

Strategies for strengthening the family from the perspective of moral-Islamic teachings and psychology

Ali Ahmad Panahi¹

Abstract

Strengthening the family and resolving spouses' conflicts is one of the most important and vital issues in the present age. The fundamental question is, what are the most important Islamic, moral, and psychological strategies that can increase family strength and reduce conflict? This research is one of the qualitative researches and with the descriptive-analytical method, while explaining the inferred and extractable solutions from Islamic, moral and psychological sources, he has pointed out the most important ones. The results of this study show that women's commitment to maps equal to their capacities, commitment to social norms, adherence to the rules of interaction with the spouse, increasing homogeneity in the family, sincere and empathetic mutual sympathies, mutual appreciation, ignoring the spouse's fault, meeting needs Spouse's sexual and emotional relationships, minimal contact with strangers, and interaction based on normative morality with the spouse are among the most important strategies for strengthening the family and reducing conflict in spouses' relationships.

Keywords: Intimacy, Empathy, Ignorance, Strength, Normal Interaction, Ethical Orientation.

1. Assistant Professor of Seminary and University Research Institute and Graduate of Level 4 of Qom Seminary, Qom, Iran
apanahi@rihu.ac.ir

راهکارهای ایجاد استحکام در خانواده از چشم‌انداز آموزه‌های اخلاقی - اسلامی و دانش روان‌شناسی

علی احمد پناهی*

چکیده

استحکام بخشی به خانواده و رفع تعارض‌های همسران، از موضوعات مهم در عصر حاضر است. با ژرف‌اندیشی و تتبع در آموزه‌های اسلامی و اخلاقی و روان‌شناختی می‌توان به بعضی از راهکارهای مهم استحکام بخشی به خانواده دست یافت. سؤال اساسی این است که مهم‌ترین راهکارهای اسلامی و اخلاقی و روان‌شناختی برای افزایش استحکام خانواده و کاهش تعارض‌ها چیست؟ این پژوهش از نوع تحقیقات کیفی است و با روش توصیفی-تحلیلی، ضمن تبیین راهکارهای مستخرج از منابع اسلامی و اخلاقی و روان‌شناختی، به مهم‌ترین آن‌ها اشاره کرده است. نتایج این پژوهش نشان می‌دهد که التزام زنان به نقش‌های هم‌تراز با ظرفیت‌های آنان، التزام به هنجارهای اجتماعی، رعایت ضوابط تعامل با همسر، هم‌افزایی در خانواده، کنش‌وری‌های صمیمانه و همدلانۀ دوسویه، قدردانی دوسویه، چشم‌پوشی از خطای همسر، تأمین نیازهای جنسی و

* استادیار پژوهشگاه حوزه و دانشگاه و دانش‌آموخته سطح چهار حوزه علمی قم، قم، ایران.



عاطفی همسر، ارتباط حداقلی با بیگانه و تعامل مبتنی بر اخلاق هنجاری با همسر، از مهم‌ترین راهکارهای استحکام خانواده و کاهش تعارض در روابط همسران هستند.

کلیدواژه‌ها

صمیمیت، همدلی، چشم‌پوشی، استحکام، تعامل بهنجار، اخلاق‌مداری.

مقدمه

خانواده، گسترده‌ترین و اصلی‌ترین عنصر اجتماعی است که ارکان تشکیل‌دهنده آن یک مرد و حداقل یک زن است و روابط انسانی آنان معمولاً به گونه‌ای آزادانه و آگاهانه شکل می‌گیرد و بین آنها پیمان زناشویی برقرار می‌شود. خانواده، نهادی است متشکل از کسانی که با نیازها و خواسته‌های متفاوت با یکدیگر زندگی می‌کنند و ادراک فردی و تحول شخصی - خانوادگی آنان تحت تأثیر بازخوردها و تعاملات آنهاست (Sevinc & Garip, 2010, p.1648-1653).

خانواده، از چشم‌انداز اسلامی، کوچک‌ترین و ساده‌ترین و عمومی‌ترین واحد اجتماعی است که بر اساس ازدواج قانونی و شرعی یک مرد و حداقل یک زن تشکیل می‌شود و با تولد فرزندان توسعه می‌یابد (پناهی و جان‌بزرگی، ۱۳۹۶، ص ۹). زن و مرد ارکان اساسی نظام خانواده‌اند و ساختار و کیفیت تعاملات خانوادگی این ظرفیت و توان را دارد که اعضا را به یکدیگر جذب و یا از هم دفع کند. کمیت و کیفیت کنش و واکنش اعضای خانواده تأثیر اساسی در پایداری و استحکام خانواده دارد. میزان تعارض در خانواده مستحکم، حداقل و میزان پایداری، حداکثر است.

کارایی و عملکرد خانواده (Family Function) به کنش‌های متقابل اعضای خانواده، روابط صمیمی، هم‌بستگی و دل‌بستگی اعضا با یکدیگر، کارکردهای





اعضای خانواده، اجرای مقررات به‌نحو شایسته و واگذاری نقش‌ها به هریک از اعضای خانواده به‌گونه هم‌تراز و متناسب با ظرفیت‌ها و جایگاه آنان وابسته است (زارعی محمودآبادی، ۱۳۹۲، ص ۳۶۷-۳۸۵).

بسیاری از اندیشمندان بر این باورند که عوامل زیادی، از جمله التزام به هنجارهای اخلاقی و ارزشی، در استحکام خانواده نقش سازنده دارند. تعهد به لوازم همسری، خلق و خوی پسندیده، اعتماد متقابل، عشق، مثبت‌گرایی و ایفای صحیح نقش همسری، از عوامل رضایت زناشویی و استحکام خانواده است. خودابرازگری (به‌منزله مؤلفه مهم صمیمیت) شامل بیان صمیمانه احساسات، نگرش‌ها و تجارب خود به شریک زندگی است و به اعتماد دو جانبه و ایمنی‌بخش در روابط زناشویی منجر می‌شود (Miller & Tedder, 2011, p.34-46).

خشونت و تندی از عوامل سردی و دلزدگی در روابط انسانی و خانوادگی است. حضرت علی علیه السلام می‌فرماید:

«أَقْبَحُ شَيْءٍ الْخُرْقُ؛ زشت‌ترین چیز خشونت و درشتی است» (لیثی واسطی، ۱۳۷۶، ص ۱۱۳). ایشان، دلزدگی و بی‌زاری را پیامد تندی و خشونت برشمرده، می‌فرماید:

«مَنْ خَسَنَتْ عَرِيكْتَهُ أَقْفَرَتْ حَاشِيَتَهُ. مَنْ سَاءَ خُلُقُهُ أَعْوَزَهُ الصَّدِيقُ وَالرَّفِيقُ. مَنْ سَاءَ خُلُقُهُ قَالَهُ مُصَاحِبُهُ وَرَفِيقُهُ؛ هر که درشت‌خوی و بداخلاق باشد و خشونت ورزد، مردم از گرداگرد او بگریزند و هر که تندخو و بداخلاق باشد، دوستانش کم شوند» (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶، ص ۲۶۵-۲۶۴).

امام سجاد علیه السلام نیز می‌فرماید:

«إِنَّ اللَّيْنَ يُؤْنِسُ الْوَحْشَةَ وَإِنَّ الْعِلْظَ يُوَجِّشُ مُؤْضِعَ الْأُنْسِ؛ نرمش و ملایمت، رمندگی را از میان بردارد [باعث جذب دیگران شود] و سختگیری و خشونت، به‌جای همدلی، رمندگی و دلزدگی آرد [باعث فرار و نفرت دوستان و اطرافیان گردد]» (ابن شعبه، ۱۴۰۴ق، ص ۲۶۹).

در دنیای امروز، با توجه به تغییر و تحولات اجتماعی، حضور گسترده زنان در محیط‌های مختلط با مردان نامحرم (مانند بیمارستان‌ها، مراکز تولیدی، رستوران‌ها، مراکز علمی-پژوهشی و...) و پیشرفت فناوری (فضای مجازی و امکانات الکترونیکی)، تعارض‌ها و مشکلات خانوادگی افزایش یافته است. تحولات جدید، اقتضانات ویژه‌ای دارد و راهکارهای استحکام‌بخشی به خانواده و کاهش تعارض‌ها باید با دقت تدوین گردند (Gunderson & others, 2017, p.90-102).

این راهکارها باید توانایی افراد را برای رویارویی با مشکلات روانی و مسائل خانوادگی افزایش دهند (Libin, 2017, p.302). هدف پژوهش حاضر، تبیین مهم‌ترین راهکارهای استحکام‌بخشی به خانواده از چشم‌انداز آموزه‌های اسلامی-اخلاقی و دانش روان‌شناسی است. آگاهی از به راهکارهای استحکام‌بخشی به خانواده، التزام عملی به آن‌ها و رفع تعارض‌ها، به پایداری خانواده کمک می‌کند (Barasa & others, 2015, p.719-732).

با ژرف‌اندیشی و تتبع در آموزه‌های اسلامی، اخلاقی و روان‌شناختی می‌توان به بعضی از راهکارهای اساسی استحکام‌بخشی به خانواده دست یافت. سؤال اصلی این است که مهم‌ترین راهکارهای استحکام‌بخشی به خانواده از چشم‌انداز آموزه‌های اسلامی-اخلاقی و روان‌شناختی چیست؟ با تتبع در پژوهش‌های انجام گرفته روشن شد که پژوهش مستقلی در این باره صورت نگرفته است. در پژوهش حاضر تلاش شده با تتبع و مطالعه در آموزه‌های اسلامی و روان‌شناختی، شماری از راهکارهای مهم و اساسی استخراج و استنباط شوند.

راهکارهای استحکام‌بخشی به خانواده

برای استحکام‌بخشیدن به بنیان خانواده، راهکارهای مختلفی را می‌توان از ژرف‌اندیشی در آموزه‌های اسلامی، اخلاقی و روان‌شناختی استنباط کرد. شماری از این راهکارها عبارت‌اند از:



الف) اصلاح الگوهای ارتباطی همسران

کیفیت و کمیت تعامل همسران نقش سازنده‌ای در بهبود روابط و استحکام زندگی آنان دارد. روابط کلامی زیبا و بهره‌گیری از واژه‌هایی که باعث ایجاد انرژی مثبت در همسر می‌شود، نقش مؤثری در ارتقای سطح زندگی همسران و افزایش هم‌بستگی عاطفی آنان دارد. پژوهش‌های مختلف نشان می‌دهد که اگر زن و شوهر در روابط خانوادگی به هنجارهای ارزشی مثل احترام متقابل، اظهار محبت به یکدیگر، رازداری، امانت‌داری، خنده‌رویی، گذشت، فداکاری و... پایبند باشند، روابطشان مستحکم‌تر و رضایتمندی‌شان از زندگی بیشتر می‌شود. خانواده‌درمان‌گران بر این باورند که تغییر الگوهای ارتباطی در مقایسه با دیگر عوامل مؤثر در کاهش ناسازگاری زناشویی، فراوانی بیشتری دارد (وفایی، ۱۳۸۸، ص ۲۰-۲۶). الگوهای ارتباطی سالم و سازنده، از مهم‌ترین عوامل رضایتمندی زناشویی و الگوهای ارتباطی معیوب، از علل ایجاد مشکلات زناشویی و نارضایتی است (احمدی و فاتحی‌زاده، ۱۳۸۴، ص ۱۰۹-۱۲۰).

مطالعات نشان می‌دهند که عوامل مختلفی از جمله باورهای مذهبی و تعهدات اخلاقی در شکل‌گیری و تحوّل الگوهای ارتباطی و خانوادگی تأثیرگذارند. باورهای مذهبی، تعهدات اخلاقی و معنویت، نقش سازنده و مؤثری در شکل‌گیری الگوی ارتباطی سالم در میان آحاد جامعه (به‌ویژه همسران) دارد. تعهد به ضوابط اخلاقی، دینی و حقوقی، از عوامل اساسی در بهبود الگوی ارتباطی سالم است و در افزایش میزان رضایت از زندگی و استحکام خانواده نیز تأثیر دارد؛ زیرا عمل به باورهای دینی و اخلاقی موجب اصلاح ارتباط همسران، افزایش مشارکت کلامی، افزایش میزان شادکامی، رعایت مسئولیت‌های خانوادگی و کاهش چشمگیر تعارض‌ها و اختلافات زناشویی می‌شود و رضایت زناشویی و استحکام خانواده را بهبود می‌بخشد (Kim & others, 2004, p.3-17). باورهای مذهبی و رعایت اخلاق دینی - از طریق رفع تعارض، پیشگیری از وقوع مشکل و ایجاد آشتی در روابط همسران -



به بهبود روابط کمک می‌کند. دین نیرویی روان‌شناختی است که بر نتایج زندگی انسانی تأثیر می‌گذارد؛ ساختار اعتقادی سازمان‌یافته‌ای است که ارزش‌های اخلاقی و معنوی، آیین‌ها، عبادت‌ها، اعتقاد به خدا یا نیرویی برتر، کتاب‌ها و آموزه‌های آسمانی را در بر می‌گیرد. مذهب، دستورها و استانداردهایی را برای زندگی خانوادگی فراهم می‌کند، از تعارض‌های اعضای خانواده می‌کاهد، موجب انسجام بیشتری در شخصیت و رفتارهای بیرونی افراد می‌شود و زمینه تعارض‌ها را کاهش می‌دهد (پناهی، ۱۳۹۸، ص ۲۱۸-۲۲۲). التزام حداکثری به دستورهای اخلاقی اسلامی در تعامل با اعضای خانواده، به‌ویژه با همسر، زمینه بسیاری از تعارض‌ها را از بین می‌برد.

ب) رعایت شایسته‌سالاری و هم‌افزایی همدلانه در خانواده

خانواده، اصلی‌ترین رکن جامعه و بستر رشد فرهنگ‌های گوناگون است و می‌تواند بهترین و کامل‌ترین شرایط و موقعیت را برای رشد و شکوفایی استعدادها بالقوه فراهم کند. برخورداری از پیوند عاطفی، رعایت حریم شخصی افراد، احترام به منزلت و جایگاه اعضای خانواده، اتحاد و همدلی آن‌ها و شایسته‌سالاری، از نشانه‌های ممتاز یک خانواده منسجم و پویاست (Olson, 2009, p.1111-1122). مشکلات خانواده معمولاً دو گونه است؛ مشکلات ابزاری و مشکلات عاطفی. مشکلات ابزاری معمولاً به موضوعات روزمره زندگی معطوف است و بیشتر جنبه سخت‌افزاری دارد و عموماً به مباحثی مانند مدیریت مالی، تهیه غذا، پوشاک و مسکن مربوط است. مشکلات عاطفی به مسائل هیجانی و احساسی و امنیت روانی خانواده مربوط است و جنبه نرم‌افزاری دارد. خانواده‌هایی که با مشکلات ابزاری مواجه‌اند، به‌ندرت می‌توانند در رفع مشکلات عاطفی مؤثر عمل کنند، اما خانواده‌هایی که مشکلات عاطفی دارند، ممکن است در مواجهه با مشکلات ابزاری به‌شایستگی عمل کنند. در بسیاری از مسائل خانوادگی، هر دو مؤلفه با



کمیت‌های متفاوت حضور دارند؛ یعنی یا مدیریت ساختاری و اقتصادی خانواده مشکل دارد یا تعاملات عاطفی و روان‌شناختی و یا هر دو. در خانواده‌های سالم، بیشتر مشکلات توسط اعضای خانواده به‌طور مؤثر حل و فصل می‌شود (سالاری فر، ۱۳۹۵، ص ۲۹).

برای داشتن خانواده‌ای مستحکم و سازنده، به نظام مدیریتی بهنجار و شایسته‌سالار نیازمندیم؛ زیرا نظام خانواده به‌منزله یک نهاد اجتماعی، همانند هر نهاد و سازمان دیگری، نیازمند مدیریت و رهبری شایسته است. ساختار قدرت و کیفیت تعامل اعضای خانواده در کم و کیف عملکرد تک‌تک اعضای خانواده نقش اساسی دارد (Jory & Yodanis, 2006, p.1316).

شیوه مدیریت و اداره خانواده باید به‌گونه‌ای باشد که اهداف شکل‌گیری خانواده، نیازهای اعضای خانواده و زمینه تحول (رشد) زیستی، روان‌شناختی و معنوی آنان را در مقیاسی بهنجار و در حد انتظار تأمین کند. زن و مرد در جایگاه ارکان اساسی مدیریت و تحول و پویایی خانواده، نقش‌های کلیدی و مهم خانواده را بر عهده دارند. در چشم‌انداز اسلامی و در خانواده مبتنی بر گزاره‌های اسلامی و وحیانی، نقش زن و مرد به‌گونه‌ای ترسیم شده است که از یک سو، نقش‌ها و وظایف زن و مرد، هم‌تراز و متناسب با ظرفیت‌ها و استعدادهای آنان باشد و از سوی دیگر، باعث تحقق اهداف خانواده و زمینه‌ساز رشد و بالندگی همه اعضای خانواده شود.

در آموزه‌های روایی و حدیثی، به‌ویژه در سخنان پیامبر گرامی اسلام صلی الله علیه و آله، افزون بر اینکه توجه ویژه‌ای به جایگاه زنان و دختران شده^۱ و بر مراعات منزلت و کرامت زنان تأکید گردیده است^۲، برای هریک از زن و مرد جایگاه و منزلتی

۱. «الْبَنَاتُ حَسَنَاتٌ وَ الْبُتُونُ نِعْمَةٌ فَإِنَّمَا يَثَابُ عَلَى الْحَسَنَاتِ وَ يَسْأَلُ عَنِ النَّعْمَةِ» (کلینی، ۱۴۰۷ق، ج: ۶، ص: ۶).

۲. «وَ أَمَّا حَقُّ الرِّوَجَةِ فَإِنَّ تَعْلَمَ أَنَّ اللَّهَ عَزَّ وَ جَلَّ جَعَلَهَا لَكَ سَكَنًا وَ أُنْسًا فَتَعْلَمَ أَنَّ ذَلِكَ نِعْمَةٌ مِنَ اللَّهِ عَلَيْكَ فَتَكْرِمَهَا وَ تَرُفِّقْ بِهَا» (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج: ۷۱، ص: ۵).





متناسب با شأن و نقش آنان ملاحظه شده تا ضمن رعایت هم‌ترازی در منزلت ارزشی و اجتماعی آنان، بنیان خانواده پایدار و مستحکم شود و روابط همسران نیز ضابطه‌مند و همراه با مودت باشد. بر اساس گزاره‌های اسلامی، زن و مرد، ارکان اساسی خانواده هستند و منزلتی برابر دارند، ولی به دلایل مختلف و با ملاحظه جوانب مسئله، مسئولیت و مدیریت کلان امور خانواده (به فرض وجود شرایط لازم)، به مردان واگذار شده است و مسئولیت زن در طول مسئولیت مرد تعیین شده است. پیامبر اسلام ﷺ می‌فرماید:

«الرَّجُلُ رَاعٍ عَلَى أَهْلِ بَيْتِهِ وَهُوَ مَسْئُولٌ عَنْهُمْ فَأَلْمَزَاهُ رَاعِيَةٌ عَلَى أَهْلِ بَيْتِ بَعْلِهَا وَوَلَدِهِ وَهِيَ مَسْئُولَةٌ عَنْهُمْ؛ مرد در قبال خانواده‌اش سرپرست و مسئول است و زن سرپرست اهل خانه شوهر و فرزندان او و مسئول آنهاست» (ورام، ۱۴۱۰ق، ج ۱: ص ۶).

اندیشمندان اسلامی نیز متأثر از تعالیم اسلامی، بر این باورند که ساختار توزیع قدرت و اداره خانواده باید به گونه‌ای منطقی و بهنجار و با هدف حفظ انسجام و تقویت کارآمدی خانواده باشد. علامه طباطبایی با بهره‌گیری از آیه ۳۴ سوره نساء^۱، قائل به مدیریت مرد در خانواده است و با اشاره به نکاتی از زندگی اجتماعی و شرایط طبیعی و روان‌شناختی زن و مرد، این امر را تبیین می‌کند. ایشان درباره نقش هم‌افزایی زن و مرد در خانواده می‌گوید:

«لزوم شدت و قدرتمندی برای جنس مرد و لزوم لطافت و رقت بیشتر برای جنس زن، امری است که همه ملت‌ها، کم‌وبیش به آن معتقدند؛ به طوری که در فرهنگ‌های مختلف جهان، هر شخص پهلوان و تسلیم‌ناپذیر را "مرد" و هر شخص نرم‌خو و تأثیرپذیر را "زن" می‌نامند. دین اسلام این قانون طبیعی را در تشریح احکام خود پذیرفت و قوام‌بودن را بر عهده مرد گذاشت. خداوند به جهت طاقتی که مردان در اعمال سخت و دشوار دارند و از سوی دیگر، چون شخصیت زنان،

۱. «الرَّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ وَبِمَا أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ».

احساسی و عاطفی است و اساس و سرمایه آنان رقت و لطافت است، این قوامیت را به مرد داده است» (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۴: صص ۲۸۹، ۵۴۴ و ۵۴۷).

آیت‌الله جوادی آملی معتقد است زن و مرد از ارکان خانواده‌اند و هر کدام از آن‌ها به دلیل شرایطی که دارند، وظایف و مسئولیت‌های متناسبی در خانواده بر عهده دارند. او بر این باور است که تفاوت‌های موجود در خلقت زن و مرد در راستای تکمیل آن‌هاست؛ از این رو، هریک از آنان دیگری را واجد ویژگی‌هایی می‌یابد که خود فاقد آن است و همین تفاوت‌ها زمینه‌ساز جذابیت این دو را برای یکدیگر فراهم می‌سازد و آن‌ها را به هم پیوند می‌دهد تا هر کدام مکمل دیگری باشد (جوادی آملی، ۱۳۸۹، ص ۲۰۸). اگر همسران به نقش‌های متناسب با ویژگی‌های زیستی و روان‌شناختی خود ملتزم باشند و با همدلی به هم‌افزایی در خانواده بپردازند، تعارض‌ها به حداقل می‌رسد و استحکام خانواده افزایش می‌یابد (پناهی، ۱۳۹۸، ص ۲۴-۲۴۴).

ج) رفتارهای صمیمانه و همدلانه با همسر

صمیمیت و همدلی (empathy)، از مؤلفه‌هایی هستند که در ایجاد امید به زندگی و سلامت روانی (بهبودی روانی: well-being) خانواده و روابط زناشویی نقش سازنده‌ای دارند. پژوهش‌ها نشان می‌دهد که افزایش صمیمیت و همدلی در تعامل خانوادگی از عوامل سازگاری، رضایتمندی و کارآیی مضاعف خانواده است (Rangarajan & Kelly, 2004, p.655-671). امروزه به دلیل تعارض‌های زناشویی و معضلات اجتماعی فراوان و وجود رهن‌های روان‌شناختی پرشمار، اهمیت صمیمیت و همدلی مضاعف است. محور اساسی در فرایند صمیمیت، درک و شناخت، پذیرش، قدردانی، همراهی با احساسات، هنجارسازی انتظارات و افزایش آستانه تحمل است. در تعاملی که بر صمیمیت مبتنی است، زوجین تلاش می‌کنند درک صحیحی از نیازها و انتظارات یکدیگر پیدا کنند، به تعهدات خود پایبند باشند، به





هنجارهای اخلاقی و اجتماعی ملتزم شوند، روابط کلامی و غیر کلامی نیکو برقرار کنند، به احساسات یکدیگر واکنش متناسب نشان بدهند و درک صحیحی از نیازها و توقعات یکدیگر داشته باشند. همدلی موجب می‌شود بتوانیم خود را از نظر عاطفی و شناختی در جایگاه دیگران تصور کنیم و حالات ذهنی، درونی، شناختی و عاطفی-هیجانی دیگران را به درستی بفهمیم. همدلی از عناصری است که موجب کاهش ناراحتی و افزایش امنیت روانی در همسران می‌شود و زندگی را پایدار می‌کند. لوسکو (Levesque) و همکارانش بر این باورند که سطح بالای همدلی در روابط زوجین پیش‌بینی‌کننده مهارت‌های سازگاری و توانایی مقابله با مشکلات است و نقش سازنده‌ای در افزایش رضایتمندی آنان دارد (رجبی و همکاران، ۱۳۹۵، ص ۱-۲۲).

همدلی، زمینه‌های اضطراب و ناآرامی روان‌شناختی را کاهش می‌دهد و روابط همسران را بهبود می‌بخشد. همدلی و مواسات با همسر باعث تقویت روابط بین فردی و کاهش تنش‌ها می‌گردد. در آموزه‌های اسلامی به همدلی (مواسات) و درک عاطفی و شناختی دیگران توصیه شده و آن را بهترین رفتار دانسته‌اند.^۱ در این آموزه‌ها، افزون بر رعایت همدلی در روابط بین فردی، التزام به همدلی از وظایف ایمانی و اخلاقی در تعاملات بین فردی تلقی شده است و افراد به رعایت آن تشویق و توصیه شده‌اند. حضرت علی علیه السلام، همدلی و مواسات با دیگران را بهترین احسان و نیکی دانسته است.^۲

د) قدردانی دوسویه و چشم‌پوشی از خطاها

لزوم قدردانی از تلاش و لطف دیگران، قاعده‌ای فراگیر است و در خانواده اهمیت بیشتری دارد. قدردانی، هیجانی است که متوجه یک عامل خارجی می‌شود؛ این

۱. «سَيِّدُ الْأَعْمَالِ إِنْصَافُ النَّاسِ مِنْ نَفْسِكَ، وَ مَوْاسَاةُ الْأَخِ فِي اللَّهِ، وَ ذِكْرُ اللَّهِ عَلَى كُلِّ حَالٍ» (کلینی، ۱۴۰۷ق، ص ۳۶۹).

۲. «أَحْسَنُ الْإِحْسَانِ مَوْاسَاةُ الْإِخْوَانِ» (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶، ص ۳۸۸).



هیجان در پی منفعتی پدید می‌آید که فاخر، باارزش و با قصد نوع‌دوستانه تفسیر می‌شود. قدردانی به مثابه یک فشارسنج اخلاقی عمل می‌کند و توجه افراد را به میزان منفعت دریافتی روزانه جلب می‌کند (McCullough, 2008, p.281). از تتبع در آموزه‌های اسلامی و روان‌شناختی روشن می‌شود که قدردانی در روابط همسران باید دوسویه باشد؛ یعنی هم زن و هم مرد باید در برابر کارهایی که انجام می‌شود، از یکدیگر قدردانی کنند. سپاس‌گزاری، بازتاب عاطفی محبت و خوش‌اخلاقی در روان آدمی است. هر انسانی به طبع دوست دارد از نیکی، محبت و فداکاری دیگران قدردانی کند و در مقابل، دوست دارد دیگران از او قدردانی کنند. امام صادق علیه السلام می‌فرماید:

«خَيْرُ نِسَائِكُمْ الَّتِي اِنْ اَعْطِيَتْ شَكَرَتْ وَاِنْ مُنِعَتْ رَضِيَتْ؛ بهترین زنان شما زنی است که اگر به او چیزی دهند [یا به او خدمتی کنند] سپاس می‌گوید و اگر از او بازگیرند، راضی و خشنود می‌شود» (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۱۰۰: ص ۲۳۹).

قدردانی و سپاس‌گزاری هریک از همسران از دیگری و تحسین وی، بنا بر قاعده تقویت در شرطی‌سازی کنشگر^۱، آنان را در انجام کارهای خانه یا بیرون خانه دل‌گرم‌تر می‌کند. قدردانی از زحمات همسر (چه در وظایف الزامی، چه در وظایف غیرالزامی)، عامل مهمی در تحکیم پیوند عاطفی همسران و عنصری تعیین‌کننده در افزایش دل‌بستگی و علاقه‌مندی میان آنان است. این امر در عصر حاضر - برخلاف نظام خانوادگی سنتی که ایفای وظایف بیرونی و درونی خانه را از وظایف خاص هر کدام از همسران می‌دانست که باید آن‌ها را بدون چشم‌داشت انجام می‌دادند - اهمیتی دوچندان یافته و با توجه به تغییر ساختار خانواده، همسران بیشتر توقع قدردانی دارند. در گزاره‌های اسلامی توصیه شده از خطا و اشتباه دیگران بگذریم. چشم‌پوشی از خطای دیگران، به‌ویژه در روابط خانوادگی، آثار تربیتی و

۱. این قاعده، یک اصل روان‌شناختی است که می‌گوید اگر انسان به دنبال انجام دادن کاری تشویق شود، احتمال اینکه آن کار را تکرار کند بیشتر است.

روان‌شناختی و معنوی در پی دارد. مطالعات تجربی نشان می‌دهد که قدردانی و چشم‌پوشی از خطای یکدیگر با رضایت از زندگی، بهزیستی روان‌شناختی، ایجاد ویژگی عاطفی مثبت و همدلی رابطه مثبت دارد. قدردانی باعث افزایش احساسات مثبت و افزایش انگیزش اجتماعی و کاهش عاطفه منفی در همسران می‌شود (آقابابایی و دیگران، ۱۳۸۹، ص ۸۱).

بر اساس پژوهش‌ها، بخشش در روابط زناشویی و خانوادگی سازگاری را تقویت می‌کند، رضایت از زندگی را ارتقا و تعارضات را کاهش می‌دهد. همچنین، عملکرد همسران را در خانواده بهبود می‌بخشد و احساس ارزشمندی را افزایش می‌دهد (رجبی و همکاران، ۱۳۹۵، ص ۱-۲۲). قدردانی از یکدیگر باعث افزایش احساس ارزشمندی و مفیدبودن در همسران می‌شود. تشکر از خدمات و تلاش‌های همسر باعث دل‌گرمی و افزایش خدمت‌رسانی می‌گردد. وقتی همسران به تلاش‌های یکدیگر ارجح می‌نهند و از اشتباهات یکدیگر گذشت می‌کنند، رضایت و علاقه خود را به هم اعلام می‌کنند و نشان می‌دهند که منزلت والایی برای یکدیگر قائل‌اند؛ این عملکرد در ایجاد رضایت از زندگی و پایداری آنان نقش بسزایی دارد.

ه) تأمین نیازهای جنسی - عاطفی همسر

یکی از مباحثی که با استحکام بخشی به خانواده ارتباط اساسی دارد و امروزه به دلیل محرکات جنسی فراوان و تأثیرات فضای مجازی اهمیت مضاعف یافته، تأمین نیازهای جنسی و عاطفی زن و مرد در نظام خانواده است. نیازهای جنسی از نیازهای فراگیر، پرسود و لذت بخش است (پناهی و جان‌بزرگی، ۱۳۹۶، ص ۲۰۵). روابط جنسی، علاوه بر تأمین نیازهای جنسی و زیستی زوجین، نیازهای عاطفی آنان را نیز تأمین می‌کند؛ زیرا وقتی رابطه جنسی واقعی و عمیق برقرار می‌شود، در ضمن آن، رابطه عاطفی صمیمی نیز وجود دارد. وقتی همسران هم‌آغوش می‌شوند و به برقراری





ارتباط جنسی تمایل پیدا می‌کنند، در کنار هم می‌خوابند، یکدیگر را نوازش و به هم اظهار عشق و علاقه می‌کنند. این اظهار محبت و علاقه، نقش زیادی در آرامش روانی آنان دارد؛ به طوری که عده‌ای از خانم‌ها ارتباط عاطفی را به ارتباط جنسی ترجیح می‌دهند و حتی ارتباط جنسی را بیشتر به دلیل برآورده شدن نیازهای عاطفی می‌خواهند (آذربایجانی و همکاران، ۱۳۸۵، ص ۲۲۲).

در آموزه‌های دینی، افزون بر اینکه به نیازهای جنسی - عاطفی توجه جدی شده و این نوع نیازها از لذیذترین نعمت‌های الهی تلقی شده^۱، به نقش جنسیت (زن و مرد بودن) در کمیت و کیفیت نیازهای جنسی و تفاوت در عوامل و شرایط تحریک زن و مرد اشاره شده است (پناهی و جان‌بزرگی، ۱۳۹۶، ص ۲۰۵). در گزاره‌های اسلامی، افزون بر اینکه بر نقش محبت و کنش‌وری عاطفی در تحول شناختی و تأثیرپذیری معرفتی به طور عام اشاره شده است^۲، از گشاده‌رویی و محبت به منزله دام دوستی و موجب انس یاد شده^۳ و محبت، کارآمدترین ابزار برای تأثیرگذاری بر دیگران معرفی شده است؛ برای مثال: «شما نمی‌توانید دیگران را با امواتان به خود متمایل کنید، بلکه می‌توانید آنان را با گشاده‌رویی و محبت به خود متمایل (علاقه‌مند) سازید» (کلینی، ۱۴۰۷ق، ج ۲: ص ۱۰۳). عواطف، در روابط خانوادگی و اجتماعی دارای اهمیت و جایگاهی ویژه است و در آموزه‌های دینی نیز به تقویت آن سفارش شده است؛ پیامبر گرامی اسلام می‌فرماید:

«عَوِّدُوا قُلُوبَكُمْ الرَّفَّةَ؛ دل‌های خود را به نرمی و مهربانی (عاطفه‌داشتن) عادت دهید»

(مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۷۰: ص ۸۱).

بر اساس پژوهش‌ها، همسرانی که روابط جنسی مطلوبی دارند، رضایت خاطرشان از زندگی بیشتر است. همچنین، اثبات شده که ردّ درخواست‌های جنسی مرد از

۱. «الَّذُ الْأَشْيَاءُ مُضَاجَعَةُ النِّسَاءِ» (حرعاملی، ۱۴۰۹ق، ج ۲۰: ص ۲۳).

۲. «طَبِعَتِ الْقُلُوبُ عَلَى حُبِّ مَنْ أَحْسَنَ إِلَيْهَا وَ بُغِضَ مَنْ أَسَاءَ إِلَيْهَا» (همان، ج ۱۶: ص ۱۸۴).

۳. «البشاشة حباله المودّة» (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۷۴: ص ۱۶۷).

سوی همسر، آشفستگی زیاد مرد را به همراه دارد (بستان، ۱۳۹۰، ص ۱۸۲). مطالعات نشان می‌دهد که ۴۴ درصد از اختلافات خانوادگی و زناشویی ناشی از مشکلات روابط جنسی است و حدود ۲۵ درصد نیز به عللی با روابط جنسی ارتباط دارد (جدیری، ۱۳۸۷، ص ۷۲).

پژوهشگران تخمین زده‌اند که ۸۰ درصد اختلافات خانوادگی و زناشویی با نارضایتی جنسی ارتباط اساسی دارد؛ به گونه‌ای که ۵۰-۶۰ درصد طلاق‌ها و ۴۰ درصد خیانت‌های جنسی ناشی از نارضایتی جنسی دانسته شده است. بهبود روابط جنسی می‌تواند سلامت روانی، عاطفی و حتی زیستی زوجین را ارتقا بخشد و پایداری روابط خانوادگی و زناشویی را افزایش دهد (رحمانیان و همکاران، ۱۳۹۶، ص ۷۸-۷۹).

تحقیقات نشان می‌دهد رضایت جنسی در پایداری زناشویی نقش دارد و نارضایتی جنسی باعث گرایش به فحشا و بی‌عفتی و سردی روابط می‌گردد (جدیری، ۱۳۸۷، ص ۷۷-۷۲). تأمین رضایت جنسی همسر از یک سو، زمینه انحراف او را مسدود می‌کند و از سوی دیگر، باعث افزایش لذت و رضایت و احساس ارزشمندی و جذابیت در همسر می‌گردد.

و) ارتباط حداقلی با جنس مخالف (چه در محیط واقعی، چه در فضای مجازی) الگوهای ارتباطی ناسالم با جنس مخالف، زمینه‌ساز تعارض‌های خانوادگی و وسوسه‌های شهوانی می‌گردد (احمدی و فاتحی‌زاده، ۱۳۸۴، ص ۱۰۹-۱۲۰). تعهد به ضوابط اخلاقی و هنجارهای رفتاری در تعامل با جنس مخالف از عوامل اساسی در بهبود الگوی ارتباطی سالم است و در رضایت از زندگی و استحکام خانواده تأثیر دارد. امروزه افزون بر ارتباط با جنس مخالف محیط‌های واقعی، ارتباط در فضای مجازی نیز مطرح است. مهم‌تر اینکه ارتباط مجازی با صرف حداقل وقت و هزینه مهیا می‌شود و به آسانی قابل دسترسی است. همسرانی که در تعامل با جنس مخالف



(نامحرم)، پرهیزکاری کافی ندارند، در معرض وسوسه‌های شیطانی و بی‌رغبتی به همسر خویش قرار دارند.

مهم‌ترین مصداق هنجارهای اخلاقی در رابطه با جنس مخالف (چه در محیط واقعی، چه در فضای مجازی)، رعایت تقوی و عفت، پرهیز از گفتگوهای غیرضروری با نامحرم، عدم اختلاط با نامحرم و مهار نگاه در رابطه با جنس مخالف است. بسیاری از خیانت‌های جنسی و روابط فزاینده‌اشویی در عدم رعایت هنجارهای اسلامی در روابط با جنس مخالف ریشه دارند. رعایت چارچوب‌ها در روابط زن و مرد نه تنها به پیشگیری از آسیب روانی زنان و مردان کمک می‌کند، در حفظ سلامت اخلاقی و خانوادگی نیز مؤثر است. محیط مختلط می‌تواند آرام‌آرام حساسیت زنان و مردان را درباره جنس مخالف تغییر دهد و موجب ترویج نوعی بی‌مبالاتی شود (آذربایجانی، ۱۳۸۲، ص ۲۳۳-۲۳۶).

با توجه به محرک‌های پرجاذبه‌ای که دو جنس به‌طور طبیعی برای ورود به دنیای یکدیگر دارند، اختلاط زن و مرد (به انحاء مختلف) در محیط‌های عمومی و غیره، آبخور بسیار مناسبی برای رشد تمایلات شهوانی و کامجویی‌های حرام و بی‌رغبتی به همسر است. وقتی یک زن یا یک مرد به‌طور مکرر با جنس مخالف ارتباط کلامی یا تصویری دارد و در این ارتباط حدود شرعی و اخلاقی را رعایت نمی‌کند، قطعاً احساس نیاز کمتری به برقراری ارتباط عاطفی و کلامی با همسر قانونی و شرعی خویش می‌کند؛ لذا زمینه اختلاف، طلاق عاطفی و خیانت در خانواده افزایش می‌یابد. یک مطالعه تطبیقی که در ۶۶ کشور صورت گرفت، نشان داد هرچه اختلاط زنان و مردان در جامعه بیشتر باشد، میزان طلاق و آسیب‌های اخلاقی افزایش می‌یابد (بستان، ۱۳۹۰، ص ۱۸۴).

مجاورت و نزدیکی مکانی (واقعی یا مجازی) موجب ارتباط مکرر می‌شود و ارتباط بین فردی مکرر معمولاً به جاذبه می‌انجامد (آذربایجانی، ۱۳۸۲، ص ۲۳۳-۲۳۶). اگر این مجاورت و ملاقات‌های مکرر با تبادل عاطفی همراه باشد،





دل‌بستگی عاطفی نیز به وجود می‌آید. البته دل‌بستگی عاطفی در زنان به دلیل قوی بودن عواطف در آنان، مضاعف است (Barrett & Bliss-Moreau, 2009, p.649-658). امروزه فضای مجازی (اینترنت، اینستاگرام، تلگرام و...) از مسئله‌سازترین و آسیب‌زاترین عناصر در خانواده - به‌ویژه برای کسانی که آگاهی کافی از این عرصه ندارند - محسوب می‌شود.

در آموزه‌های اسلامی، رعایت عفت و پاک‌دامنی از ویژگی‌های مؤمنان راستین معرفی شده است.^۱ قرآن کریم، حضرت مریم را الگوی پاک‌دامنی برای زن و مرد معرفی کرده و یکی از معیارهای ارزشمندی زن را پاک‌دامنی دانسته است.^۲ حضرت علی علیه السلام یکی از مصادیق پرهیزکاری و مهار نفس را رعایت عفت و پاک‌دامنی در مواجهه با جنس مخالف بیان فرموده و به رعایت پاک‌دامنی و حفظ حریم‌ها در تعامل با جنس مخالف توصیه کرده است.^۳ در گزاره‌های دینی، مرزبندی‌های جدی برای تنظیم روابط عاطفی-جنسی و محدود کردن آن‌ها به همسر قانونی و شرعی شده است. اسلام وجود هرگونه رابطه عاطفی-جنسی خارج از چارچوب ازدواج را تعدی و نابهنجاری می‌داند (مؤمنون: ۶). پیامبر گرامی اسلام، بی‌عفتی را مهم‌ترین عامل سقوط معنوی و غلطیدن به دوزخ معرفی فرموده است.^۴ در آموزه‌های دینی، ضمن اینکه به جایگاه و اهمیت حیا پرداخته شده،^۵ بر نیکویی و رجحان حیا و عفت در زنان تأکید شده است.^۶ مراعات عفت و پاک‌دامنی در تعامل با نامحرم به نفع و مصلحت زنان است^۷ و دل‌های آنان را به پاکی رهنمون می‌کند.^۸

۱. «وَالَّذِينَ هُمْ لِأُوجُهِهِمْ حَافِظُونَ» (مؤمنون: ۵).

۲. «وَمَرْيَمَ ابْنَتَ عِمْرَانَ الَّتِي أَحْصَنَتْ فَرْجَهَا» (تحریم: ۱۲).

۳. «الْمُتَّقُونَ أَنفُسَهُمْ عَافِيَةً» (خوانساری، ۱۳۶۶، ج: ۷، ص: ۴۱۲).

۴. «أَكْثَرُ مَا تَلِيحُ بِهِ أُمَّتِي النَّارَ الْأَجُوفَانَ: الْبَطْنُ وَالْفَرْجُ» (کلینی، ۱۴۰۷، ج: ۲، ص: ۷۹).

۵. «الْحَيَاءُ مِنَ الْإِيمَانِ وَالْإِيمَانُ فِي الْجَنَّةِ» (نوری، ۱۴۰۸، ج: ۸، ص: ۴۶۱).

۶. «الْحَيَاءُ حَسَنٌ لَكِنَّهُ فِي النِّسَاءِ أَحْسَنُ» (دیلمی، ۱۴۱۲، ج: ۱، ص: ۱۹۳).

۷. «وَ أَنْ يَسْتَعْفِفْنَ خَيْرٌ لَهُنَّ» (نور: ۶۰).

۸. «ذَلِكُمْ أَطْهَرُ لِقُلُوبِكُمْ وَ قُلُوبِهِنَّ» (احزاب: ۵۳).

رعایت هنجارهای اخلاقی در رابطه با جنس مخالف، زمینه‌ساز سلامت و استواری خانواده است و اعتماد بین زوجین را افزایش می‌دهد.^۱ عفاف از عوامل مصونیت‌بخش به زنان و مردان است.^۲ خیانت زناشویی یکی از عوامل مهم در اختلافات خانوادگی به شمار می‌آید (ابن‌بابویه، ۱۴۱۳ق، ج ۴: ص ۳۶۵) که معمولاً با رعایت نکردن عفت عمومی مرتبط است. در اسلام حتی رابطه‌های عاطفی-جنسی جزئی مانند نگاه کردن با میل جنسی (نور: ۳۰-۳۱)، تماس بدنی و گفت‌وگوی عاطفی-جنسی بین زن و مرد نامحرم ممنوع است (حرعاملی، ۱۴۰۹ق، ج ۲۰: ص ۱۹۱)؛ زیرا این گونه روابط به تعامل عاطفی زن و شوهر و صمیمیت آنان آسیب می‌رساند. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می‌فرماید:

«لِكُلِّ عَضْوٍ مِنْ ابْنِ آدَمَ حَظًّا مِنَ الزَّنا فَالْعَيْنُ زِنَاهُ النَّظَرُ؛ برای هر عضوی از آدمی سهمی از زناست؛ زنا چشم، نگاه کردن به نامحرم است» (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۱۰۱: ص ۳۸).

مهم‌ترین پیامدهای عدم‌التزام به هنجارهای اخلاقی و جنسی

پایبند نبودن به هنجارهای اخلاقی در رابطه با جنس مخالف و تأمین نکردن نیازهای جنسی و عاطفی همسران ممکن است پیامدهای تلخی در پی داشته باشد. شماری از مهم‌ترین این پیامدها عبارت‌اند از:

یک) روابط فرازناشویی (خیانت جنسی)

روابط فرازناشویی (خیانت زناشویی: Infidelity) به معنی داشتن رابطه جنسی یا رابطه عاطفی و دوستانه ناهنجار و پنهانی با فرد دیگری به‌جز همسر است (Guitar & others, 2016, p.1-13) و یکی از پیامدهای بی‌توجهی به توصیه‌های

۱. «وَ اكْفَتْ عَلَيْهِنَّ مِنْ ابْصَارِهِنَّ بِحِجَابِكِ اِيَّاهُنَّ، فَإِنَّ شِدَّةَ الْحِجَابِ اِتَّقَى عَلَيْهِنَّ (فَإِنَّ شِدَّةَ الْحِجَابِ حَيْرٌ لَكَ وَلِهِنَّ مِنَ الْاِرْتِيَابِ) وَلَيْسَ خُرُوجُهُنَّ بِأَشَدَّ مِنْ دُخُولِ مَنْ لَا يُوَثَّقُ بِهِ عَلَيْهِنَّ» (حرعاملی، ۱۴۰۹ق، ج ۲۰: ص ۶۵).

۲. «صِيَانَةُ الْمَرْأَةِ اَلْغَمُّ لِحَالِهَا» (نوری، ۱۴۰۸ق، ج ۱۴: ص ۲۵۵).





اخلاقی در تعامل با جنس مخالف به شمار می‌آید. پایداری و استحکام خانواده از عوامل و مؤلفه‌های مختلفی متأثر است که یکی از مهم‌ترین آن‌ها، تعهد و التزام جدی به اقتضائات پیمان زناشویی و پرهیز از خیانت اخلاقی-جنسی است (عیسی‌نژاد و باقری، ۱۳۹۵، ص ۱۸۹-۲۰۷).

روی آوردن به خیانت جنسی به معنی نقض پیمان زناشویی است و گستره آن از گفت‌وگوی عاطفی و پنهانی (در فضای واقعی یا مجازی) تا ارتباط جنسی فیزیکی را در بر می‌گیرد. خیانت زناشویی (marital infidelity)، یکی از عوامل مهم فروپاشی نظام خانواده و طلاق است. یکی از مؤلفه‌های مهم و تأثیرگذار در کاهش خیانت زناشویی، التزام به هنجارهای اخلاقی و تعهدات دینی است. در پایداری و موفقیت روابط خانوادگی و زناشویی، سه عنصر نقش تعیین‌کننده دارند: تعهد (commitment)، جاذبه (attraction) و تفاهم (agreement). تعهد زناشویی، مهم‌ترین و قوی‌ترین عامل در پایداری و استحکام خانواده است (یوسفی و همکاران، ۱۳۹۶، ص ۶۴-۴۷) که سه ساحت دارد: تعهد شخصی (personal commitment)، تعهد اخلاقی (ethical commitment) و تعهد ساختاری (structural commitment). تعهد شخصی به معنی علاقه و تمایل فرد به ادامه رابطه زناشویی مبتنی بر جاذبه، محبت و تکریم متقابل است.

این تعهد تلقی‌های فرد را درباره همسر خود و اهمیت رابطه سالم با او نشان می‌دهد. تعهد اخلاقی یعنی التزام به هنجارهای اخلاقی در رابطه با همسر، التزام به ادامه زندگی با او و رعایت منزلت و کرامت انسانی او. تعهد ساختاری یعنی همسران به دلیل التزام به ساختار فرهنگی و اجتماعی و هنجارهای خانوادگی و چارچوب‌های سنتی حاکم بر خانواده باید به تعهدات خویش پایبند باشند و انتظارات اطرافیان را ملاحظه و رعایت کنند (Tang & Curran, 2012, p.1598-1622).

پژوهش‌های مختلف درباره علل ایجاد روابط فرازناشویی، به دلایل و مؤلفه‌هایی دست یافته‌اند که مهم‌ترین آن‌ها عبارت‌اند از: نارضایتی جنسی همسران،

کم‌رنگ شدن شکاف جنسیتی نیروی کار، فعالیت در محیط‌های مختلط غیرعفیفانه و نگرش‌ها و رفتارهای سهل‌انگارانه و به‌دور از عفت (کاهش حیا و پاک‌دامنی) با جنس مخالف (عیسی‌نژاد و باقری، ۱۳۹۵، ص ۱۸۹-۲۰۷).

زنان به دلیل ظرفیت عاطفی ویژه و توانایی خاص در بروز هیجانات عاطفی و استمرار آن (Robbins & Judge, 2015, p.107)، به محبت بیشتری نیاز دارند. تأمین نکردن نیازهای عاطفی - جنسی همسران، به‌ویژه زنان، یکی از عوامل مهم در خیانت جنسی است. در عصر حاضر، زمینه‌های تأمین نیاز جنسی و عاطفی زن و مرد در بیرون از خانه به روش‌های گوناگون فراهم است. لذا ضرورت دارد زنان و مردان به تأمین نیاز عاطفی و جنسی همسر خویش توجه ویژه داشته باشند و زمینه‌های شکل‌گیری انتظارات غیرواقعی و محرکات جنسی (به‌واسطه ماهواره، فضای مجازی و...) را ایجاد نکنند.

دو) دل‌زدگی زناشویی

خانواده به‌منزلهٔ فراگیرترین نهاد اجتماعی، از ارکان اساسی جامعه است و به‌دنبال تحقق فرایندی به‌نام ازدواج شکل می‌گیرد (Hamidi, 2009, p.32-45). دل‌زدگی زناشویی (marital burnout) یکی از مشکلات مهم در روابط خانوادگی و زناشویی است که معمولاً به‌دنبال تحقق نیافتن رؤیاهای، انتظارات، آرزوها و نیازهای روانی - عاطفی زوجین به وجود می‌آید. به‌طور طبیعی، وقتی زن و مرد اقدام به تشکیل خانواده می‌کنند، انتظارات (واقعی یا غیرواقعی) و خواسته‌هایی دارند که چه بسا با ناکامی روبه‌رو می‌شوند و در نتیجه، ممکن است دچار دل‌زدگی زناشویی (سرخوردگی، عدم صمیمیت، عدم دل‌بستگی عاطفی، سردی روابط و...) شوند (مهدویان‌فرد و همکاران، ۱۳۹۳، ص ۱۲۲-۱۳۷).

دل‌زدگی زناشویی - به‌معنی کاهش تدریجی دل‌بستگی عاطفی، کاهش علاقه، عدم لذت از همسر و ایجاد یک حالت فرسودگی جسمی، هیجانی و روانی



(khodabakhshi & others, 2014, p.175-182) - به فرسودگی جسمی، روان‌شناختی و کاهش هیجان و انگیزه در همسران منجر می‌شود و ادامه زندگی را سخت می‌کند. عواملی که با دل‌زدگی زناشویی رابطه معنی‌داری دارند، عبارت‌اند از: نگرش منفی به زندگی، انتظارات غیرواقع‌بینانه، خشونت، عدم صمیمیت، عصبیت، کژکاری جنسی همسران (خیانت جنسی) و بدخلقی. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که دل‌زدگی زناشویی در زنان بیشتر از مردان است و متغیرهای خانوادگی بیشترین نقش را در دل‌زدگی زناشویی دارند (مهدویان‌فرد و همکاران، ۱۳۹۳، ص ۱۲۲-۱۳۷).

ز) صداقت و اجتناب از نقش‌های ریاکارانه و تصنعی

صداقت و راستی از مهم‌ترین راهکارهای ایجاد استحکام در روابط همسران است. صداقت از جمله صفاتی است که از طریق تصدیق قول با فعل و تطابق گفتار با رفتار (مصطفوی، ۱۳۶۰، ج ۶: ص ۲۱۳)، زمینه‌ساز اعتماد طرفین می‌شود و تعامل را پایدار می‌کند. در گزاره‌های اسلامی از صداقت و سلامت رفتار به نیکی یاد شده و پاداش عظیمی برای آن ملاحظه شده است.^۱ صداقت، فضیلتی اخلاقی و کمال ذومراتب با مینا و بار ارزشی مهم تلقی شده است. از نگاه اسلام، دروغ، سرچشمه بیشتر ناهنجاری‌های اخلاقی است. صداقت و روراستی یکی از ابعاد مهم اعتماد است و اگر افراد صادقانه و به‌دور از ریاکاری با هم تعامل و ارتباط داشته باشند، عملکرد آنان بهبود می‌یابد و فضای روان‌شناختی اطمینان‌بخشی شکل می‌گیرد (Tan & Tan, 2000, p.253).

ریاکاری و دورویی که نقطه مقابل صداقت و راستی است، از اعتماد متقابل در خانواده می‌کاهد و فضای روان‌شناختی و خانوادگی مبهم و بدبینانه‌ای را شکل می‌دهد. صداقت و راستی، نقش سازنده‌ای در خانواده دارد و از مهم‌ترین عناصر ایجاد اعتماد در روابط همسری است. اعتماد، پدیده‌ای بسیار مهم در روابط بین افراد



۱. ﴿وَالصَّادِقِينَ وَالصَّادِقَاتِ... أَعَدَّ اللَّهُ لَهُمْ مَغْفِرَةً وَأَجْرًا عَظِيمًا﴾ (احزاب: ۳۵).



است که بر عملکرد افراد تأثیر می‌گذارد و تنش‌ها و تعارضات را کاهش می‌دهد (رستگار و همکاران، ۱۳۹۶، ص ۲۷-۵۰).

شماری از نتایج شاخص و مهم صداقت و راستی از چشم‌انداز اسلامی عبارت‌اند از: محبوبیت، مورداعتمادبودن، خوش‌نامی و هیبت‌داشتن و...^۱ در گزاره‌های دینی، دروغ‌گو به شدت مذمت شده و دروغ‌گویی از عوامل بی‌اعتباری، عدم‌اطمینان و ناموثق‌بودن معرفی شده است.^۲ تأمل در این گزاره‌ها و دیگر گزاره‌هایی که درباره راستی و صداقت وجود دارد، نشان می‌دهد صداقت و راستی در روابط خانوادگی اجتناب‌ناپذیر است و باعث ایجاد اطمینان، اعتبار، تدبیر و حرف‌شنوی می‌گردد. زن و شوهر باید در روابط خانوادگی به صداقت و راستی ملتزم باشند و از دورویی پرهیز کنند. دورویی و عدم‌صداقت باعث بی‌اعتمادی همسر می‌شود و پایه‌های زندگی را سست و متزلزل می‌کند.

۱. «إِنَّ الصَّادِقَ لَمُكْرَمٌ جَلِيلٌ؛ لِيَكُنْ أَوْثَقُ النَّاسِ لَدَيْكَ لَدَيْكَ أَنْظَفَهُمْ بِالصِّدْقِ؛ يَكْتَسِبُ الصَّادِقُ بِصِدْقِهِ ثَلَاثًا: حُسْنَ الثَّقَمَةِ بِهِ وَ الْمَحَبَّةَ لَهُ وَ الْمَهَابَةَ عِنْدَهُ» (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶، ص ۲۱۹-۲۲۰).

۲. «الْكَذَّابُ مُتَّهَمٌ فِي قَوْلِهِ وَ إِنْ قُوِيَ حُجَّتُهُ وَ صَدَقَتْ لَهُجَّتُهُ، مَنْ كَثُرَ كَذِبُهُ لَمْ يَصْدَقْ، مَنْ عَرِفَ بِالْكَذِبِ قَلَّتِ الثَّقَةُ بِهِ، مَنْ عَرِفَ بِالْكَذِبِ لَمْ يَقْبَلْ صِدْقُهُ» (همان، ص ۲۲۰).

نتیجه گیری

با تتبع و ژرف اندیشی در آموزه های اخلاقی، اسلامی و روان شناختی می توان گفت مهم ترین راهکارهای استحکام و پایداری خانواده و کاهش تعارض بین همسران عبارت اند از:

۱. ابتنای روابط همسران بر اخلاق مداري، صمیمیت، همدلی، تکریم و چشم پوشی از خطای یکدیگر؛
۲. التزام هر یک از همسران به نقش ها و وظایف متناسب با ویژگی های زیستی و روان شناختی و التزام به نقش هایی که در آموزه های اسلامی برای آنان معلوم شده است؛
۳. رعایت پرهیزکاری و پاک دامنی در تعامل با جنس مخالف و نامحرم و اکتفا به ارتباط حداقلی و ضروری؛
۴. پرهیز از ارتباط کلامی و نگارشی، با جنس مخالف در فضای مجازی؛
۵. صداقت و یکرنگی در خانواده و پرهیز از نقش های فریب کارانه، نمایشی و ریاکارانه؛
۶. پایبندی به معنویت، اخلاق اسلامی، پاک دامنی، ادب، فداکاری و هم افزایی در روابط خانوادگی؛
۷. اظهار محبت و مهرورزی کلامی و رفتاری به همسر و پرهیز از خشونت و تندی در خانواده؛
۸. درک تفاوت ها و توجه به حساسیت های همسر و تعامل متناسب با ویژگی های روان شناختی و اجتماعی او.



کتاب نامه

۱. قرآن کریم، ترجمه ناصر مکارم شیرازی.
۲. آذربایجانی، مسعود (۱۳۸۲)، روان شناسی اجتماعی با نگرش به منابع اسلامی، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
۳. آذربایجانی، مسعود و همکاران (۱۳۸۵)، روان شناسی عمومی، قم: پژوهشگاه تحقیقات اسلامی.
۴. آقابابایی، ناصر و دیگران (۱۳۸۹)، «سنجش قدردانی در دانشجویان و طلاب؛ بررسی ویژگی های روان سنجی پرسش نامه قدردانی»، مطالعات اسلام و روان شناسی، ش ۶، ص ۷۵-۸۸.
۵. ابن بابویه، محمد بن علی (۱۴۱۳ق)، من لا یحضره الفقیه، قم: جامعه مدرسین.
۶. ابن شعبه حرانی، حسن بن علی (۱۴۰۴ق)، تحف العقول، قم: جامعه مدرسین.
۷. احمدی، سید احمد و مریم فاتحی زاده (۱۳۸۴)، «بررسی رابطه الگوهای ارتباطی زوجین و میزان رضایتمندی زناشویی زوجین شاغل در دانشگاه اصفهان»، خانواده پژوهی، ش ۲، ص ۱۰۹-۱۲۰.
۸. بستان، حسین (۱۳۹۰)، جامعه شناسی خانواده با نگاهی به منابع اسلامی، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
۹. پناهی، علی احمد و مسعود جان بزرگی (۱۳۹۶)، روان شناسی زن و مرد، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
۱۰. پناهی، علی احمد (۱۳۹۸)، نقش زن و مرد در خانواده با رویکرد اسلامی، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
۱۱. تمیمی آمدی، عبد الواحد بن محمد (۱۳۶۶)، تصنیف غرر الحکم و درر الکلم، قم: دفتر تبلیغات اسلامی.





۱۲. جدیری، جعفر (۱۳۸۷)، بررسی رابطه رضامندی زناشویی بر اساس معیارهای دینی باثبات هیجانی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، قم، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی رحمته‌الله علیه.
۱۳. جوادی آملی، عبدالله (۱۳۸۹)، زن در آئینه جلال و جمال، قم: اسراء.
۱۴. حر عاملی، محمد بن حسن (۱۴۰۹ق)، وسائل الشیعه، قم: مؤسسه آل‌البیت علیهم‌السلام.
۱۵. خوانساری (آقا جمال)، محمد بن حسین (۱۳۶۶)، غرر الحکم و درر الکلم، تهران: دانشگاه تهران.
۱۶. دیلمی، حسن بن محمد (۱۴۱۲ق)، إرشاد القلوب إلی الصواب، قم: الشریف الرضی.
۱۷. رجبی، غلامرضا و همکاران (۱۳۹۵)، «ارزیابی مدل رابطه خوددلسوزی، همدلی زناشویی و افسردگی با میانجیگری بخشش زناشویی در زنان»، دوفصلنامه مشاوره کاربردی، دوره ۶، ش ۲، ص ۱-۲۲.
۱۸. رحمانیان، سیده عادله و همکاران (۱۳۹۶)، «مقایسه تأثیر مشاوره تلفیقی (گروهی و فردی) با مشاوره صرفاً گروهی بر آگاهی و نگرش جنسی زنان در آستانه ازدواج»، مجله زنان ایران (مامایی و نازایی)، دوره ۲۰، ش ۳، ص ۷۷-۸۸.
۱۹. رستگار، عباسعلی و همکاران (۱۳۹۶)، «نقش نظام ارزیابی عملکرد در بروز پدیده ریاکاری سازمانی: اثر تعدیل‌کنندگی جو سازمانی»، فصلنامه مطالعات رفتار سازمانی، سال ششم، ش ۲ (پیاپی ۲۲)، ص ۲۷-۵۰.
۲۰. زارعی محمودآبادی، حسن (۱۳۹۲)، «اثر بخشی بازآموزی سبک‌های اسنادی بر بهبود عملکرد زوجین متقاضی طلاق»، فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده، سال چهارم، ش ۳، ص ۳۶۷-۳۸۵.
۲۱. سالاری فر، محمدرضا (۱۳۹۵)، درآمدی بر زوج‌درمانی با روی آورد اسلامی، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.



۲۲. طباطبایی، سید محمدحسین (۱۳۷۴)، *المیزان*، ترجمه سیدمحمدباقر موسوی همدانی، قم: جامعه مدرسین.
۲۳. عیسی‌نژاد، امید و آرزو باقری (۱۳۹۵)، «پدیدارشناسی روش‌های توجیه خیانت: سازوکارهای رویارویی با ناهماهنگی شناختی در روابط فرازناشویی»، *مجله مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ش ۲۲، ص ۱۸۹-۲۰۷.
۲۴. کلینی، محمد بن یعقوب (۱۴۰۷ق)، *الکافی*، تهران: دار الکتب الإسلامية.
۲۵. لیثی واسطی، علی بن محمد (۱۳۷۶)، *عیون الحکم و المواعظ*، قم: دار الحدیث.
۲۶. مجلسی، محمدباقر (۱۴۰۳ق)، *بحار الأنوار*، بیروت: دار إحياء التراث العربی.
۲۷. مصطفوی، حسن (۱۳۶۰)، *التحقیق فی کلمات القرآن الکریم*، تهران: بنگاه ترجمه و نشر کتاب.
۲۸. مهدویان‌فرد، راحله و همکاران (۱۳۹۳)، «پیش‌بینی دل‌زدگی زناشویی از طریق همدم‌گزینی-دوری‌گزینی در دانشجویان زن متأهل»، *پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و مشاوره*، دانشگاه فردوسی مشهد، ش ۴، ص ۱۲۲-۱۳۷.
۲۹. نوری، میرزاحسین (۱۴۰۸ق)، *مستدرک الوسائل*، بیروت: مؤسسه آل‌البیت.
۳۰. ورام بن ابی‌فراس، مسعود بن عیسی (۱۴۱۰ق)، *تنبيه الخواطر و نزهة النواظر المعروف بمجموعه ورام*، قم: مکتبه فقیه.
۳۱. وفایی، طیبه و همکاران (۱۳۸۸)، «مقایسه الگوهای ارتباطی همسران جانباز و عادی»، *طب جانباز*، ش ۵، ص ۲۰-۲۶.
۳۲. یوسفی، ناصر، بنت‌الهدی کریمی‌پور و احمد امانی (۱۳۹۶)، «بررسی مدل باورهای مذهبی، سبک‌های حل تعارض و تعهد زناشویی با نگرش نسبت به خیانت جنسی»، *دوفصلنامه مشاوره کاربردی*، ش ۶، ص ۴۷-۶۴.
33. Barasa, E., Molyneux, E., English, M., Cleary, S. (2015), "Setting Healthcare Priorities at the Macro and Meso Levels: A Framework for Evaluation", *Int J Health Policy Manag*, 4(11), p.719-732.

34. Barrett .L. F. and Bliss-Moreau E., (2009), “She’s Emotional. He’s having a Bad Day: Attributional Explanations for Emotion Stereotypes”, *Emotion* 9, p. 649–658.
35. Guitar, A. E., Geher, G., Kruger, D. J., Garcia, J. R., Fisher, M. L., & Fitzgerald, C. J. (2016), “Defining and distinguishing sexual and emotional infidelity”, *Current Psychology*, 1-13.
36. Gunderson, A. R., King, E. E., Boyer. K., Tsukimura, B., Stillman, J. H. (2017), “Species as Stressors: Heterospecific Interactions and the Cellular Stress Response under Global Change”, *Integr Comp Biol*, 2017 Jul 1, 57(1), p. 90-102.
37. Hamidi, A. (2009), *the effectiveness of Eric Berne’s training in Transactional Analysis on increasing of marital adjustment*, Master’s thesis, Islamic Azad University of Roudehen (In persion).
38. Jory, B. & C .L. Yodanis (2006), “Power–Family Relationships Marital Relationships”, in <http://family.jrank.org/pages/1316/Power.html>.
39. Khodabakhshi, K, A., et al (2014), “A holistic approach to psychological sexual; Problems in women with diabetic husbands”, *Iran J Reprod Med*, 12 (3), p.175–182 (In persion).
40. Kim Y.M. & Others (2004), “Spirituality and affect; A Function of changes in Religious affiliation”, *Journal of family psychology*, Vol. 13, p.3-17.
41. Libin, E. (2017), *Coping Intelligence: Efficient Life Stress Management*. *Front Psychol*, vol. 8, p.302.
42. McCullough, M. E., et al. (2008), “An Adaptation for Altruism? The Social Causes, Social Effects, and Social Evolution of Gratitude”, *Current Directions in Psychological Science*, v. 17 (4), p. 281-285.





43. Miller, J. and Tedder, B. (2011), *the Discrepancy between Expectations and Reality: Satisfaction in Romantic Relationships*. Hanover College, PSY 401 Advanced Research.
44. Olson, D. h. (2009) "Face IV and the Circumflex model: validation study", *Journal of Marital and Family therapy*, 10, p.1111-1122.
45. Rangarajan, S. & Kelly, L. (2006), "Family communication patterns, family environment, and the impact of parental alcoholism on offspring self-esteem", *Journal of social and personal relationship*, 23, p.655-671.
46. Robbins, Stephen P and Judge, Timothy A. (2015), *Organizational behavior*, Manufactured in the United States of America.
47. Sevinc, M., Garip E. (2010), *a study of parents, child raising style and marital harmony*, *Procedia Social and Behavioral Sciences* 2, 1648-1653.
48. Tan, H. & Tan, C. (2000), "Toward the differentiation of trust in supervisor and trust in organization, Genetic, Social and General Psychology Monographs", 126, p. 241-460.
49. Tang, C. Y., & Curran, M. A. (2012), "Marital commitment and perceptions of fairness in household chores", *Journal of Family Issues*, 34 (12), p.1598-1622.

References

1. *The Holy Quran*, translated by Nasser Makarem Shirazi.
2. Aghababaei, Nasser et al. (2010), "Assessment of appreciation in students and scholars; Investigating the Psychometric Characteristics of the Appreciation Questionnaire", *Islamic Studies and Psychology*, Vol. 6, p.75-88.
3. Ahmadi, Seyed Ahmad & Maryam Fatehizadeh (2005), "A Study of the Relationship between Couples' Communication Patterns and the Marital Satisfaction of Couples Working at the University of Isfahan", *Family Studies*, Vol. 2, p. 109-120.
4. Azarbayjani, Massoud et al. (2006), *General Psychology*, Qom: Research Institute of Islamic Research.
5. Azarbayjani, Massoud et al., (2003), *Social Psychology with an Attitude towards Islamic Resources*, Qom: Hozeh Research Institute and University.
6. Barasa, E., Molyneux, E., English, M., Cleary, S. (2015), "Setting Healthcare Priorities at the Macro and Meso Levels: A Framework for Evaluation", *Int J Health Policy Manag*, 4(11), p.719-732.
7. Barrett .L. F. and Bliss-Moreau E., (2009), "She's Emotional. He's having a Bad Day: Attributional Explanations for Emotion Stereotypes", *Emotion* 9, p. 649-658.
8. Bostan, Hossein (2011), *Family Sociology with a Look at Islamic Resources*, Qom: Hozeh Research Institute and University.
9. Deylami, Hassan Ibn Muhammad (1412 AH), *Ershad al-Qoloub ela al-Sawab*, Qom: al-Sharif al-Radhi.
10. Guitar, A. E., Geher, G., Kruger, D. J., Garcia, J. R., Fisher, M. L., & Fitzgerald, C. J. (2016), "Defining and distinguishing sexual and emotional infidelity", *Current Psychology*, 1-13.
11. Gunderson, A. R., King, E. E., Boyer, K., Tsukimura, B., Stillman, J. H. (2017), "Species as Stressors: Heterospecific Interactions and the Cellular Stress Response under Global Change", *Integr Comp Biol*, 2017 Jul 1, 57(1), p. 90-102.
12. Hamidi, A. (2009), *the effectiveness of Eric Berne's training in Transactional Analysis on increasing of marital adjustment*, Master's thesis, Islamic Azad University of Roudehen (In persion).
13. Hor Ameli, Muhammad Ibn Hassan (1409 AH), *Wasa'il al-Shi'a*, Qom: Al al-Bayt Institute.
14. Ibn Babaweyh, Muhammad Ibn Ali (1413 AH), *Man La Yahdhra al-Faqih*, Qom: Jameh Modaresin Publications.
15. Ibn Shu'bah al-Hararani, Hasan Ibn Ali (1404 AH), *Tohaf al-Aqool*, Qom: Society of Teachers.
16. Issa Nejad O. and Bagheri, A. (2016), "Phenomenology of Justification Methods: Mechanisms for Confronting Cognitive Disorders in Extramarital Relationships", *Family Counseling and Psychotherapy Journal*, No. 22, p. 189-207.
17. Jadiri, Jafar (2008), *a Study of the Relationship between Marital Satisfaction Based on Religious Criteria with Emotional Stability*, Master's Thesis, Qom: Imam Khomeini Educational and Research Institute.
18. Javadi Amoli, Abdullah, (2010), *Woman in the Mirror of Glory and Beauty*, Qom: Esra.
19. Jory, B. & C .L. Yodanis (2006), "Power-Family Relationships Marital Relationships", in <http://family.jrank.org/pages/1316/Power.html>.
20. Khansari (Agha Jamal), Mohammad Ibn Hussein (1987), *Ghorar al-Hekam and Dorar al-Kalem*, Tehran: University of Tehran.
21. Khodabakhshi, K, A., et al (2014), "A holistic approach to psychological sexual; Problems in women with diabetic husbands", *Iran J Reprod Med*, 12 (3), p.175-182 (In persion).
22. Kim Y.M. & Others (2004), "Spirituality and affect; A Function of changes in Religious affiliation", *Journal of family psychology*, Vol. 13, p.3-17.
23. Koleini, Muhammad Ibn Ya'qub (1407 AH), *al-Kafi*, Tehran: Dar al-Kitab al-Islamiya.
24. Leithi Waseti, Ali Ibn Muhammad (1997), *Oyoun al-Hekam wa al-Mawa'iz*, Qom: Dar al-Hadith.
25. Libin, E. (2017), Coping Intelligence: Efficient Life Stress Management. *Front Psychol*, vol.8, p. 302.
26. Mahdavian Fard, R. et al. (2014), "Predicting Marital Boredom through Correspondence-Avoidance in Married Female Students", *Clinical Psychology Research and Counseling*, Ferdowsi University of Mashhad, No. 4, p. 122 -137.

27. Majlisi, Mohammad Baqir (1403 AH), *Behar al-Anwar*, Beirut: Dar al-Ihya al-Torath al-Arabi.
28. McCullough, M. E., et al. (2008), "An Adaptation for Altruism? The Social Causes, Social Effects, and Social Evolution of Gratitude", *Current Directions in Psychological Science*, v. 17 (4), p. 281-285.
29. Miller, J. and Tedder, B. (2011), *the Discrepancy between Expectations and Reality: Satisfaction in Romantic Relationships*. Hanover College, PSY 401 Advanced Research.
30. Mostafavi, Hassan (1981), *Research in the Words of the Holy Quran*, Tehran: Book Translation and Publishing Company.
31. Nouri, Mirza Hossein (1408 AH), *Mustadrak al-Wasa'il*, Beirut: Al al-Bayt Institute.
32. Olson, D. h. (2009) "Face IV and the Circumflex model: validation study", *Journal of Marital and Family therapy*, 10, p.1111-1122.
33. Panahi, Ali Ahmad (2009), *the Role of Men and Women in the Family with an Islamic Approach*, Qom: Research Center and University.
34. Panahi, Ali Ahmad and Massoud Janbozorgi (2017), *Psychology of Men and Women*, Qom: Hozeh Research Institute and University.
35. Rahmanian, Seyedeh Adaleh et al. (2017), "Comparison of the effect of integrated counseling (group and individual) with purely group counseling on women's sexual awareness and attitudes on the eve of marriage", *Iranian Women's Journal (Midwifery and Infertility)*, Vol. 20, N. 3, p. 77-88.
36. Rajabi, Gholamreza, Harizavi, M. and Taghipour, M. (2016), "Evaluation of the model of self-compassion, marital empathy and depression by mediating marital forgiveness in women", *Two Quarterly Journal of Applied Counseling*, Vol. 6, N. 2, p. 1-22.
37. Rangarajan, S. & Kelly, L. (2006), "Family communication patterns, family environment, and the impact of parental alcoholism on offspring self-esteem", *Journal of social and personal relationship*, 23, p.655-671.
38. Rastegar, Abbas Ali et al. (2017), "The Role of Performance Evaluation System in the Occurrence of Organizational Hypocrisy: The Effect of Organizational Temperature Modification", *Organizational Behavior Studies Quarterly*, Year 6, No. 2, Number 22, p. 27-50.
39. Robbins, Stephen P and Judge, Timothy A. (2015), *Organizational behavior*, Manufactured in the United States of America.
40. Salarifar, Mohammad Reza (2016), *an Income on Couples Therapy with Islamic Approach*, Qom: Hozeh Research Institute and University.
41. Sevinc, M., Garip E. (2010), *a study of parents, child raising style and marital harmony*, *Procedia Social and Behavioral Sciences* 2, 1648-1653.
42. Tabatabai, Mohammad Hossein (1995), *al-Mizan*, translated by Seyyed Mohammad Baqir Mousavi Hamedani, Qom: Modaresin Society.
43. Tamimi Amedi, A. (1987), *Tasnif Ghorar al-Hekam and Dorar al-Kalem*, Qom: Office of Propaganda.
44. Tan, H. & Tan, C. (2000), "Toward the differentiation of trust in supervisor and trust in organization, Genetic, Social and General Psychology Monographs", 126, p. 241-460.
45. Tang, C. Y., & Curran, M. A. (2012), "Marital commitment and perceptions of fairness in household chores", *Journal of Family Issues*, 34 (12), p.1598-1622.
46. Vafaie, Tayebbeh et al. (2009), "Comparison of communication patterns of veteran and normal spouses", *Veteran Medicine*, Vol. 5, p. 20-26.
47. Varam Ibn Abi Faras, Massoud Ibn Isa (1410 AH), *Tanbih al-Khawater wa Nozhat al-Nawazir al-Ma'ruf be Majmouat Varam*, Qom: Maktabat Faqih.
48. Yousofi, N., Karimipour, B. and Amani A. (2017), "A Study of the Religious Belief Model, Styles of Conflict Resolution and Marital Commitment with Attitudes Toward Sexual Betrayal", *Two Quarterly Journal of Applied Counseling*, vol. 6, p. 47-64.
49. Zarei Mahmoud Abadi, Hassan (2013), "The effectiveness of retraining documentary styles on improving the performance of couples seeking divorce", *Family Counseling and Psychotherapy Quarterly*, 4th Year, No. 3, p. 367-385.