

بسم الله الرحمن الرحيم

مدرسه علمیه تخصصی فاطمه الزهرا (س) شهرستان ابادان

عنوان:

راهکارهای پایایی روابط زوجین در خانواده متعالی

استاد راهنما : خانم فیاضی

پژوهشگران: مریم ناصری ،فاطمه وائلی

چکیده

برای بهبود روابط زوجین راهکارهای پایایی زیر را بررسی گردید: ۱. تبادل عاطفی و راه های افزایش آن مثل بیان محبت آمیز، رفتار محبت آمیز، غلبه بر خودشیفتگی، دعا کردن برای همسر در حضور او، قدردانی از زحمات همسر. ۲. قناعت و رضایت از زندگی با حریص نبودن. ۳. درک متقابل. ۴. مشورت با همسر در اموری که مربوط به زندگی مشترک آنها است. ۵. صبر و گذشت از خطا. ۶. تعهد برای تأمین آرامش و موفقیت خانواده. ۷. مسئولیت پذیری. برای شناخت موانع پایایی خانواده، آسیب های زیر را بررسی نمودیم: ۱. عدم اعتماد به همسر که از طریق انجام ندادن کاری که باعث اتهام شود و رعایت حدود شرعی و با افزایش اعتماد، قابل حل شدن بود. ۲. انتقاد مکرر و رفع آن با بیان نقاط قوت همسر. ۳. خشونت و رهایی از آن با افزایش ایمان و تمرین و عادت به خوش رفتاری. ۴. خیانت.

کلید واژه‌ها:

پایایی، خانواده، ارتباط

مقدمه

ارتباط بین زوجین بخش با اهمیتی از زندگی مشترک را تشکیل می دهد. چگونگی روابط بین این دو، نقش بسزایی در تحکیم بنیان خانواده دارد؛ به همین دلیل باید برای بهتر شدن این روابط تلاش کنند. اگر روابط بین زوجین خوب شروع شود، تصویر خوب بودن زندگی برای زوجین ترسیم خواهد شد، و این ارتباط رضایت بخش زوجین، باعث بالا رفتن سلامت روان آن ها شده و کیفیت زندگی مشترک را بهبود می بخشد. اما اگر این آغاز مناسب نباشد، باعث به وجود آمدن احساسات ناخوشایند و اختلافات فراوان خواهد شد. به همین دلیل زوجین باید برای بهبود این روابط تلاش کنند؛ البته این تلاش باید دو سویه باشد، هم مرد و هم زن کارهایی را انجام دهند و برخی کارها را نیز ترک کنند.

بر این مبنا، به بررسی و مطالعه عوامل مختلف تحکیم و پایداری خانواده و آسیب هایی که ضربه ی مهلکی به روابط زوجین وارد می کنند، پرداختیم. پس از این بررسی، به برخی از راهکارها و آسیب ها بیشتر توجه کرده و آن را به صورت جزئی تر مورد تشریح قرار دادیم. در ادامه مطلب، به بیان و توضیح آنها می پردازیم.

مفهوم شناسی

۱. ارتباط : در لغت به معنای پیوند، وابستگی، پیوستگی، تماس و رابطه است. در اصطلاح ارتباط مکانیسمی است که روابط انسانی بر اساس و به وسیله آن به وجود می آید و تمام مظاهر فکری و

مسائل انتقال و حفظ آن‌ها در مکان و زمان بر پایه آن توسعه پیدا می‌کند. ارتباط حالات چهره، رفتارها، حرکات، طنین صدا، کلمات، نوشته‌ها، چاپ، راه‌آهن، تلگراف، تلفن و تمام وسایلی که اخیراً در راه غلبه بر مکان و زمان ساخته شده‌اند یا همه را در برمی‌گیرد.^۱

۲. خانواده : در لغت به معنای خاندان، اهل خانه، اهل بیت و خویشاوندان می‌باشد. در اصطلاح به واحد اجتماعی نشئت گرفته از ازدواج زن و مرد، که فرزندان پدید آمده از آنها، آن را تکمیل می‌کنند، گفته می‌شود.^۲

۳. پایایی : در لغت به معنای استمرار، جاودانگی، پایداری و ماندگاری است. در اصطلاح پایایی، درجه‌ای از دقت و یکسان بودن نتایج در طول زمان معین، تحت شرایط مشابه و با روش کار یکسان است که با قابلیت تکرار و قابلیت تکثیر، نتایج ارزیابی می‌شود. یعنی اگر در چند زمان مختلف برای یک جمعیت از آن ابزار استفاده شود، در نتیجه به دست آمده اختلاف چندانی مشاهده نخواهد شد.^۳

ارکان پایایی خانواده

۱. معتمد نژاد، ۱۳۸۵، ص ۲۸.

۲. عیسی زاده، ۱۳۹۰، ص ۱۷.

۳. بیگی و همکاران، ۱۳۹۳، ص ۱۰.

۱. تبادل عاطفی (محبت)

یکی از عوامل موثر در پایایی روابط زوجین تبادل عاطفی است، به این معنی که همسران همیشه باید به یکدیگر محبت کنند و نیازهای عاطفی همدیگر را رفع کنند. از این رو توجه به موارد زیر از اهمیت خاصی برخوردار است:

۱.۱ بیان محبت آمیز

زن و شوهر باید با کلمات محبت آمیز به یکدیگر ابزار علاقه کنند. اینکه مرد به همسرش بگوید که دوستت دارم از کمالات مرد است. زن نیز اگر همین طور عمل کند نشانه بزرگی روح او است. همچنین استفاده از خطاب های مملو از عشق و محبت مانند عزیزم، دلبرم، آقای من، بانوی من و... بسیار کارساز و مفید است. برخی فکر می کنند که بیان کلمات محبت آمیز به همسر در حضور دیگران امری زشت است؛ اما باید دانست که این کار نه تنها زشت نیست، بلکه دیگران نیز یاد می گیرند که با همسر خود این گونه صحبت کنند. البته از بیان کلمات عاشقانه که مخصوص خلوت زن و مرد است، در حضور دیگران باید امتناع کرد.^۴

۲.۱ رفتار محبت آمیز

نوع دیگر از ابزار های تبادل عاطفی است. مرد و زن باید از هر فرصتی برای ابراز محبت استفاده کنند. ساده ترین روش برای ابراز محبت، هدیه دادن است. هدیه ممکن است یک شاخه گل باشد که ارزش مادی چندانی ندارد، اما در ابراز علاقه خیلی مؤثر است. یکی دیگر از رفتارهای محبت آمیز کمک کردن مرد به زن در انجام کارهای خانه است. برخی فکر می کنند که مرد نباید در خانه به همسر خود کمک کند و کار خانه مربوط به خانم هاست، اما در دین اسلام این وظیفه زن نیست بلکه کاری است که او به میل خود به عهده می گیرد. مرد و زن باید در همه امور به یکدیگر کمک کنند زیرا این کار علاوه بر حل مسائل و مشکلات روزمره باعث ابراز محبت نیز خواهد شد.^۵

^۴. نیازی، ۱۳۹۲، ص ۸۵.

^۵. نیازی، همان، ص ۸۶.

صورت می گیرد، مبنای عقلی داشته باشد و با بررسی های همه جانبه بیان شود، کاری درست است و آثار خوبی خواهد داشت. همان طور که خداوند در سوره ی تحریم آیه ۵ ، آن دسته از همسران پیامبر (ص) را که حضرت را آزار نمودند ، با زنانی برتر مقایسه و ایشان را تهدید کرد، در صورت تداوم کارهای نادرست، آن ها را طلاق داده و با همسرانی شایسته ازدواج خواهد کرد.^{۲۲}

۳. خشونت

اسلام به شدت خشونت را محکوم می کند. در احادیث ، رفتار نیکو با همسر از وظایف یک فرد مسلمان شمرده شده است.

پیامبر (ص) فرموده اند : « بهترین شما کسی است که با خانواده اش بهترین رفتار را دارد ». امام سجاد (ع) با نقل از پیامبر اکرم (ص)، فرموده اند : « روز قیامت چیزی با ارزش تر و سنگین تر از خوش اخلاقی در ترازوی اعمال بندگان قرار نمی گیرد ».

این احادیث نشان می دهند اسلام ، با هر گونه خشونت و آزار و اذیت خانواده ، مخالف است. از این رو برای رهایی از این خشونت راهکاری ارائه می کند. آن راهکار، افزایش ایمان است. برای رفع خشونت باید خوش اخلاقی را پرورش داد. از آن جایی که، دین و مذهب در رشد بیشتر صفات اخلاقی ، موثر است ؛ اگر فرد ، از ایمان بیشتر و قوی تری برخوردار باشد، رفتار و صفات اخلاقی نیکو تری خواهد داشت.

یکی دیگر از عوامل رشد صفات اخلاقی تمرین و عادت است.

امام علی (ع) می فرمایند: « نفس خود را به انجام اعمال پسندیده عادت بده ».

تمرین برای انجام یک امر پسندیده یا ناپسند، آن را به صورت عادت یا طبیعت دوم انسان در می آورد.

امام علی (ع) فرموده‌اند: «عادت، طبیعت دوم است».

این عادت به تدریج بر اعضای انسان و وجود او مسلط می‌شود.

زن و شوهر با قدم گذاشتن در زندگی مشترک، باید سعی کنند با انجام کارهایی که گفته شد، خوش

رفتاری را در خود پرورش دهند، تا از خشونت اجتناب شود.^{۲۳}

۴. خیانت

روایتی از سلمان نقل شده که: «هر گاه خداوند اراده کند بنده ای را هلاک کند لباس حیا را از تن او

می‌کند. پس وقتی لباس حیا از او کنده شود، جز خیانت از او ساخته نیست و هنگامی که خائن شد،

امانت از او رخت بر می‌بندد و وقتی امانت از او برداشته شد، جز خشونت و سنگدلی از او نمی

بینی».

در این روایت بی‌حیایی را زمینه ساز خیانت است. خیانت، فرد باعث دوری او از امانتداری

می‌شود و سرانجام به انسانی خشن و سنگدل تبدیل می‌شود. این خشونت و سنگدلی به تنهایی می‌تواند

روابط بین زوجین را سست کند. از آنجایی که خیانت زمینه ساز این دو ویژگی است، باید برای رفع

آن تلاش کرد. یکی از راهکارهای رفع آن، داشتن عفت و حیا است. اگر زوجین عفت و حیا داشته

باشند، از انجام اعمال زشت دوری خواهند کرد. از این رو هرگز به هم خیانت نمی‌کنند. در واقع

همسر دارای عفت، امانتدار نیز است و این امانتداری در تحکیم روابط زوجین نقش بسزایی دارد.

علاوه بر آن پاداشی در آخرت نصیب فرد دارای عفت خواهد شد. حضرت موسی (ع) از خداوند

متعال پرسید: «خداوندا، پاداش کسی که به جهت حیا از تو خیانت را رها می‌کند، چیست؟ خداوند

فرمود: پاداش او امنیت در روز قیامت است».^{۲۴}

^{۲۳}. طوسی، ۱۳۹۱.

^{۲۴}. حسین زاده، ۱۳۸۸، ص ۴۲ و ۴۳.

نتیجه گیری

به دلیل سیر صعودی آمار طلاق در جامعه امروزی، تحقیق درباره دلایل این جدایی ها، امری الزامی است. اکثر این جدایی ها به دلیل اختلافات زوجین صورت می گیرند. این اختلافات گاهی ناشی از عدم برقراری ارتباط مناسب با همسر است. بسیاری از زوجین، نحوه برخورد درست با همسر خود را نمی دانند. به همین دلیل در زندگی مشترک، دچار مشکلات فراوان می شوند. از این رو، در این تحقیق، به شناخت و بررسی عواملی پرداختیم که با آگاهی زوجین از آن ها، بسیاری از مشکلات همسران حل شده، و روابط دو طرف محکم تر می شود. این عوامل عبارتند از :

تبادل عاطفی با بیان کلمات محبت آمیز، رفتار محبت آمیز، خودشیفته نبودن، قدرانی از همسر و دعا کردن برای همسر در حضور او؛ قناعت ورزیدن و رضایت از زندگی و دوری از حرص و تجمل گرای؛ درک کردن و داشتن تفاهم با یکدیگر؛ مشورت و همفکری برای حل مشکلات زندگی؛ تعهد و وفاداری به همسر؛ مسئولیت پذیری و حمایت همسران از یکدیگر.

در کنار عوامل تحکیم روابط زوجین، اموری را که به رابطه همسران با یکدیگر آسیب می زنند را نیز بررسی کردیم. این آسیب ها عبارتند از:

عدم اعتماد و سوءظن به همسر که از طریق دوری از اعمال تهمت آمیز و رعایت حد و مرز شرعی در ارتباط با دیگر افراد، حل می شوند؛ انتقاد مکرر که می توان بیان ویژگی های مثبت همسر را جایگزین آن کرد؛ خشونت که با تمرین و عادت به خوش رفتاری و تقویت ایمان می توان بر آن غلبه

کرد؛ خیانت به همسر.

امید است که با رعایت راهکارها و رفع آسیب ها، روابط زوجین تحکیم یابد.

منابع

۱. بیگی، محمد و همکاران؛ روایی و پایایی ابزارها و روش های مختلف اندازه گیری آن ها در پژوهش های کاربردی در سلامت؛ مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان، ۱۳۹۳.
۲. پسندیده، عباس؛ رضایت از زندگی؛ چاپ پنجم، قم، سازمان چاپ و نشر دارالحديث، ۱۳۸۶.
۳. پور حسینی، سید علی؛ گذشت و صبر حضرت خدیجه و حضرت زینب (س)؛ چاپ اول، مشهد، موسسه فرهنگی هنری و انتشاراتی ضریح آفتاب، ۱۳۹۰.
۴. حسین خانی، هادی؛ الگوهای خانواده اخلاقی؛ چاپ اول، قم، موسسه فرهنگی هنری طریق معرفت ثقلین، ۱۳۹۴.
۵. حسین زاده، علی؛ همسران سازگار: راهکارهای سازگاری؛ چاپ ششم، قم، انتشارات موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)، ۱۳۸۸.
۶. خطیب، سید مهدی؛ مهارت های زندگی؛ چاپ هشتم ۱۴۰۲، قم، موسسه انتشاراتی دارالحديث، ۱۳۹۶.
۷. رشید پور، مجید؛ تعادل و استحکام خانواده؛ چاپ اول، تهران، موسسه اطلاعات، ۱۳۷۳.
۸. طوسی، اسدالله؛ همسران شایسته؛ چاپ اول، قم، موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)، ۱۳۹۱.
۹. عیسی زاده، عیسی؛ خانواده قرآنی؛ چاپ سوم ۱۳۹۱، قم، موسسه بوستان کتاب، ۱۳۹۰.
۱۰. معتمد نژاد، کاظم؛ وسایل ارتباط جمعی؛ تهران، دانشگاه علامه طباطبائی، ۱۳۸۵.
۱۱. نیازی، محسن؛ خانواده متعالی با تاکید بر آموزه های اسلام؛ چاپ اول، تهران، سخنوران، ۱۳۹۲.