

مبانی و ساختار «زوج‌درمانی اسلامی»

محمدرضا سالاری فر*

دکتر سید جلال یونسی**

دکتر محمدحسین شریفی نیا***

آیت‌الله سیدمحمد غروی****

چکیده

هدف پژوهش عبارت بود از تدوین مبانی و ساختار مداخلات اسلامی برای درمان مشکلات زوج‌ها. سوال اول این بود که آیا اسلام این مداخلات را چه مقدار و براساس کدام مبانی دینی تجویز می‌کند؟ سوال دوم این بود که ساختار این مداخلات چگونه است. روش این پژوهش (با رویکردی علمی-دینی)، این‌گونه بود که هم از متون اسلامی به سمت «تدوین زوج‌درمانی» حرکت کردیم و هم به عکس آن.. نتایج پژوهش نشان داد که مداخلات فوق بر مبانی اسلامی زیر مبتنی است: ۱. جایگاه خانواده و اهمیت آن در رشد فردی-اجتماعی؛ ۲. ویژگی‌های خانواده سالم؛ ۳. آسیب‌شناسی خانواده؛ ۴. اهداف تشکیل خانواده؛ ۵. چارچوب‌های فقهی و اخلاقی مداخله‌ها در زوج‌درمانی و نیز معلوم شد که زوج‌درمانی اسلامی در پنج بخش مداخله‌های شناختی، عاطفی، رفتاری، ساختاری و معنوی قابل ارائه است. سه بخش اول متناظر با دیدگاه زوج‌درمانی شناختی رفتاری است، در بخش ساختاری توزیع قدرت را، مبتنی بر حقوق زوجین و مرزها بر اساس آموزه‌های اسلامی قرار می‌دهد. در مداخله‌های معنوی، توصیه‌های اسلام در باب اعتقادات، اخلاق و عبادت اسلامی مبنا قرار می‌گیرد.

واژه‌های کلیدی: اسلام، زوج‌درمانی، فقه، اخلاق، اعتقادات، عبادات، شناخت، رفتار.

بیان مسئله

در آموزه‌های دین اسلام توصیه‌های بسیاری در مورد ساختار خانواده و نحوه روابط اعضای آن و رفتارهای تسهیل‌کننده و روش‌های افزایش سلامت اعضا و کارایی کل خانواده دیده می‌شود. افزون بر غنای متون اسلامی، درصد بالایی از زوج‌های ایرانی علاقه و آمادگی زیادی به عمل به توصیه‌های اسلامی دارند. خدایاری و همکاران (۱۳۸۱) با استفاده از آموزه بخشش در متون اسلامی به درمان زوج‌ها پرداختند. دانش (۱۳۸۹) با بررسی سه حالت نفس در قرآن و برخی مداخله‌های شناختی و رفتاری مانند توبه و بخشش و خوشناسی شیوه‌ای اسلامی برای زوج‌درمانی ابداع کرده است. یونسی ترکیبی از عوامل فرهنگی به‌ویژه مذهب با فنون رفتاری-شناختی را روش مؤثرتری تلقی می‌کنند (۱۳۸۷، الف). سالاری‌فر برای مقابله با خشونت خانگی، راهکارهایی از آموزه‌های اسلام استنباط کرده است (۱۳۸۹). باقریان به تدوین مهارت‌های زناشویی براساس متون اسلامی پرداخت (۱۳۹۰). زادهوش و همکاران آموزه‌های اعتقادی، عبادی و اخلاقی اسلام را برای حل مشکلات زوج‌ها به کار برده‌اند (۱۳۹۰). منجری نیز همین آموزه‌ها را برای درمان زوج‌ها به کار گرفته است (۱۳۹۱). مبانی و ساختار زوج‌درمانی اسلامی در این پژوهش‌ها روشن نیست. این تحقیق در صدد تدوین مبانی و طراحی یک ساختار زوج‌درمانی برای رفع مشکلات ارتباطی زوجین از دیدگاه اسلام است. الگوی نظری ما دارای ابعاد شناختی، رفتاری، عاطفی، ساختاری و معنوی است که در آن اصول و شیوه‌های درمان مشکلات زوجی براساس متون اسلامی در جنبه‌های فوق تدوین شده و نحوه توحید یافتگی و انسجام و نظام علی آنها تبیین می‌شود. در این الگو ابعاد شناخت، عاطفه، رفتار و ساختار در چارچوب معنویت در مبانی نظری و نیز شیوه‌ها و روش‌ها، اساس زوج‌درمانی قرار گرفته است. نیاز زوج‌ها به باورهای متعالی مانند اعتقاد به خدا، باور به وجود انسان‌های وارسته و الگوگیری از آنها و اعتقاد به زندگی اخروی در مراحل مختلف زندگی زناشویی امری روشن است (سالاری‌فر، ۱۳۸۵). با توجه به موارد مذکور سؤال این است که یک برنامه

مداخله‌ای مبتنی بر آموزه‌های دینی برای زوج‌درمانی کدام مبانی، ساختار و ویژگی‌ها را داراست؟

روش پژوهش

روش این تحقیق را می‌توان در مقوله تحلیل محتوا جا داد. منظور از تحلیل محتوا روشی است که از طریق آن بتوان به طور قابل اعتماد متن را تحلیل کرد و استنتاج‌هایی درباره مسائل علوم انسانی به دست آورد. پس از جمع‌آوری داده‌ها، ترکیب، جمع‌بندی، استدلال و نتیجه‌گیری از متون اسلامی براساس روش اجتهادی رایج در حوزه‌های علمیه صورت می‌گیرد (علی‌پور و حسنی، ۱۳۸۹)؛ سپس به قالب‌بندی و برنامه‌ریزی زوج‌درمانی اسلامی می‌پردازیم. روش فوق در این پژوهش به سه صورت زیر انجام شده است:

(الف - ۱). در یک بخش از تدوین زوج‌درمانی اسلامی شش مرحله زیر طی شده است.

اول. کلیدواژه‌های عربی متناسب با بحث زوج‌درمانی (مثل: زوج، بعل، رجال، نساء، مرثه، امراه، نشوز، شقاق، طلاق، اهل، معروف، صلح، امساک و مشتقات این کلمات) انتخاب شد؛

دوم. تعیین منابع معتبر اسلامی از جمله قرآن، کلمات پیامبر اسلام (ص) و ائمه معصومین (ع)؛

سوم. استخراج توصیه‌ها و آموزه‌های مربوط به زوج‌درمانی از متون معتبر اسلامی براساس کلیدواژه‌ها؛

چهارم. گزاره‌های مربوط به زوج‌درمانی مستخرج از متون اسلامی همچون دسته‌بندی و ساختار خانواده (مراتب و مرزها)، اعتقادات، ارزش‌ها در خانواده، خانواده کارآمد، مسئولیت‌های زن و شوهر، زمینه‌های آسیب‌زا راه‌های حل اختلافات و راه‌های استحکام خانواده، به‌دست آمد.

پنجم. آموزه‌های اسلامی مستخرج از جهت روش‌شناسی در سه دسته تقسیم‌بندی

شد: ۱. مبانی و اصول زوج‌درمانی اسلامی؛ ۲. کارکردها و وظایف زن و شوهر، و رفتارهای تحکیم‌بخش روابط زناشویی؛ ۳. روش و فنون در روابط کلامی و حل اختلافات.

ششم. با روش مصطلح در حوزه‌های علمیه، یافته‌ها، جمع‌بندی و اختلافات ظاهری بین بعضی ادله بررسی و یک نظر نهائی حاصل شد؛

هفتم. زوج‌درمانی اسلامی، با استفاده از روش‌های تربیتی، روان‌شناختی و مداخله‌ای در رفتار، عواطف و شناخت‌ها، کاربردی و عملیاتی شد.

(الف - ۲). در بخش دوم تدوین زوج‌درمانی اسلامی، مراحل زیر طی شد:

اول. شناسایی و تعریف مشکلات در روابط زوجی؛ **دوم.** نقد و بررسی روش حل مسئله یا مشکل که در متون علمی ارائه شده است؛ **سوم.** راه‌حل علمی به متون و آموزه‌های اسلامی عرضه شد و تطابق آن با اصول و قوانین اسلامی مورد ارزیابی قرار گرفت؛ **چهارم.** با توجه به ارزیابی مذکور، «راه‌حل‌های مشکلات زوجی، از آموزه‌های اسلامی»، استنباط شد.

(الف - ۳). در بخش سوم تدوین زوج‌درمانی اسلامی مراحل زیر طی شد:

اول. دیدگاه‌ها، و مکاتب مختلف زوج‌درمانی علمی روان‌شناسی به منظور ارائه با آموزه‌های اسلامی، بررسی شد؛ **دوم.** مقدار تطابق و تناسب محتواها، روش‌ها و مبانی فکری زوج‌درمانی علمی با دیدگاه‌های اسلامی بررسی شد؛ **سوم.** مبانی، محتواها و روش‌های یک نظریه زوج‌درمانی، به عنوان بخشی از نظریه زوج‌درمانی اسلامی، پذیرفته شد.

در این مرحله مبانی، محتوا و روش‌های نظریه‌های زوج‌درمانی را که در چارچوب آموزه‌های اسلامی قرار دارد، در زوج‌درمانی اسلامی مورد استفاده قرار گرفت. این فرآیند در دو نظریه خانواده درمانی مینوچین (سالاری‌فر، ۱۳۷۹) و خانواده‌درمانی شناختی‌رفتاری (ترابی، ۱۳۸۹)، انجام شد.

بنابراین در روش‌شناسی تدوین زوج‌درمانی اسلامی، دو حرکت از دو جهت مختلف صورت گرفته است. در بخش اول، به حرکت از متون اسلامی اشاره شد؛ در

بخش دوم و سوم، حرکت از متون علمی زوج‌درمانی به سمت متون اسلامی است. مشکلات از بحث آسیب‌شناسی روابط زوجین در متون علمی، انتخاب و در نهایت، راه‌حل آن را متناسب با آموزه‌های اسلامی یافتیم. در بخش سوم مبانی، محتواها، روش‌ها و فنون زوج‌درمانی را از نظریه‌های زوج‌درمانی برداشت نموده و آن را در صورت تناسب با آموزه‌های اسلامی، به کار گرفتیم.

مبانی زوج‌درمانی اسلامی

تدوین یک نظریه مشاوره زناشویی و مداخله برای حل اختلافات زوجها از نگاه اسلامی مبتنی بر پایه‌هایی است که بدون پذیرش آن‌ها نمی‌توان از زوج‌درمانی اسلامی سخن گفت. این مبانی به شرح زیر است:

۱. جایگاه خانواده و اهمیت آن در رشد فردی اجتماعی: خانواده در نگاه اسلام مهم‌ترین و محبوب‌ترین نهاد اجتماعی است (مجلسی، ۱۹۸۳، ج ۱۰۰، ص ۲۲۲). از روش‌های مهم زندگی پیامبران از جمله رسول اکرم (ص)، ازدواج و تشکیل خانواده می‌باشد (کلینی، ۱۴۰۷ق، ج ۵، ص ۳۲۹). کارکردهایی مانند ارضای نیازهای عاطفی جنسی و تولید و پرورش نسل سالم از نگاه اسلامی فقط در چارچوب ازدواج مجاز و پذیرفته است. از طرف دیگر جدایی و طلاق امری منفور و ناپسند است.

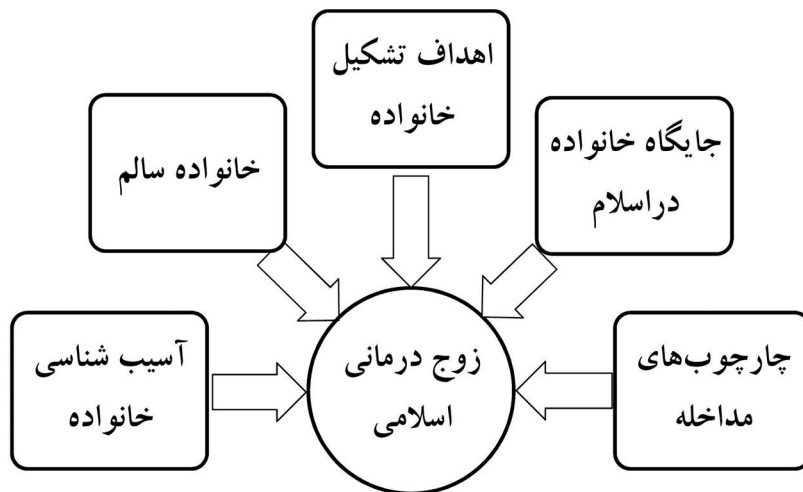
۲. ویژگی‌های خانواده سالم از نظر اسلام: یک پیش‌فرض مهم برای مداخله در مشکلات خانواده، ویژگی‌های روابط سالم زناشویی است. از دیدگاه اسلامی تا ویژگی‌های خانواده سالم (کارآمد) روشن نشود، نمی‌توان مداخله‌ها را طرح‌ریزی و اجرا نمود. صفورایی (۱۳۸۸) برای خانواده کارآمد طرحی را ارائه نموده است.

۳. آسیب‌شناسی خانواده از نظر اسلام: هرگونه مداخله در روابط زناشویی مبنی بر این است که رفتار یا پدیده‌ای را آسیب یا مشکل بدانیم. به‌طور مثال اگر آزار همسر یا ارضای نیاز جنسی یک طرفه را آسیب بدانیم مداخله می‌کنیم. در نگاه اسلامی نیز اینگونه است.

۴. اهداف تشکیل خانواده از نظر اسلام: از دیگر مبانی مهم زوج‌درمانی اسلامی،

روشن کردن اهداف تشکیل خانواده از نظر اسلام است. بر این اساس می‌توانیم ارزیابی کنیم که یک خانواده چقدر اهداف مورد نظر را تحقق داده است و چه موانعی برای نیل به اهداف وجود دارد.

۵. چارچوب‌های فقهی و اخلاقی مداخله‌ها در زوج‌درمانی: در دیدگاه اسلام، چه مجوزی برای مداخله در خانواده‌ها وجود دارد؟ آیاتی مثل آنکه حکمیت میان زوجین را توصیه کرده است (نساء، ۳۵)، یا صلح را بهتر از هر چیز می‌داند (نساء، ۱۲۸) یا کمک گرفتن از سایرین برای صلح را مطرح کرده (مائده، ۲)، یا حدیثی که مداخله در حل اختلافات مردم را مهم شمرده شده است (نهج‌البلاغه، نامه ۴۷)، یا اصلاح بین زن و شوهر را بسیار مطلوب دانسته است (ابن‌بابویه، ۱۴۰۶، ص ۲۸۹)، همه این آموزه‌ها، لزوم مداخله برای حل مشکلات زناشویی را روشن می‌کند. شکل ۱ طرح مبانی زوج‌درمانی اسلامی را نشان می‌دهد.



شکل ۱: مبانی زوج‌درمانی اسلامی

اهداف زوج‌درمانی اسلامی

هدف اصلی زوج‌درمانی اسلامی ایجاد یک رابطه رضایت‌بخش بین زوجین و فراهم شدن یک زندگی با نشاط و انگیزه همراه با آرامش و لذت در چارچوب

آموزه‌های اسلامی با رنگ خدایی در همه ابعاد زندگی زناشویی می‌باشد. معنویت در اسلام عبارت است از قرب به خداوند و رسیدن به مقام خشنودی فرد از خدا و رضایت خداوند از او، با رعایت آموزه‌های اسلامی در همه امور زندگی^۱ (کلینی، ۱۴۰۷، ج ۲، ص ۱۴) که در قرآن کمال نهایی نفس معرفی شده است (فجر، ۲۸). برای رسیدن به این هدف، اهداف زیر باید تحقق یابد:

۱. درک درست ابعاد شخصیتی خود و قوت‌ها و ضعف‌های خویشتن به عنوان یک همسر؛
۲. درک درست از شخصیت همسر و قوت‌ها و ضعف‌های او به عنوان شریک زندگی.
۳. شناخت مسئولیت‌ها و وظایف خویش در قبال همسر و سعی در رعایت آن؛
۴. تقویت عواطف مثبت (محبت، حمایت عاطفی، همدلی، ایثار و...) بین زوجین؛
۵. مهار و تعدیل عواطف منفی (خشم، بی‌میلی، اندوه و...) در چارچوب اخلاق اسلامی؛
۶. تقویت روابط کلامی مؤثر بین زوجین؛
۷. توزیع عادلانه قدرت بین زوجین براساس آموزه‌های اسلامی؛
۸. به کارگیری راه‌های مؤثر حل اختلافات و تعارض‌ها (مدارا، ملامت، مصالحه و...)
۹. سعی در رشد و کمال علمی، اخلاقی و معنوی دینی خویش و همسر.

ساختار زوج‌درمانی اسلامی

در این بخش به بررسی راه‌های حل مشکلات زوج‌ها براساس متون اسلامی می‌پردازیم. در آموزه‌های اسلامی توصیه‌های اعتقادی، اخلاقی، عاطفی و معنوی متعددی برای ارتقای مناسبات زوج‌ها و حل اختلافات آنان به چشم می‌خورد. براساس الگوی شناختی- رفتاری این راه‌ها را می‌توان در سه حوزه شناخت‌ها، عواطف

۱. عن أبي عبد الله (ع) في قول الله عزَّ وجلَّ - صِبْغَةَ اللَّهِ وَمَنْ أَحْسَنُ مِنَ اللَّهِ صِبْغَةً قَالِ الصَّبْغَةُ هِيَ الْإِسْلَامُ.

و رفتارها بررسی کرد. در الگوی اسلامی دو محور جدید یعنی ساختار خانواده و معنویت به زوج‌درمانی اضافه می‌شود. آموزه‌های اسلامی در سلسله مراتب و مرزها در خانواده با دیدگاه ساخت‌نگر مینوچین هم‌پوشی‌های جالب توجهی دارد (سالاری‌فر، ۱۳۷۹ و ۱۳۸۵). افزون بر این در آسیب‌شناسی روابط زوجین از دیدگاه اسلام، ضعف‌های ساختاری نقش مؤثری دارد. معنویت نیز رکن کلیدی نگاه اسلام به ازدواج و خانواده است (سالاری‌فر، ۱۳۸۵). مداخله‌های معنوی در سه محور اعتقادات، عبادات و اخلاق بررسی می‌شود. شکل ۲ ساختار مداخله‌ها را نشان می‌دهد.



شکل ۲: ساختار مداخلات در زوج‌درمانی اسلامی

۱. مداخله‌های شناختی

مهم‌ترین مداخلات در حل مشکلات زوج‌ها، اصلاح شناخت‌ها، معیارها و شیوه تفکر آنان در مورد زناشویی و خویشتن و همسر است.

اصلاح نگاه به ازدواج: عقد ازدواج، پیمان محکم (نسا، ۲۱) و بنای محبوب و عزیزی نزد خداوند است (مجلسی، ۱۹۸۳، ج ۱۰۰، ص ۲۲۲)؛ تقدس ازدواج در همه فرهنگ‌ها و ادیان امری پذیرفته است، بیشتر ادیان مراسم ازدواج را در اماکن مقدس خود برگزار می‌کنند (سیف، ۱۳۶۸، ص ۸۶). از زوجین می‌خواهیم این نگاه را با یادآوری مستمر، به خود تلقین کنند، مرد و زن با این عهد (ازدواج) دیگر مانند قبل، از آزادی رابطه‌ها برخوردار نیستند. شهید مطهری (۱۳۷۲، ص ۲۶۶) با استناد به مشاهدات خود از برخی افراد که اصلاً ازدواج نکرده‌اند، نوعی ناپختگی در آنان را گزارش می‌دهد. از مشکلات زوجین به‌ویژه جوانان عدم شناخت اهداف ازدواج و ماهیت این پیوند است.

دیدگاه نسبت به خویش: یکی از مداخله‌های مهم در زوج‌درمانی اسلامی، کمک به همسران در خودشناسی است. معرفت نفس در متون اسلامی سودمندترین شناخت‌ها اعلام شده است (آمدی، ۱۳۶۶، ص ۲۳۲). دانش (۱۳۸۲) با توجه به نفس اماره، لوازمه و مطمئنه در قرآن به اصلاح مشکلات زوج‌ها پرداخته است. بخش مهمی از مداخله‌ها در روابط زوجین به بینش‌دهی نسبت به نقاط قوت و ضعف خویش باز می‌گردد.

دیدگاه‌ها نسبت به همسر، واقع‌نگری: یکی از مشکلات بسیاری از زوج‌ها خصوصاً در اول ازدواج نگاه قطعی (یونسی، ۱۳۸۷ ب)، ایده‌آلی و رویایی به جای نگاه واقع‌نگری به همسر است. لازم است زوجین بینش پیدا کنند که همه انسان‌ها، مگر تعداد بسیار اندکی از انبیا و اولیای الهی، دچار رفتارهای اشتباه می‌شوند (نهج‌الفصاحه، تصحیح شیروانی، ص ۶۰۹).

نوع دیگری از مطلق‌نگری، نگاه کمال‌گرایانه به زناشویی است، حال آنکه همه ابعاد زندگی از جمله ازدواج، همراه با ناکامی‌ها و مشکلات است. الیس (۱۳۷۵) به تصورات نادرست از ازدواج اشاره کرده است. باید به زوجین یادآور شویم که تنها خداوند پاک و منزّه است. از تسبیح و تنزیه خدا در رکوع و سجده درس بگیرند که فقط ساحت او کامل و بی‌عیب است.

نگاه به زن: آموزه‌های اسلامی در پی ترویج دیدگاه‌هایی در مردان هستند که بر رفتار آنان با همسران‌شان بسیار تأثیر می‌گذارند. نخستین نکته توجه به لطافت‌های روانی و عاطفی زنان است. حضرت علی (ع) فرمود: «زن ریحانه است و قهرمان نیست» (کلینی، ۱۴۰۷، ج ۵، ص ۵۱۰). این واژه به لطافت روحی و جنبه زیبایی زنان اشاره دارد. در برابر، قهرمان که به معنای مدیر، وکیل و محافظ آمده، از زن نفی شده است.

نکته دوم، متوجه ساختن مرد به ضعیف بودن زن از برخی جنبه‌های روانی و جسمانی در مقایسه با خود است. در روایات معصومان (ع) آمده است: «از خدا بترسید درباره دو ضعیف: یتیمان و زنان...» (کلینی، ۱۴۰۷، ج ۵، ص ۵۱۱)؛ «بهترین شما کسی است که با خانواده‌اش بهتر رفتار کند» (مجلسی، ج ۱۰۰، ص ۲۲۴).

نکته سوم، امانت بودن زن از هنگام ازدواج در دست مرد است، و متون اسلامی بر

این نکته تأکید کرده‌اند (بیهقی، ۱۴۰۶، ج ۷، ص ۳۰۴). امام علی (ع) همسرش را امانتی نزد خود اعلام کرد (مجلسی، ۱۹۸۳، ج ۴۳، ص ۱۹۳).

نکته آخر نیز توجه به نقش مادری همسر در خانواده است. از آنجا که دین اسلام برای مادر (کلینی، ج ۵، ص ۵۱۳) و احترام و نیکی به مادر اهمیت بسیاری قایل است (لقمان، ۱۴، احقاف، ۱۵ و حرعاملی، ۱۴۱۶، ج ۲۱، ص ۴۹۲).

نگاه به مرد و تفاوت‌های جنسیتی: بخشی از مداخلات شناختی آگاهی‌بخشی زوجین به تفاوت‌های روانی زن و مرد اختصاص می‌یابد. نقش‌ها و کنش‌های زن و شوهر در خانواده بسیار تحت تأثیر این تفاوت‌هاست. اسلام به مسئله تفاوت‌های جنسی اشارات فراوانی دارد.

۲. مداخله‌های عاطفی

دیدگاه اسلامی هدف از آفرینش دو جنس زن و مرد را برای تامین نیازهای عاطفی آن دو می‌داند (روم، ۲۱). مداخلات عاطفی در سه دسته نیازهای جنسی، نیازهای عاطفی مثبت و مهار و تعدیل عواطف منفی بررسی می‌شود.

الف. ارتقای روابط جنسی همسران:

بدین منظور باید اصولی را مدنظر قرار داد: اول، ترغیب زوجین به پذیرش این نیاز و ایجاد تلقی مثبت از آن، که با توجه به طبیعی بودنش و آثار مثبتی که از طریق آن در روابط زن و مرد پدید می‌آید، می‌توان به این نگرش رسید. برخی زوج‌ها از جمله زنان به هر دلیل نگاه منفی به روابط جنسی دارند. با آموزه‌های اسلامی می‌توان این نگاه را تغییر داد؛ دوم، پذیرش چارچوب‌ها و هنجارهایی برای این رفتار و تعهد به آنها که معمولاً ادیان و نظریه‌های اخلاق انسانی آن را پذیرفته‌اند. رفتار جنسی فقط در چارچوب ازدواج قانونی و فقط بین اعضای از دو جنس مخالف پذیرفته می‌شود؛ سوم، فراهم آوردن لذت متقابل زوجین است. زن و شوهر نیاز جنسی خویش و طرف مقابل را در نظر گرفته و از جنبه‌های مختلف در لذت‌بخشی متقابل در پرتو این رفتار

بکوشند. آموزه‌های اسلام برای تحقق این امر انتظاراتی را از زن و شوهر ارائه می‌دهد. از زن انتظار آراستگی، پذیرش قلبی روابط و همراهی در موقعیت‌های مناسب با شوهر و دوری از بی‌اعتنایی به همسر می‌رود (کلینی، ۱۴۰۷، ج ۵، ص ۵۰۸). از مرد نیز آراستگی مطابق میل همسر (ابن‌بابویه، *الفتیحه*، ج ۴، ص ۳۸۱) پاسخگویی به میل همسر و توجه به آراستگی او (همان، ج ۵، ص ۴۹۴) و فراهم نمودن مقدمات رفتاری و عاطفی رابطه جنسی (مجلسی، ۱۹۸۳، ج ۵۹، ص ۳۲۷ و ج ۸۹، ص ۲۳۸) انتظار می‌رود. کوتاهی یا ناتوانی زن و شوهر در تأمین این نیاز مهم، موجب آسیب‌های روانی به آنان و پیدایی زمینه‌ای برای انحراف و نابهنجاری‌های فردی و اجتماعی است (ابن‌بابویه، ۱۴۱۳، ج ۴، ص ۳۸۱). بیشترین لذت، نشاط و آرامش زن و شوهرها در پرتو رفتار جنسی لذت‌بخش است (کلینی، ۱۴۰۷، ج ۵، ص ۳۲۱). این امر در سلامت روانی آنان و آمادگی جسمانی و روانی‌شان برای اداره خانواده نقش بسیار مهمی دارد.

ب. کمک به تأمین نیازهای عاطفی

تقویت دلبستگی: تشابه زن و مرد در جنبه‌های جسمانی و روانی و تفاوت آنان در همین دو بعد که موجب مکمل بودن ابعاد جسمانی و روانی شخصیت آنان می‌گردد، دو عامل مهم در جذب ایشان به هم و ایجاد انس و دلبستگی بین آنان است (زمخشری، ۱۴۰۷، ج ۳، ص ۴۷۲ و طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۱۶، ص ۱۶۶). نیاز دلبستگی افراد در پرتو ازدواج به بهترین شکل تأمین می‌شود؛ زیرا زن و مرد، محرک مثبتی برای یکدیگرند؛ هنگام بروز مشکلات همراه و حامی هم‌اند؛ با پیوند به هم، ناراحتی‌ها و نگرانی‌ها درباره آینده را کاهش می‌دهند؛ و در ضمن رابطه با هم، نیاز به توجه و ستایش و تمجید یکدیگر را برآورده می‌سازند (آذربایجانی و دیگران، ۱۳۸۲). متون اسلامی این کارکرد ازدواج را مورد تأکید قرار داده‌اند: «... همسرانی برای شما آفرید تا در کنار آنان آرامش یابید و میان‌تان دوستی و رحمت نهاد». تعبیر مودت به معنای محبتی است که در مقام عمل ظاهر باشد (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۱۶، ص ۱۶۶). بر این اساس فقط با اظهار محبت، مودت حاصل می‌شود. در زوج‌درمانی با ترغیب زوجین به اظهار محبت به هم و بینش‌دهی به آنان، در صدد تقویت انس و دلبستگی زوجین به هم، هستیم. تعبیر سکونت در آیات قرآن (روم، ۲۱ و اعراف، ۱۸۹) به معنای آرامش و خلاف اضطراب است. نگرانی‌ها و ناآرامی زن و مرد با ازدواج کاهش می‌یابد، زیرا با

تکیه بر هم به امنیت خاطر ویژه‌ای دست می‌یابند. در هیچ رابطه‌ی انسانی‌ای، حمایت روانی به عمق و شدت ازدواج نیست. «آنان (زنان)، برای شما لباسی هستند و شما برای آنان لباس هستید» (بقره/۱۸۷). زن و شوهر برای یکدیگر همچون لباس‌اند که از آسیب‌ها جلوگیری می‌کنند و عیوب را می‌پوشانند و موجب زینت همدیگر خواهند بود. استفاده از بینش‌دهی زوجین به این نیاز عاطفی در جلسه درمان تأثیر جدی در درک متقابل هم می‌گذارد.

ج. آموزش مهار عواطف منفی:

بخشی از مشکلات زوج‌ها به مهار هیجان‌ها باز می‌گردد. برای نمونه خشم و خشونت زناشویی در بسیاری از مراجعان، شکایت اصلی زنان است. آموزه‌های اسلامی برای این مشکل راه‌حل‌های جالب توجهی دارد (سالاری‌فر، ۱۳۸۹ الف و ۱۳۸۹ ب).

۳. مداخلات رفتاری

این مداخله‌ها را درباره آموزش روابط کلامی، روابط غیرکلامی، امور منزل، تصمیم‌گیری و حل تعارض می‌باشد.

الف. ارتقای روابط کلامی مؤثر:

روابط کلامی در دو بعد گوینده و شنونده، بررسی می‌شود:

گوینده:

محتوای گفتگو: برخی ویژگی‌های اخلاقی لازم در گفتار عبارتند از: صداقت یا راست‌گویی که از صفات مهم اخلاقی و از شاخص‌های اصلی دین‌داری است (کلینی، ۱۴۰۷، ج ۲، ص ۱۰۴). صداقت زمینه‌ساز اعتماد در روابط اجتماعی از جمله زندگی زناشویی است. مراد از صداقت، گفتاری است که فرد در آن انگیزه و قصدی مغایر با محتوای کلامش نداشته باشد. پیامبر(ص) توصیه می‌کند که به خانواده خود دروغ نگویند (مجلسی، ۱۹۸۳، ج ۶۹، ص ۲۵۴). همسران باید سعی کنند به شوخی هم دروغ نگویند (کلینی، ج ۴، ص ۴۱).

احترام زوجین نسبت به هم رکن روابط مؤثر آنان است. متون اسلامی به مردان توصیه می‌کند که به همسر خود احترام بگذارند (حرعاملی، ۱۴۱۲، ج ۵، ص ۶۱) و این را نشانه رشدیافتگی مرد است. بی‌احترامی به زن نشانه ناپختگی مرد است (سیوطی، ۱۴۰۱، ج ۱، ص ۶۲۹). از پیامبر (ص) نقل شده است که پیوسته جبریل سفارش زنان را به من کرد تا آنجا که گمان کردم مرد حق ندارد به همسرش اف بگوید (نوری، ۱۴۰۸، ج ۱، ص ۲۵۲). از نمونه‌های احترام زوجین به یکدیگر، صدا زدن یکدیگر به بهترین نامی که هر یک دوست دارند (کلینی، ۱۴۰۷، ج ۲، ص ۶۴۳).

سپاسگذاری زوجین از اصول روابط مؤثر است (برنشتاین، ۱۳۸۰، ص ۱۶۱). از صفات مناسب زنان سپاسگذاری از همسر است (سیوطی، ج ۱، ص ۱۵۲ و مجلسی ۱۹۸۳، ج ۱۰۰، ص ۲۳۹). ناسپاسی زن در گفتار پیامدهای نامطلوبی برای خانواده و خود او دارد (ابن‌بابویه، ۱۴۱۳، ج ۳، ص ۴۴۰). لازم است زوجین برای صمیمیت، افکار، عقاید و نگرش‌ها در امور خانواده از جمله امور زیر را با هم در میان بگذارند: اعتقادات اسلامی، اهداف زندگی و مقاصد ازدواج، جایگاه زن و شوهر و وظایف آنها، جنبه‌های مختلف روابط زناشویی، نوع لباس، آرایش و ظاهر، وضعیت خانه، نظم، چینش وسائل و نوع غذا، امیال، نیازها، حالات عاطفی، احساسات (خشم، شادی، غم، آرامش و...).

یک مداخله مهم آن است که همسران کمک کنیم در ابراز احساسات منفی، تعادل خویش را حفظ کنند و از انصاف خارج نشوند. گاه در یک تعارض معمولی زوجین با گفته‌ها، مزایای زیاد را اندک و مشکلات را بزرگ می‌کنند (کلینی، ۱۴۰۷، ج ۵، ص ۳۲۳) و گذشته شیرین زندگی را به کلی انکار می‌کنند (ابن‌بابویه، ۱۴۱۳، ج ۳، ص ۴۴۰). لازم است که در بیان احساس منفی، جنبه‌های مثبت را هم در نظر داشته باشیم و آن را ابراز کنیم.

صحبت‌کننده: به همسران توصیه می‌شود که نرم و ملایم صحبت کنند، آهنگ صدا پایین باشد و از بلند کردن آهنگ صدا خودداری شود (لقمان، ۱۹). گفتار متین و آرام، سرعت و تندى ندارد. خدا به حضرت موسی امر کرد که حتی با فرعون نرم صحبت

کند (طه، ۴۴). منطقی، مستدل و براساس شواهد و مدارک معتبر سخن بگویید (نساء، ۹ و احزاب، ۷۰). از گمان‌ها نباید پیروی کرد (حجرات، ۱۲). نباید چیزی را که به آن علم ندارید، دنبال کنید (اسراء، ۳۶). کوتاه و مختصر صحبت کنید (آمدی، ۱۳۶۶، ۳۵۵ و کلینی، ۱۴۰۷، ج ۲، ص ۱۱۶) تا طولانی و خسته‌کننده نباشد. صحبت زیاد اشتباه بیشتری را دربردارد (حرانی، ۱۴۰۴، ص ۸۹). رسا و گویا صحبت کنید (نساء، ۶۶) و در مسائل کلی، با بیان موارد عینی موضوع را روشن کنید. با قصد اصلاح و از سر خیرخواهی صحبت کنید (کلینی، ۱۴۰۷، ج ۳، ص ۴۳۸). همسران را ترغیب می‌کنیم که از ابتدای گفتگو قصد اصلاح داشته باشند نه انتقام و تلافی. آخرین توصیه این است که هرچند نیت همسران خوب باشد، سعی شود از کلمات و عبارات پسندیده در عرف استفاده شود.

روابط کلامی نامناسب پایه بسیاری از مشکلات زوجین است. یکی از این موارد، گفتگوی مجادله‌آمیز است که تأثیر کلام زوجین را از بین می‌برد و سعی آنان را بی‌حاصل می‌کند. امیرالمؤمنین (ع) فرمود: از مجادله و ستیزه پرهیزید که دل‌های دوستان و برادران را بیمار کند و نفاق رویاند (کلینی، اصول، ج ۳، ص ۴۰۹). در مجادله عیب‌های زن و شوهر آشکار می‌شود، به هم الفاظ توهین‌آمیز می‌گویند (کلینی، چاپ الاسلامیه، ج ۲، ص ۶۳۹) و عزت‌نفس آنان آسیب می‌بیند (کلینی، چاپ دارالحدیث، ج ۳، ص ۷۳۷). توصیه می‌شود حتی اگر احساس می‌کنید حق با شماست مجادله را ترک کنید (ابن‌بابویه، ۱۳۶۲، ج ۱، ص ۱۴۴)، و به شکلی گوینده و پاسخ‌گو باشید که در گفتگو، کسی بازنده نباشد و هر دو راضی شوند.

از دیگر آسیب‌ها، شیوه گفتاری توهین‌آمیز، مسخره یا تحقیرکننده است. استفاده از الفاظ توهین‌آمیز در روابط زناشویی فضای ارتباطی آنان را سرد و منفی می‌کند. به همین جهت در متون اسلامی به زن و مرد توصیه شده است که حتی از الفاظی که کمترین اهانت را در بر دارد استفاده نکنند (نوری، ۱۴۰۸، ج ۱۴، ص ۲۵۲). گاه شیوه گفتار فرد (نه الفاظ او) چنین پیامی را به طرف مقابل منتقل می‌کند. بی‌تردید این شیوه، گفتگو را بی‌اثر می‌کند. یک آسیب دیگر این است که زوجین با گوشه و کنایه، مبهم و

تند سخن بگویند. در مشاوره‌های زناشویی با این پدیده مواجه می‌شویم که برخی همسران با کلمات تند و کنایه و اشاره با هم برخورد می‌کنند. قرآن تعبیر تندی برای این حرکت به کار برده است (همزه، ۱). اینکه حالت نوعی دوگانگی در برخورد است، به تعامل زوجین آسیب وارد می‌کند. آسیب دیگر نق‌زدن (عیب‌جویی و انتقاد ریز و پیوسته) است که اثر منفی آن گاه از انتقاد تند بیشتر است.

شنونده:

با توجه کافی گوش دهید. تعبیر استماع در قرآن (زمر، ۱۸) به معنای گوش دادن با دقت و با تمام وجود است^۲. لازم است که موقع صحبت همسر، سکوت کنید، با همه وجود گوش کنید و خود را سرگرم کارهای دیگر نکنید. توصیه به سکوت هنگام تلاوت قرآن (اعراف، ۲۰۴) می‌تواند درسی برای رعایت سکوت در گفتار هر گوینده-ای از جمله همسر باشد. شنیدن خوب باعث می‌شود هیچ‌گاه صحبت همسر را قطع نکنید (الفقه المنسوب إلى الإمام الرضا(ع)، ج ۹۵، ص ۳۵۵). پیامبر اسلام(ص) شنونده خوبی برای سخنان مردم بود (توبه، ۶۶). در مجموع فقط با شنیدن خوب سخنان همسر می‌توان به تبادل نظر و توافق رسید. قرآن به کسانی که سخنان را به خوبی می‌شنوند و سپس از بهترین آن پیروی می‌کنند بشارت می‌دهد (زمر، ۱۸). این بشارت شامل همسرانی می‌شود که به خوبی سخنان هم را می‌شنوند. قبل از پاسخگویی، از کامل شدن سخن همسر، اطمینان حاصل کنید. سپس با خلاصه کردن سخن همسر، مانند آینه احساسات و نظرات او را انعکاس دهید. اینکه مؤمن آینه مؤمن است (حرانی، ۱۴۰۴، ص ۱۷۳) شامل همسران نیز می‌شود.

ب. حالات غیر کلامی

در اولین گام به زوجین کمک می‌شود تا انواع حالات غیر کلامی در چهره، چشمان، آهنگ صحبت، تماس و وضعیت بدنی را بشناسند. این بخش از خودشناسی محسوب

۱. مجاهد درباره آیه مبارکه: *وَيَلِّ لِكُلِّ هُمَزَةٍ لُّمَزَةٍ* (۱۵) گفت: همزه یعنی کسی که به مردم زخم زبان و طعنه می‌زند (مجموعه ورام ۱، ۱۱۶).

۲. استعمال ما کان یقصد لأنها لیكون إلا بالاصغاء (التحقیق فی کلمات القرآن الکریم، ج ۵، ۲۰۸).

می‌شود که در آموزه‌های اسلامی بر آن تأکید شده است (مصباح‌الشریعة، ۱۴۰۰ق)؛ در مرتبه بعد از همسران می‌خواهیم که بین حالات غیرکلامی و محتوای گفتار خود هماهنگی ایجاد کنند. عدم هماهنگی این دو باعث نوعی دورویی می‌شود که در روابط بین فردی ناپسند شمرده شده است (طوسی، الأمالی، ۱۴۱۴، ص ۵۳۷ / [۱۹]). شاید مهم‌ترین بعد غیرکلامی انسان حالات چهره باشد که در آن هیجان‌های اصلی بروز می‌کند (شجاعی، ۱۳۹۱). بخشی از حسن خلق، برخورد با دیگران با چهره نیکو است (کلینی، چاپ الإسلامیه، ج ۲، ص ۱۰۳). به افراد توصیه می‌شود با مردم از جمله همسر با روی باز و گشاده برخورد کنند (همان). مؤمن شادی و نشاطش در چهره نمایان است و غمش در درون است (کلینی، چاپ دارالحدیث، ج ۳، ص ۵۷۳). تبسم در چهره نیز می‌تواند در برانگیختن احساسات مثبت همسر موثر باشد. (کلینی، ۱۴۰۷، ج ۲، ص ۱۰۳). لقمان حکیم به فرزندش توصیه می‌کند چهره‌ات را برای مردم درهم نکن (لقمان، ۱۸). چهره باز موجب جذب عواطف و موافقت طرف مقابل می‌شود (آمدی، غررالحکم، ۹۲ و ۹۳). معمولاً در جلسات زوج‌درمانی از گرفتگی و حالات منفی چهره همسر شکایت می‌شود. با استفاده از این آموزه‌ها می‌توان همسران را به برخورد چهره‌ای نشاط‌آور رهنمون کرد.

تماس چشمی یا نگاه در متون اسلامی و اخلاقی بسیار مورد توجه قرار گرفته است. نگاه‌های عاطفی و جنسی زن و شوهر به هم (کلینی، ۱۴۰۷، ج ۵، ص ۳۲۷) مثبت و حتی همراه با پاداش اعلام شده است. نگاه به چهره همسر نشاط و عاطفه مثبت را بر می‌انگیزد (همان) و موجب نظر لطف خداوند می‌شود (متقی‌هندی، ۱۴۰۹، ج ۱۶، ص ۲۷۶). ملایمت و دوری از خشکی و نامنعطف بودن بدن در بسیاری آیات (اسراء، ۲۴ و لقمان، ۱۸) و سخنان معصومان (ع) (کلینی، چاپ الإسلامیه، ج ۲، ص ۱۰۳) ترغیب شده است. تواضع زن و شوهر نسبت به هم یکی از توصیه‌های جالب توجهی است که تا حد زیادی در وضعیت بدنی آنان بروز می‌کند. تواضع باعث نرمی و افتادگی در بدن می‌شود و تکبر با حالت بدنی خشک و تیزی در بدن همراه است. کنار همسر قرار گرفتن و فاصله نگرفتن از او توصیه دیگر به زوج‌هاست. پیامبر (ص) نشستن مرد نزد خانواده را از روزه داری و توقف در مسجد مدینه، نزد خداوند محبوب‌تر اعلام می‌کند (ورام، ۱۴۱۰).

ج. رفتارهای درون منزل

کارهای خانه با توافق و برنامه‌ریزی صورت گیرد تا امور منظم و قابل پیش بینی باشد. بخشی از مشکلات زوج‌ها به بی‌برنامگی و صرف نامناسب وقت‌ها باز می‌گردد. در آموزه‌های اسلام در تقسیم اوقات شبانه روز (حرانی، ۱۴۰۴، ص ۲۰۳)، زمانی هم برای تفریحات و لذت و همراهی با خانواده و نیز زمانی برای رفت و آمد و صرف وقت با برادران ایمانی قرار داده شده است (ورام، ۱۴۱۰، ج ۲، ص ۲۳). زمان صرف شده با خانواده، نیرو دهنده به فعالیت‌ها در زمان‌های دیگر است. اصل حضور مرد در خانه بسیار مهم است. مردی که در شهر خود، شب را در منزل نگذراند شرایط بدی برای خود برمی‌انگیزد (ابن بابویه، ۱۴۱۳، ج ۳، ص ۵۵۵). کیفیت حضور هم مهم است. صرف مدت زیاد در خانه برای تماشای تلویزیون، یا امور شخصی، درسی و شغلی مطلوب نیست. دومین توصیه به همسران، آن است که با هم غذا بخورند. هر مردی که سفره غذا را بگستراند و زن و فرزند خویش را بخواند و غذا را با نام خدا شروع کنند و با شکر خدا به پایان برند، هنگامی که هنوز سفره برداشته نشده، خدا رحمت و آمرزش را بر آنان نازل کند (حرعاملی، ۱۴۱۲، ج ۱۶، ص ۴۲۲). لقمه غذا را در دهان همسر گذاشتن که رفتاری صمیمانه است، پاداش معنوی دارد (متقی هندی، ۱۴۰۹، ج ۱، ص ۱۵۸). از دیگر مداخلات ترغیب زوجین به نظم امور زندگی و تمیزی خانه است. از سفارش‌های مهم امیر مؤمنان علی (ع)، نظم در امور زندگی (شریف الرضی، ج ۲، ص ۹۶۸) بود.

اداره خانه و کارهای آن نقش مهمی در تحکیم خانواده دارد. زن و شوهر را ترغیب می‌کنیم که با همکاری به تقسیم امور خانه بپردازند. مثلاً علی (ع) و فاطمه (ع) دختر پیامبر (ص) که زوج الگویی برای همه زن و شوهرها هستند کارهای خانه را به درون (برعهده زن) و بیرون (برعهده شوهر) تقسیم کردند (مجلسی، ۱۹۸۳، ج ۱۴، ص ۱۹۷). کمک به زن در انجام کارهای خانه، ارزش دنیوی و اخروی بالایی دارد. زنی که برای اصلاح امور خانه چیزی را از جایی به جایی دیگر منتقل کند، خدا به او نظر نماید و کسی که خدا به او نظر کند، او را عذاب نخواهد کرد (طوسی، ۱۴۱۴، ص ۶۱۸). برای تشویق مردان از این سخن زیبای پیامبر می‌شود بهره برد: «ای علی [ع]، یک ساعت خدمت در خانه بهتر است از عبادت هزار سال، هزار حج، هزار عمره... و سیر کردن

هزار گرسنه و بخشش هزار دینار، و [چنین کسی] از دنیا خارج نمی‌شود مگر آنکه جایگاه خود را در بهشت ببیند. ای علی [ع]، خدمت نمی‌کند به خانواده مگر صدیق یا شهید یا مردی که خداوند بخواهد خیر دنیا و آخرت را به او بدهد».

د. تصمیم‌گیری و حل مشکلات

اصل مهم برای تصمیم‌گیری مشورت در خانواده است. از جمله مسائل ناظر به توزیع قدرت، موضوع مشورت در خانواده و حدود و ثغور آن است. بررسی آموزه‌های اسلام در قرآن و کلمات معصومان (ع)، نشان می‌دهد که این دین امور زندگی مردم را براساس مشورت و هم‌فکری استوار می‌کند. مسائل خانواده نیز از این امر مستثنا نیستند. شواهد لزوم مشورت در خانواده در چند دسته مطرح است: دسته اول، آیاتی از قرآن است که به‌طور عام، مردم را به مشورت و هم‌فکری در امور زندگی تشویق می‌کند (شوری، ۳۸ و زمر، ۱۷). روایات پرشماری نیز مشورت را راه مناسب اداره امور زندگی و ترک آن را موجب انحراف، لغزش و خطا اعلام کرده‌اند (محمدی ری‌شهری، ۱۳۷۹، ج ۵، ص ۲۹۰۰).

دسته دیگری از آیات به مشورت در مسائل خانواده و گفتمان بین اعضای آن می‌پردازد (بقره، ۲۳۳؛ طلاق، ۶ و نساء، ۱۲۸). تعبیر دیگری که در روابط و معاشرت‌های خانوادگی به‌منزله یکی از ملاک‌های مهم در قرآن در نظر گرفته شده، واژه «معروف» است (بقره، ۱۸۰، ۲۲۸، ۲۲۹ و ۲۳۱ — ۲۳۴؛ نساء، ۱۹ و ۲۵؛ ممتحنه، ۱۲ و طلاق، ۲ و ۶). «معروف» شیوه و رفتاری است که مردم یک جامعه می‌پسندند و با شریعت و طبع و ذوق انسان مخالفت نداشته باشد (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۲، ص ۲۳۲). جلب موافقت زن نیز در روایات امری لازم در روابط زناشویی شمرده شده است (حرانی، ۱۴۰۴، ص ۳۳۷). بهترین راه تحقق موافقت همسر، مشورت با اوست. دسته دیگر آیاتی‌اند که مرد را از اجبار و تحمیل به زن نهی می‌کنند (نساء، ۱۹). روایات پرشماری نیز تحمیل و اجبار به زنان را نکوهش می‌کنند (نوری، ج ۱۴، ص ۲۵۳).

در صورتی که گفتگوها در حل مسئله و تصمیم‌گیری به نتیجه نرسد، ملاحظه شرایط توسط زن و شوهر لازم است. اگر یک تصمیم بار مالی و فشار را متوجه شوهر

می‌کند، از آنجا که تأمین مالی و اقتصادی خانواده به عهده اوست، دنبال کردن نظر شوهر مناسب‌تر است تا فشاری بیش از طاقت به او وارد نشود (حر عاملی، ۱۴۱۶، ج ۲۰، ص ۲۱۲).

۵. حل تعارض‌های عاطفی

برای حل تعارض‌های از دیدگاه اسلامی دو مسیر عاطفی و حل مشکل را به زوجین پیشنهاد می‌کنیم. معمولاً زوجین در تعارض دچار برانگیختگی هیجانی می‌شوند. بنابراین اولین گام در حل تعارض‌ها سعی در رسیدن به آرامش است. براساس متون اخلاق اسلامی توصیه می‌کنیم زوجین برای نیل به آرامش در محلی بنشینند و تا حدی از هم فاصله بگیرند و در این شرایط اصلاً سعی نکنند پیش هم بمانند. دومین راهکار آن است که یاد خدا مانند **لا اله الا الله، لا حول و لا قوه الا بالله** و صلوات را به زبان بیاورند و تا چند دقیقه هیچ سخنی غیر از یاد خدا به زبان نیاورند. مهم‌ترین توصیه اسلامی به زنان در تعارض زناشویی، پیش‌قدم شدن در حل مشکل و استفاده از ابزارهای عاطفی است. زن موفق پس از تعارض، همان شب در بستر دست همسر را می‌گیرد و با ملاحظت می‌گوید چشمانم به خواب نمی‌رود مگر اینکه از دست من راضی شوی (ابن بابویه، ۱۴۱۶، ج ۳، ص ۳۸۹). هیچ عمل معنوی زن نزد خدا سودمندتر از کسب رضایت شوهرش نیست (حرعاملی، ۱۴۱۶، ج ۲۰، ص ۲۲۲). توصیه عاطفی مهم به مردان آن است که در هر شرایط از جمله تعارض‌ها با همسر مدارا کنند (ابن بابویه، ۱۴۱۳، ج ۴، ص ۳۹۲). مدارا شامل آرامش بدنی و کلامی، چشم‌پوشی و گذشت است. راه آرام شدن زن و آماده شدن او برای حل مناسب مشکل با گفتگوی مطلوب، مدارا با اوست (همان، ج ۳، ص ۵۵۴). پیامبر(ص) فرمود: هر کس با اخلاق بد همسر خود بسازد خدا در آخرت پاداش شاکران به او دهد (ابن بابویه، *الأمالی*؛ النص؛ ص ۴۳۰). بیان این روایات و توصیه به مرور آن‌ها توسط مردان اثر خوبی بر مهار آنان دارد. برای حل تعارض افزون بر آنچه که ذکر شد، مباحث بسیاری قابل ذکر است، از تمام اصول ارتباطی یادشده قبلی، نیز استفاده می‌شود.

۴. مداخلات در ساخت خانواده

مداخله‌ها برای تغییر در سازمان خانواده در سه نوع توزیع قدرت، حقوق خانواده و مرزهای خانواده ارائه می‌شود.

الف. اصلاح توزیع قدرت در روابط زوجین:

خانواده سازمانی اجتماعی است و مانند دیگر نهادهای اجتماعی، همه افراد آن در یک رتبه نیستند. از دیدگاه اسلام (سالاری‌فر، ۱۳۸۵، ص ۸۵ - ۸۹ و ۹۲)، مانند بیشتر نظریه‌های خانواده‌درمانی (زیمون، ۱۳۷۹، ص ۲۳۵)، والدین در خانواده اقتدار بیشتری دارند. آموزه‌های اسلام، افزون بر پذیرش اقتدار والدین، به شوهر نیز اقتدار بیشتری در خانواده می‌دهد. قرآن به این قانون تصریح کرده است: «مردان سرپرست زنان‌اند، به دلیل آنکه خداوند برخی را بر بعضی دیگر برتری داده است و به دلیل آنکه عهده‌دار تأمین معیشت خانواده‌اند. پس زنان درست‌کار فرمان‌بردارند» (نساء، ۳۴). در کلمات اولیای دین (ع) نیز مهم‌ترین مسئولیت زن در خانواده هماهنگی و همراهی با شوهر دانسته شده است (حرعاملی، ۱۴۱۲، ج ۱۴، ص ۱۱۲). از نظر آموزه‌های اسلام، افزون بر لزوم اقتدار مرد در خانواده، احساس و تلقی این امر از سوی زن ضرورت دارد (همان، ص ۱۲۰).

ب. مداخله‌های حقوقی:

از نظر اسلام هر یک از زن و شوهر حقوق و مسئولیت‌هایی نسبت به طرف مقابل دارد که این امر حداقل تعهد زن و شوهر پس از ازدواج نسبت به هم را تشکیل می‌دهد. برخی از این حقوق مشترک بین زن و شوهر است که عبارتند از: ۱. حق سکونت مشترک؛ ۲. حق معاشرت به معروف که از آیات قرآن برداشت می‌شود. بیشتر بحث‌ها در مشاوره و درمان زوجین به این اصل بازمی‌گردد؛ ۳. حق بهره‌گیری جنسی از هم که در مورد زن از آن تعبیر به تمکین می‌شود (کلینی، ج ۵، ص ۵۰۷). همچنین مرد باید به نیازهای جنسی زن پاسخ دهد و ضعف و کوتاهی مرد موجب گناه‌کاری او است (حرعاملی، ۱۴۱۶، ج ۲۰، ص ۱۳).

هر یک از زوجین حقوق اختصاصی نیز دارند: اولین حق شوهر، ریاست خانواده است که به آن اشاره شد. دومین حق شوهر تعیین محل سکونت است. البته زن حق استقلال در سکونت دارد و در نوع مسکن باید به شئون زن توجه شود. این دو حق به زن داده شده است زیرا او باید بیشتر وقت خود را در منزل صرف کند و نباید شرایط نامناسب آن، آسایش و آرامش او را سلب کند. زوج نیز حقوق اختصاصی دارد که مهم‌ترین آن‌ها وظیفه شوهر نسبت به اداره اقتصادی خانواده و تأمین نیازهای مادی همسر مانند مسکن، پوشاک، غذا و سایر موارد متناسب با پسند جامعه و شیوه زندگی زن است. همچنین از حقوق مهم دیگر زن فراهم شدن زمینه برای دانش‌آموزی اوست که از نظر شیخ صدوق، شوهر باید آن را رعایت کند (ثمنی، ۱۳۹۰).

ج. مداخله در مرزها:

مفهوم مرزها در خانواده از دیدگاه ساخت‌نگرها از جمله مینوچین بسیاری جنبه‌های ارتباطی زن و شوهر را روشن می‌کند (مینوچین، ۱۳۸۰). او با تغییر مرزها به دنبال اصلاح مناسبات اعضای خانواده بود (مینوچین، فیشمن، ۱۹۸۱). در آموزه‌های اسلام مفاهیمی در نحوه روابط زن و مرد وجود دارد که با این دیدگاه مشابه است (سالاری‌فر، ۱۳۸۵). مرزها در خانواده در دو بخش درونی و بیرونی مطرح می‌باشد. از آموزه‌های اسلام در مورد مرز روابط فرزندان و والدین، داشتن فضای اختصاصی زن و شوهر در سه زمان در شبانه روز است. کودکان و فرزندان بزرگسال خانواده لازم است پیش از نماز صبح، هنگام خواب بعد از ظهر و شب با اجازه وارد اتاق پدر و مادر شوند (نور، ۵۸).

یکی از زمینه‌های بروز اختلاف در خانواده‌های مسلمان، حساسیت زن و مرد، به‌ویژه شوهر درباره روابط همسر با نامحرمان است. در متون اسلامی، این حساسیت مرد با عنوان غیرت، امری لازم شمرده شده است: «خداوند غیور است و هر غیرت‌مندی را دوست دارد، ...» (حرعاملی، ۱۴۱۶، ج ۲۰، ص ۱۵۳)، در برابر، بی‌توجهی و حساسیت نداشتن مرد درباره روابط همسرش با نامحرمان به‌شدت نکوهش شده است (کلینی، ۱۴۰۷، ج ۵).

پس از ازدواج نکته مهم مرزبندی روابط خویشاوندی توسط زوجین است. ضعف در این مهارت، آنان را با مشکلاتی از این قبیل مواجه می‌کند: وابستگی شدید زوجین

به والدین خود، درهم آمیختگی مرزهای خانواده جدید و خانواده‌های اصلی، ضعف ارتباط با خانواده همسر، ضعف ارتباط با خانواده خود، تعارض وابستگی به همسر و والدین و خواهر برادران و تفاوت‌های فرهنگی زیاد خانواده‌های اصلی همسران. برای مدیریت موفق زوجین در روابط پس از ازدواج لازم است این امور به آنان آموزش داده شود.

برای رعایت مرزها پس از ازدواج، تذکر امور مفید است. اولین نکته حفظ اسرار و امور درونی خانواده نوپا است. انتقال اطلاعات همسران به والدین خود، غالباً مشکل‌زا است. دوم نکشیدن تعارض‌ها به والدین خود و همسر به گونه‌ای که شکایت همسر را نزد والدین خود یا والدین او نبرد. نکته سوم تنظیم کیفیت و میزان روابط با والدین هر دو طرف با برنامه‌ریزی مناسب است. نکته چهارم تنظیم روابط و مرزهای دو خانواده اصلی با هم می‌باشد. تمایل برخی زوج‌ها به نزدیک کردن دو خانواده به هم و روابط زیاد آنان، نه تنها مفید نیست بلکه گاه مشکل‌زا است. ما توصیه می‌کنیم روابط خانواده‌های دو طرف رسمی و محدود باشد.

بخش مهمی از مداخله‌ها در زوج‌درمانی با ترغیب زوجین به امور معنوی و فراهم آوردن تجارب معنوی صورت می‌گیرد. در این مداخله‌ها، رابطه زوجین با خداوند، محور قرار می‌گیرد و از طریق باورهای دینی، رفتارهای عبادی و صفات اخلاقی مشکلات زوج‌ها اصلاح می‌گردد. ملاک معنویت در زوج‌درمانی اسلامی رابطه با خداوندی است که در متون اسلامی صفات نیکوی او آورده شده است (حشر، ۲۴). علاوه بر رابطه با موجودی که همه انسان‌ها نیازمند شدید او هستند (فاطر، ۱۵)، نوع و کیفیت رابطه با او براساس قرآن مشخص می‌شود.

۵. مداخله‌های اعتقادی

یکی از مداخله‌های اساسی در کار با زوج‌ها، بینش‌دهی به نقش باورهای اسلامی در روابط انسانی خصوصاً زناشویی است. باورهای دینی به زندگی زناشویی معنا و مفهوم می‌بخشد و در مشکلات و تعارض‌ها راه‌گشا می‌باشد. ایمان به خدا و یکتاپرستی تأثیرات مهمی بر همه ابعاد شخصیت زوجین از جمله روابط آنان با یکدیگر دارد. ایمان به خدا موجب می‌شود هدف زندگی فردی و خانوادگی همسران یکی و آن نیل به الهی شدن و جلب رضایت خدا در همه رفتارها و جهت‌گیری‌ها در زندگی گردد

(انعام، ۱۶۲). براین اساس معنای زندگی زوجین امری عمیق، ادامه دار و طولانی به گستره زندگی دنیوی و اخروی می‌گردد. انسجام شخصیتی زوجین در اثر یکتاپرستی (زمر، ۲۹) بسیاری از زمینه‌های اختلاف‌برانگیز را رفع می‌کند.

اگر زوجین خدا را ناظر خود و رفتارشان ببینند و او را همراه (حدید، ۴) و از رگ گردن به خود نزدیک‌تر بدانند (قاف، ۱۶) در مهار عواطف، رفتار و گفتار خود خصوصاً در خانواده موفق‌تر خواهند بود. همچنین توجه به عدالت خدا و اینکه هیچ ستمی را روا نمی‌دارد (نساء، ۴۰ و یونس، ۴۴) زوجین را در رعایت اعتدال کمک می‌کند. ملایم ساختن حالت هیجانی زوج‌ها با توجه دادن آنها به صفات نیکوی خداوند و ترغیب به متصف شدن به این صفات، نوعی از مداخله در جلسات درمانی است. مثلاً یادآوری مهربانی گسترده خداوند (انعام، ۵۴ و ۱۴۷؛ هود، ۹۰ و نحل، ۷)، عطف و مهربانی زوجین نسبت به هم را بیشتر می‌کند.

توکل یعنی اعتماد و اطمینان به خداوند و آنچه نزد اوست و نیز امیدوار نبودن و اعتماد نکردن به مردم و آنچه در دست آنهاست (کلینی، اصول، ج ۲، ص ۶۵). وقتی توکل زوجین ضعیف باشد، صرفاً به سرمایه‌های خویش و دیگران محدود می‌شود و شکست و ناامیدی بروز می‌کند. دل‌بستن به غیرخدا و اعتماد مطلق به مردم و مخلوقات، بحران و مشکلات فرد را بیشتر می‌کند و او را به بن‌بست می‌کشاند (کلینی، ۱۴۰۷، ج ۲، ص ۶۳ و مجلسی، ۱۹۸۳، ج ۷۱، ص ۱۴۴).

رضایت از ابعاد زندگی خصوصاً روابط زناشویی تا حد زیادی به نگاه معنوی زوجین بازمی‌گردد. یک نگرش مهم و تأثیرگذار در این زمینه، خشنودی از خداوند است. از آنجاکه در این مفهوم مانند مفاهیم دیگر دینی بدفهمی‌هایی وجود دارد، در زوج‌درمانی باید به آن پرداخت. راضی بودن به قضای الهی به آن است که فرد به‌خاطر آنچه از دنیا به او می‌رسد (مشکلات) یا نمی‌رسد (موفقیت‌ها و مواهب مادی)، از خدا ناخشنود نیست و به‌کار اندک خود قانع و راضی نمی‌شود (مجلسی، ۱۹۸۳، ج ۶۹، ص ۳۷۳).

از آموزه‌های مهم ادیان الهی باور به زندگی پس از مرگ و رسیدگی به اعمال در روزی بزرگ است (مطففین، ۵ و ۶) که همه انسان‌ها در پیشگاه خداوند به پاداش خوب

و بد اعمال خویش می‌رسند (زلزال، ۸ و ۷). اولین مرحله زندگی اخروی، مرگ و حوادث مربوط به آن است (قاف، ۱۶-۲۳). یاد مرگ گاه به عنوان یک فن می‌تواند به زوجین شوکی وارد کند که از ناهوشیاری خارج شوند و به ارزیابی واقع‌بینانه و غیردفاعی خویش بپردازند.

مشوق‌های مربوط به زندگی اخروی در قبال انجام مسئولیت‌های خانوادگی چه در مورد زن و شوهر و چه والدین و فرزندان، می‌تواند به ایجاد انگیزه در آنها بیانجامد. در راهبردهای مقابله‌ای در مشکلات و فشارهای خانوادگی مانند بیماری فرزند، فقدان‌های جانی و مالی، توجه به پاداش‌های اخروی (همان، ج ۸۲، ص ۱۳۱ و کلینی، ۱۴۰۷، ج ۳، ص ۳۶۱، ۳۶۴، ۱۱۴ و ۱۱۵)، می‌تواند سطح روحیه و مقاومت اعضای خانواده بسیار بالا ببرد.

اعتقاد به رسالت انسان‌هایی از سوی خداوند (بقره، ۲۸۵) و جانشینی آنان که در مذهب شیعه به امامت معروف می‌باشد، مؤثر است (طباطبایی، ۱۳۷۴، ۱۸۰). در مداخله‌های زوج‌درمانی در دو جنبه از این باور استفاده می‌کنیم. اول آموزش قواعد زندگی زناشویی است. دوم بعد الگوگرفتن از شیوه زندگی اولیای دین (ع) است.

۶. مداخله‌های عبادی

در تعالیم اولیه تمام انبیای الهی، پرستش خداوند و ترک پرستش هر موجود دیگر گنجانده شده است (در مورد حضرت عیسی (مائده، ۷۲)، حضرت ابراهیم (عنکبوت، ۱۶)، حضرت هود (اعراف، ۶۵)، حضرت صالح (اعراف، ۷۳)، حضرت شعیب (اعراف، ۸۵) و حضرت نوح (اعراف، ۵۹ و مؤمنون، ۲۳)). عبادت، به معنای عملی است که روحش ذکر خدا، خلوت کردن با وی و فراموشی غیر اوست. این اعمال به شکل دعا و نیایش، نماز با آداب و شرایط خاص خود و روزه بروز می‌کند. عبادت از طریق آرامش روانی، بالا بردن ظرفیت روانی، ارضای نیازها، انسجام شخصیتی، پاک‌سازی درون، به دست آوردن فضایل اخلاقی، تقویت اراده، فرصتی برای بازگشت به خود و حمایت اجتماعی بر سلامت روانی اثرگذار است. باتلر (۱۹۹۸) با بررسی اثربخشی نیایش بر زوج‌های مذهبی دریافت که این زوج‌ها عبادت و گرایش‌های مذهبی را پدیده‌ای آرامش‌بخش و مهم می‌دانند و برای حل مشکلات سازشی خود در زندگی از عقاید

مذهبی کمک می‌گیرند. این زوج‌ها هم‌چنین اظهار نمودند که انجام عبادات باعث کاهش احساسات خصمانه و واکنش‌های هیجانی منفی آنان می‌گردد. به علاوه عبادات، رفتارهای اجتماعی و مشارکت با دیگران را در آنان می‌افزاید.

۷. مداخله‌های اخلاق اسلامی

اخلاق نیکو در نگاه اسلامی از مهم‌ترین ملاک‌های همسر مناسب و روابط مطلوب خانوادگی است و موجب مرتبه بالاتر ایمانی فرد می‌گردد (مجلسی، ۱۹۸۳، ج ۷۱، ص ۳۷۸). بهترین مردم کسی است که با همسرش رفتار مناسب‌تری دارد (مجلسی، ۱۹۸۳، ج ۷۱، ص ۳۹۲). به همین جهت، علمای اخلاق بخش مهمی از توصیه‌های خود را به مناسبات اعضای خانواده اختصاص می‌دهند (غزالی، ۱۳۶۸، ج ۱، ص ۳۰۱). وجه تمایز مداخلات اخلاقی در خانواده از مداخلات دیگر را می‌توان مربوط بودن آنها به رفتارهای غیرالزامی و فضائل انسانی دانست که به چارچوب قوانین محدود نمی‌شود. مسائل اخلاقی در خانواده، در ضمن اصولی مانند مودت، رحمت، رفق، ملامت، مدارا، سازگاری، حقوق‌مداری، نیک‌رفتاری، تکریم، تفاهم، توافق، بخشش، گذشت، شکیبایی، صراحت، صداقت، نفی‌خسونت و همکاری در خانه، ارائه شده است (دلشادتهرانی، ۱۳۸۸). برای مرزبندی دقیق‌تر می‌توان فقط مناسبات ارتباطی انسان خصوصاً رابطه با همسر را در اخلاق قرار داد. هم‌چنین مسائل مربوط به رابطه با خویشان را نیز با توجه به امور زناشویی بررسی کرد. مجموعه مداخلات اخلاقی در روابط زوجین را می‌توان مربوط به سه نوع: روابط کلامی، صفات متمرکز بر رابطه با خویشان و صفات متمرکز بر رابطه با همسر تقسیم کرد. همه این مداخلات، اصلاح مناسبات زوجین را هدف قرار می‌دهد البته تمرکز هر یک بر خویشان، همسر یا روابط کلامی است. در مداخله‌های رفتاری به شیوه‌های مناسب روابط کلامی و آسیب‌های روابط کلامی اشاره شد.

الف. صفات و رفتارهای متمرکز بر خود عبارتند از:

۱. عدالت که به معنای توانایی فرد بر تنظیم همه انگیزه‌ها، عواطف و رفتارها براساس معیارهای منطقی و پسندیده است (نراقی، ۱۳۸۳، ج ۱، ص ۵۱). احساس انصاف و عدالت، نقش مهمی در رضایت از زندگی زناشویی دارد (زیمون، ۱۳۷۹، ص ۲۷۷)؛

۲. صبر و خویشتنداری به معنای پایداربودن و متزلزل نشدن شخصیت در برابر سختی‌هاست به طوری که رفتار و گفتار فرد نابهنجار نگردد؛
۳. مراقبت و حسابرسی از خویش، به این است که فرد پیوسته متوجه خود باشد و با نظارت دائمی، خویش را از رفتار نامناسب بازدارد و به امور شایسته برانگیزد (نراقی، ۱۳۸۴، ص ۶۷۴)؛
۴. تمرکز بر اصلاح خود و اهتمام به خویشتنکه قرآن به آن توصیه می‌کند (مائده / و تفسیرالقمی، ۱۴۱۱، ج ۱، ص ۱۸۹). اولیای دین (ع) نیز مشغول شدن به عیب خود و نپرداختن به عیوب وضعف‌های دیگران را تشویق می‌کنند (شریف‌الرضی، ۱۴۱۴، ۲۵۵). در زوج‌درمانی شناختی رفتاری نیز به آن توصیه شده است (اپشتاین و باکوم، ۲۰۰۲)؛
۵. آرمان‌طلبی و گرایش به الگوهای متعالی از ابعاد مهم شخصیت انسان است (شولتز، ۱۳۷۹). یکی از شیوه‌های موثر یادگیری، مشاهده الگوی رفتاری است که بخش مهمی از آموزه‌های انسان را در بر می‌گیرد (کدیور، ۱۳۷۹، ص ۱۲۸). از عوامل موثر در این یادگیری آن است که الگو نزد یادگیرنده از وجهه، اعتبار، قوت، لیاقت و صمیمیت برخوردار باشد (هرگنهان، ۱۳۷۴، ص ۴۳۲).

ب. صفات و رفتارهای متمرکز بر همسر:

۱. حسن خلق از صفات کلیدی در آموزه‌های اسلام است که فرد با آن به درجات معنوی و اخروی بالایی می‌رسد (مجلسی، ۱۹۸۳، ۳۷۵/۷۱ - ۳۸۵). صفت رفق در متون اسلامی (احمدحنبلی ۷۱/۶) و اخلاقی (نراقی، ۱۳۸۴، ص ۲۴۸) همراه حسن خلق آمده است و به معنای نرمی در رفتار و گفتار است. رفق در هر خانواده‌ای برقرار باشد خیر دنیا و آخرت روزی آنان می‌گردد و محبوب خدا هستند (متقی‌هندی، ۳، ۴۵/۱۴۰۹)؛
۲. مدارا با مردم از توصیه‌های مهم خداوند به پیامبران است (الطوسی (الأمالی)، ۱۴۱۴، ۵۲۱ / ۱۸ مدارا رکن روابط موفق زن و شوهر است و به همین جهت به مردان توصیه شده است که در هر شرایط با همسر خود مدارا کنند (حرعاملی، ۱۴۱۶، ج ۲۰، ص ۱۷۲، باب ۹۰، استحباب مداراة الزوجه). مدارا به این است که فرد با مردم نرمی و مصاحبت نیکو کند و از خلاف ادب و رفتار و سلوک ناهموار ایشان گذشت کند. انعطاف‌پذیری، ملایمت، رعایت توانایی‌ها و ظرفیت‌های همسر، عذرخواهی و

عذرپذیری، پرهیز از قهر کردن، خیرخواه همسر بودن و دوری از رقابت، حسدورزی و کینه‌جویی از لوازم رعایت مدارا است (دلشادتهرانی، ۱۳۸۸)؛

۳. عفو و بخشش از ویژگی‌های مهم اخلاقی است که در قرآن به آن توصیه شده است (نور، ۲۲). این ویژگی در روابط همسران مربوط به خطاهای نسبتاً بزرگ و عمدی است. قرآن با فرض چنین امری افراد را به بخشش و چشم‌پوشی توصیه می‌کند (تغابن، ۱۴). وقتی همسری از رفتار بد خود پشیمان شد، توصیه اسلامی، بخشیدن همسر و چشم‌پوشی از اوست به این معنا که اشتباه همسر را به یاد و نظر هم نیاورد. پژوهش‌های روان‌شناسی آثار بخشیدن را نه تنها برای روابط زوجی بلکه برای فرد بخشنده نیز نشان داده است (عباسی و محمدحسینی، ۲۰۱۰)؛

۴. توافق و تفاهم با همسر یکی از صفات اخلاقی لازم در روابط زناشویی است که از متون اسلامی برداشت می‌شود. خوردن مؤمن مطابق میل همسر است ولی منافق خانواده‌اش را به مطابقت با میل خود وامی‌دارد (کلینی، ۱۴۰۷، ج ۴، ص ۴۸۸). این همراهی را می‌توان به سایر رفتارهای شخصی و سلیقه‌ای تعمیم داد؛

۵. سعه صدر در امور اقتصادی زندگی که مقابلش بخل است از صفات اخلاقی لازم برای شوهر محسوب می‌گردد. بدترین مردان، بخل‌ورزان هستند (حرعاملی، ۱۴۱۶، ج ۲۰، ص ۳۴). به مرد توصیه می‌شود با گشاده‌دستی در زندگی برخورد کند در غیر این صورت اگر خانواده‌اش تحت فشار قرار گیرند حتی ممکن است آرزوی مرگ سرپرست خانواده را در سر پیوراندند (کلینی، ۱۴۰۷، ج ۴، ص ۱۱).

۶. امانت‌داری: زن و مرد با ازدواج در مسائل مالی، معنوی، فکری، اقتصادی و بسیاری از اسرار هم شریک می‌شوند (کلینی، ۱۴۰۷، ج ۵، ص ۳۲۳). در این شراکت همه جانبه، امانت‌داری زن و شوهر شرط لازم زندگی رضایت‌بخش است. یکی از جلوه‌های امانت‌داری، وفاداری به پیمان استوار ازدواج (نساء، ۲۱) است به گونه‌ای که زن و شوهر متعهد به مسئولیت‌های خویش باشند و از حدود روابط عاطفی تعدی نکنند (مؤمنون، ۶).

منابع

- قرآن کریم، ترجمه محمد مهدی فولادوند (۱۳۷۳)، تهران و قم، دارالقرآن الکریم.
- ابن بابویه، محمد بن علی، *ثواب الأعمال و عقاب الأعمال*، ۱ جلد، قم: دارالشریف الرضی للنشر، چاپ: دوم، ۱۴۰۶ق.
- _____ (۱۴۰۴ق)، *عیون اخبار الرضا (ع)*، صححه و قدم له و علق علیه حسین الاعلمی، بیروت، مؤسسه الأعلمی للمطبوعات.
- _____ (۱۳۸۹)، *معانی الاخبار*، ترجمه حمیدرضا شیخی، قم، ارمغان طبوبی، فکرآوران.
- _____ (۱۳۶۲)، *الخصال*، صححه و علق علیه علی اکبر الغفاری، قم، دفتر انتشارات اسلامی.
- _____ (۱۴۱۳ق)، *من لا یحضره الفقیه*، ۴ جلد، قم: دفتر انتشارات اسلامی وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه.
- احمد بن حنبل (بی تا)، مسند الامام احمد بن حنبل و بهامشه *کنز العمال فی سنن- الاقوال و الافعال*، بیروت، دار صادر.
- آذربایجان، مسعود و دیگران (۱۳۸۲)، *روان‌شناسی اجتماعی با نگرش به منابع اسلامی*، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه و سازمان مطالعه و تدوین کتب علوم انسانی دانشگاه‌ها، تهران.
- آمدی، عبدالواحد بن محمد، *تصنیف غررالحکم و درر الکلم* (۱۳۶۶ش)، ۱ جلد، قم: دفتر تبلیغات.
- باقریان، مهنوش و سعید بهشتی (۱۳۹۰)، «بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی زناشویی مبتنی بر آموزه‌های اسلامی بر سازگاری زناشویی زوجین»، *فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، سال دوم، شماره ۶.
- برنشتاین ف. چ (۱۳۸۰)، *زناشویی درمانی*، ترجمه پورعابدی و منشی، تهران، رشد.
- بیهقی، احمد ابن الحسین (۱۴۰۶ق)، *السنن الکبری*. بیروت: دارالمعرفه.

ترابی، مهدی (۱۳۸۹)، *مقایسه راه‌های پیشگیری از اختلافات خانوادگی و حل آن از دیدگاه اسلام*، قم: پایان‌نامه سطح ۳، به راهنمایی محمدرضا سالاری فر مرکز مدیریت حوزه علمیه قم.

ثمنی، لیلا (۱۳۹۰)، *حقوق غیر مالی زوجین از دیدگاه مذاهب خمس، شورای فرهنگی اجتماعی زنان*.

جعفر بن محمد (ع) (۱۴۰۰)، امام ششم (ع)، *مصباح الشریعه*، جلد ۱، علمی، بیروت، چاپ اول.

حراعلی، محمد بن الحسن (۱۴۱۲)، *وسائل الشیعه الی تحصیل مسائل الشریعه* بتصحیح و تحقیق و تزییله عبدالرحیم الربانی الشیرازی، بیروت، دار احیاء التراث العربی.

_____ (۱۴۱۶). *تفصیل وسائل الشیعه الی تحصیل مسائل الشریعه*، قم: تالیف، تحقیق مؤسسه آل‌البیت (ع) لاحیاء التراث.

حرائی، حسن بن علی (۱۴۰۴)، *تحف العقول عن آل الرسول (ص)*، جلد ۱، چاپ دوم، قم: جامعه مدرسین.

خجسته‌مهر، رضا و همکاران (۱۳۹۱)، «بررسی نقش ادراک انصاف بر کیفیت زناشویی»، *مطالعات روان‌شناختی*، دوره ۸، شماره ۱ بهار.

خدایاری‌فرد، محمد و همکاران (۱۳۸۱)، «روش درمانی عفو با تأکید بر دیدگاه اسلامی»، *اندیشه و رفتار*، تابستان، پیاپی ۲۹.

دانش، عصمت (۱۳۸۹)، «افزایش سازگاری زناشویی زوج‌های ناسازگار با مشاوره از چشم‌اندازی اسلامی»، *مطالعات روان‌شناختی*، دانشگاه الزهراء (س)، دوره ۶، شماره ۲.

دلشادتهرانی، مصطفی (۱۳۸۸)، *درسنامه اخلاق خانوادگی*، تهران، دریا.

زادهوش، سمیه، نشاط‌دوست، کلانتری و رسول‌زاده طباطبایی (۱۳۹۰)، «مقایسه اثربخشی گروه‌درمانی شناختی رفتاری همراه با توصیه‌های مذهبی و گروه‌درمانی شناختی رفتاری کلاسیک بر کیفیت ارتباط زناشویی بانوان»، *فصلنامه خانواده‌پژوهی* ۷ (۱).

زمخشری، محمود بن عمر (۱۴۰۷)، *الکشاف عن حقایق غوامض التنزیل و عیون الاقوال فی*

وجوه التأویل، بیروت، دارالکتاب العربی.

زیمون، ف. ب (۱۳۷۹)، مفاهیم و تئوری‌های کلیدی در خانواده‌درمانی، ترجمه و تألیف سعید پیرمرادی، اصفهان: نشر همام.

سالاری فر، محمدرضا (۱۳۷۹)، مقایسه نظریه خانواده‌درمانی مینوچین با دیدگاه اسلام در باب خانواده، استاد راهنما: محمدکاظم عاطف وحید؛ استاد مشاور: سیدمحمد غروی، قم، پژوهشکده حوزه و دانشگاه.

_____ (۱۳۸۵)، خانواده در نگرش اسلام و روان‌شناسی، قم، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.

_____ (۱۳۸۹، الف)، مقابله با خشونت خانگی علیه زنان، قم، دفتر مطالعات زنان.

_____ (۱۳۸۹، ب)، بسته‌های آموزشی مقابله با خشونت خانگی علیه زنان، قم، دفتر مطالعات زنان.

سیف، سوسن (۱۳۳۸). تئوری رشد خانواده، تهران، دانشگاه الزهرا(س).

سیوطی، جلال‌الدین (۱۴۰۱)، الجامع‌الصغیر فی احادیث‌البشیر‌النذیر، بیروت، دارالفکر. _____ (۱۴۰۴ ق)، در‌المشور، ج ۱، قم: نشر مکتبه آیت‌الله مرعشی نجفی.

شجاعی، محمدصادق (۱۳۹۱)، انگیزش و هیجان، نظریه‌های روان‌شناختی و دینی، قم، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.

شریف‌الرضی، محمدبن حسین (۱۴۱۴ق)، نهج‌البلاغه (للصبحی صالح)، جلد، هجرت، قم، چاپ اول.

شولتز، دووان و سیدنی الن، شولتز (۱۳۷۹)، نظریه‌های شخصیت، ترجمه یحیی سیدمحمدی، تهران، ویرایش.

شیروانی، علی (۱۳۸۵)، نهج‌الفصاحه، کلمات قصار پیامبر اعظم، تهران: دارالفکر.

صفورایی، محمدمهدی (۱۳۸۸)، ساخت و اعتباریابی پرسش‌نامه سنجش کارآمدی خانواده از دیدگاه اسلام، پایان‌نامه دکتری، قم: مؤسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی.

طباطبایی، محمدحسین (۱۳۷۴)، المیزان فی تفسیرالقرآن، قم، نشر جامعه مدرسین.

- _____ (۱۳۷۳)، *شیعه در اسلام*، قم، جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، دفتر انتشارات اسلامی.
- طوسی، محمدبن‌الحسن (۱۴۱۴ق). *الأمالی (للطوسی)*، ۱ جلد، قم: دارالتقافه.
- علی‌بن‌موسی، منسوب به امام هشتم (ع) (۱۴۰۶ق)، *الفقه المنسوب إلى الإمام الرضا (ع)*، ۱ جلد، چاپ اول، مشهد: مؤسسه آل‌البیت (ع).
- علی‌پور، مهدی و سیدحمیدرضا حسنی (۱۳۸۹)، *پارادایم اجتهادی دانش دینی*، قم، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- غزالی طوسی؛ ابوحامد محمد (۱۳۶۸)، *کیمیای سعادت*، به‌کوشش حسین خدیوچم، ویرایش ۲، تهران، وزارت فرهنگ و آموزش عالی، شرکت انتشارات علمی و فرهنگی.
- قمی، علی‌بن‌ابراهیم (۱۴۱۱)، *تفسیر القمی*، بیروت: دارالسرور.
- کدیور، پروین (۱۳۷۹)، *روان‌شناسی تربیتی*، تهران، سازمان تدوین کتب علوم انسانی دانشگاه‌ها (سمت).
- کلینی، محمدبن‌یعقوب‌بن‌اسحاق (۱۴۰۷ق)، *الکافی*، ۸ جلد، چاپ چهارم، تهران: دارالکتب‌الاسلامیه.
- متقی هندی، علاء‌الدین‌بن‌حسام‌الدین (۱۴۰۹ق)، *کنز العمال فی سنن الاقوال و الافعال*، بیروت: مؤسسه الرساله.
- مجلسی، محمدباقر (۱۹۸۳)، *بحار الانوار*، بیروت، مؤسسه الوفا.
- محمدی ری‌شهری، محمد (۱۳۷۹)، *میزان‌الحکمه*، ترجمه حمیدرضا شیخی، قم: دارالحدیث.
- منجری، فرزانه و همکاران (۱۳۹۱)، «اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی با رویکرد اسلامی بر رضامندی زناشویی زوج‌ها»، *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، سال سیزدهم، بهار، ۳۷.
- مینوچین، سالوادور (۱۳۸۰)، *خانواده و خانواده‌درمانی*، مقدمه و ترجمه باقر ثنائی، تهران، امیرکبیر.

- نراقی، محمدمهدی (۱۳۸۳)، *جامع السعادات*، قم، اسماعیلیان.
- نراقی، احمد (۱۳۸۴)، *معراج السعاده*، تهران، بعثت.
- نوری، میرزاحسین (۱۴۰۸ ق)، *مستدرک الوسائل*، مؤسسه آل‌البیت لإحياء التراث، بیروت.
- هرگنهان بی. آر و متیو اچ. السون (۱۳۷۴)، *مقدمه‌ای بر نظریه‌های یادگیری*، ترجمه علی‌اکبر سیف. تهران، دانا.
- ورام بن أبی‌فراس، مسعود بن عیسی (۱۴۱۰ ق)، *تنبيه الخواطر و نزهه النواظر المعروف بمجموعه ورام*، [بی‌جا].
- الیس، البرت و همکاران (۱۳۷۵)، *زوج‌درمانی*، ترجمه جواد صالحی و سید امیرامین، تهران، میثاق.
- یونسی، سید جلال و زهره شیری (۱۳۸۷ الف)، *درمان ناهنجاری‌های روانی در کودکان نوجوانان و خانواده‌ها*، تهران، انتشارات دانشگاه علوم بهزیستی و توان‌بخشی.
- یونسی، سیدجلال (۱۳۸۷ ب)، *مدیریت روابط زناشویی*، تهران: نشر قطره.
- Butler. M.(1998).Not just a time out: change dynamics of prayer for religious couple in conflict situations. *Family process*.37(4). 451-457.
- Epstein, b.Norman and Baucom,D,H(2002). *Enhanced Cognitive-Behavior Therapy for Couples*. Washington DC: APA.
- Hamidi, Faridehand Z, AbbasiMakwand and Z, MohamadHossein (2010), *Couple therapy: forgiveness as an Islamic approach in counseling* , Pages 1625-1630.
- Minuchin, Salvador H. Charles Fishman (1981), *Family therapy techniques*. Cambridge: Harvard University Press.