

نقش دینداری همسران در آرامش روانی خانواده

نسرین کلانتری^۱

چکیده

این پژوهش با هدف بررسی نقش دینداری همسران در ارتقای سلامت روانی و آرامش خانواده انجام شد. روش مطالعه، توصیفی-تحلیلی و مبتنی بر مرور منابع علمی و پژوهش‌های پیشین در حوزه روان‌شناسی خانواده و روان‌شناسی اسلامی بود. داده‌ها از طریق بررسی کتاب‌ها، مقالات و پایان‌نامه‌های معتبر فارسی جمع‌آوری شد و تحلیل آن‌ها با استفاده از روش محتوایی انجام گرفت. یافته‌ها نشان داد که دینداری همسران با تقویت مهارت‌های ارتباطی، همدلی، صبر و توکل، نقش مهمی در بهبود روابط زناشویی و کاهش تعارضات خانوادگی ایفا می‌کند. علاوه بر این، باورهای دینی موجب کاهش اضطراب و استرس، افزایش رضایت زناشویی و شادی خانوادگی، تقویت حمایت عاطفی و اجتماعی میان اعضای خانواده، ارتقای تاب‌آوری و مدیریت هیجانات و ایجاد محیطی هماهنگ و حمایت‌گر می‌شوند. نتایج این مطالعه حاکی از آن است که دینداری همسران نه تنها بعد معنوی زندگی مشترک را تقویت می‌کند، بلکه اثر مستقیم و قابل توجهی بر سلامت روانی، پایداری روابط خانوادگی و آرامش اعضای خانواده دارد. بنابراین، توجه به باورها و آموزه‌های دینی در زندگی مشترک می‌تواند به‌عنوان یک راهبرد مؤثر برای ارتقای کیفیت زندگی خانوادگی و حفظ تعادل روانی و عاطفی خانواده مورد استفاده قرار گیرد.

کلیدواژه‌ها

آرامش روانی، خانواده، دینداری، روابط زناشویی، معنویت

^۱ طلبه سطح دو، مدرسه علمیه حضرت زینب کبری (س)، na.kal1004@gmail.com

خانواده، به عنوان نخستین و مهم‌ترین نهاد اجتماعی، نقشی بنیادین در تأمین آرامش روانی و سلامت عاطفی افراد ایفا می‌کند. آرامش روانی نه تنها روابط زوجین را متأثر می‌سازد، بلکه در کیفیت تربیت فرزندان و انسجام اجتماعی نیز نقش‌آفرین است. در دنیای امروز، فشارهای اقتصادی، استرس‌های اجتماعی و بحران‌های فرهنگی موجب شده است خانواده‌ها بیش از گذشته با آسیب‌های روانی و تهدیدهای عاطفی مواجه شوند. از این رو، شناسایی عوامل مؤثر بر ایجاد و تداوم آرامش روانی خانواده اهمیت ویژه‌ای یافته است.

یکی از مهم‌ترین عوامل، دینداری همسران است. دینداری، به معنای باور قلبی و التزام عملی به ارزش‌های دینی، می‌تواند در کاهش تنش‌ها، افزایش همدلی و تقویت پیوند عاطفی میان زوجین مؤثر باشد. آموزه‌های دینی با تأکید بر ایمان، صبر، شکر و توکل، ظرفیت روانی همسران را برای مواجهه با مشکلات ارتقا داده و راهکارهای عملی برای مدیریت تعارضات خانوادگی ارائه می‌کند.

مسئله اصلی این پژوهش آن است که دینداری همسران چگونه می‌تواند در آرامش روانی خانواده نقش‌آفرین باشد و چه سازوکارهایی در این فرایند دخیل‌اند. بررسی این موضوع می‌تواند از یک سو به غنای ادبیات علمی در حوزه روان‌شناسی خانواده و دین کمک کند و از سوی دیگر، مبنای راهبردهای عملی در عرصه مشاوره خانواده و سیاست‌گذاری‌های فرهنگی باشد.

یافته‌های حاصل از مرور نظام‌مند منابع نشان می‌دهد که هرچند پژوهشی با عنوان دقیق «نقش دینداری همسران در آرامش روانی خانواده» موجود نیست، اما تحقیقات متعددی به طور پراکنده به ابعاد این رابطه پرداخته‌اند؛ از جمله:

۱. کتاب «آسیب‌شناسی خانواده و راههای پیشگیری از آن»، نوشته علیرضا ویسی در سال ۱۳۹۲ می‌باشد.

این کتاب به بررسی آسیب‌های متعدد که آرامش خانواده را تهدید می‌کند، پرداخته و بر پیشگیری از این آسیب‌ها از طریق آگاهی‌بخشی و رعایت اصول اخلاقی و دینی تأکید دارد.

۲. کتاب «اخلاق خانواده»، سید علیرضا فاخری در سال ۱۳۷۸ می‌باشد. فاخری در این کتاب عوامل

سعادت و همچنین آفات خانواده را از منظر اسلامی بررسی کرده و نقش اخلاق و دینداری را در تحکیم روابط خانوادگی و ایجاد آرامش روانی برجسته ساخته است.

۳. پایان‌نامه علمی با عنوان «عوامل و راهکارهای ایجاد آرامش در خانواده از منظر قرآن و روایات»،

نوشته معصومه اسلامی نژاد، در سال ۱۳۹۸ به مرحله دفاع رسیده است. این تحقیق به ارائه راهکارهای

عملی و کاربردی برای ایجاد آرامش در خانواده با تکیه بر آموزه‌های قرآن و روایات معصومین (ع) پرداخته است.

۴. پایان‌نامه علمی با عنوان «بررسی نقش آرامش و طمأنینه در زندگی انسان‌ها از دیدگاه قرآن و عهدین»، نوشته سجاد کاویسی در سال ۱۳۹۷ به مرحله دفاع رسیده است. این پژوهش به مقایسه‌ای تطبیقی بین نگاه قرآن و کتاب‌های آسمانی دیگر پرداخته و آرامش را به عنوان موهبتی الهی و نتیجه عمل به تعالیم دینی معرفی می‌کند.

۵. مقاله علمی با عنوان «کارکرد بخشش در تحکیم و آرامش خانواده»، به قلم اعظم پرچم و فاطمه فنائی در سال ۱۳۹۵ در یکی از نشریات معتبر علمی منتشر شده است. این مقاله به نقش کلیدی بخشش و گذشت در کاهش تنش‌های خانوادگی و ایجاد فضای عاطفی مثبت پرداخته و آن را به عنوان یک راهکار عملی برای آرامش روانی معرفی می‌کند.

۶. مقاله علمی با عنوان «عوامل مؤثر در آرامش خانواده از دیدگاه اسلام»، به قلم محمدالله مسلمی در سال ۱۳۹۹ در یکی از نشریات معتبر علمی منتشر شده است. مسلمی عوامل مختلفی از جمله تقوا، احترام متقابل و رعایت حقوق همسر را به عنوان عوامل ایجاد آرامش معرفی کرده و بر پایه‌های دینی این عوامل تأکید دارد.

با بررسی پیشینه پژوهش‌های موجود در حوزه خانواده، مشخص می‌شود که مطالعات پیشین یا به نقش دینداری همسران در ایجاد آرامش روانی نپرداخته‌اند، یا از دسترسی به منابع معتبر دینی و روان‌شناختی روز محروم بوده‌اند، یا نتوانسته‌اند ارتباط بین باورهای توحیدی و آرامش خانوادگی را به صورت نظام‌مند تحلیل نمایند. این پژوهش با پر کردن این خلأهای پژوهشی، هم از نظر محتوایی و هم از نظر روشی، واجد نوآوری قابل توجهی است.

بررسی جایگاه توحید و اثرگذاری آن در ایجاد و استمرار آرامش در کانون خانواده، از زوایای مختلف معرفتی، روان‌شناختی، تربیتی و اجتماعی، حائز اهمیت قابل توجهی است. این محوریت نه تنها به تعمیق باورهای دینی در محیط خانواده کمک می‌کند، بلکه سبب افزایش صمیمیت، تأمین امنیت روانی و ثبات رفتاری در بین اعضای خانواده می‌شود. خانواده‌ای که با محوریت ایمان توحیدی شکل گرفته باشد، توان بیشتری برای رویارویی با چالش‌ها و بحران‌های زندگی خواهد داشت.

این مطالعه، علاوه بر ارزش علمی و دینی، قادر است در حیطه‌های روان‌شناسی خانواده، تربیت اخلاقی و ارتقای سلامت معنوی نهاد خانواده نیز اثرگذار باشد. تبیین ارتباط بین توحید و آرامش خانوادگی، به خانواده

معاصر کمک می‌کند تا با بهره‌گیری از تعالیم اسلامی، به سمت آرامش پایدار، انسجام رفتاری و ارتباط سازنده میان اعضا گام بردارد.

بررسی عمیق ابعاد توحید نشان می‌دهد که ایمان به یگانگی پروردگار، تنها یک اصل اعتقادی انتزاعی نیست، بلکه در عمل، منبع آرامش هیجانی، ثبات روانی و توانمندی در مواجهه با مشکلات زندگی مشترک محسوب می‌شود. باور توحیدی، وابستگی‌های ناپایدار دنیوی را کمرنگ کرده و پشتوانه‌ای استوار برای اعضای خانواده ایجاد می‌کند تا در سایه آن، اعتماد متقابل، آرامش درونی و پیوند عاطفی را تجربه نمایند.

تأثیر دینداری همسران بر رفتارها و ارتباطات در خانواده

دینداری همسران نقش مهمی در شکل‌گیری رفتارها و کیفیت روابط زناشویی دارد. باورها و ارزش‌های دینی می‌توانند زمینه‌ای برای افزایش همدلی، صبر و مهربانی میان زوجین فراهم کنند و در مدیریت تعارض‌ها مؤثر باشند. همچنین، التزام به اخلاق و اصول دینی، تعاملات روزمره را مثبت‌تر و سازنده‌تر می‌کند. این عامل به‌طور مستقیم بر نحوه ارتباط زوجین با یکدیگر و بهبود فضای عاطفی خانواده تأثیر می‌گذارد. به‌طور کلی، دینداری می‌تواند به عنوان یک عامل کلیدی در پایداری و سلامت روابط زناشویی محسوب شود.

نقش دینداری در بهبود ارتباط زناشویی

خانواده به‌عنوان نخستین نهاد اجتماعی، نقش اساسی در شکل‌گیری شخصیت فردی و اجتماعی افراد دارد. در این میان، ارتباط زناشویی به‌عنوان هسته مرکزی خانواده، تأثیر زیادی بر سلامت روانی و اجتماعی اعضای آن دارد. پابندی به دینداری می‌تواند به‌عنوان عاملی مؤثر در تقویت این ارتباط و ارتقای کیفیت زندگی مشترک عمل کند.

باورهای دینی می‌توانند به زوجین کمک کنند تا با استفاده از اصول اخلاقی مانند صداقت، احترام و گذشت، روابط خود را تقویت کنند. مطالعات نشان داده‌اند که دینداری با افزایش مهارت‌های ارتباطی و کاهش تعارضات زناشویی مرتبط است. به‌عنوان مثال، در پژوهشی که توسط حسینی (۱۳۹۵) انجام شد، مشخص گردید که زوجین با باورهای دینی قوی‌تر، تمایل بیشتری به حفظ و تقویت روابط خود دارند و در مواجهه با مشکلات، از مهارت‌های ارتباطی بهتری برخوردارند (حسینی، ۱۳۹۵، ج ۲، ص ۵۰).

باورهای دینی می‌توانند به زوجین کمک کنند تا با تمرکز بر ارزش‌هایی مانند محبت، بخشش و فداکاری، روابط خود را تقویت کنند. مطالعات نشان داده‌اند که دینداری با افزایش همدلی و حمایت متقابل در روابط زناشویی مرتبط است. به‌عنوان مثال، در پژوهشی که توسط رحیمی (۱۳۹۸) انجام شد، مشخص گردید که

زوجین با باورهای دینی قوی‌تر، تمایل بیشتری به حمایت از یکدیگر دارند و در مواجهه با مشکلات، از همدلی بیشتری برخوردارند (رحیمی، ۱۳۹۸، ص ۱۹۵).

باورهای دینی می‌توانند به زوجین کمک کنند تا با استفاده از اصول اخلاقی مانند صداقت، احترام و گذشت، روابط خود را تقویت کنند. مطالعات نشان داده‌اند که دینداری با افزایش رضایت زناشویی و کاهش تعارضات در روابط زناشویی مرتبط است. به عنوان مثال، در پژوهشی که توسط کاظمی (۱۳۹۷) انجام شد، مشخص گردید که زوجین با باورهای دینی قوی‌تر، رضایت بیشتری از زندگی زناشویی خود دارند و در مواجهه با مشکلات، کمتر دچار تعارض می‌شوند (کاظمی، ۱۳۹۷، ص ۱۹۸).

با توجه به یافته‌های فوق، می‌توان نتیجه گرفت که دینداری به عنوان عاملی مؤثر در تقویت ارتباط زناشویی عمل می‌کند. این باورها با افزایش مهارت‌های ارتباطی، همدلی و حمایت متقابل، رضایت زناشویی را ارتقا می‌دهند و تعارضات را کاهش می‌دهند. بنابراین، ترویج و تقویت باورهای دینی در میان زوجین می‌تواند به عنوان استراتژی مؤثری در بهبود کیفیت زندگی مشترک و سلامت روانی خانواده‌ها مورد توجه قرار گیرد.

تأثیر باورهای دینی بر مدیریت تعارض‌ها

تعارض‌ها بخش طبیعی زندگی زناشویی هستند و مدیریت صحیح آن‌ها نقش مهمی در حفظ آرامش روانی و رضایت زوجین دارد. باورهای دینی می‌توانند چارچوبی اخلاقی و معنوی برای حل تعارض‌ها فراهم کنند و زوجین را به رفتارهای سازنده و تعامل مثبت هدایت نمایند.

باورهای دینی اصولی مانند صداقت، گذشت، احترام و محبت را به زوجین می‌آموزند که هنگام بروز اختلاف، راهنمای رفتار و تصمیم‌گیری صحیح خواهند بود. مطالعات نشان می‌دهند زوجینی که پایبند به باورهای دینی هستند، در مواجهه با تعارضات زناشویی کمتر دچار سوءتفاهم می‌شوند و توانایی درک متقابل آن‌ها بالاتر است (یوسفی، ۱۳۹۶، ص ۱۲۵).

باورهای دینی زوجین را تشویق می‌کند تا با آرامش، صبر و بدون خشونت با یکدیگر برخورد کنند. این مهارت‌ها به ویژه در شرایط بحرانی، باعث حفظ آرامش روانی و جلوگیری از تشدید اختلافات می‌شوند (هراتیان، ۱۳۹۶، ص ۹۵).

باورهای دینی با تأکید بر وفاداری، تعهد و احترام متقابل، می‌توانند احتمال خیانت و روابط فرازناشویی را کاهش دهند. این اصول، به عنوان عاملی پیشگیرانه، سلامت و پایداری روابط زناشویی را افزایش می‌دهند (نعیمی، ۱۳۹۳، ص ۲۴۰).

بررسی پنج زیرمجموعه تیر دوم نشان می‌دهد که دینداری همسران نقش کلیدی و گسترده‌ای در حفظ سلامت روانی و ارتقای آرامش خانواده دارد. باورهای دینی با ایجاد چارچوب معنوی و اخلاقی، به کاهش اضطراب و استرس، ارتقای رضایت زناشویی و شادی خانوادگی، تقویت حمایت اجتماعی و عاطفی، افزایش تاب‌آوری و تقویت مدیریت هیجانات و کنترل استرس خانواده کمک می‌کنند. ایمان و توکل به خداوند باعث تقویت حس امنیت روانی، کاهش نگرانی‌های ناشی از آینده و ایجاد نگرش مثبت نسبت به مشکلات می‌شود.

دینداری همسران همچنین موجب ارتقای محبت، همدلی و تعامل مثبت میان زوجین، ایجاد محیط خانوادگی حمایت‌گر و شاد، و افزایش توانایی خانواده در مدیریت هیجانات و فشارهای روانی می‌شود. این باورها سطح همبستگی و همکاری اعضای خانواده را افزایش داده و چارچوب معنایی مؤثری برای مقابله با بحران‌ها و چالش‌های زندگی فراهم می‌کنند. بنابراین، دینداری همسران نه تنها بعد معنوی زندگی مشترک را تقویت می‌کند، بلکه سلامت روانی، رضایت زناشویی، تاب‌آوری، کنترل هیجانات و پایداری روابط خانوادگی را نیز بهبود می‌بخشد.

توجه به آموزه‌ها و ارزش‌های دینی در زندگی مشترک می‌تواند به عنوان یک راهبرد مؤثر برای ارتقای کیفیت زندگی خانوادگی، حفظ آرامش و تعادل روانی اعضای خانواده و مدیریت بهتر هیجانات مورد استفاده قرار گیرد. در مجموع، دینداری به عنوان یک منبع معنوی و روانی، خانواده را توانمند می‌سازد تا در مواجهه با چالش‌ها و بحران‌های زندگی، سلامت روانی و روابط پایدار خود را حفظ کند.

تحلیل یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که دینداری همسران نقش کلیدی و گسترده‌ای در بهبود کیفیت روابط خانوادگی و ارتقای سلامت روانی اعضای خانواده دارد. باورهای دینی با ارائه چارچوب معنوی و اخلاقی، مهارت‌های ارتباطی، همدلی و صبر را در میان زوجین تقویت می‌کنند و زمینه حل تعارضات و کاهش اختلافات زناشویی را فراهم می‌آورند. این اثرات موجب انسجام و هماهنگی خانواده شده و رضایت زناشویی و شادی عمومی اعضای خانواده را افزایش می‌دهد.

نتایج نشان می‌دهد که دینداری همسران با تقویت صبر، توکل و نگرش مثبت، توانایی خانواده‌ها برای مقابله با بحران‌ها و استرس‌های طولانی‌مدت را افزایش می‌دهد. ایمان به خداوند و باور به حکمت الهی موجب ایجاد حس امنیت روانی، کاهش نگرانی‌های ناشی از آینده و مدیریت بهتر هیجانات می‌شود. این عوامل به کاهش اضطراب و فشار روانی در خانواده کمک کرده و شرایطی پایدار، صمیمی و حمایت‌گر برای تعامل اعضای خانواده فراهم می‌کنند.

همچنین، یافته‌ها نشان می‌دهد که باورهای دینی موجب تقویت حمایت اجتماعی و عاطفی میان اعضای خانواده می‌شوند. تعامل مثبت، همدلی و همکاری میان زوجین و سایر اعضای خانواده در شرایط دشوار افزایش یافته و شبکه حمایتی داخلی خانواده تقویت می‌شود. این حمایت متقابل باعث کاهش تنش، افزایش رضایت و ارتقای سلامت روانی خانواده می‌شود و تاب‌آوری خانواده در مواجهه با مشکلات و بحران‌ها را افزایش می‌دهد.

دینداری همچنین نقش مهمی در مدیریت هیجانات و کنترل استرس خانواده دارد. باورهای دینی با تشویق به صبر، گذشت و خودکنترلی، واکنش‌های هیجانی منفی را کاهش داده و توانایی خانواده برای مقابله با فشارهای روانی را افزایش می‌دهند. این امر موجب ایجاد محیط خانوادگی هماهنگ و آرام و ارتقای سلامت روانی، رضایت زناشویی و پایداری روابط می‌شود.

با توجه به یافته‌های پژوهش، می‌توان نتیجه گرفت که دینداری همسران نه تنها بعد معنوی زندگی مشترک را تقویت می‌کند، بلکه به‌طور مستقیم بر سلامت روانی، رضایت زناشویی، حمایت اجتماعی، تاب‌آوری و مدیریت هیجانات خانواده تأثیرگذار است. تقویت باورهای دینی و توجه به ارزش‌های اخلاقی و معنوی در زندگی مشترک می‌تواند به‌عنوان یک راهبرد مؤثر برای ارتقای کیفیت زندگی خانوادگی و حفظ آرامش روانی اعضای خانواده مورد استفاده قرار گیرد.

با توجه به محدودیت‌های پژوهش حاضر، پیشنهاد می‌شود تحقیقات آینده به بررسی نقش دینداری در خانواده‌های با شرایط مختلف اجتماعی و اقتصادی پرداخته و اثرات آن بر سلامت روانی فرزندان، کیفیت روابط بین نسلی و تعاملات اجتماعی خانواده‌ها مورد تحلیل قرار گیرد. همچنین مطالعات تجربی و طولی می‌توانند نقش دینداری در کاهش تعارضات زناشویی و تاب‌آوری خانواده‌ها را در طول زمان بررسی کنند تا الگوهای کاربردی و راهبردی برای ارتقای سلامت روانی خانواده‌ها ارائه شود.

فهرست منابع

منابع عمومی

۱. قرآن کریم

۲. نهج البلاغه

کتاب‌ها

۳. اسلامی‌نژاد، علی. روان‌شناسی دین. تهران: سمت. ۱۳۹۵.

۴. امیری، محمد. روان‌شناسی خانواده. تهران: نشر دانژه. ۱۳۹۰.

۵. بهرامی، فاطمه. مشاوره خانواده: مبانی و رویکردها. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه. ۱۳۹۴.

۶. حسینی، عباس. روان‌شناسی دین و معنویت. قم: بوستان کتاب. ۱۳۹۲.

۷. خامنه‌ای، سید علی. سبک زندگی اسلامی. تهران: نشر انقلاب اسلامی. ۱۳۸۹.

۸. دشتی، محمد. ترجمه و شرح نهج البلاغه. قم: دارالکتب الاسلامیه. ۱۳۸۲.

۹. رسولی، حسن. خانواده و دین. تهران: انتشارات دانشگاه علامه. ۱۳۹۳.

۱۰. فاخری، سید علیرضا. اخلاق خانواده. قم: بوستان کتاب. ۱۳۷۸.

۱۱. قرائتی، محسن. خانواده در قرآن. قم: مرکز فرهنگی درس‌هایی از قرآن. ۱۳۸۷.

۱۲. ویسی، علیرضا. آسیب‌شناسی خانواده و راه‌های پیشگیری از آن. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه. ۱۳۹۲.

پایان‌نامه‌ها

۱۳. اسلامی‌نژاد، معصومه. عوامل و راهکارهای ایجاد آرامش در خانواده از منظر قرآن و روایات. پایان‌نامه

۱۴. کارشناسی ارشد، دانشگاه تهران. ۱۳۹۸.

۱۵. قربانی، مریم. تأثیر باورهای دینی بر رضایت زناشویی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شیراز. ۱۳۹۶.

۱۶. کریمی، سعید. نقش معنویت در سلامت روان خانواده‌های ایرانی. پایان‌نامه دکتری، دانشگاه تربیت مدرس.

۱۳۹۵.

۱۷. نیکوکار، فریبا. رابطه سبک‌های فرزندپروری دینی با سلامت روان نوجوانان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد،

دانشگاه الزهرا. ۱۳۹۴.

مقالات

۱۸. پرچم، اعظم، و فنائی، فاطمه. کارکرد بخشش در تحکیم و آرامش خانواده. فصلنامه مطالعات خانواده.

۱۳۹۵.

۱۹. حسینی، محمد. دینداری و رضایت زناشویی در میان خانواده‌های ایرانی. مجله روان‌شناسی و دین، ۲(۲)، ۸۵-۴۵. ۱۳۹۵.
۲۰. حیدری، نادر. نقش باورهای دینی در بهبود کیفیت روابط زناشویی. پژوهش‌های روان‌شناختی، ۶(۳)، ۱۲۳-۱۴۵. ۱۳۹۲.
۲۱. رحیمی، مسعود. باورهای دینی و حمایت عاطفی در روابط زناشویی. پژوهشنامه خانواده، ۷(۱)، ۱۹۰-۲۲۰. ۱۳۹۸.
۲۲. رضوی، کریم. نقش معنویت در کاهش استرس خانواده‌ها. پژوهش‌های علوم رفتاری، ۵(۲)، ۷۸-۹۹. ۱۳۹۰.
۲۳. زارع، حسین. رابطه باورهای دینی با تاب‌آوری خانوادگی. مطالعات دین و سلامت، ۹(۱)، ۵۰-۷۰. ۱۳۹۷.
۲۴. سلیمانی، فاطمه. تأثیر ارزش‌های اسلامی بر کاهش تعارضات زناشویی. مطالعات مشاوره و خانواده، ۴(۴)، ۱۸۰-۲۰۰. ۱۳۹۳.
۲۵. شیرمحمدی، سمانه. دینداری و کیفیت ارتباطات خانوادگی. روان‌شناسی خانواده، ۸(۲)، ۹۵-۱۲۰. ۱۳۹۴.