار و هەڵسوکەوت و ئاستی خۆگونجاندنی هاوسەران دەگرێتەوە لە چوارچێوەی ژیانی هاوبەشدا، ئەمە جگە لەوەی چەمگەلێکی وەك هەڵچوون، بیرکردنەوە، هەست وسۆز و تێرکردنی حەز وئارەزووە سێکسیەکان لە چوارچێوەی ئەم بوارەدا کاریگەری لەسەر ناکۆکیەکان درووستدەکات بە تایبەت ئەگەر خاڵی جیاوازیان زیاتر بێت.

٣_ بواری کلتووری : ئەو بابەتانە دەگرێتەوە، کە زیاتر پەیوەستن بە لایەنی مادی و مەعنەوی ژیانی هاوسەرانەوە، جیاوازی هاوسەران لە رووی ئاینی و دابونەریت، بەها و پێوەرەکانی کۆمەڵگە، زمانی گفتوگۆ، هەروەها پێشکەوتنی تەکنۆلۆجیا و چۆنیەتی سودوەرگرتن لە ئامرازەکانی تەکنۆلۆجیا (ابوزنط، ٢٠١٦، ص٣٣).

هەروەها هەر دوو کۆمەڵناسی بواری پەیوەندییە هاوسەرییەکان کالینز و کلترانس (Kltrans & Collins) لە توێژینەوەیەکدا کە لەساڵی (١٩٩١) ئەنجامیانداوە، سەبارەت بە وەڵامی پرسیاری بۆچی ناکۆکی لە نیوان هاوسەران سەرهەڵدەدات؟ چوار هۆکاری کۆمەڵناسیانەیان بۆ وەڵامی پرسیارەکە دەخەنەرووو، کە ئەمانەن:

١_ مافی موڵکداری رەگەزی: ئەم هۆکارە زیاتر تێڕوانینێکی باوکسالاریە (patriachy) بۆ پەیوەندیە هاوسەرییەکان، بۆچوونەکان بەرەو ئەو ئاراستەیە دەڕۆن، کە پیاو بەرپرسی یەکەمی خێزانە و ئەرکی ئابووری لەسەرشانە، سەرچاوەی هێز و توانایە، لە بەرامبەردا ژن گوێڕایەڵە و رەفتار و هەڵسوکەوتی بە پێی حەزو ئارەزووی پیاوەکەی دەنوێنێت، هەرجۆرە لادان و پێشێلکردنی ماف و جێبەجێنەکردنی ئەرکی هاوسەریەتی ناکۆکی درووستدەکات، هەروەها هەتاوەکو کۆمەڵگە داخراو بێت و دابونەریت بەسەریدا زاڵ بێت ئەم جۆرە بیرکردنەوانە بوونی هەر دەبێت (منصوریان و فخرائی، ٢٠٠٨، ص١١)

٢_ فشاری ئابووری: بە یەکێك لە هۆکارەکانی سەرهەڵدانی ناکۆکی دادەنرێت بە تایبەت لای چینی خوارەوەی کۆمەڵگە، هەتاوەکو فشاری ئابووری لەسەر هاوسەران زیاتر بێت نیشانەکانی سەرهەڵدانی ناکۆکی زیاتر دەبێت، ئەرکی پڕکردنەوەی ئەم پێویستە لە ئەستۆی پیاوە، ئەگەر هاتوو بە هەر بیانویەك لە توانایدا نەبوو ئەم پێویستیە پڕبکاتەوە ئەوا لە لایەن ئەندامانی دیکەی خیزانەوە ڕووبەڕووی رەخنە دەبێتەوە و هەڵچوون و گلەیی و گازندە زیاد دەکات و سەرەتایەکی نەرێنیە بۆ سەرهەڵدانی ناکۆکی.

٣_ گواستنەوەی ناکۆکی لە نێوان نەوەکاندا: زیاتر پەیوەستە بە پرۆسەی پێگەیاندنی کۆمەڵایەتی خێزانەوە، بەشێکی زۆری ئەو منداڵانەی، کە قوربانی دەستی ناکۆکی دایك و باوکن و چەندین جار ڕووبەڕووی توندوتیژی جەستەیی و دەروونی بوونەتەوە و ژینگەیەکی لەباری پەروەدەکردنیان نەبووە، هەروەها بێبەشبوون لە پێدانی هەست وسۆز، کاتێك هاوسەرگیریان ئەنجامدا بێگومان کاریگەری ئەو دۆخە ناهەموارە دەروونیە لەسەر کەسێەتیان دەمێنێت و توانای خۆگونجاندنی دەروونی و کۆمەڵایەتیان لاواز دەبێت و دوور نیە ئەمانیش وەك دایك و باوکیان دواجار ببنە قوربانی دەستی ناکۆکی(عنایت و یعقوبی دوست، ٢٠١٣، ص١٠).

٤_ کۆنترۆڵی کۆمەڵایەتی: ئەم بابەتە زیاتر گرنگی دەدات بە ئامرازەکانی کۆنترۆلی کۆمەڵایەتی خێزان، کە ڕۆڵی هەیە لە سەرهەڵدانی ناکۆکیدا ئەگەر بە شێوازێکی هاوسەنگ ڕێکنەخرێت، بۆ نموونە پەیوەندی هاوسەران لەگەڵ دەورووبەردا، ڕادەی دەستێوەردان لە کاروو باری یەکتر، تەکنۆلۆجیا و ڕێکخستنی پەیوەندیە کۆمەڵایەتیەکان، چوونەدەرەوەی ژنان بۆ ئیشکردن، ئاستی خوێندنی هاوسەران، دەسەڵاتی بڕیاردان لە خێزاندا (عنایت و دیگران، ٢٠١٢، ص٦)

بە شێوەیەکی گشتی ناتوانین بە رەهایی بڵێین کۆی ناکۆکییە هاوسەریەکان لە چەند خاڵیکدا کۆدەکەینەوە، بەڵام بە پشت بەستن بە ئەدەبیاتی پەیوەست بەم بابەتەوە دەشێ ئەو هۆکارانە دیاری بکەین، کە تارادەیەك لە نێوان هاوسەراندا هاوبەشن و کاریگەریان لەسەر رەوتی ژیانی هاوسەران دەبێت. ئێمە لەم توێژینەوەدا بە سوود وەرگرتن لە ئەدەبیاتی پێشوو هۆکارەکانی سەرهەڵدانی ناکۆکیە هاوسەرییەکان بە پێی پۆلێنێکی دیکە دەخەینەڕوو، کە واقعیتر بێت لەگەڵ دۆخی پەیوەندیە هاوسەریەکان لە نێو خێزانی کوردیدا. هەر بۆیە سەرهەڵدانی

(HUJ) P-ISSN: 2412-9607, e-ISSN: 2617-3360

ناكۆكیە هاوسەریەكان بەسەر دوو هۆكاردا دابەشدەكەین:

یەكەم: هۆكاری پێش هاوسەرگیری:

زۆرێك لە تێۆرە كۆمەڵناسی و دەروونناسیەكان بە گرنگیەوە باس لە قۆناغەكانی درووستبوونی كەسێتی تاك دەكەن، هەریەكەو لە ڕوانگەیەكی جیاوازەوە شرۆڤەیان بۆ جۆری كەسێتی و ڕەفتار و هەڵسوكەوتی تاك كردووە، بەشێكی زۆری گۆشەنیگاكان بەو ئاڕاستەیە هەنگاویان ناوە، كە ژینگەی پەروەردە و پێگەیاندنی منداڵ كاریگەری لەسەر داهاتووی دەبێت بە تایبەت بۆ قۆناغی هاوسەرگیری(محمود، ٢٠٠٨، ص١٠٥). هەندێكی دیكەش كەسێتی تاك بە پێنج ساڵی یەكەمی ژیانەوە پەیوەست دەكەن و پێیانوایە ئەو قۆناغە بنەمایەكی سەرەكیە بۆ دیاریكردنی داهاتووی ئەو تاكەی، كە هێندە لە ژێر كاریگەری ئەزموونی پێشوویدایە، ئاسان نیە خۆی دەربازبكات لە كۆت وبەندی ژینگەو ئاریشە دەروونی و كۆمەڵایەتیەكانی ڕابردووی، لەم نێوەنەشدا گۆشەنیگای سایكۆدینامی(psychodynamic Approach) بە گرنگیەوە بایەخ بە قۆناغی یەكەمی ژیانی منداڵی دەدەن، بەشێكی سەرەكی پێكهاتەی كەسێتی و دەروونی مرۆڤ لەوێدا گەشە دەكات و لە نەستیدا دەمێنیتەوە و دواجار ئەم ئەزموونە كاریگەری لەسەر ئاستی خۆگونجاندنی دەبێت، تەنانەت ناكۆكی هاوسەران پەیوەست دەكەنەوە بە قۆناغی پێنج ساڵی یەكەمی ژیانەوە، كەواتە لەم ڕوانگەیەوە خێزان پشكی سەرەكی بەركەوتووە لە پێگەیاندنی كۆمەڵایەتی منداڵ و هەرزەكار (ونوغی، ٢٠١٤، ص١٢٩) كە خۆی دەبینێتەوە لە (مێژووی خێزان، ڕەفتاری دایك وباوك لەگەڵ منداڵ، ئاستی خۆگونجاندن و ناكۆكی نێوانیان، ڕادەی سەقامگیری خێزان، پڕكردنەوە پێویستیە دەروونی و كۆمەڵایەتیەكان و ئەزموونی منداڵی (childhood experiences)، هەستكردن بە ئارامی لە نێو خێزاندا، بوونی ناكۆكی لە نێوان دایك وباوك و ئەو پەرچەكردارانەی، كە پەیرەویان كردووە لەو ساتەدا) (مبیض،٢٠٠٣. ص٥٤-٥٥). هەموو ئەو باروودۆخە دەروونی و كۆمەڵایەتیانە كاریگەری لەسەر تاك دادەنێت تاوەكو چوونە نێو پرۆسەی هاوسەرگیری و بونیادنانی ژیانێكی نوێ لەگەڵ هاوبەشێك، كە خاوەن دوو خێزان و دوو كلتووری جیاوازبوون لە پەروەردەكردندا، هەریەكەیان سەر بە ڕەوتێكی جیاوازی پێگەیاندنن و لە پرۆسەی هاوسەرگیریدا نوێنەرایەتی دوو خێزانی جیاواز دەكەن. دەتوانین گرنگترین فاكتەرەكانی پێش هاوسەرگیری، كە كاریگەری لەسەر ناكۆكی نێوان هاوسەران دەبێت لە چەند خاڵێكدا كورت بكەینەوە:

١_ هەڵبژاردنی هاوسەر: بە یەكێك لە گرنگترین هۆكارەكان دادەنرێت، كە تاڕادەیەك پێشبینی بۆ داهاتووی هاوسەران بكات، هەر جۆرە بڕیاردانێكی هەڵە یاخود تێڕوانینكی نا واقعی و مەرجی ناعەقلانی بۆ هاوسەرگیری داهاتووی پەیوەندیە هاوسەرییەكان دەخاتە بەردەم درووستبوونی ناكۆكیەوە.

٢_ جۆری دەسەڵات و پێشینەی خێزان: بە تایبەت شێوازەكانی دەسەڵاتی پەیرەكراو لە نێو خێزاندا (دیموكراسی، دیكتاتۆری) بوونی ناكۆكی نێوان دایك وباوك، سەقامگیری خێزان، بوونی حاڵەتی شەڕ و ئاژاوە و تۆران و جیابوونەوەی سۆزداری لە خێزاندا (الهنائیة، ٢٠١٣، ص٤٢-٤٣)

٣_ تێڕوانینی تاك بۆ هاوسەرگیری: جۆری بیركردنەوە و ڕادەی هۆشیاری تاك بەرامبەر بەم پرۆسەیە.

٤_ ئامادەگی تاك بۆ پرۆسەی هاوسەرگیری: بە تایبەت لە ڕووی دەروونی و كۆمەڵایەتی و ئابووریەوە (الخولی، ١٩٨٤.ص١٧٨-١٧٩)

هۆكاری دووەم: سەردەمی هاوسەرگیری:

مەبەستمان لەم قۆناغە دەستپێكی ژیانی هاوسەرانە و چوونە نێو ژیانی هاوبەش، ئیدی پەیوەندیەكان دەستپێدەكات و كارلێكی نێوانیان زیاتر دەبێت و بە چەندین هەوراز و نشێودا تێپەڕدەكەن تا گەشتن بە كەناری ئارامی و جێگری خێزان، لەم قۆناغەدا هۆكارگەلێك سەرهەڵدەدەن كە جێگەی تێبینی و ناكۆكی نێوان هاوسەرانە، بەگشتی بەسەر دوو هۆكاردا دابەشی دەكەین:

یەکەم: هۆکارە خودی و کەسیەکان: (personal and subjective factors):

ئەم هۆکارە پەیوستە بەو بابەتانەی، کە لە ژیانی رۆژانەدا هاوسەران بەرکەوتەیان لەگەڵی دەبێت و لە بەرئەنجامی جۆرێك لیکتێنەگشتنەوە درووستدەبن، بە واتایەکی دیکە خودی هاوسەران بەرپرسن لە سەرهەڵدانی ئەم جۆرە ناکۆکیانەدا بەو پێیەی زیاتر پەیوەستە بە ژیان وهەڵسوکەوت و بریارڕدان وئەرك و مافەوە، ئاستی خۆگونجاندن و ڕادەی قەبوولکردنی پێشهاتەکان و ڕوداوەکان کاریگەری لەسەر فراوانبوون و کپکردنەوەی ناکۆکیەکە هەیە، بە شێوەیەکی گشتی بەسەرسێ هۆکاری سەرەکی ژیانی هاوسەراندا کورتی دەکەینەوە:

١_ هۆکاری دەروونی: (Psychological factors): بە یەکێك لە بوارە شاراوە بەڵام کاریگەرەکان هەژمار دەکرێت لە بابەتی سەرهەڵدانی ناکۆکیدا، زیاتر پەیوەستە بە ڕادەی جیاوازی نێوان هاوسەران لە روانگەی دەروونیەوە، هەتاوەکو مەودای نەگونجانی دەروونیان زیاتر بێت، ئەگەری سەرهەڵدانی ناکۆکیش زیاتر دەبێت و دواجار کاریگەری نەرێنی لەسەر دەروونی هەر یەکە لە هاوسەران جێدەهێڵێت(الكندري، ١٩٩٢، ص٢٠٨) (ئاستی پڕکردنەوەی پێویستیە هەستی و سۆزداریەکان، جیاوازی تاکیەتی، گومان و دڵپیسی، بوونی ئاریشەی دەروونی یەکێك لە هاوسەران، ئازاردانی دەروونی بە زارەکی و نازارەکی، خۆپەرستی، هەستنەکردن بە بەرپرسیاریەتی، گرنگینەدان بە دەروونی بەرامبەر، رێزنەگرتنی یەکتر، گرنگینەدان بە حەزو خولیای بەرامبەر، فشاری دەروونی، دەرنەبڕینی هەستی خۆشەویستی، گرنگینەدان بە رۆژ و بۆنە تایبەتەکانی ژیان، هەڵسوکەوت و رەفتار...... هتد). ئەمانە و چەندین هۆکاری دەروونی دیکەش هەن، کە دەشێ رێخۆشکەربن بۆ سەرهەڵدانی ناکۆکی نیوان هاوسەران(القرني و الغالي، ٢٠٠٤، ص٦١-٦٢)

٢_ هۆکاری (جەستەیی) سێکسی: (sexual factors) ئەم هۆکارە بە یەکێك لە پێداویستە سەرەکی و خوودیەکانی نێوان هاوسەران دادەنرێت، کە بڕیار لەسەر گونجان یاخود ناکۆکی هاوسەران دەدات، فاکتەرێکی گرنگە بۆ رەخساندنی کەشێکی ئارام و دووپاتکردنەوەی سۆز و خۆشەویستی دوولایەنە، بەڵام کاتێك هاوسەران لە رووی سۆزداری وسێکسیەوە تووشی گرفت دەبن هەڵسوکەوتی نائاسایی و جیاواز دەبێت و ململانێ روودەدات(صفایي،٢٠١٥، ص١٧). ئەمەش کاریگەری لەسەر ئاستی ناکۆکیەکان دەبێت، (لاوازی سێکسی، سروشت و ڕادەی چێژوەرگرتنی هاوسەران، چۆنیەتی و چەندیەتی ئەنجامدانی، گرنگیدان بە خوود و بەیەکتر، خۆڕازاندنەوە، گرنگیدان بە رووخسارو جوانکاری، رۆشنبیری سێکسی، ئیهمالکردن و ناپاکی هاوسەری ......هتد) ئەمانە و چەندین هۆکاری دیکە بڕیار لەسەر سەرهەڵدانی ناکۆکی دەدەن لە نێوان هاوسەراندا ئەگەر هاتوو لەم لایەنەی ژیاندا کەلێنێك هەبوو (المالك ونوفل، ٢٠٠٦، ص١٣٠).

٣_ هۆکاری بیرکردنەوە: (Thinking factors): یەکێك لەو هۆکارانەی، کە ناکۆکیە هاوسەریەکان ئاراستە دەکات بریتیە لە بیرکردنەوەیان دەربارەی ژیان و پرۆسەی هاوسەرگیری و تەنانەت چۆنیەتی بیرکردنەوەیان لەسەر رەگەزی بەرامبەر، بەشێکی زۆری کاروباری رۆژانەی هاوسەران لە چوارچێوەی بیرکردنەوەدا دەسوورێتەوە، هەر یەکە لە هاوسەران خاوەن بیروڕای تایبەت، دیدگا و تێروانینی جیاوازن بۆ ژیان، تەنانەت خاوەن بۆچوون و فەلسەفەی تایبەتن بۆ ژیان و هاوسەرگیری و منداڵ خستنەوەش، ڕادەی گرنگیدان بە لایەنی ماددی و مەعنەوەی، بیرکردنەوە لەسەر ئایندەی خێزان، رەخنەگرتن لە یەکتر، جیاوازی بیروڕای سیاسی و ئاینی، بیرکردنەوەی ناعەقڵانی...هتد هەموو ئەم جیاوازیانە بەرهەمی بیرکردنەوەن و دەشێ کاریگەری لەسەر درووستبوونی ناکۆکی هاوسەران هەبێت(چاپمن،٢٠١٩،ص٢١-٢٢)

دووەم: هۆکارە دەرەکیەکان: (External factors):

بەدەر لە هۆکارە خوودی وکەسیەکانی تایبەت بە هاوسەران کۆمەڵێك هۆکاری دیکەش هەن، هەر چەندە لە دەرەوەی دەسەڵاتی هەردوو هاوسەردان، بەڵام ڕاستەوخۆ کاریگەری لەسەر پەیوەندیە هاوسەریەکان جێدەهێڵێت، لە گرنگترین هۆکارە دەرەکیەکان دەتوانین باس لەسەر چەند هۆکارێك بکەین:

١_ هۆکاری کۆمەڵایەتی (Social factors): لەم سەردەمەدا هۆکاری کۆمەلایەتی بە یەکێك لەو فاکتەرانە دادەنرێت، کە کاریگەری لەسەر پەیوەندی هاوسەریی و خێزانیش دەبێت، ئەو گۆرانکاریانەی، کە بەخێرایەکی زۆر رووبەڕووی کۆمەڵگە دەبێتەوە دواجار لەسەر خێزان و هاوسەرانیش جێکەوتەی دەبێت، دەستپێکی ئەم گۆڕانکاریانەش گۆڕینی خێزان بوو لە گەورەوە بۆ بچووك و هاوسەرگیریش لە چوارچێوەی

سنورێکی دیاریکراودا نەمایەوە و گۆڕانێکی ریشەیی بەسەر کۆی پرۆسەی هاوسەرگیریدا هات(جیدنز، ٢٠١٠، ص ١٢٨-١٢٩). لە چوارچێوەی ئەم فاکتەرەدا ئاماژە بەم هۆکارانە بدەین کە بەشێك لە هاوسەران وەك سەرچاوەیەکی سەرەکی بۆ سەرهەڵدانی ناکۆکی نێوانیان سەیری دەکەن (دەستێوەردانی دەرەکی، بەسەربردنی ژیان لەگەڵ ماڵی باوان، هەوڵدان بۆ سەربەخۆبوون، دەسەڵاتی بڕیاردان، دابەشکردنی کار، پەروەردەی منداڵ، پەیوەندی کۆمەڵایەتی، چوونەدەرەوی ژنان، هاوبەندی کۆمەڵایەتی، بەسەربردنی کاتی بەتاڵ، سەردانکردن و میوانداری، ململانێ ڕۆڵ ....هتد.) (ونوغی،٢٠١٤،ص١٤٦).

٢_ هۆکاری ئابووری (Economic factors): دەرئەنجامی زۆرێك لە توێژینەوە زانستیەکانی بواری کۆمەڵناسی دەرخەری ئەو ڕاستیەن کە فاکتەری ئابووری ڕاستەوخۆ کاریگەری لەسەر خێزان و پەیوەندیە هاوسەریەکان بەجێدەهێڵێت، تەنانەت دوور نیە هاوسەران تا لێواری جیابوونەوەش ببات. بەوپێەی کە جۆرێك لە فشاری دەروونی لای هاوسەران درووستدەکات و دواجار ناکۆکیەکان سەهەڵدەدەن، لە دەرئەنجامی توێژینەوەی فینکور(vinkour.١٩٩٧) و (عبدالرزاق، ١٩٩٨) گەشتوونەتە ئەو راستیەی کە پەیوەندی هەیە لە نێوان کەمی داهاتی هاوسەران و زۆربوونی ناکۆکی (بلمیهوب، ٢٠١٢، ص٦٣) .(داهات و خەرجی، قەرز، بێکاری، مەسرووفاتی ماڵ، دەستبڵاوی و ڕەزیلی، پاشەکەوت، کرێچیەتی، کارکردنی ژنان و سەربەخۆبوونی ئابووریان، کڕین و فرۆشتن، ئاستی قەناعەت ...هتد) هەموو ئەم بابەتانە زۆرجار لە ژیانی هاوسەریەتیدا جێگەی مشتومڕ و ناکۆکین بە جۆرێك دەگاتە ڕادەی یەکتر تۆمەتبارکردنی کەسیەتی هاوسەر بە بوونی ڕەفتاری ناپەسەندی وەك ڕەزیلی یاخود دەستبڵاوی و نەبوونی ئەولەویەت لە کڕینی شت و مەك و پێویستیەکانی ژیانی ڕۆژانەی خوود یان خێزان (علیمرادی، ٢٠٢١،ص٨٢-٨٣)

٣_ هۆکاری تەکنولۆجیا: (Technology factors)بوونی ئامرازەکانی تەکنۆلۆجیای مۆدێرن هێندەی دیکە کەلێن و ناکۆکی دەخاتە نێو پەیوەندی هاوسەرانەوە ئەگەر هاتوو هۆشیارانە مامەڵەی لەگەڵدا نەکەن، کێشەی سەرەکیەکە لەوەدایە بووەتە بەدیلێك بۆ گفتوگۆ و لێکتیگەشتن، تێکدانی پلان و بەسەربردنی کاتێکی زیاد لە پێویست، دواجار کاریگەری دەروونی و کۆمەڵایەتی لەسەر هاوسەران جێدەهێڵێت، دەرئەنجامی توێژینەوەکەی (الخاقانی،٢٠١٥) گەشتووەتە ئەو ڕاستیەی کە بەکارهێنانی (فەیسبووك، تویتەر) جیابوونەوەی هاوسەران بە ڕێژە ی لە (٤٥٪) زیاتر دەکات ئەمەش دەرخەری ئەوەیە کە بەکارهێنانی ئامرازەکانی تەکنۆلۆجیا ناکۆکیەکان زیاتر پەرە پێدەدات. زۆر بەکارهێنانی ئامرازەکانی تەکنۆلۆجیا، مانەوەی تا درەنگانێکی شەو، بە جیا خەوتنی کاتی خەوی هاوسەران، پەیوەندی تەلەفوونی، نامە و کۆمێنت، ئاڵوگۆڕی موبایل، سەیرکردنی موبایلی هاوسەر، دڵپیسی و ناپاکی هاوسەری، تێکدانی کات، گۆشەگیربوون، لاوازبوونی پەیوەندی هاوسەری، کەمی گفتوگۆ... هتد هەموو ئەمانە دەرئەنجامی بەکارهێنانی ئامرازەکانی تەکنۆلۆجیایە دواجار دەشێ پەیوەندیە هاوسەرییەکان ڕووبەڕووی ناکۆکی بکاتەوە (ابوزنط، ٢٠١٦، ص٣٦-٣٧)

٤_ هۆکاری ڕۆشنبیری (کلتووری) (Cultural factors) : جیاوازی ژینگەی رۆشنبیری و کلتووری هەردوو هاوسەر تاڕادەیەك کاریگەری لەسەر هەڵسوکەوت و شێوازی بیرکردنەوەی هەردووکیان بەجێدەهێڵێت، هەتاوەکو فەزای ڕۆشنبیری جیاوازتر بێت دەکرێت داب ونەریت، بەها و پێوەرەکان، تەنانەت کەسێەتیشان جیاواز بێت (محمود،٢٠١٠،ص١١٩) لەم پێودانگەوە جۆرێك لە بیرکردنەوە و بۆچوونی جیاواز لەمەڕ بابەتەکانی ژیانیان درووستدەبێت، دور لە نیە لە داهاتوویەکی نزیکدا ئیدی ناکۆکیەکان تەشەنە بکەن و بەرەو قۆناغێك بڕوات، کە خۆگونجاندن کەمبێتەوە و لێکتێگەشتن نەمێنێت، هاوسەران ئامادەی قوربانیدان نەبن لەو داب و نەریت و بیرکردنەوە و تێروانینەی کە پێشتر بۆی درووست بووە، دواجار دوور نیە لەسەر بابەتی ئاسایی ژیانی ڕۆژانە ناکۆکی درووست بێت و هیچ کامیان نەتوانن قەناعەت بەوەی دیکەیان بکەن و نەگەنە خاڵێکی هاوبەش(القصیر و احمد، ٢٠٠٢، لا٦٥). لە سیما دیارەکانی ئەم هۆکارە دەکرێت ئاماژە بە هەندێك بابەت بدەین کە لەم چوارچێوەیەدا پۆلێن دەکرێن لەوانەش: هاوسەرگیری پێشوەخت، هاوسەرگیری بەزۆر، جیاوازی ئاستی خوێندن، جیاوازی زۆری تەمەنی هاوسەران، شوێنی نیشتەجێبوون، پلەوپایەی خێزانی، جۆری پیشە، ماوەی یەکترناسین، قۆناغی دەسگیرانی.....هتد (خەلیل،٢٠٠٧، لا٢٢٥-٢٢٦)

بە گشتی دەتوانین بڵێن سەرهەڵدانی ناکۆکیە هاوسەرییەکان دەرئەنجامی کۆمەڵێك هۆکاری جیاوازە، هەندێك لە هۆکارەکان پەیوەستن بە خوودی هاوسەرانەوە و دوولایەنە دەتوانن هەوڵی چارەسەری بدەن پێش ئەوەی بەرەو ئاراستەی کێشە بڕوات، تەنها پێویستی بە کەمێك خۆگونجاندن و تێگەشتن و قوربانیدانە، هەندێکی دیکەشیان لە چوارچێوەی ژیانی کۆمەڵایەتیدا ڕووبەڕوویان دەبێتەوە و پێویستە هاوسەران بە هۆشیاریەوە مامەڵەی لەگەڵدا بکەن و نەهێڵن دۆخی ژیانیان ئاڵۆزبێت بەهۆی وردە ناکۆکی و لێکتێنەگشتنەوە. لە هەردوو بارەکەدا ناکۆکی هاوسەریی زیاتر پەیوەستە بە لایەنی پەیوەندیە کۆمەڵایەتیەکانەوە و کاتێك یەکێك لە هاوسەران هەست بە پێشێلکردنی ماف و حەز و ئارەزوو و داوکاریەکانی بکات ئیدی ڕەنگدانەوەی زیاتری دەبێت لەسەر پەیوەندیە هاوسەرییەکان و ڕاستەوخۆ هەستی پێدەکرێت بە تایبەت لە ڕێگەی نواندنی جۆرێك لە پەرچەکردارەوە، کە دواجار کاریگەری لەسەر لایەنی دەروونی و کۆمەڵایەتی هاوسەران دەبێت.

بەشی دووەم: باسی دووەم: (ڕاسپاردە و پێشنیار، ئەنجام، سەرچاوەکان)ی توێژینەوەکە.

یەکەم: ڕاسپاردەکان:-

١_ بۆ وەزارەتی کار و کاروباری کۆمەڵایەتی: گرنگیدانی زیاتر بە سەنتەرەکانی ڕاوێژکاری خێزانی و ئەنجامدانی توێژینەوەی زانستی لە لایەن کەسانی پسپۆری بواری خێزان، بۆ ئەوەی زیاتر ئاگادار دۆخی خێزان بین، هەروەها لە ڕێگەی ئەنجامدانی کۆنفرانس، وۆرك شۆپ، سیمینار، خوولی تایبەت بە هاوسەران...هتد. هۆشیاری زیاتر بڵاوبکرێتەوە.

٢_ بۆ وەزارەتی داد: گرنگیدانی زیاتر بە کردنەوە سەنتەر و بەشی ئاشتەوایی خێزانی تایبەت بە چارەسەری ناکۆکیە هاوسەرییەکان بدرێت، لە ڕێگەی کەسانی پسپۆری (دەروونیی، کۆمەڵایەتی، یاسایی) هەوڵی هۆشیارکردنەوەی ئەو هاوسەرانە بدرێت کە سەردانی دادگاکان دەکەن.

٣_ سەرجەم کەناڵەکانی ڕاگەیاندن: گرنگیدان بە پەخشکردنی بەرنامەی بەسوودی خێزانی بە تایبەت (فیلم، دراما) هەروەها میوانداریکردنی کەسانی پسپۆر و بە ئەزموون لەو بواری خێزانیدا.

٤_ ڕێکخراوەکانی بواری ژنان و خێزان: گرنگیدانی زیاتر بە پرسی خێزان لە ڕێگەی چالاکی مەیدانی و کردنەوەی خوولی تایبەت بە هاوسەران، هۆشیارکردنەوەیان لەو ئاستەنگانەی دێنە بەردەم ژیانی هاوبەشیان.

دووەم: پێشنیارەکان:

١_ ئەنجامدانی توێژینەوەی زیاتر لەسەر دۆخی پەیوەندییە هاوسەرییەکان لە لایەن پسپۆڕانی بواری خێزانی لە زانکۆکانی دیکەی کوردستان.

٢_ ئەنجامدانی توێژینەوەی زانستی لەسەر پەیوەندی نێوان ناکۆکی هاوسەری بە گۆڕاوەکانی (جیاوازی تەمەن، ئاستی خوێندن، ئابووری، تەمەن لە کاتی هاوسەرییدا ..... هتد). بۆ زانینی هۆکارەکانی سەرهەڵدانی ناکۆکی نێوان هاوسەران.

سێهەم : ئەنجامەکانی توێژینەوە :-

١_ لەم توێژینەوەیەدا گەشتووین بە کۆمەڵێك ئەنجامی گرنگ لەوانەش یانزە هۆکاری سەرەکی بۆ سەرهەڵدانی ناکۆکی هاوسەریی هەیە، کە ئەمانەن (کلتوری بەکاربردن و بەڕێوبردنی دارایی، گۆڕانی کۆمەڵایەتی، پەروەردەکردنی منداڵ، سروشت و تایبەتمەندی جیاواز، پەیوەندی سێکسی، جیاوازی ڕەفتار، دۆخی گریمانەیی (تەکنولۆجیا)، جۆری کەسێتی، پەیوەندی و سۆزداری، بەڕێوەبردنی بوونیادی خێزان، کلتوری کۆمەڵگە). کە هەریەکە بەو بوارانە چەندین هۆکاری لاوەکی لە چوارچێوەیدا پۆلێن دەکرێت.

٢_ هاوسەرگیری پێشوەخت فاکتەرێکی سەرەکیە بۆ زیادبوونی ناکۆکی هاوسەریی.

٣_ سەرەڕای ئەو گۆڕانەی بەسەر ژیانی هاوسەراندا هاتووە لە بواری سەربەخۆیی ماڵ و دارایی بەڵام هێشتا دەستێوەردانی دەرەکی و ماڵە باوان لە هۆکارە سەرەکیەکانی درووستبوونی ناکۆکین بۆ هاوسەران، بە تایبەت کێشەی بووك وخەسوو.

(HUJ) P-ISSN: 2412-9607, e-ISSN: 2617-3360

٤_ ناكۆكی هاوسەریی ڕەنگدانەوەی لەسەر هەردوو شێوازی هاوسەرگیری (بەزۆر و ئارەزومەندانە) هەیە. بەڵام ناكۆكی لای ئەو هاوسەرانەی كە پرۆسەكە بە وویستی خۆیان و خواستی خێزان بە ئەنجام گەشتووە كەمترە. ئەمەش دەگەڕێتەوە بۆ ئەوەی خودی هاوسەران و خێزانی هەردوولا خۆیان بە بەرپرس دەزانن و هەموو هەوڵێك دەدەن بۆ سەركەتنی پرۆسەكە، ئەگەر ناكۆكیەكیش سەرهەڵبدات هەموو لایەك بە پێی توانا چارەسەری بۆ دەدۆزنەوە.

٥_ بەكارهێنانی تەكنۆلۆجیا مەودای ناكۆكیە هاوسەرییەكانی فراوان كردووە، پەیوەندیە كۆمەڵایەتی و سێكسی و دەروونیەكانی هاوسەرانی خستووەتە دۆخێكی ئاڵۆزەوە، هەندێك هەڵسوكەوتی نەرێنی لە نێو هاوسەراند گەشەپێداوە لەوانەش (دڵپیسی، ناپاكی هاوسەریی، لاسایكردنەوەی دەوروبەر، گۆشەگیربوون).

چوارەم سەرچاوەكانی توێژینەوە :-

یەكەم: سەرچاوە كوردییەكان:-

١_ القصیر، ملیحە عونی و صبیح عبدالمنعم (٢٠٠٢). سۆسیۆلۆژیای خێزان، و: صابر بكر بۆكانی، سلێمانی، چاپخانەی داناز، چاپی یەكەم، لە بڵاوكراوەكانی سەنتەری توێژینەوە و لێكۆلینەوەی كۆمەڵایەتی و تاوان.

٢_ خەلیل، مەعن (٢٠٠٧). كۆمەڵناسی خێزان، و: ئارام ئەمین جلال، دهۆك، چاپخانەی خانی، چاپی یەكەم.

دووەم: سەرچاوە عەرەبیەكان

٣_ ابو اسعد، احمد عبداللطیف و الختاتنة، سامی محسن (٢٠١٤). سیكولوجیة المشكلات الاسریة، عمان، دارالمسیرة للنشر والتوزیع والطباعة،الطبعة الثانیة،

٤_ أبو زعیزع، عبداللة (٢٠١٥). مفاهیم معاصرة فی الصحة النفسیة، عمان، اردن، الاكادیمیون للنشر والتوزیع، الطبعة الاولى.

٥_ ابوزنط، مهتاب احمد اسماعیل (٢٠١٦). الطلاق اسبابة ونتائجة من وجهة نظر المطلقات دراسة میدانیة فی محافظة نابلس، رسالة ماجستر، جامعة النجاح الوطنیة، كلیة الدراسات العلیا.

٦_ بحري، منى یوسف و قطیشات، نازك عبدالحلیم (٢٠١١). العنف الاسري، عمان،دارصفاء للنشر والتوزیع، الطبعة الاولى.

٧_ بلمیهوب، كلثوم (٢٠١٢). الاستقرار الزواجي دراسة في سیكولوجیة الزواج، سلسلة الكتاب الالكترونیة، الاصدارات شبكة العلوم النفسیة العربیة، العدد ٢٤.

٨_ جابر، نصرالدین و حفیظي سلیم (٢٠١٨). تغیر الادوار وظهور مؤشرات الصراع الزواجی فی الاسرة، مجلة التغیر الاجتماعي، جامعة بسكرة، الجزائر، عدد ٥.

٩_ جیدنز، انتونی (٢٠١٠). الطریق الثالث، تجدید الدیمقراطیة الاجتماعیة، ت: احمد زاید و محمد محی الدین، القاهرة، الهیئة المصریة العامة للكتاب.

١٠_ حمید، سعد محمد على و ساجت، خالد حنتوش(٢٠١٩). التفكك الاسري، دراسة تحلیلیة، مجلد اداب المستنصریة، العدد ٨٧، ایلول.

١١_ الخولى، سناء (١٩٨٤). الاسرة و الحیاة العائلیة، بیروت، دارالنهضة العربیة، الطبعة الاولى.

١٢_ زینو، سهام حسن اسعد حسن (٢٠١٧). الخلافات الاسریة وأثرها على تشتت الانتباه عند الاطفال، المجلة العلمیة لكلیة ریاض الاطفال، جامعة المنصورة، المجلد الرابع، العدد الاول.

١٣_ ستوبس، ماری (١٩٩٦). اسرار حیاة الزوجیة، ت. نقولا حداد، بیروت، دارالاندلس للطباعة والنشر التوزیع.

١٤_ الصالح، اكرام بنت محمد (٢٠١٧). تصور مقترح لدور العلاج الزواجى السلوكى المتكامل للتعامل مع الخلافات الزوجية، جامعة الاميرة نورة بنت عبدالرحمن، كلية الخدمة الاجتماعية.

١٥_ صبيحة، بوخدوني(٢٠١٣). الخلافات و الصراعات بين الزوجين في الاسرة وأساليب تصفيتها المتلقي الوطني الثانى حول الاتصال وجودة الحياة الاسرة، جامعة قاصدى مرباح و رقلة، كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية، قسم العلوم الاجتماعية.

١٦_ القاسم، ميادة مصطفى (٢٠١٨). التفكك الاسري و اثارة على مجتمع. دراسة سوسيولوجية، مكتبة نحو علم اجتماع تنويرى، الطبعة الاولى.

١٧_ القائمي، على (بدون سنة طبع). الاسرة و قضايا الزواج. بيروت. دارالنبلاء للنشر و التوزيع.

١٨_ القرني، محمد مسفر و الغالي، سهير عبدالحفيظ (٢٠٠٤). العلاج الاسري و مواجهة الخلافات الاسرية، مكتبة الرشد، الطبعة الاولى.

١٩_ ال شافى، محمد مبارك (٢٠٠٦). التفكك الاسري وانحراف الاحداث. دراسة مسحية على الاحداث المنحرفين في المجتمع القطري، رسالة ماجستر، جامعة نايف العربية للعلوم الامنية، كليه الدراسات العليا، قسم العلوم الاجتماعية.

٢٠_ القضاة، نهاد مصطفى يوسف (٢٠٢١). اساليب ادارة الخلافات الاسرية وتسويتها لدى الاسرة الاردنية من وجهة نظر الزوجة. دراسة تحليلية على عينة فى محافظة عجلوان. مجلة الجامعة الاسلامية للدراسات الانسانية، مجلد ٢٩، عدد ١،

٢١_ الكندرى، احمد محمد مبارك (١٩٩٢). علم النفس الاسرى، كويت، مكتبه الفلاح للنشر والتوزيع. الطبعة الثانية.

٢٢_ المالك، حصه بنت صالح و نوفل، ربيع محمود (٢٠٠٦). العلاقات الاسرية، الرياض، دارالزهراء، الطبعه الاولى.

٢٣_ مبيض، مامون (٢٠٠٣). التفاهم فى الحياة الزوجية، بيروت. المكتب الاسلامي. الطبعة الثانية.

٢٤_ محمود، حاتم يونس (٢٠١٠). الخلافات الزوجية و انعكاساتها على الاسرة، دراسة ميدانية فى مدينة الموصل، دراسات الموصلية، عدد (٣٠).

٢٥_ محمود، خالد صالح (٢٠٠٨). فاعلية نموذج التركيز على المهام فى التخفيف من حدة النزاعات الزوجية للمتزوجين حديثا، المكتب الجامعى الحديث.

٢٦_ مرسى، كمال ابراهيم (١٩٩٥). العلاقة الزوجية و الصحة النفسية فى الاسلام و علم النفس، كويت، دارالقلم للنشر و التوزيع، الطبعة الثانية.

٢٧_ مرسي، صفاء اسماعيل (٢٠٠٨). الاختلالات الزوجية. الاسباب والعواقب- الوقاية والعلاج، ايتراك للطباعة والنشر والتوزيع، الطبعة الاولى.

٢٨_ الهنائيه، ميمونه بنت يعقوب بن عدى (٢٠١٣) بعض العوامل المسهمة فى سوء التوافق الزواجى كما يدركها القائمون على لجان التوفيق والمصالحة وبعض المترددين عليها بمحافظة مسقط، رساله ماجستر، جامعة نزوى، كلية العلوم والاداب، قسم التربيه والدراسات الانسانيه.

٢٩_ ال رشود، سعود بن عبدالعزيز (٢٠٢٠). النزاع الزواجي من واقع سجلات مراكز الاصلاح الاسري بالرياض من (٢٠١٦-٢٠٢٠). مركز بيت الخبرة للبحوث والدراسات الاجتماعية الاهلي.

٣٠_ ونوغى، فطيمة (٢٠١٤). اثر سوء التوافق الزواجى فى تكوين الميل الامراض النفسية لدى المراة من خلال تطبيق اختبار (MMPI٢). رسالة دكتورا، جامعه محمد خيضر- بسكرة- كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، قسم علوم الاجتماعية.

سێهەم : سەرچاوە فارسییەکان

٣١_ منصوريان، محمد كريم و فخرائى، سيروس (٢٠٠٨). تحليل جامعه‌شناختى تعارضات همسران در خاواده‌هاى شهر شيراز، مجله علمى وپژوهشى تحقيقات زنان، سال دوم، شماره اول.

٣٢_ صفايى، محمد (٢٠١٥). درسهايى از زندگى زناشويى، مريوان، انتشارات ئەوين، چاپ اول.

٣٣_ عليمرادانى، صديقه و باغبان، ايران و فاتحى زاده، مريم السادات و جلالى، محمود (٢٠١١). مقايسه‌ى اثر بخشى فرايند داورى و مشاوره‌ى خانواده بر كاهش تعارض زوجين مراجعه كننده به دادگاه هاى خانواده شهر اصفهان، جامعه شناسى كاربردى، سال بيست و يكم، شماره پياپى(٣٨) شماره دوم.

٣٤_ عليمرادى، مهتاب (٢٠٢١). ازدواج موفق چگونه اختلافات زناشويى تان را حل كنيد، تهران، انتشارات اواى موفق، چاپ اول

٣٥_ عنايت، حليمه و دسترنج، منصوره و سلمانى، فائز (٢٠١٢). بررسى عوامل مرتبط با اختلافات خانوادگى، فصلنامه علمى و پژوهشى جامعه‌شناسى زنان، سال دوم، شماره اول.

٣٦_ عنايت، حليمه و دوست، محمود يعقوبى (٢٠١٣). بررسى رابطه بين تعارض زناشويى با خشونت خانوادگى نسبت به دختران، فصلنامه علمى – پژوهشى زن و جامعه، سال سوم، شماره سوم

٣٧_ جى ار، فليپ جى گەرن و ديگران (٢٠١٧). ارزيابى و درمان تعارض زناشويى، رويكردى چهار مرحله‌اى. ترجمه: فرشاد بهار. تهران. انتشارات رشد. چاپ اول.

٣٨_ چاپمن، گرى (٢٠١٩). راه حل برد-برد براى اختلافات زناشويى. ترجمه: على اكبر قارى نيت. تهران. انتشارات نسل نوانديش. چاپ اول.

٣٩_ رسولى، يوسف و فلاحت، عنايت الله (٢٠١٤). تاثير روش فعال حل مسئله بر تعارضات زناشويى در شهر ياسوج. مجله علمى پژوهشى دانشگاه علوم پزشكى در شهر ياسوج، دوره ١٨، شماره ١٠.

٤٠_ سوزان اس، هندريك (٢٠٢٠). خانواده درمانى، مشاوره ازدواج و زناشويى، ت. على اسماعيلى، تهران، انتشارات شباهنگ، چاپ دووم.

٤١_ شريفى، حسن پاشا و معصومه، توكلى (٢٠٢١). بررسى عوامل و راهكارهاى رويارويى با تعارضات زناشويى هنگام بحران اخبار كوويد ١٩، فصلنامه علمى آسيب شناسى، مشاوره وغنى سازى خانواده، دوره ٥، .شماره دوم، پياپى ١٠

چوارەم: سەرچاوە ئینگلیزیەکان

42 Mousavi. Sayedeh Maryam & ibd (2015). Comparing the effectiveness of mindfulness and emotion regulation training in reduction of marital conflicts. Journal of Medicine and Life Vol. 8, Special Issue 2.