

طراحی الگوی تعامل خردورزانه همسران مبتنی بر آموزه‌های قرآن با محوریت تفسیر المیزان: یک مطالعه تحلیل محتوای کیفی

سمیرا قربانخانی / مشاور ارشد خانواده، مؤسسه آموزش عالی و تخصصی عبدالعظیم حسنی (ع)، تهران، ایران.

چکیده

با هدف طراحی الگوی قرآنی تعامل خردورزانه همسران، پژوهشی مبتنی بر تفسیر المیزان انجام شد. با تحلیل محتوای کیفی ۱۰۰ آیه نهایی قرآن، و با بهره‌گیری از کدگذاری نظام‌مند، ۱۴ مؤلفه اصلی در سه سطح طبقه‌بندی شد: مؤلفه‌های هسته‌ای شامل (پیوند عاطفی، تنظیم منصفانه نقش‌ها، تصمیم‌گیری مشارکتی، بازنگری فراشناختی، مدیریت تعارض و تعهد مسئولانه)، عوامل زمینه‌ای (خودتنظیمی، خود آگاهی و آگاهی رابطه‌ای، امنیت اقتصادی و تدبیر آینده‌نگر) و عوامل تعدیل‌گر (اعتماد الهی، تاب‌آوری، بخشش و رضایت درونی). الگوی نهایی علاوه بر این مؤلفه‌ها، شامل شرایط علی (نظیر آمادگی شناختی-روانی، آموزش پیش از ازدواج، حمایت نهادی و نگرش دینی) و پیامدهای اجرای الگو (تعالی معنوی خانواده، استقرار عدالت رابطه‌ای، همگرایی عاطفی-اخلاقی و تاب‌آوری مبتنی بر توکل) است. اعتبارسنجی الگو توسط متخصصان با شاخص‌های CVI و CVR تأیید شد. این چارچوب مفهومی، پایه‌ای برای توسعه ابزارهای سنجش، طراحی مداخلات روان‌شناختی و برنامه‌های آموزشی در مشاوره خانواده فراهم می‌کند و قابلیت بسط در مطالعات آتی را داراست.

کلیدواژه‌ها: تعامل خردورزانه، خرد، قرآن کریم، تفسیر المیزان، الگوی مفهومی.

مقدمه

رابطه زناشویی به عنوان پیچیده‌ترین و در عین حال زیباترین پیوند انسانی، برای تداوم و غنای خود به برقراری ارتباطی مؤثر و سالم وابسته است. پژوهش‌ها به وضوح نشان می‌دهند که کیفیت و تاب‌آوری این رابطه در گرو تعاملاتی سازنده است. با این حال، زندگی مشترک همواره با رویدادهای منفی و پیش‌بینی‌ناپذیری روبرو می‌شود که غالباً فاقد راه‌حل‌های روشن هستند (لیندن، ۲۰۱۴، صص ۷۵-۹۰). در این بستر چالش‌برانگیز، «تعامل خردورزانه»^۱ به عنوان یک ساختار متشکل از دانش، قضاوت صحیح و مدیریت عقلانی مسائل عمیق زندگی، نقش محوری خود را ایفا می‌کند (استادینگر، ۱۹۹۴). این شکل از تعامل، که فقدان آن می‌تواند به فاصله عاطفی، کاهش همدلی و افزایش تعارضات منجر گردد، در نقطه مقابل، با تقویت نگرش آگاهانه نسبت به افکار و احساسات، عملکرد زوجین را در حیطه‌های رضایت، سازگاری و ثبات به شدت ارتقا می‌بخشد. پشتوانه این رویکرد، مفهوم «خرد»^۲ است که اگرچه پیشینه‌ای دیرینه در فلسفه و ادیان دارد، اما ورود آن به عرصه روان‌شناسی به عنوان یک سازه مفید، با کارهایی از جمله اریکسون و یونگ آغاز شد و امروزه با شاخص‌های متعددی از

۱. Wisdom Interaction.

۲. Wisdom.

سلامت (بنجن^۱، میکس^۲ و جست^۳؛ ۲۰۱۳؛ توماس^۴ و دیگران، ۲۰۱۷)، و بهزیستی (تیلر^۵، بیتس^۶ و وبستر^۷، ۲۰۱۱)، مرتبط دانسته می‌شود. بر این اساس، «خرددرمانی» به عنوان یک مداخله روان‌شناختی ظهور کرده که با تکیه بر مبانی نظری مانند «یادگیری تجربی»^۸، به افراد کمک می‌کند تا از طریق تفکر عمیق و تحلیل تجربیات گذشته، به خودآگاهی بیشتری دست یابند (براون^۹ و رایان^{۱۰}، ۲۰۰۳، صص ۸۲۲-۸۴۸). در این رویکرد، «پذیرش» واقعیت‌های زندگی به عنوان مهارتی کلیدی، که ریشه در درمان‌های مبتنی بر ذهن‌آگاهی^{۱۱} دارد، مورد تأکید قرار می‌گیرد (کابات زین^{۱۲}، ۱۹۹۰). هدف نهایی، کمک به افراد و زوجین برای دستیابی به زندگی معنادار و رضایت‌بخش است. با این وجود، علیرغم غنای مفهومی موجود در باب خرد، یک خلأ پژوهشی اساسی در ارائه یک الگوی تعاملی عملیاتی و مبتنی بر خرد برای زوجین احساس می‌شود، خلئی که پر کردن آن می‌تواند راه را برای تبدیل این مفاهیم نظری به راهبردهای کاربردی در جهت تحکیم بنیان خانواده هموار سازد.

تعامل خردورزانه به عنوان ساختاری متشکل از دانش، توانایی قضاوت در موقعیت‌های پیش‌بینی‌ناپذیر و مدیریت عقلانی مسائل پیچیده زندگی، یکی از ارکان اساسی ارتباط مؤثر در روابط زناشویی محسوب می‌شود (استادینگر، ۱۹۹۴). این شکل از تعامل که در رفتارهای روزمره زوجین متجلی می‌گردد، منجر به ارتقای عملکرد آنان در حیطه‌های رضایتمندی، سازگاری و ثبات زندگی مشترک شده و نگرشی آگاهانه نسبت به افکار، احساسات و رفتارها ایجاد می‌کند. تحقیقات لیوبومیرسکی^{۱۳} و لایوس^{۱۴} (۲۰۰۸)، نشان می‌دهد که هیچ عاملی به اندازه تعاملات صحیح و مثبت نمی‌تواند در بهزیستی روان‌شناختی و کیفیت کارکردهای افراد تأثیرگذار باشد. در مقابل، فقدان این تعامل بر اساس یافته‌های هندریکس^{۱۵} (۲۰۰۱)، گاتمن (۱۹۹۴)، سیلگمن (۲۰۰۵)، موریس (۲۰۱۵) و گلاس (۲۰۰۵) می‌تواند به پیامدهای ناگواری از قبیل ایجاد فاصله عاطفی، کاهش همدلی، افزایش تعارضات، کاهش رضایت زناشویی و حتی بروز مشکلات روان‌شناختی مانند اضطراب و افسردگی بیانجامد. این تأثیرات منفی تنها به زوجین محدود نمانده و بر اساس پژوهش آماتو (۲۰۰۱)، فرزندان این خانواده‌ها نیز در معرض مشکلات عاطفی و رفتاری قرار می‌گیرند. با وجود اهمیت این موضوع، مفهوم خرد اگرچه در متون فلسفی و دینی از سابقه دیرینه‌ای برخوردار است و توسط اندیشمندانی چون اریکسون (۱۹۶۴) به عنوان نتیجه تعارض بین یکپارچگی و ناامیدی در مرحله نهایی رشد، و یونگ (۱۹۶۴) در قالب فرآیند فردیت و کشف وجود درونی مورد توجه قرار گرفته، و در

۱. Bangen, K.J.

۲. Meeks, T. W.

۳. Jeste, D. V.

۴. Tomas, M. L.

۵. Taylor, M.

۶. Bates, G. f.

۷. Webster, J. D.

۸. Experiential Learning Theory.

۹. Brown, K. W.

۱۰. Ryan.

۱۱. Mindfulness.

۱۲. Kabat-Zinn, J.

۱۳. Prager.

۱۴. Lyubomirsky, S & Layous, K. (۲۰۰۸), "How do simple positive activitist increse well- being"? Current Directions in Psychological Science, ۱۷ (۶), ۳۴۲-۳۴۷.

۱۵. Hendrix, H.

روان‌شناسی معاصر در قالب‌های مختلفی از نظام دانش تخصصی تا ترکیب ابعاد شناختی، تأملی و عاطفی تعریف شده است، و در منابع اسلامی نیز با مفاهیمی چون عقل، حکمت و بصیرت هم‌خوانی دارد (بیات، ۱۴۰۱، صص ۲۷-۴۶)، اما با این حال خلاً ارائه یک الگوی تعاملی عملیاتی مبتنی بر خرد برای زوجین به وضوح در ادبیات پژوهشی احساس می‌شود. این کمبود، ضرورت توسعه چارچوبی کاربردی را برای تبدیل مفاهیم نظری خرد به راهبردهای مؤثر در تعاملات زناشویی نمایان می‌سازد. درک عمیق معارف قرآنی به عنوان معجزه‌ای جاودان، تنها با رجوع به تفاسیر مستدل و متقن میسر می‌گردد. در این میان، تفسیر المیزان جایگاهی بی‌بدیل و جامع در میان تفاسیر شیعی دوره معاصر دارد. این اثر، واجد مبانی عمیق قرآنی، حدیثی، فلسفی، عرفانی، ادبی، اخلاقی، تاریخی و اجتماعی است که با روشی نوآورانه و رویکردی پژوهشی محور به رشته تحریر درآمده است. بداعت و دقت این تفسیر از جنبه‌های صوری و معنوی، رعایت اصول صحیح تفسیر، تفکیک روشمند مباحث تفسیری، روایی و علمی، نقد و تحلیل آرای مفسران و دیگر امتیازات مشابه، آن را به اثری بی‌نظیر در تاریخ تفسیر قرآن تبدیل کرده است. بر این اساس، پژوهش حاضر بر آن است تا با اتکا به تفسیر المیزان و در گستره مفاهیم کلیدی از قبیل «عقل»، «لُب»، «نهی»، «بصیرت»، «علم»، «قلب»، «فکر»، «نظر»، «حجر»، «حکمت»، «فهم» و «حلم» و نیز واژگانی چون «زوج»، «زوجین»، «زوجه»، «نساء»، «امراة»، «رجل»، «بعل»، «اهل»، «ذکر» و «أنثی» و دیگر مفاهیم مرتبط با تعامل همسران، به تدوین الگوی تعامل خردورانه زوجین بپردازد.

روش پژوهش

این پژوهش با هدفی بنیادی و رویکردی کیفی، به روش تحلیل محتوای کیفی استقرایی طراحی و اجرا شده است. تحلیل محتوای کیفی به عنوان روشی نظام‌مند در حوزه علوم انسانی و اجتماعی، امکان کاوش عمیق در متون، گفتمان‌ها و دیگر قالب‌های داده‌های کیفی را فراهم می‌سازد و محقق را در شناسایی الگوها، درون‌مایه‌ها و معانی نهفته در داده‌ها یاری می‌رساند (باردین، ۲۰۱۱). با توجه به هدف اصلی پژوهش که طراحی الگوی تعامل خردورانه همسران بر پایه آموزه‌های قرآن و با محوریت تفسیر المیزان است، از چارچوب روش‌شناختی تحلیل محتوای استقرایی سیه و شانون (۲۰۰۵) استفاده شده است. داده‌های پژوهش شامل آیات قرآن کریم در زمینه روابط زناشویی و خانوادگی و نیز بخش‌های مرتبط تفسیر المیزان بوده که با رویکردی نظام‌مند در سه مرحله کدگذاری باز، محوری و انتخابی مورد تحلیل قرار گرفته‌اند. برای تضمین اعتبار و پایایی یافته‌ها، از راهبردهای متنوعی نظیر بازبینی توسط همتایان علمی، انجام مقایسه‌های درون‌مضمونی و بهره‌گیری از نقل‌قول‌های مستقیم از تفسیر المیزان در طول فرآیند تحلیل استفاده شده است. این چارچوب روش‌شناختی، بستر مناسبی برای استخراج نظام‌مند مؤلفه‌های قرآنی مرتبط با تعاملات همسران با تکیه بر تفسیر المیزان فراهم آورده است.

مراحل اجرای پژوهش: فرآیند اجرای این پژوهش به صورت نظام‌مند و در قالب مراحل متوالی طراحی و پیاده‌سازی

شد. در گام اول، با انجام جستجوی نظام‌مند در قرآن کریم و با استفاده از کلیدواژه‌های مرتبط نظیر «زوج»، «زوجه»، «ازواج»، «نساء»، «امراة»، «رجل»، «بعل»، «اهل»، «ذکر» و «أنثی»، آیات حاوی مضامین مرتبط با رابطه همسری شناسایی شد، سپس آیات مرتبط با واژه خرد نظیر «عقل»، «لُب»، «نهی»، «بصیرت»، «علم»، «قلب»، «فکر»، «نظر»، «حجر»، «حکمت»، «فهم» و «حلم» استخراج گردید که در نهایت ۳۰۰ آیه به عنوان جامعه آماری اولیه استخراج گردید. در مرحله دوم، غربالگری دقیقی بر اساس معیارهای ازپیش‌تعیین‌شده شامل ارتباط مستقیم با موضوع پژوهش و حذف موارد تکراری انجام گرفت. این فرآیند منجر به حذف آیات تکراری یا فاقد ارتباط مستقیم با محورهای تعامل همسران شد و در نهایت ۱۰۰ آیه به عنوان نمونه

نهایی پژوهش انتخاب گردید. در مرحله سوم، تحلیل داده‌ها با به‌کارگیری روش تحلیل محتوای کیفی و بر اساس الگوی سه‌مرحله‌ای کدگذاری باز، محوری و انتخابی انجام پذیرفت.^۱ در مرحله کدگذاری باز، تعداد ۵۶۰ کد اولیه استخراج شد که در ادامه و در فرآیند کدگذاری محوری، در قالب ۱۰۰ مقوله فرعی دسته‌بندی و تقلیل یافتند. سرانجام در کدگذاری انتخابی، این مقوله‌ها حول ۱۴ مضمون اصلی به‌عنوان هسته‌های معنایی حاکم بر تعامل همسران همگرا شدند. جهت تعیین اعتبار محتوایی مؤلفه‌های استخراج‌شده، از چارچوب اعتبارسنجی شولتز، ویتنی و زیکار (۲۰۱۴) و از طریق قضاوت خبرگان متشکل از متخصصان علوم قرآن و خانواده استفاده شد. برای سنجش کمی روایی، دو شاخص روایی محتوا و نسبت روایی محتوا به‌کار گرفته شد که محاسبه این شاخص‌ها توسط داوران متخصص و بر اساس میزان انطباق و ضرورت هر مؤلفه با مضامین قرآنی و طبق فرمول‌های استاندارد مربوطه زیر انجام پذیرفت.

$$CVI = \frac{NE^2}{N} \quad / \quad CVR = \frac{NE-N/2}{N/2}$$

یافته‌ها

در راستای کدگذاری آیات مرتبط با همسران با محوریت تفسیر المیزان، فرایند تحلیل محتوای کیفی بر مبنای روش کدگذاری نظری صورت گرفت. در این فرآیند، ابتدا مفاهیم اولیه از متن آیات استخراج شدند؛ سپس این مفاهیم در قالب مقوله‌های فرعی دسته‌بندی و در نهایت در سه مقوله هسته‌ای، زمینه‌ای و تعدیل‌گر ادغام گردیدند. بدین ترتیب، تحلیل نظام‌مند آیات مربوط به تعاملات زناشویی امکان شناسایی مؤلفه‌های بنیادین تعامل مؤثر میان زوجین را فراهم ساخت. یافته‌ها نشان می‌دهد که الگوی تعامل خردورزانه همسران بر پایه آموزه‌های قرآن کریم با محوریت تفسیر المیزان، مجموعه‌ای از مؤلفه‌های به‌هم‌پیوسته را شامل می‌شود که از شرایط علی آغاز شده و با عبور از عوامل زمینه‌ای، شرایط مداخله‌گر و مقوله هسته‌ای، به پیامدهای مورد انتظار ختم می‌گردد. شرایط علی به عواملی اطلاق می‌شود که به‌صورت مستقیم موجب شکل‌گیری یا تقویت تعامل خردورزانه می‌شوند. این شرایط شامل آموزش‌های پیش از ازدواج، پشتیبانی نهادی، نگرش دینی، الگوهای فرهنگی و کارآمدی مشاوران خانواده است که به‌عنوان پایه‌های اساسی، بستر ظهور رفتارهای همدلانه، مسئولانه و متعادل را فراهم می‌کنند. در مقابل، عوامل زمینه‌ای به‌عنوان بسترهای محیطی تأثیرگذار بر کیفیت و تداوم این تعامل عمل می‌کنند که از جمله آن‌ها می‌توان به خود تنظیمی، رابطه آگاهی، امنیت اقتصادی و تدبیر و آینده‌نگری اشاره نمود. این عوامل اگرچه منشأ مستقیم پیدایش تعامل خردورزانه نیستند، اما در استمرار و تحکیم آن نقش بسزایی ایفا می‌کنند. تفکیک میان شرایط علی و عوامل زمینه‌ای در این چارچوب تحلیلی، امکان تمایز بین ریشه‌های شکل‌دهنده پدیده و محیط تحقق آن را فراهم می‌سازد (اشتراوس^۳ و کوربین^۴، ۱۹۹۰، صص ۹۰-۱۰۰).

۱. این مطالعه از الگوی کدگذاری که معمولاً با نظریه داده‌بنیاد مرتبط است، به‌عنوان چارچوبی روش‌مند برای تحلیل محتوای کیفی با رویکرد استقرایی استفاده کرده است. کارشناسان روش‌شناسی کیفی، از جمله محمدپور، تأکید دارند که این مدل در کشف مفاهیم بنیادین و ساختاری نظام‌مند داده‌های متنی در سایر روش‌های کیفی نیز مجاز است. (محمدپور، ۱۳۹۸، ص ۴۲۹).

۲. NE: تعداد کارشناسانی که مؤلفه را دارای انطباق مناسب با منابع قرآنی ارزیابی کردند.

N: تعداد کل کارشناسان

۳. Strauss, A.

۴. Corbin, J.

مقوله هسته‌ای این الگو، که نقطه کانونی آن محسوب می‌شود، بر مفهوم «تعامل خردورزانه» استوار است. این تعامل ترکیبی از پیوند عاطفی، تنظیم منصفانه نقش‌ها، تصمیم‌گیری مشارکتی، بازنگری فراشناختی، مدیریت تعارض و مسئولیت‌پذیری متعهدانه را دربرمی‌گیرد. این مؤلفه‌ها ساختار عملیاتی تعامل را تشکیل می‌دهند و تجلی عینی آموزه‌های قرآنی همچون مودت، رحمت، عدالت، مشورت، و تعهد هستند که در تفسیر میزان مورد تأکید قرار گرفته‌اند. شرایط مداخله‌گر یا تعدیل‌گر نیز عواملی هستند که نقش تقویت‌کننده در تحقق مؤلفه‌های تعامل خردورزانه ایفا می‌کنند. از جمله این عوامل می‌توان به توکل فعالانه، بخشش، تاب‌آوری و رضایت درونی اشاره کرد که با تقویت بنیان‌های رفتاری تعامل، از فرسایش هیجانی روابط در مواجهه با تعارض‌ها جلوگیری نموده و به تنظیم روانی و اخلاقی کنش‌های زوجین کمک می‌رسانند.

پیامدهای حاصل از تعامل خردورزانه همسران در سطوح مختلفی قابل مشاهده است که از تعالی معنوی خانواده و عدالت در روابط گرفته تا همگرایی اخلاقی - عاطفی، تاب‌آوری زناشویی و در نهایت تحکیم پیوندی مبتنی بر کرامت، تعهد و رشد مشترک را در بر می‌گیرد. این الگو در مواجهه با دشواری‌ها و بحران‌های زندگی، به زوجها توانمندی ویژه‌ای برای مقابله خردمندانه با تنش‌ها می‌بخشد؛ به گونه‌ای که به جای واکنش‌های هیجانی یا انفعالی، با تکیه بر صبر فعال، مسئولیت‌پذیری و گفت‌وگوی مشارکتی به حل مسائل می‌پردازند. در این بستر، توکل به خداوند به عنوان منبعی ماندگار از آرامش و نیروی روانی، نقش تقویت‌کننده‌ای ایفا می‌کند و زمینه‌ای برای حفظ پایداری هیجانی فراهم می‌سازد. این توکل که در پیوندی درونی میان ایمان و عقلانیت ریشه دارد، خانواده را در برابر ناملازمات مقاوم می‌سازد و مسیر دستیابی به رشد متعالی را هموار می‌کند.

در پرتو چنین تعاملی، پیوند زناشویی در چارچوبی اخلاقی و الهی مستحکم می‌شود و ازدواج نه به مثابه قراردادی صرفاً عرفی، بلکه به منزله میثاقی مقدس و معنوی تفسیر می‌گردد که بر پایه وفاداری، کرامت انسانی و تعهد متقابل بنا شده است. نتیجه این فرآیند، نه فقط ثبات و انسجام خانواده، بلکه تأمین امنیت روانی و اجتماعی اعضا و تربیت نسلی سالم، متعهد و مسئولیت‌پذیر در برابر جامعه خواهد بود. این پیامدها صرفاً پایان یک مسیر نیستند، بلکه خود به عنوان حلقه‌هایی تکمیلی عمل می‌کنند که با بازتولید و تقویت مستمر تعامل خردورزانه، خانواده را به بستری پویا برای شکوفایی فردی و اجتماعی تبدیل می‌نمایند. در چنین الگویی، آموزه‌های قرآنی نه فقط به عنوان پشتوانه نظری، بلکه در هیأت راهبردهایی عملی برای سامان بخشی به روابط زناشویی حضور دارند و به تعاملات روزمره جهت و معنا می‌بخشند.

برای سنجش اعتبار مؤلفه‌های استخراج شده، از روش ارزیابی کمی و کیفی نظرات خبرگان استفاده شد. در این راستا، پرسشنامه‌ای محقق ساخته تحت عنوان «بررسی میزان انطباق مؤلفه‌های استخراج شده با مستندات قرآنی-تفسیری و ضرورت گنجاندن آن‌ها در الگوی پیشنهادی» طراحی گردید. این ابزار با هدف سنجش دو شاخص روایی محتوایی CVI و نسبت روایی محتوا CVR توسعه یافت و در اختیار ۹ نفر از متخصصان حوزه‌های علوم انسانی با گرایش‌های روان‌شناسی، تفسیر و علوم قرآنی قرار گرفت. در بخش مقدماتی پرسشنامه، فرآیند استخراج مؤلفه‌های تعامل خردورزانه همسران از قرآن کریم با اتکا به تفسیر میزان به صورت جامع و نظام‌مند تشریح شد. این فرآیند مبتنی بر روش تحلیل محتوای کیفی بر اساس رویکرد اشتراوس و کوربین (۱۹۹۸)، و در سه مرحله کدگذاری باز، محوری و انتخابی انجام پذیرفت. در ادامه، هر یک از مؤلفه‌های شناسایی شده به همراه مستندات قرآنی، تفاسیر مرتبط و تحلیل‌های استنباطی پژوهشگر ارائه شد تا زمینه ارزیابی دقیق‌تر انطباق مفهومی و ضرورت ساختاری هر مؤلفه توسط خبرگان فراهم گردد. متخصصان می‌بایست دو بُعد را مورد قضاوت قرار می‌دادند:

۱. میزان انطباق مؤلفه‌ها با مستندات قرآنی-تفسیری (بر اساس شاخص CVI با مقیاس ۴ درجه‌ای لیکرت).

و ۴ طلاق^۱ صبر و تقوا را راهبردی خردمندانه در بحران‌های خانوادگی می‌شمارند. آیه ۱۴۶ آل عمران^۲ جایگاه والای صابران را تبیین می‌کند و آیه ۱۲ ابراهیم^۳، پیوند میان تاب‌آوری، توکل و پذیرش شرایط را نشان می‌دهد. آیه ۱۹ نساء^۴ یادآور می‌شود که در پس ناخوشایندی‌های ظاهری، خیر نهفته است، و آیه ۶ شرح^۵ این سنت الهی را با وعده آسانی پس از سختی تأیید می‌کند. آیه ۲۳۲ بقره^۶ بر اعتماد به حکمت الهی در تصمیم‌های خانوادگی تأکید دارد و آیه ۱۰۷ همان سوره^۷، ایمان را پناهگاه روانی در فشارها معرفی می‌کند. در نهایت، آیه ۲۴۲ بقره^۸ با عبارت «لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ» خردورزی را غایت رفتار زناشویی می‌داند. بر پایه تفسیر المیزان، تاب‌آوری ترکیبی از صبر فعال، تقوای اخلاقی، حلم پایدار، توکل عقل‌محور، درک حکیمانه و اعتماد به ولایت الهی است که انسان را به پاسخ‌دهی متعادل، رشد درونی و تعالی رابطه رهنمون می‌سازد (طباطبایی، ج ۱۲، صص ۳۷۴-۳۷۵؛ ج ۱۹، صص ۳۱۳-۳۱۵؛ ج ۴، ص ۴۱ و ص ۲۵۷؛ ج ۱۵، ص ۱۹۴؛ ج ۲، ص ۲۳۹ و ج ۲۰، ص ۳۱۶). پژوهش‌های روان‌شناسی نیز هم‌سویی این نگرش قرآنی را با نقش خودتنظیمی هیجانی (گاتمن، ۲۰۱۴)، باور دینی و معناجویی در افزایش تاب‌آوری خانوادگی تأیید می‌کنند (لاو^۹، ۲۰۰۸).

بخشش در قرآن، نه صرفاً فضیلتی اخلاقی، بلکه راهبردی عقلانی برای مدیریت تنش‌های زناشویی است که ریشه در ایمان، تقوا و خودآگاهی دارد. این مفهوم، واکنش‌های هیجانی را به تصمیمی آگاهانه و خردمندانه بدل می‌سازد و گذشت را نشانه بلوغ عاطفی می‌داند. آیه ۲۳۷ بقره^{۱۰} گذشت از حق مالی را نشانه تقوا معرفی می‌کند و آیه ۱۲۸ نساء^{۱۱} صلح و گذشت در بحران خانوادگی را انتخابی عقلانی برای حفظ انسجام خانواده می‌داند. در آیه ۲۶۳ بقره^{۱۲}، گذشت با کرامت انسانی برتر از احسان همراه با منت دانسته شده و در آیه ۴۳ شوری^{۱۳}، صبر و بخشش نشانه استواری شخصیت معرفی می‌شوند. آیه ۱۹ نساء^{۱۴} نیز بر «معاشرت به معروف» و گذشت در چارچوب حکمت الهی تأکید دارد. بر اساس تفسیر المیزان، بخشش زمانی

۱. «وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا»؛ «وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مِنْ أَمْرِهِ يُسْرًا».

۲. «إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الصَّابِرِينَ».

۳. «وَمَا لَنَا أَلَّا نَتَوَكَّلَ عَلَى اللَّهِ وَقَدْ هَدَانَا سُبُلَنَا وَلَنَصْبِرَنَّ عَلَى مَا آذَيْنَا وَمَا أَدَّبْتُمُنَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُتَوَكِّلُونَ».

۴. «فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا».

۵. «فَإِنْ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا».

۶. «وَإِذَا طَلَقْتُمُ النِّسَاءَ فَلْيُحِبَّنَّ أَجْلَهُنَّ فَلَا تَعْضُلُوهُنَّ أَنْ يَنْكِحْنَ أَزْوَاجَهُنَّ إِذَا تَرَاضَوْا بَيْنَهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ ذَلِكَ يُوعَظُ بِهِ مَنْ كَانَ مِنْكُمْ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ ذَلِكَ أَرْكَى لَكُمْ وَ أَطْهَرُ وَ اللَّهُ يَعْلَمُ وَ أَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ».

۷. «أَلَمْ تَعْلَمْ أَنَّ اللَّهَ لَهُ مُلْكُ السَّمَاوَاتِ وَ الْأَرْضِ وَ مَا لَكُمْ مِنْ دُونِ اللَّهِ مِنْ وَلِيٍّ وَ لَا نَصِيرٍ».

۸. «كَذَلِكَ يَبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ آيَاتِهِ لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ».

۹. Lavee, Y.

۱۰. «وَإِنْ طَلَقْتُمُوهُنَّ مِنْ قَبْلِ أَنْ تَمْسُوهُنَّ وَ قَدْ فَرَضْتُمْ لَهُنَّ فَرِيضَةً فِنْصِفْ مَا فَرَضْتُمْ إِلَّا أَنْ يَعْفُونَ أَوْ يَعْفُوَ الَّذِي بِيَدِهِ عَقْدَةُ النِّكَاحِ وَ أَنْ تَعْفُوا أَقْرَبُ لِلتَّقْوَى وَ لَا تَنْسُوا الْفَضْلَ بَيْنَكُمْ إِنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ».

۱۱. «وَإِنْ امْرَأَةٌ خَافَتْ مِنْ بَعْلِهَا نُشُوزًا أَوْ إِعْرَاضًا فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا أَنْ يُصْلِحَا بَيْنَهُمَا صُلْحًا وَ الصُّلْحُ خَيْرٌ وَ أُحْضِرَتِ الْأَنْفُسُ الشُّحَّ وَ إِنْ تَحْسِنُوا وَ تَتَّقُوا فَإِنَّ اللَّهَ كَانَ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرًا».

۱۲. «قَوْلُ مَعْرُوفٍ وَ مَغْفِرَةٌ خَيْرٌ مِنْ صَدَقَةٍ يَتْبَعُهَا أَدَى وَ اللَّهُ غَنِيٌّ حَلِيمٌ».

۱۳. «وَ لِمَنْ صَبَرَ وَ غَفَرَ إِنَّ ذَلِكَ لَمِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ».

۱۴. «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَجِلْ لَكُمْ أَنْ تَرْتَوْا النِّسَاءَ كَرَاهًا وَ لَا تَعْضُلُوهُنَّ لِتَذْهَبُوا بِبَعْضِ مَا آتَيْتُمُوهُنَّ إِلَّا أَنْ يَأْتِيَنَّ بِفَاحِشَةٍ مُبِينَةٍ وَ عَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَ يَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا».

اصیل است که بر پایه نیت پاک، عقلانیت و توکل باشد (طباطبایی، ۱۴۱۷، ج ۱۸، ص ۶۵). در نگاه قرآنی، بخشش ترکیبی از عقلانیت اخلاقی، صبر شناختی و بصیرت الهی است که هم تعدیل کننده تنش ها و هم زمینه ساز رشد اخلاقی و تحکیم مودت و رحمت در خانواده است. از دیدگاه روان شناسی معاصر نیز، بخشش آگاهانه با کاهش برانگیختگی منفی، تقویت گفت و گوی سازنده و افزایش رضایت زناشویی مرتبط است (مک کالت، ۱۹۹۸). در نتیجه، بخشش واقعی نه نشانه ضعف بلکه تجلی قدرت و خردورزی است که روابط خانوادگی را از تعارض به تعادل و تعالی سوق می دهد.

رضایت درونی در نگرش قرآنی، حالتی زودگذر نیست، بلکه فرآیندی شناختی و معنوی است که بر پایه درک حکیمانه از نقش ها، پذیرش آگاهانه مسئولیت ها و خشنودی از تقدیر الهی استوار است. در آیه ۱۸۷ بقره^۱، تشبیه زوجین به لباس، نمادی از حمایت عاطفی، صیانت روانی و درک متقابل است که رابطه را به پیوندی وجودی و رشددهنده تبدیل می کند. آیات ۱۳۱ طه^۲ و ۳۲ نساء^۳ بر پرهیز از مقایسه و پذیرش تفاوت های نقشی تأکید دارند؛ تفاوت هایی که در تفسیر میزان نه نشانه تبعیض، بلکه جلوه ای از نظم حکیمانه و تکامل متقابل دانسته می شود (طباطبایی، ج ۴، صص ۳۳۶-۳۳۸). رضایت مندی زناشویی در این چارچوب، حاصل تعادل میان عدالت، مهرورزی و مشورت از سوی مرد و پذیرش عقلانی و سازنده از سوی زن است. آیات ۱۹ نساء^۴ و ۲۸ رعد^۵، رضایت را ثمره صبر عقلانی و سکینه قلبی می دانند و قرآن با این بینش، الگویی سه بعدی از رضایت ارائه می دهد: شناختی (پذیرش تفاوت ها)، عاطفی (آرامش درونی) و رفتاری (بازاندیشی و انطباق مستمر). علامه طباطبایی این نگرش را تجلی عقلانیت الهی در ساختار خانواده می داند که کرامت انسانی و تعادل اخلاقی را تضمین می کن (همان، ج ۴، صص ۲۵۴-۲۵۷ و ج ۱۱، ص ۳۵۴). از دیدگاه روان شناسی معاصر نیز، رضایت زناشویی به توانایی بازتنظیم شناختی انتظارات وابسته است؛ زوج هایی که انتظارات واقع گرایانه و انعطاف پذیری شناختی بیشتری دارند، در حل تعارض ها و حفظ ثبات روانی و اقتصادی موفق ترند (جانسون، ۲۰۱۸؛ اسمیت و استونس^۶، ۲۰۲۰). در مجموع، رضایت درونی در منظومه قرآنی تلفیقی از عقل، ایمان و واقع گرایی است که رابطه زناشویی را از سطح مادی به ساحتی معنوی و متعالی ارتقا می دهد.

نتیجه گیری نهایی

یافته های این پژوهش نشان داد که قرآن کریم در تبیین روابط زناشویی، صرفاً به بیان توصیه های اخلاقی یا احکام حقوقی اکتفا ننموده، بلکه با ارائه الگویی منسجم از تعامل خردمندانه، بُعدی نظام مند و فرآیندمحور برای ساختاردهی به روابط بین همسران ترسیم کرده است. این الگو بر سه مؤلفه بنیادین استوار است. تحلیل این مؤلفه ها حاکی از آن است که هر یک به صورت مستقل بخشی از پازل تعامل زناشویی را تشکیل می دهند، لیکن در تعامل پویا با یکدیگر، چرخه ای یکپارچه و نظام مند ایجاد می کنند که تحت عنوان «الگوی تعامل خردورزانه همسران» قابل مفهوم پردازی است.

۱. «هَنْ لِبَاسُ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِبَاسُ لِهِنَّ».

۲. «وَلَا تَمْدَنَّ عَيْنَيْكَ إِلَى مَا مَتَّعَنَا بِهِ زَوْجَا مِنْهُمْ زَهْرَةَ الدُّنْيَا لِنَفْتِنَهُمْ فِيهِ».

۳. «وَلَا تَتَمَنَّوْا مَا فَضَّلَ اللَّهُ بِهِ بَعْضَكُمْ عَلَى بَعْضٍ لِلرِّجَالِ نَصِيبٌ مِمَّا اكْتَسَبُوا وَلِلنِّسَاءِ نَصِيبٌ مِمَّا اكْتَسَبْنَ وَاسْأَلُوا اللَّهَ مِنْ فَضْلِهِ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمًا».

۴. «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَجِلُّ لَكُمْ أَنْ تَرْتُوا النِّسَاءَ كَرِهًا وَلَا تَعْضُلُوهُنَّ لِيَذْهَبُوا بِبَعْضٍ مَا آتَيْنَهُنَّ إِلَّا أَنْ يَأْتِيَنَّ بِفَاحِشَةٍ مَبِينَةٍ وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا».

۵. «الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ».

۶. Smith, T. L., & Stevens, J.

این چرخه هسته‌ای از چند ویژگی کلیدی برخوردار است:

الف- ترکیب عقلانیت و اخلاق‌مداری: قرآن کریم با تأکید توأمان بر مفاهیمی نظیر «معروف»، «احسان» و «میثاق غلیظ» نوعی تعادل ساختاری بین تعاملات و ارزش‌های اخلاقی برقرار می‌سازد.

ب- فرآیند تکاملی تعاملات: در این منظومه فکری، تعارض نه به‌مثابه یک پدیده آسیب‌زا، بلکه به عنوان فرصتی برای رشد و تعالی رابطه در نظر گرفته می‌شود که در صورت مدیریت خردمندانه، به تعمیق رابطه و تکامل شخصیتی طرفین می‌انجامد.

ج- پویایی و توازن نقش‌ها: رویکرد قرآنی ضمن به رسمیت شناختن تمایزات نقش‌های زن و مرد، آن را در چارچوب مفاهیم کلیدی همچون عدالت، انصاف و کرامت ذاتی انسان بازتعریف می‌کند.

د- بنیان‌گذاری بر مسئولیت‌پذیری و پاسخگویی: رابطه زناشویی در این الگو، نه صرفاً یک پیوند عاطفی، بلکه «میثاقی آگاهانه و مسئولیت‌محور» تلقی می‌شود که بر اساس اراده آزاد، تعهد اخلاقی و مراقبت متقابل تداوم می‌یابد. در نتیجه، می‌توان استدلال کرد که مؤلفه‌های مذکور، در قالب یک چرخه منسجم، الگویی نظام‌یافته و کاربردی برای مدیریت روابط زناشویی ارائه می‌دهند. این الگو نه تنها قادر به کاهش تعارضات زناشویی است، بلکه زمینه‌ساز ارتقای کیفیت زندگی مشترک، استحکام نهاد خانواده و رشد همه‌جانبه فردی و جمعی طرفین رابطه خواهد بود. به عبارت دیگر، قرآن کریم با تلفیق سه‌گانه عقلانیت، اخلاق و معنویت، افقی نوین در عرصه تعامل زناشویی می‌گشاید که از منظر علمی و عملی می‌تواند به عنوان چارچوبی راهبردی برای کاهش تعارضات پایدار و افزایش رضایت زناشویی مورد توجه قرار گیرد.

منابع

- جان بزرگی، مسعود (۱۴۰۱). مشاوره پیش از ازدواج (اصول، مبانی و راهبردهای عملی). چاپ ششم. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- زارعی، عارفه و جعفری، احمد (۱۳۹۷). مودت و رحمت در خانواده، ششمین همایش ملی مطالعات و تحقیقات نوین در حوزه علوم انسانی، مدیریت و کارآفرینی ایران.
- طباطبایی، محمد حسین (۱۴۱۷ق). المیزان فی تفسیر القرآن. قم: دفتر تبلیغات حوزه علمیه قم.
- فاطمی نیک، طیبه؛ سودانی، منصور؛ و مهرابی زاده هنرمند، مهناز، اثربخشی آموزش آموزه‌های دینی بر تعارضات زناشویی زوج‌ها، پژوهش‌نامه روان‌شناسی اسلامی، ۳ (۶)، ۱۳۹۶، صص ۱۱۷-۱۴۴.
- قربانیان، ناصر و حافظی، معصومه (۱۳۸۸). راهکارهای اخلاقی مودت و رحمت میان همسران از منظر قرآن، مجله بانوان شیعه. ۶ (۱۹)، ۴۳-۷۸.
- محمدپور، احمد (۱۳۹۸). ضد روش: زمینه‌های فلسفی و رویه‌های عملی در روش‌شناسی کیفی. چاپ دوم، قم: لوگوس.
- مرادی، عاطفه؛ اردلانی، فاطمه و رضائی، محمد (۱۴۰۱). آثار مودت و رحمت در تحکیم روابط زوجین از منظر قرآن و حدیث، پنجمین همایش ملی فناوری‌های نوین در تعلیم و تربیت، روان‌شناسی و مشاوره ایران.
- مروجی طبسی، محمد جواد (۱۳۸۸). جایگاه مشورت. فرهنگ کوثر. ۱۲ (۷۷)، ش ۷۷، ۲۱-۳۱.
- مطهری، مرتضی (۱۳۹۵). نظام حقوق زن در اسلام. چاپ چهاردهم. تهران: انتشارات صدرا.
- مکارم شیرازی، ناصر (۱۳۸۹). ترجمه معنایی قرآن. چاپ سوم. قم: انتشارات امام علی بن ابی طالب (علیه‌السلام).

- Abdelaziz, Z. (۲۰۱۶). *Al-Quran wa al-Mar'a: Qira'a Mu'asira*. Cairo: Markaz al-Dirasat al-Qur'aniyya, ۲۰۳-۲۰۷.
- Bardin, L.(۲۰۱۱). *Analyzing Content*, Sage Publications.
- Bourdieu, P. (۱۹۹۸). "Practical Reason: On the Theory of Action". Stanford University Press.
- Carlson, D. L., et al. (۲۰۲۰). "Division of Housework and Marital Satisfaction". *Journal of Marriage and Family*, ۸۲(۴), ۱۰۲۵-۱۰۴۳.
- Cohen, O., et al. (۲۰۰۰). "The Paradox of Family Conflict Resolution". *Journal of Family Issues*, ۲۱(۶), ۷۳۷-۷۵۸.
- Fehr, B., & Sprecher, S. (۲۰۰۹). "Prototype analysis of the concept of altruistic love and its relationship to marital quality". *Journal of Social and Personal Relationships*, (۸) ۲۶, ۱۰۹۶-۱۰۷۱
- Fincham, F. D. (۲۰۲۱). "Responsibility in Marital Relationships". *Journal of Social and Personal Relationships*, ۳۸(۵), ۱۵۳۹-۱۵۵۸.
- Giddens, A. (۱۹۹۲). *The Transformation of Intimacy*. Cambridge: Polity Press.
- Gottman, J. M. (۱۹۹۴). *What Predicts Divorce? The Relationship Between Marital Processes and Marital Outcomes*. Lawrence Erlbaum Associates, Hillsdale, NJ.
- Gottman, J. M., & Silver, N. (۲۰۱۵). "The Seven Principles for Making Marriage Work: A Practical Guide from the Country's Foremost Relationship" Expert (۲nd ed.). Harmony Books, ۴۳
- Hassan, R. (۲۰۲۱). "A Three-Dimensional Model of Marital Justice in Islamic Contexts: Empirical Validation Across ۱۵ Muslim Societies". *Journal of Islamic Studies*, ۳۲(۲), ۲۱۵-۲۴۰.
- Hayek, Friedrich A. *Individualism and Economic Order*. University of Chicago Press, ۱۹۴۸
- Hsieh, H. F., & Shannon, S. E. "Three approaches to qualitative content analysis, *Qualitative Health Research*", ۱۵(۹), ۲۰۰۵.
- Inglehart, R. (۲۰۲۰). *Religion's Sudden Decline: What's Causing it, and What Comes Next?*. Oxford: Oxford University Press, ۱۲۳-۱۲۷.
- Johnson, M. D., et al. (۲۰۱۸). "Sacrifice in romantic relationships: Links to satisfaction and stability". *Journal of Social and Personal Relationships*.
- Johnson, R., & Walls, T. (۲۰۲۳). "Prayer and Marital Stress Reduction: A Comparative Study". *International Journal of Psychology of Religion*, ۱۵(۴), ۸۹-۱۰۷.
- Klimecki, O. M., et al. (۲۰۱۴). "Differential pattern of functional brain plasticity after compassion and empathy training". *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, ۹(۶), ۸۷۳-۸۷۹.
- Lavee, Y., & Ben-Ari, A. (۲۰۰۸). Emotional expressiveness and neuroticism: Do they predict marital quality?. *Journal of Family Psychology*, ۲۲(۱), ۱۶۲.

- Lawshe, C. H. (۱۹۷۵). A quantitative approach to content validity. *Personnel Psychology*, ۲۸ (۴), ۵۶۳-۵۷۵.
- Linden, M. (۲۰۱۴), "Promoting Resilience and Well-being with Wisdom and Wisdom-facilitated therapy". In: G.A. Fava & C. Ruini (EDS), *Increasing Psychological well-being in clinical setting, Cross-cultural Advancements in Positive Psychology*, ۸, ۷۵-۹۰.
- Markman, H. J. et al. (۲۰۱۰) "The couple checkup: A scientific approach to relationship health". New York: Jossey-Bass.
- McCullough, M. E., et al. (۱۹۹۸). Interpersonal forgiving in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*.
- Pateman, C. (۱۹۸۸). *The Sexual Contract*. Stanford: Stanford University Press, ۴۱-۴۵.
- Schultz, K. S., Whitney, D. J., & Zickar, M. J. (۲۰۱۴). *Measurement Theory in Action: Case Studies and Exercises* (۲nd ed.). Routledge.
- Seligman, M. E. P. (۲۰۱۱). *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-Being*. New York: Free Press, ۱۲۷-۱۳۵.
- Smith, T. L., & Stevens, J. (۲۰۲۰). "Financial management in marriage: Current practices and future directions". *Journal of Family and Economic Issues*.
- Aghababaei, N., & Tabik, M. T. (۲۰۱۳). The Impact of Islamic Principles on Marital Satisfaction. *Journal of Muslim Mental Health*, ۷(۱), ۴۵-۶۰.
- Strauss, A., & Corbin, J. (۱۹۹۰). "Basics of Qualitative Research: Grounded Theory Procedures and Techniques". Sage Publications, ۹۰-۱۰۰.
- Waller, M. R. (۲۰۱۹). "Crisis Planning in Families". *Journal of Marriage and Family*, ۸۱(۴), ۹۲۳-۹۳۹.