

بسم الله الرحمن الرحيم

موضوع:

نقش مشاوره در تامین امنیت روانی خانواده

نویسنده:

زینب حسینیان

زمستان 1403

چکیده

امنیت روانی خانواده به عنوان یکی از ارکان اصلی سلامت جامعه، نقش تعیین کننده‌ای در رشد فردی و اجتماعی اعضای خانواده دارد. در دنیای امروز، با افزایش فشارهای روانی، چالش‌های اقتصادی و تغییرات سریع اجتماعی، خانواده‌ها بیش از هر زمان دیگری نیازمند حمایت‌های روان‌شناختی هستند. مشاوره خانواده به عنوان یک ابزار مؤثر، می‌تواند به اعضای خانواده کمک کند تا با مشکلات خود به شیوه‌ای سالم و سازنده برخورد کنند و امنیت روانی خود را حفظ یا بهبود بخشند. با توجه به پیچیدگی روابط خانوادگی و تنوع چالش‌هایی که خانواده‌ها با آن مواجه هستند، عدم توجه به امنیت روانی می‌تواند منجر به بروز مشکلاتی مانند اختلافات زناشویی، مشکلات رفتاری در کودکان، اضطراب و افسردگی شود. این مسائل نه تنها بر عملکرد خانواده تأثیر منفی می‌گذارد، بلکه می‌تواند به جامعه نیز آسیب برساند. بنابراین، این سوال مطرح می‌شود که مشاوره خانواده چگونه می‌تواند به تأمین امنیت روانی خانواده کمک کند و چه راهکارهایی در این زمینه مؤثر هستند؟ پژوهش حاضر به منظور بررسی تأثیر مشاوره در ایجاد امنیت در خانواده (خانواده درمانی) انجام گرفته است این پژوهش از لحاظ هدف در گروه تحقیقات کاربردی و از لحاظ روش اجرای تحقیق از نوع ماهیت و روش توصیفی و پیمایشی کتابخانه‌ای بوده است. به تبیین نقش مشاوره در مراحل مختلف ازدواج و زندگی زناشویی در آرامش آفرینی در خانواده و به تبع آن کاهش آسیب‌ها پرداخته شد. نتایج پژوهش نشان داد مشاوره به اعضای خانواده کمک می‌کند تا مهارت‌های ارتباطی مؤثر را بیاموزند و از سوءتفاهم‌ها و تعارضات جلوگیری کنند. مشاوره خانواده ابزارهای لازم برای مقابله با استرس و بحران‌های زندگی را در اختیار اعضا قرار می‌دهد. مشاوره به خانواده‌ها کمک می‌کند تا فضایی امن و حمایت‌گر برای بیان احساسات و نیازهای خود ایجاد کنند. مشاوره خانواده به عنوان یک راهکار مؤثر، می‌تواند نقش کلیدی در تأمین امنیت روانی خانواده ایفا کند. با تقویت ارتباطات، مدیریت استرس و ایجاد فضای امن عاطفی، مشاوره خانواده نه تنها به بهبود روابط خانوادگی کمک می‌کند، بلکه سلامت روانی اعضا را نیز ارتقا می‌بخشد. این یافته‌ها بر اهمیت دسترسی خانواده‌ها به خدمات مشاوره‌ای و لزوم توجه به امنیت روانی به عنوان یکی از ارکان اصلی سلامت جامعه تأکید می‌کنند. با توجه به نقش مهم مشاوره در ایجاد و ارتقای آرامش در خانواده، فرهنگسازی با هدف ترویج و بهره‌گیری از مشاوره می‌تواند نقش بسزایی در آرامش خانواده و به تبع آن آرامش و امنیت جامعه و کاهش آسیب‌های اجتماعی داشته باشد.

کلید واژه‌ها: خانواده، درمان، امنیت روانی، امنیت خانواده، مشاوره.

مقدمه

منیت روانی خانواده به عنوان یکی از ارکان اساسی سلامت جامعه، نقش تعیین کننده‌ای در رشد فردی و اجتماعی اعضای خانواده دارد. خانواده به عنوان نخستین نهاد اجتماعی، محیطی است که در آن افراد نخستین تجربیات عاطفی، اجتماعی و روانی خود را کسب می‌کنند. در این محیط، امنیت روانی به معنای احساس آرامش، اعتماد و حمایت متقابل میان اعضای خانواده است که به آن‌ها امکان می‌دهد تا با چالش‌های زندگی به شیوه‌ای سالم و سازنده برخورد کنند. با این حال، در دنیای امروز، خانواده‌ها با فشارهای روانی متعددی مواجه هستند. چالش‌هایی مانند مشکلات اقتصادی، تغییرات سریع اجتماعی، افزایش انتظارات و تعارضات درون خانوادگی می‌توانند امنیت روانی خانواده را تهدید کنند. عدم توجه به این مسائل می‌تواند منجر به بروز مشکلاتی مانند اختلافات زناشویی، مشکلات رفتاری در کودکان، اضطراب، افسردگی و حتی فروپاشی خانواده شود. این مشکلات نه تنها بر عملکرد خانواده تأثیر منفی می‌گذارند، بلکه می‌توانند به جامعه نیز آسیب برسانند.

در چنین شرایطی، مشاوره خانواده به عنوان یک ابزار مؤثر، می‌تواند به اعضای خانواده کمک کند تا با مشکلات خود به شیوه‌ای سالم و سازنده برخورد کنند. مشاوره خانواده با ارائه راهکارهای علمی و عملی، به تقویت ارتباطات، مدیریت استرس و ایجاد فضای امن عاطفی در خانواده کمک می‌کند. این خدمات نه تنها به بهبود روابط خانوادگی منجر می‌شود، بلکه سلامت روانی اعضا را نیز ارتقا می‌بخشد.

اهمیت موضوع مشاوره خانواده در تأمین امنیت روانی خانواده از آنجا ناشی می‌شود که خانواده‌های سالم و پایدار، سنگ بنای جامعه‌ای سالم و پویا هستند. خانواده‌هایی که از امنیت روانی برخوردارند، می‌توانند فرزندان با اعتماد به نفس، مسئولیت‌پذیر و توانمند پرورش دهند که در آینده به عنوان شهروندانی مؤثر در جامعه نقش ایفا کنند. از سوی دیگر، خانواده‌هایی که با مشکلات روانی و عاطفی دست‌وپنجه نرم می‌کنند، نه تنها خود دچار آسیب می‌شوند، بلکه می‌توانند به عنوان منشأ مشکلات اجتماعی نیز عمل کنند.

بنابراین، بررسی نقش مشاوره در تأمین امنیت روانی خانواده نه تنها از منظر فردی و خانوادگی، بلکه از منظر اجتماعی نیز حائز اهمیت است. این موضوع نیازمند توجه جدی از سوی سیاست‌گذاران، متخصصان سلامت روان و جامعه است تا با ارائه خدمات مشاوره‌ای مؤثر و در دسترس، به خانواده‌ها کمک کنند تا در مواجهه با چالش‌های زندگی، امنیت روانی خود را حفظ کنند و به سوی رشد و شکوفایی گام بردارند.

خانواده نخستین نهاد اجتماعی است اکثر افراد در خانواده یدنیا می آیند و در خانواده نیز می میرند خانواده شالوده حیات اجتماعی محسوب گردیده و گذشته از وظیفه تکثیر نسل و کودک پروری برای بقاع نوع بشر وظایف متعددی از قبیل تولید اقتصاد فرهنگ پذیر کردن افراد را نیز بر عهده دارد بنابراین خانواده عامل واسطه‌ای است که قبل در ارتباط فرد با گروه‌ها سازمان‌ها و جامعه نقش مهمی در انتقال هنجارهای اجتماعی به وی ایفا می نماید و از سوی دیگر با توجه به اینکه خانواده بانظام پایگاهی جامعه در ارتباط است موقعیت فرد نیز تا حدودی مبتنی بر موقعیت اجتماعی خانواده‌اش خواهد بود در جامعه کنونی مشکلات خانواده و روابط حاکم

بر اعضای خانواده تا آن اندازه اهمیت دارد که رشته جدید به نام خانواده درمانی بوجود آمده است. در میان عوامل خانواده بدون شک از اهمیتی اساسی برخوردار است روابط بین کودک والدین را می توان به عنوان نظام یا شبکه ای از عوامل و بخش های ش دانست که در واکنش متقابل با یکدیگرند در خانواده درمانی هدف درمانگر شناسایی مشکل برای روابط بین اعضای یک خانواده بررسی نقش و وظایف اعضای خانواده نهایتا تغییر ساختار خانواده با استفاده از تکنیک موجود و تخصصی است. در بسیاری از موارد اشکال رفتار عضو خانواده مانند کودک و یا نوجوان مستقیما از روابط غلط خانوادگی سرچشمه می گیرد که بهره گیری از روش های مورد نظر می تواند راهگشایی مشکلات خانواده گردد. خانواده یکی از ارکان مهم واصلی جامعه واولین پناهگاه امن برای زندگی انسان ها شمار می آید. دستیابی بر جامعه سالم بدون شک در گروه سلامت خانواده و تحقق خانواده سالم مشروط به بهره مندی افراد آن از سلامت روانی و داشتن امنیتی مطلوب می باشد از مهم ترین راه های کنترل و کاهش آسیب های اجتماعی ارائه خدمات مشاوره ای به هنگام و هم چنین کیفیت سنتی آن است و هم چنین با لزوم تبعیت از وحی و لزوم تربیت پذیری و تربیت دهی تابع وحی دارای ارتباط مستقیم می باشد و این از دیدگاه قرآن هدف نهایی زندگی تقرب به خداوند است و هیچ هدفی متعالی تر از آن وجود ندارد لذا سبک زندگی یا حیات طیبه که در پرتو آن علاوه بر دگرگونی در شیوه نگرش انسان به جهان نحوه تعامل وی یا خداوند و سایر مخلوقات او نیز دستخوش تغییر می شود.

سالم نبودن خانواده از نظر روانی و مشکلات به دلیل تأثیری که روی اعضای خود دارد جامعه را تحت تأثیر قرار می دهد کارکرد زیستی خانواده ضامن بقای جامعه انسانی است کارکرد پرورش آن زمینه ساز تربیت فرزندی است که برای ساختن جامعه فردآماده می شود تعادل روان تقویت اراده دیگر گرایی، رویارویی مشکلات، میل به تلاش، سازندگی، نوآوری، ارتباط با خداوند و عبادت همگی صفاتی اند که خانواده سالم بهترین بستر رشد فرهنگی و سلامت جسم و روان و مهم ترین عامل انتقال ارزش ها و پرورش عاطفی کاهش آسیب های اجتماعی و ارتقای امنیت هر خانواده به شمار می آید.

دلایل زیادی وجود دارد و برای آگاه شدن از اینکه نیاز به مشاوره روانشناسی خانواده دارید. از مهمترین ارتباطاتی که انسانها به یکدیگر دارند. ارتباطات بین افراد خانواده است. تمام جوامع های بزرگ حول محور جامعه کوچکی به نام خانواده تشکیل می شود. بدون ارتباط سالم بین افراد خانواده ممکن است که جامعه خانواده با مشکلات حل نشده افرادی را به جوامع بزرگتر تحویل دهند. و آنها را نیز دچار مشکل های پیچیده تر و بزرگ تر نماید.

مراکز مشاوره خانواده پیش از آنکه وجهه قانونی به خودگیرد سالیان متمادی در مراکز دانشگاهی و در حوزه علمیه بصورت غیر رسمی فعال بودو بعد در مراکز دانشگاه های معتبر و مراکز بهزیستی بصورت مراکز رسمی، تاسیس شد تا اینکه در قانون جدید حمایت خانواده در ماده های متعددی به صلح و صفاو سازش خانواده ها و عبور طلاق های توافقی از فیلتر مشاوره خانواده و خدمات روان شناختی و حمایت بیشتر عملی

و اجرایی پرداخته شده است تا به استحکام خانواده‌ها کمک شایانی نماید و در نتیجه نقش و عملکرد مراکز مشاوره خانواده بر سه اصل، پیشگیری، درمان و بازتوانی پایه‌ریزی شده است. با توجه به نقش مهم مشاوره در ایجاد و ارتقاء آرامش در خانواده، فرهنگ‌سازی با هدف ترویج بهره‌گیری از مشاوره، می‌تواند نقش بسزایی در آرامش خانواده و به تبع آن آرامش و امنیت جامعه و کاهش آسیب‌های اجتماعی داشته باشد.

با توجه به موارد فوق پرداختن به موضوع آسیب‌شناسی خانواده برای دست یافتن به راهبرد های پیش‌گیری از خطرات یکی از مهم‌ترین مسائل ضروری آموزش خانواده است زیرا بدون شناختن عوامل دست‌یابی به راه‌های درمان امکان‌پذیر نخواهد بود. سخن از آسیب‌شناسی خانواده سخن از عواملی است که بهداشت روانی خانواده و ازدواج را تهدید می‌کند در بررسی عوامل مشکلات خانوادگی که گاهی خانواده را به فروپاشی کامل می‌کشاند به موارد متعددی برمی‌خوریم که در گستره‌ای از مسائل روانی اجتماعی فرهنگی دینی و اقتصادی و جسمانی جای می‌گیرد کم‌سن و سالی زن و مرد تفاوت زیاد در بهره‌هوشی چگونگی روابط کلامی و غیر کلامی اختلاف بسیار زیاد در تحصیلات توقع مادی زیادی خانواده بیماری جسمانی که سازگاری جدی‌تری را می‌طلبد اعتیاد نازایی بی‌توجهی اعضای خانواده به باورهای دینی انجام رفتارهای خارج از محدوده شرعی آزار دادن والدین و ناخشنودی عوامل پیدایش نارضایتی از زندگی در خانواده است. مطالعه حاضر به منظور بررسی نقش مشاوره و رویکرد های کلی تامین امنیت روانی خانواده انجام شده است. روش این پژوهش از لحاظ هدف یک مطالعه توصیفی نظری است. براین اساس هدف اصلی مقاله حاضر تبیین نقش مشاوره در تامین امنیت روانی خانواده است، که تاکنون در مطالعات قبلی به آن پرداخته نشده است.

واژه‌شناسی

۱. خانواده

خانواده. [نَ / نَ دَ / دِ] (مَرکَب) خاندان. (غیاث اللغات) (ناظم الاطباء). دودمان. خیل خانه. (ناظم الاطباء). تبار. دوده (لغت نامه دهخدا، علی اکبر).

اصیل زاده و از خانواده حرمت سازمان ملل متحد در آمار جمعیتی سال ۱۹۹۴ خود، خانواده را چنین تعریف کرد: «خانواده یا خانوار، به گروه دو یا چند نفره‌ای گفته می‌شود که باهم زندگی می‌کنند، درآمد مشترک برای غذا و دیگر ضروریات زندگی دارند و از طریق خون، فرزندخواندگی یا ازدواج، با هم نسبت دارند. در یک خانواده ممکن است یک یا چند خانواده زندگی کنند، تمام خانوارها، هم خانواده نیستند.» انسان‌شناسان به‌طور کلی نهاد خانواده را به ترتیب به شکل مادرتباری (مادر و فرزندان او)، خانواده هسته‌ای (زن، شوهر و فرزندان) و خانواده گسترده یا فامیل (به فرانسوی: famille) (گروه هم‌خون متشکل از خانواده هسته‌ای با سایر خویشاوندان طبقه‌بندی می‌کنند (اعزاز، ۱۳۸۸).

بود (عبدالواحد آمدی، غررالاحکم و دررالکلم، ج ۲، ص ۶۷۰ / ح ۱۰۰۶۳). از این رو، علم مشاوره و روانشناسی دینی به عنوان مرهم بخش روح و روان انسان، اهمیتی فراوان می یابد. رسانه ها بخصوص صدا و سیما می تواند کمک بسیار بزرگی برای رفع این مشکلات باشد. از حضور روانشناسان دینی برای میزگردهای آموزشی جهت توانایی مقابله با مشکلات از منظر دین دعوت به عمل آورد. با توجه به آیه ی فَبِمَا رَحْمَةٍ مِنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظًا لَفُضُّوا مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ. مشاور باید مدیریت ارتباطات داشته باشد و مخاطب شناس ماهری باشد تا قادر به هدایت اطلاعات و گفتار مراجعه کننده در مسیر دلخواه با توجه به آموزه های دینی باشد (سوره آل عمران آیه ۱۵۹).

1. نقش مشاوره در امنیت خانواده

نقش مشاوره در تامین امنیت روانی خانواده (خانواده درمانی) مداخله ای است که بر تغییر تعاملات بین اعضای خانواده متمرکز است و در آن تلاش می شود کارکرد خانواده به عنوان واحدی متشکل از تک تک اعضای خانواده بهبود یابد بالین گری که به خانواده درمانی می پردازد می کوشد الگوهای بین نسلی غیر قابل انعطافی را به کسب ناراحتی در درون افراد یا در روابط بین فردی می شود در هم بشکند در خانواده درمانی می توان دغدغه های هر یک از اعضای خانواده را مطرح نمود اما این روش درمانی بیشتر بر روی کودکان موثر است زیرا واقعیت روزمره کودکان مستقیماً تحت تاثیر بافت خانواده قرار دارد. خانواده درمانی نوعی گروه درمانی است که در آن واحد درمانی هسته خانواده است و در جلسات درمانی یک یا چند درمان گر با تمام اعضای خانواده (بخشی از آن ها) سروکار دارد و هدف آن حل و فصل یا تخفیف تعارضات بیماری زا و اضطراب در درون واحد خانواده است (شفیع آبادی و ناصری، ۱۳۶۸).

دانش آموزانی که در مدرسه خوب عمل نمی کنند ممکن است از فقر خشونت نا امیدی یا بیماری روانی در خانواده شان در رنج باشند یا به علت از هم گسیختگی و مشکلات روانی _ اجتماعی یا آشفتگی در مدرسه حضور یابند و هم چنین مشکلات بیشتر به چشم آیند و همین امر موجب آسیب پذیری آنان شود در نتیجه ممکن است بخشی از تمرکز و توجه آنان معطوف به این مسائل باشد نتواند از تمام توان و ظرفیت اش استفاده نماید برنامه های سلامت روانی با تاکید بر تقویت و افزایش خود پنداری مثبت عزت نفس خود کارسازی و متعادل نمودن شیوه های فرزند پروری والدین سازگاری اجتماعی عاطفی و کاهش اضطراب اجتماعی در بسیاری از کشور ها مد نظر واقع شده است (فولادی، ۱۳۸۲، ۷۲).

رفتار همیشه تنها نتیجه شرایط و موقعیت نرمال حال نیست بلکه تحت تاثیر زمینه های خانوادگی و تاریخچه ی رشد افرادی نیز میتوان قرار گیرد.

مهم ترین عامل بالا بودن تنیدگی در نوجوان بزهکار و بکار بردن شیوه رویارویی سازش نیافته با تنیدگی فقدان خانواده و بالاخص از دست دادن والدین می باشد این نوجوانان بیشتر در محیط هایی هستند که در آن محیط تنیدگی زیادی وجود دارد این تنیدگی ها شامل بد رفتاری سوءرفتار جنسی در خانواده فقر رفتارهای خشونت آمیز با آن ها وجود تعارضات در خانواده ضربه های عاطفی طرد شدت از سوی والدین تنبیهات و کیفرهای سخت جدایی والدین و به عبارتی وجود یک محیط نامساعد و تنیدگی زاست یافته ها نشان می دهد که نابسامانی خانواده سردی روابط عاطفی والدین متارکه و طلاق وجود نا پدري و نامادری فقر فرهنگی و اعتیاد از مهم ترین ب انگیزنده تمایل به فرار از خانواده بوده است تقریباً ۱۰۰٪ از فراریان وضعیت خانوادهمودرا آشفته تو صیف کرده اند (سعیدی، ۱۳۷۲، ص ۴۱).

خانواده درمانی در واقع کوششی برای درک خانواده به مثابه یک سیستم در محیط خانواده و اعضا برای حفظ تعادل خود فعالیت می کنند این رویکرد را اولین بار ون برتالانفی مطرح کرد.

۲. ویژگی ها و وظایف مشاور از منظر قرآن

«مشاوره» در اسلام با جایگاه خاصی دارد، قرآن کریم در آیاتی به این اهمیت می پردازد. آن جا که می فرماید: «وَالَّذِينَ اسْتَجَابُوا لِرَبِّهِمْ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَأَمْرُهُمْ شُورَى بَيْنَهُمْ...»؛ و آنان که دعوت پروردگارشان را پاسخ می گویند و نماز می گزارند و کارشان بر پایه مشورت با یکدیگر است (شوری، ۳۸).

با توجه به معنای مشاوره، معنای آیه چنین می شود؛ مؤمنان کسانی هستند که برای هر کاری می خواهند انجام دهند، در باره آن مشورت می کنند؛ برای به دست آوردن و استخراج رأی صحیح دقت به عمل می آورند، و به این منظور به صاحبان عقل مراجعه می کنند.

براساس نظر برخی از مفسران کلمه «شوری» مصدر است، و معنای آیه چنین می شود؛ کار مؤمنان مشورت در میان خودشان است. قرآن کریم در آیه دیگر خطاب به پیامبر اسلام (ص) می فرماید در کارهای مربوط به جامعه اسلامی با مردم مشورت کن، حتی کسانی که اشتباهاتی در گذشته داشتند آنها را مورد عفو قرار ده، برایشان درخواست بخشش کن و آنها را در کارها مورد مشورت خویش قرار ده:

«فَبِمَا رَحْمَةٍ مِنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَ شَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ»؛ به (برکت) رحمت الهی، در برابر آنان [مردم] نرم (و مهربان) شدی! و اگر خشن و سنگدل بودی، از اطراف تو، پراکنده می شدند. پس آنها را ببخش و برای آنها آمرزش بطلب! و در کارها، با آنان مشورت کن (آل عمران، ۱۵۹).

اصولاً مردمی که کارهای مهم خود را با مشورت و صلاح اندیشی یکدیگر انجام می دهند و صاحب نظران آنها به مشورت می نشینند، کمتر گرفتار لغزش می شوند.

بر عکس افرادی که گرفتار استبداد رأی هستند و خود را بی‌نیاز از افکار دیگران می‌دانند - هر چند از نظر فکری فوق العاده باشند - غالباً گرفتار اشتباهات خطرناک و دردناکی می‌شوند. از این گذشته استبداد رأی، شخصیت را در توده مردم می‌کشد و افکار را متوقف می‌سازد، و استعدادهای آماده را نابود می‌کند، و به این ترتیب بزرگ‌ترین سرمایه‌های انسانی یک ملت از دست می‌رود (شناگویی و همکاران، 1394).

به علاوه کسی که در انجام کارهای خود با دیگران مشورت می‌کند، اگر مواجه با پیروزی شود کمتر مورد حسد واقع می‌گردد؛ زیرا دیگران پیروزی وی را از خودشان می‌دانند و معمولاً انسان نسبت به کاری که خودش انجام داده حسد نمی‌ورزد و اگر احیاناً مواجه با شکست گردد زبان اعتراض و ملامت و شماتت مردم بر او بسته است؛ زیرا کسی به نتیجه کار خودش اعتراض نمی‌کند، نه تنها اعتراض نخواهد کرد، بلکه دلسوزی و غمخواری نیز می‌کند (مخاطب، 1393).

از یکی دیگر از فوائد مشورت این است که انسان ارزش شخصیت افراد و میزان دوستی و دشمنی آنها را با خود درک خواهد کرد و این شناسایی راه را برای پیروزی او هموار می‌کند و شاید مشورت‌های پیامبر(ص) با آن قدرت فکری و فوق العاده‌ای که در حضرتش وجود داشت، به دلیل مجموع این جهات بوده است (مکارم شیرازی، تفسیر نمونه، ج 3، ص 144-146).

نتیجه‌گیری

در این مطالعه به بررسی نقش مشاوره در تامین امنیت روانی خانواده پرداخته شد. مشاوره خانواده، به عنوان یک ابزار قدرتمند، نقش بی‌بدیلی در ارتقای امنیت روانی اعضای خانواده ایفا می‌کند. با ایجاد فضایی امن برای بیان احساسات، افکار و نگرانی‌ها، مشاوره به خانواده کمک می‌کند تا به درک عمیق‌تری از یکدیگر دست یابد و به حل تعارضات و مشکلات موجود بپردازد. مشاوره به اعضای خانواده آموزش می‌دهد تا به شیوه‌ای مؤثرتر با یکدیگر ارتباط برقرار کنند، به حرف‌های هم گوش دهند و همدلی بیشتری با هم داشته باشند. با شناسایی ریشه‌های تعارضات و ارائه راهکارهای مناسب، مشاوره به خانواده کمک می‌کند تا به شیوه‌ای سازنده و مسالمت‌آمیز مشکلات خود را حل کنند. این سبک زندگی به اعضای خانواده کمک می‌کند تا آگاهی خود را نسبت به الگوهای رفتاری، باورها و احساسات خود و دیگران افزایش دهند. مشاوره به موقع به اعضای خانواده مهارت‌های لازم برای مدیریت استرس، حل مسئله، تصمیم‌گیری و ایجاد روابط سالم را آموزش می‌دهد. با ایجاد یک محیط خانوادگی سالم و حمایتی، مشاوره به ارتقای سلامت روان همه اعضای خانواده کمک می‌کند. در نهایت، می‌توان گفت که مشاوره خانواده، سرمایه‌گذاری ارزشمندی برای آینده خانواده است. با کمک مشاور، خانواده‌ها می‌توانند قوی‌تر، سالم‌تر و شادتر زندگی کنند.

منابع و مآخذ

- اعتصامی، زکریا. (1400). نقش مشاوره خانواده در بهداشت روان مدارس ایران. کنفرانس بین المللی علوم تربیتی، روانشناسی، علوم ورزشی و تربیت بدنی.
- اعزازی، شهلا، جامعه شناسی خانواده با تاکید بر نقش، ساختار و کارکرد خانواده در دوران معاصر، جلد 2، تهران، ناشر: روشنگران و مطالعات زنان، چاپ 6، 1387.
- امیدوار، بنفشه، بهرامی خوندابی، فاطمه، فاتحی زاده، مریم، اعتمادی، عذرا، و غنی زاده، احمد. (1394). کارآیی مشاوره شناختی رفتاری و مشاوره خانواده مبتنی بر دل بستگی در بهبود علائم افسردگی در نوجوانان دختر افسرده. روشها و مدل های روان شناختی، 6(20)، 87-101.
- امیری صدر، سمیه، 1403، بررسی نقش مشاوره خانواده در بهبود سلامت روانی دانش آموزان، ششمین همایش ملی پژوهش های حرفه ای در روانشناسی و مشاوره با رویکرد از نگاه معلم، میناب.
- آشوری، داریوش، دانشنامه سیاسی، جلد 1، تهران، موسسه انتشاراتی حسینی اصل، چاپ 16، 1387.
- باجلان، اکرم. (02/12/1401). رصد و تحلیل وضعیت مراکز مشاوره خانواده وابسته به دستگاه ها. تهران، ایران: مرکز پژوهش های مجلس شورای اسلامی.
- بهاری، فرشاد، و سیف، سوسن. (1379). بخشودگی: معرفی یک مدل درمانی در مشاوره ازدواج و خانواده. پژوهش های مشاوره (تازه ها و پژوهش های مشاوره)، 2(7-8)، 49-66.
- ثناگویی زاده، محمد، اعتمادی، عذری، احمدی، سیداحمد، و جزایری، رضوان السادات. (1394). شناسایی ابعاد کارکرد خانواده در فرایند مشاوره خانواده با جهت گیری اسلامی با استفاده از نظریه داده بنیاد. فرهنگ مشاوره و روان درمانی (فرهنگ مشاوره)، 6(24)، 55-80.
- حسینی، سید علی اکبر (1378). "مقایسه اصول نظری مشاوره در اسلام با اصول مشاوره علمی رایج". دانشگاه اسلام. 2(4)، 6-13.
- حیاتی، مژگان و جهانگیری، حسن، 1403، مروری بر نقش مشاوره خانواده در بهبود روابط بین زوجین، اولین کنفرانس بین المللی روانشناسی، علوم تربیتی و علوم اجتماعی در علوم انسانی.
- خوانی، اکرم، 1402، بررسی نقش مشاوره و راهنمایی در سلامت خانواده و جامعه، اولین همایش ملی خانواده سالم، جامعه سالم، قائنات.
- دهخدا، علی اکبر، لغت نامه، جلد 1، تهران، موسسه چاپ و انتشارات دانشگاه تهران، روزنه، چاپ 2، 1398.
- راشدی، سعید، غرالحکم و درالحکم، جلد 1، تهران، ناشر: پیام علمدار، چاپ 1، 1388.
- روشنی، شهره، 1399، نقش مشاوره در ایجاد و ارتقاء آرامش و پیشگیری از آسیب در خانواده، سومین همایش ملی آسیب های اجتماعی، اردبیل.
- سیوطی، جلال الدین، الدر المنثور فی التفسیر المأثور، جلد 2، قم، نشر دارالفکر، 1414.

- شهریار افشار، صفیه. (1379). مشاوره تنظیم خانواده. بهورز، 10(2)، 0-0.
- ضیاءالدینی، حسن؛ ناوی‌پور، رضا؛ نوری قاسم‌آبادی، فاطمه؛ عمادی کوچک؛ چینیان؛ کمساری (۱۳۸۶). «عوارض روانی ایدز». جلد 1، تهران: برگ زیتون.
- عبداللهی، مریم، 1401، نقش مشاوره و راهنمایی در سلامت خانواده و جامعه، نهمین همایش ملی تازه‌های روانشناسی مثبت، بندرعباس.
- فقیهی، علی نقی. (1397). نموده‌های سبک زندگی اسلامی در مشاوره زوجین. پژوهشنامه اسلامی زنان و خانواده، 6(11)، 29-47.
- فولادی، محمدرضا، حقوق خانواده، جلد 1، تهران، انتشارات جنگل، چاپ 2، 1395.
- کمالی فرد، مهین، محبی، پروین، برزنجه عطری، شیرین، و صفاییان، عبدالرسول. (1389). دیدگاه مددجویان در خصوص کیفیت مشاوره تنظیم خانواده ارائه شده در مراکز مشاوره قبل از ازدواج تبریز. مجله پرستاری و مامایی، 5(17)، 26-33.
- متقی، زهرا، کرامت، افسانه، دامغانیان، مریم، گرگانی، نعمان، و مرتضوی، فروغ. (1396). دیدگاه زوجین و ارائه دهندگان خدمات مشاوره‌ای در مورد برنامه مشاوره ازدواج: یک مطالعه کیفی. پایش، 16(2)، 191-199.
- محلی، جلال الدین و سیوطی، جلال الدین، تفسیر جلالین، جلد 1، تهران، انتشارات سمت، 1396.
- مخاطب محمد. نقش فعالیتهای مراکز راهنمایی و مشاوره خانواده در کاهش مشکلات دانش آموزان. فصلنامه علمی- پژوهشی خانواده و پژوهش. ۱۳۹۳؛ ۱۱ (۳): ۶۱-۷۸.
- مکارم شیرازی، ناصر، تفسیر نمونه، جلد 3، تهران، دار الکتب الاسلامیه، 1374.
- ملک زاده، فهیمه و ابراهیمی، فهیمه و فرحمند، فرناز، 1399، بررسی و نقش مراکز مشاوره در قانون جدید حمایت خانواده در ایران، هفتمین همایش ملی مطالعات و تحقیقات نوین در حوزه علوم انسانی، مدیریت و کارآفرینی ایران، تهران.
- ناصری، غلامرضا و شفیق آبادی، عبدالله، نظریه‌های مشاوره و روان درمانی، جلد 1، شیراز، ناشر: دانشگاه شیراز، مرکز نشر (مرکز نشر دانشگاه شیراز)، چاپ 2، 1368.
- نورمحمدی، بالابیک. (1384). مشاوره ازدواج به منظور پیشگیری از اختلالات در سیستم خانواده و روابط زناشویی خانواده ایثارگران (کنگره). کنگره خانواده و مشکلات جنسی، -2(2)، 0-0.