

جایگاه مادر و آرامش روانی خانواده در پرتو آیات الهی

مهین غفاری^۱

چکیده

در عصر حاضر که ناآرامی‌های روانی و فروپاشی بنیان خانواده به چالشی جدی برای جوامع تبدیل شده است، پرداختن به نقش بنیادین مادر در تأمین سلامت روان خانواده، ضرورتی انکارناپذیر است. این پژوهش با رویکردی توصیفی-تحلیلی، درصدد تبیین جایگاه مادر در ایجاد آرامش روانی خانواده بر اساس آیات قرآن کریم و آموزه‌های وحیانی است. در بخش نخست، جایگاه رفیع مادر در قرآن بررسی شده و نقش او در تربیت، هدایت و آرامش‌بخشی از خلال آیات تبیین گردیده است. سپس با بهره‌گیری از مفاهیم روان‌شناسی رشد و خانواده، آثار روانی-تربیتی نقش مادری و تأثیر آن بر امنیت روانی اعضای خانواده واکاوی شده است. تطبیق یافته‌های روان‌شناختی با آموزه‌های قرآنی، نشان می‌دهد که اسلام با نگاهی جامع و ژرف، الگویی متوازن از مادر مؤمن، آگاه و آرام ترسیم کرده است. در بخش پایانی، الگویی مفهومی از نقش مادر در سه بُعد عاطفی، تربیتی و معنوی ارائه شده و راهکارهایی عملی برای تقویت نقش مادری در خانواده‌های معاصر پیشنهاد گردیده است. یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد که آموزه‌های قرآنی، ظرفیتی عظیم برای بازسازی نقش مادری در پرتو عقل، عاطفه و ایمان فراهم می‌آورد.

کلید واژه: مادر، آرامش روانی، تربیت اسلامی، خانواده

مقدمه

^۱ طلبه سطح ۲- حوزه علمیه حضرت زینب کبری سلام الله علیها ارومیه

در جهان پرتلاطم امروز که اضطراب و ناآرامی به یکی از چالشهای اساسی بشر تبدیل شده است، خانواده همچون باغستانی آرام بخش و پناهگاهی امن برای اعضای خود عمل میکند. در این میان، مادر به عنوان قلب تپنده خانواده، نقشی بیبدیل در ایجاد و حفظ این آرامش ایفا میکند. قرآن کریم به عنوان کتاب هدایت بشریت، توجه ویژه‌ای به جایگاه مادر و تأثیر شگرف او بر سلامت روانی خانواده داشته است. این نوشتار میکوشد با نگاهی عمیق به آیات نورانی قرآن، این نقش کلیدی را مورد بررسی قرار دهد.

خانواده در آموزه‌های اسلامی از چنان اهمیتی برخوردار است که می‌توان آن را سنگ بنای جامعه اسلامی دانست. در این کانون مقدس، مادر به عنوان نخستین معلم و پرورش دهنده روح و روان فرزندان، نقشی تعیین کننده در شکل‌گیری شخصیت افراد دارد. قرآن کریم با بیان داستانهای مختلف از زندگی پیامبران و اولیای الهی، همواره بر اهمیت نقش مادر در تربیت نسل صالح تأکید ورزیده است. از حضرت مریم(س) تا مادر حضرت موسی(ع)، همگی گواهی بر این مدعا هستند.

در دنیای معاصر که بنیان خانواده با چالشهای متعددی روبرو شده است، بازخوانی جایگاه مادر از منظر آیات الهی میتواند راهگشای بسیاری از مشکلات روانی و اجتماعی باشد. تحقیقات علمی نیز نشان داده‌اند که وجود مادرانی آگاه و دلسوز، تأثیر مستقیمی بر کاهش اضطراب، افزایش اعتماد به نفس و ایجاد روابط سالم در بین اعضای خانواده دارد. این پژوهش با استناد به آیات قرآن و روایات معصومین(ع) در پی آن است که این ارتباط عمیق را به صورت نظاممند مورد بررسی قرار دهد.

روش تحقیق در این پژوهش، توصیفی است و داده‌های آن از طریق مراجعه منابع کتابخانه‌ای گردآوری شده است که در پی پاسخ به پرسش، آموزه‌های قرآنی چگونه میتوانند الگویی عملی برای تقویت نقش مادران در ایجاد آرامش روانی خانواده ارائه دهند؟ است. پاسخ به این سؤال نه تنها از نظر دینی حائز اهمیت است، بلکه می‌تواند راهکارهای ارزشمندی برای بهبود کیفیت زندگی در جوامع امروزی ارائه کند.

در بررسی پیشینه این موضوع، تحقیقات ارزشمندی انجام شده که هر کدام بخشی از ابعاد نقش مادر در خانواده را بررسی کرده‌اند. محمدی (۱۳۹۸) در پایان‌نامه خود با عنوان «نقش مادر در تربیت دینی فرزندان از دیدگاه قرآن» به تحلیل آیات تربیتی پرداخته است. شریعتی (۱۳۹۵) در کتاب «مادر در مکتب قرآن» جایگاه مادر را در سوره‌های مختلف بررسی کرده، در حالی که حسینی (۱۴۰۰) در کتاب «خانواده و آرامش روانی در اسلام» به ارتباط سلامت روان با روابط خانوادگی توجه نشان داده است. مقالاتی مانند پژوهش فلاحتی (۱۳۹۹) با عنوان «بررسی روانشناختی نقش مادر در سلامت عاطفی خانواده»، تقوی (۱۳۹۷) با مقاله «تحلیل محتوای آیات مادرانه در قرآن» و رحیمیان (۱۴۰۱)

با تحقیق «مقایسه دیدگاه قرآن و روانشناسی درباره نقش مادر» هر کدام زوایای مختلفی از این موضوع را روشن کرده‌اند.

نوآوری این تحقیق در ترکیب چندین عنصر کلیدی است: اولاً با تلفیق روش تفسیر قرآنی و یافته‌های روانشناسی خانواده، رویکردی میان‌رشته‌ای ارائه می‌دهد. ثانیاً با ارائه الگوهای کاربردی، پلی بین آموزه‌های دینی و زندگی مدرن ایجاد می‌کند. ثالثاً با بررسی نظام‌مند تمام آیات مرتبط، تحلیلی جامع‌تر از تحقیقات پیشین ارائه می‌دهد. در حالی که مطالعات گذشته بیشتر جنبه‌های تک‌بعدی موضوع را بررسی کرده‌اند، این پژوهش با نگاهی همه‌جانبه‌نگر به تحلیل عمیق‌تر روابط بین جایگاه مادر و آرامش خانواده می‌پردازد و از این نظر می‌تواند گامی نو در این حوزه محسوب شود.

مفهوم شناسی

۱. مادر

تعریف قرآنی: در قرآن کریم، مادر (أُمّ) به عنوان محور عاطفی و تربیتی خانواده معرفی شده است. آیاتی مانند:

«وَصَاحِبُهُمَا فِي الدُّنْيَا مَعْرُوفًا»^۱ همراهی نیکو با مادر در زندگی دنیوی

«حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْنًا عَلَى وَهْنٍ»^۲ اشاره به زحمات طاقت‌فرسای مادر در بارداری

لغوی: در زبان عربی از ریشه "أُمّ" به معنای اصل، ریشه و مبدأ چیزی است.^۳

در فارسی به زنی که فرزند به دنیا آورده یا پرورش داده اطلاق می‌شود.^۴

اصطلاحی: نخستین مرجع دلبستگی و تأمین‌کننده اصلی نیازهای عاطفی کودک.^۵

۲. آرامش روانی

تعریف قرآنی: آرامش (سکینه) در قرآن، موهبتی الهی است که ریشه در ایمان و روابط سالم خانوادگی دارد:

«هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ»^۶

^۱ لقمان: ۱۵

^۲ لقمان: ۱۴

^۳ ابن منظور، لسان العرب، ج ۱، ص ۱۵۸

^۴ دهخدا، لغت‌نامه، ذیل واژه مادر

^۵ بالبی، نظریه دلبستگی، ۱۹۶۹، ص ۴۵

^۶ فتح: ۴

«لَتَسْكُنُوا إِلَيْهَا» آرامش در سایه ازدواج و خانواده

لغوی: در عربی از ریشه "س-ک-ن" به معنای سکون، طمأنینه و ثبات^۲
در فارسی به حالت آسودگی خاطر و فقدان اضطراب اطلاق می‌شود.^۳
اصطلاحی: حالت تعادل هیجانی و سازگاری با محیط.^۴

۳. خانواده

تعریف قرآنی: خانواده (أُسْرَه) در قرآن، واحد بنیادین جامعه و محل تربیت نسل‌هاست:
«وَأُذِّنْ فِي النَّاسِ بِالْحَجِّ يَأْتُوكَ رِجَالًا»^۵ اشاره به نقش خانواده در تربیت افراد
«قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا»^۶ مسئولیت‌پذیری در قبال خانواده
لغوی: در عربی از ریشه "ا-س-ر" به معنای پیوند و ارتباط^۷
در فارسی به گروهی متشکل از والدین و فرزندان گفته می‌شود.^۸
اصطلاحی: نخستین نهاد اجتماعی‌کننده افراد.^۹

تحلیل آیات قرآنی

الف) جایگاه مادر در قرآن

قرآن کریم در بیان جایگاه والدین، به‌ویژه مادر، نگاهی عاطفی، اخلاقی و توحیدی دارد. خداوند در آیات متعددی به احسان و نیکی به والدین توصیه کرده اما ویژگی‌هایی که در مورد مادر بیان می‌کند، بار احساسی و معنوی بیشتری دارد.

۱. آیه لقمان ۱۴ - زحمت‌های دوران بارداری و شیردهی

«وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْنًا عَلَىٰ وَهْنٍ وَفِصَالُهُ فِي عَمَيْنٍ...»^{۱۰}

^۱ روم: ۲۱

^۲ راغب اصفهانی، مفردات، ص ۴۰۲

^۳ معین، فرهنگ فارسی، ج ۱، ص ۱۲۳

^۴ سلیگمن، روانشناسی مثبت‌نگر، ۲۰۰۲، ص ۸۷

^۵ حج: ۲۷

^۶ تحریم: ۶

^۷ ابن فارس، معجم مقاییس اللغة، ج ۱، ص ۲۴

^۸ انوری، فرهنگ بزرگ سخن، ج ۶، ص ۵۶۴۱

^۹ گیدنز، جامعه‌شناسی، ۲۰۰۱، ص ۱۵۶

^{۱۰} لقمان: ۱۴

در این آیه، خداوند زحمت مادر در بارداری را با تعبیر «وهن علی وهن» (سستی روی سستی) بیان می‌کند که اشاره به ضعف جسمی مادر دارد. این تعبیر نشانه‌ای از شدت سختی‌هاست. نکته مهم آنجاست که قرآن بر نقش احساسی و فیزیکی مادر در دوران بارداری تمرکز کرده و این، نشانگر محبت بی‌نظیر و رابطه منحصر به فرد او با فرزند است^۱

۲. آیه اسراء ۲۳ - نیکی به والدین بلافاصله پس از توحید

«وَقَضَىٰ رَبِّيَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا...»^۲

در این آیه، نیکی به والدین پس از بیان توحید آمده است. علامه طباطبایی در تحلیل این آیه می‌نویسد: «چنین بیان ساختاری در قرآن نشانگر آن است که احترام به والدین، و به‌ویژه مادر، تنها وظیفه‌ای اخلاقی نیست، بلکه بخشی از ایمان است»^۳

۳. حدیث پیامبر اکرم (ص): «بهشت زیر پای مادران است»

این روایت که در منابع مختلف حدیثی آمده، بیانگر عظمت مقام مادر است و بر اساس دیدگاه مفسران، چنین سخنی نشان می‌دهد که رشد معنوی انسان در گرو رضایت و احترام به مادر است.^۴

ب) مسئولیت‌های مادرانه در آیات

۱. آیه بقره ۲۳۳ - تغذیه کامل تا دو سال

«وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ...»^۵

در این آیه، شیردهی به کودک به عنوان یک مسئولیت مادری مطرح شده است. در فرهنگ قرآنی، این عمل نه فقط جنبه زیستی، بلکه رابطه‌ای عمیق عاطفی دارد. در تفسیر نمونه آمده:

«شیردهی به کودک، علاوه بر تغذیه، باعث تقویت رابطه عاطفی مادر و فرزند می‌شود و بر روان کودک اثر ماندگاری دارد»^۶

۲. آیه قصص ۷ - الهام به مادر موسی

«وَأَوْحَيْنَا إِلَىٰ أُمِّ مُوسَىٰ أَنْ أَرْضِعِيهِ...»^۷

^۱ طباطبایی، تفسیر المیزان، ج ۱۶، ص ۲۴۵

^۲ اسراء: ۲۳

^۳ طباطبایی، تفسیر المیزان، ج ۱۳، ص ۳۲

^۴ کلینی، الکافی، ج ۲، ص ۱۵۹

^۵ آیه بقره: ۲۳۳

^۶ مکارم شیرازی، تفسیر نمونه، ج ۲، ص ۲۳۳

^۷ قصص: ۷

ب) راهکارهای عملی برای خانواده‌های معاصر

با توجه به چالش‌های گسترده خانواده‌های امروز، از جمله شتاب زندگی شهری، فضای مجازی، ضعف روابط عاطفی، و کم‌رنگ شدن معنویت در خانه‌ها، نیاز جدی به راهکارهای کاربردی و برگرفته از مبانی دینی و روان‌شناختی وجود دارد. راهکارهایی که هم با فرهنگ اسلامی هماهنگ باشند و هم پاسخ‌گوی نیازهای تربیتی نسل امروز.

نخست آنکه باید بر احیای رابطه عاطفی مادر با کودک تأکید شود. عواطف پایه‌ای‌ترین نیاز کودک است و در صورت کم‌رنگ شدن محبت، شخصیت او در آینده دچار خلل می‌گردد. مادری که با آغوش، لبخند، گفت‌وگوی صمیمی، و حضور فعال در کنار کودک است، فرزند متعادل و با آرامش خواهد داشت. تأکید روایات نیز بر بوسیدن، بغل کردن و بازی کردن مادر با کودک، گویای همین اهمیت است. چنان‌که در حدیثی آمده است: «مَنْ قَبَّلَ وَلَدَهُ، كَتَبَ اللَّهُ لَهُ حَسَنَةً»؛ هر کس فرزند خود را ببوسد، خدا برای او حسنه‌ای می‌نویسد.^۱

دوم آنکه شیوه‌های تربیتی باید مبتنی بر تعادل باشد. نه سخت‌گیری مطلق و نه رهاسازی بی‌قید. مادر باید مرزهای رفتاری را با نرمی و در عین حال با ثبات، مشخص کند. قرآن نیز امت وسط را الگویی برای تربیت معرفی می‌کند: «وَكَذَلِكَ جَعَلْنَاكُمْ أُمَّةً وَسَطًا»^۲. در روان‌شناسی، این شیوه به‌عنوان «سبک مقتدرانه» شناخته شده که مؤثرترین روش در پرورش شخصیت سالم و مسئول‌پذیر در فرزند است.

سوم آنکه مادر باید در کنار نقش عاطفی و تربیتی، فضای خانه را از نظر معنوی غنی سازد. تربیت دینی تنها به کلاس و آموزش مستقیم محدود نمی‌شود، بلکه با مشاهده، تکرار و تجربه شکل می‌گیرد. حضور قرآن در خانه، شنیدن صدای ذکر و دعا، و انجام عبادات ساده با حضور کودک، همه از عوامل درونی‌سازی ایمان در فرزند است. مادر باید خود را به‌عنوان الگویی زنده و عاشقانه از بندگی خدا در معرض نگاه فرزند قرار دهد.

چهارم، مادر باید به سلامت روان خود توجه ویژه داشته باشد. احساس فرسودگی، اضطراب، خستگی شدید و فقدان حمایت، مادر را به مرور از نقش اصلی خود دور می‌سازد. از این رو، همسر و خانواده باید در آرامش‌بخشی به مادر نقش فعالی ایفا کنند. رسول اکرم (ص) در اهمیت روحیه مادر فرموده‌اند: «الجنة تحت اقدام الأمهات»؛ بهشت زیر پای مادران است، و این تعبیر، هم به مقام معنوی و هم به اثر تربیتی مادر اشاره دارد.^۳

^۱ کلینی، کافی، ج ۶، ص ۵۰

^۲ بقره: ۱۴۳

^۳ پوراحمد، روان‌شناسی خانواده در اسلام، ص ۲۱۳

در نهایت، باید بستر آموزش و توانمندسازی مادران با محتوای دینی و علمی فراهم شود. حضور فعال مادر در جلسات اخلاقی، تربیتی و حتی کارگاه‌های مهارت‌افزایی، او را در ایفای مسئولیت خطیرش کمک می‌کند. مراکز حوزوی می‌توانند با طراحی دوره‌هایی با محوریت قرآن، روایات و روان‌شناسی اسلامی، نیازهای تربیتی و روانی مادران امروز را پاسخ دهند.^۱

زن و مادر در نگاه نظام‌مند اسلام

قرآن کریم زن را در منظومه‌ای هدفمند از خلقت، مسئولیت و تعالی معنوی تعریف می‌کند. این نگاه، زن را در مسیر بندگی و قرب الهی با مرد برابر می‌بیند و نقش مادری را نیز جزئی از این سیر رشد می‌داند.

خداوند در آیه ۳۵ سوره احزاب، مردان و زنان را در ساحت‌های مختلف عبودیت برابر می‌شمارد:

«إِنَّ الْمُسْلِمِينَ وَالْمُسْلِمَاتِ... أَعَدَّ اللَّهُ لَهُمْ مَغْفِرَةً وَأَجْرًا عَظِيمًا»^۲

این آیه به روشنی نشان می‌دهد که کرامت معنوی زن، مستقل از جنسیت اوست.

در سوره طه، خداوند به پیامبر اکرم (ص) می‌فرماید: «وَأْمُرْ أَهْلَكَ بِالصَّلَاةِ وَاصْطَبِرْ عَلَيْهَا»^۳ که نشان می‌دهد مسئولیت تربیت دینی خانواده، وظیفه‌ای مشترک میان زن و مرد است. این فرمان، مادر را نیز به‌عنوان نیمی از والدین در مسیر هدایت می‌نشاند.

قرآن در سوره روم، با بیان فلسفه ازدواج می‌فرماید:

«وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا...»^۴

و سکونت خانوادگی را یکی از آیات الهی برمی‌شمارد. این آرامش، بیش از هر چیز، از شخصیت متعادل و مهرورز مادر نشئت می‌گیرد.

در تفسیر آیه ۱۴ سوره لقمان، نیز بار عاطفی و زحمات مادری به تفصیل آمده است:

«وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ... حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْنًا عَلَىٰ وَهْنٍ...»^۵

که به‌وضوح، بزرگی مقام مادر را یادآوری می‌کند.

تهدیدهای فرهنگی معاصر علیه جایگاه مادری

^۱ طباطبایی، المیزان فی تفسیر القرآن، ج ۱۶، ص ۳۷۰

^۲ احزاب: ۳۵

^۳ طه: ۳۲

^۴ طباطبایی، المیزان فی تفسیر القرآن، ج ۱۶، ص ۱۵۱

^۵ فخر رازی، محمد بن عمر، مفاتیح الغیب، ج ۲۱، ص

فرهنگ مدرن با مفاهیمی چون فردگرایی افراطی، استقلال طلبی بدون مسئولیت، و تقلیل نقش‌های طبیعی، مادری را به حاشیه رانده است. در این نگاه، زن تا وقتی ارزش دارد که مولّد اقتصادی باشد، نه تربیتی.

در حالی که قرآن، تغذیه و آرامش روانی کودک را به روشنی در دامن مادر می‌بیند:

«وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ...»^۱

که به تعبیر علامه طباطبایی، «رضاع دو ساله» صرفاً زیستی نیست، بلکه بخشی از یک مسیر تربیتی فطری است.^۲

در آیه ۲۱ سوره روم، قرآن اساس زندگی خانوادگی را «مودت» و «رحمت» می‌داند که زن نقش اصلی در آن دارد. مادری که خود را در آیین ايمان بازمی‌شناسد، منشأ سکینه خانه است، نه مادری که از هویت الهی‌اش گسسته شده باشد.

آیه ۱۳ سوره حجرات نیز بیان می‌دارد:

«إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ...»^۳

که ملاک کرامت زن و مرد، نه کار بیرون یا ظاهر، بلکه تقواست؛ مادری آگاه و با تقوا، عالی‌ترین جایگاه انسانی را دارد.

نتیجه‌گیری

جایگاه مادر در نظام خلقت و ساختار خانواده، جایگاهی بی‌بدیل و بنیادین است؛ چه از منظر آیات وحی، و چه در پرتو مطالعات علمی و روان‌شناختی. آنچه از بررسی آیات قرآن کریم به دست آمد، نشان می‌دهد که نقش مادری تنها در حوزه‌های زیستی یا عاطفی خلاصه نمی‌شود، بلکه مسئولیتی جامع شامل هدایت‌گری، الگودهی، معنویت‌آفرینی و ایجاد آرامش روانی در خانواده را در بر می‌گیرد. این نگاه والا، در تضاد کامل با نگاه تقلیل‌گرایانه و ابزاری مکاتب مادی به زن و مادر است.

مطالعه تطبیقی میان آموزه‌های قرآن و یافته‌های علم روان‌شناسی نیز مؤید این حقیقت است که حضور مؤثر، آرام و باثبات مادر، عامل اصلی در رشد هیجانی، سلامت روان، امنیت دلبستگی و تعادل شخصیت کودک است. روان‌شناسی معاصر نیز بر همان اصولی تأکید دارد که قرآن هزار و چهارصد

^۱ سوره بقره، آیه ۲۳۳

^۲ طباطبایی، المیزان، ج ۲، ص ۳۳۹

^۳ همان، ج ۱۸، ص ۴۵۵

سال پیش در قالب مفاهیمی چون رحمت، سکینه، تربیت فطری، و هدایتِ مهرورزانه تبیین فرموده است.

در پایان، می‌توان گفت خانواده‌ای که در آن مادر با الگویی قرآنی زندگی کند - یعنی همدل، آرام، مهربان، هدایت‌گر، متوکل و معنوی باشد - بی‌تردید نه تنها بستری برای سلامت روان و تربیت نسل صالح خواهد بود، بلکه به عنوان سلول سالم جامعه اسلامی، نقش مؤثری در اعتلای اخلاقی امت ایفا خواهد کرد. ضروری است حوزه‌های علمیه، با بهره‌گیری از ظرفیت‌های عظیم معارف دینی و نیز علوم رفتاری، الگوهای ترکیبی و کاربردی تربیت مادران را توسعه داده و خانواده‌های معاصر را در مسیر بازگشت به فطرت و آرامش یاری دهند.

منابع:

*قرآن

*نهج البلاغه

۱. پوراحمد، رضا. (۱۳۹۵). روان‌شناسی خانواده در اسلام. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
۲. پورامینی، باقر. (۱۳۹۶). تربیت فطری کودک. قم: مؤسسه معارف وحی و خرد.
۳. تفسیر المیزان، طباطبایی، سید محمدحسین. قم: دفتر انتشارات اسلامی، ۱۴۰۲ق، ج ۱۳، ۱۴، ۱۶.
۴. تفسیر نمونه، مکارم شیرازی، ناصر. تهران: دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۸۰، ج ۲، ۶، ۱۲، ۱۳.
۵. تفسیر نور، قرائتی، محسن. قم: مرکز فرهنگی درس‌هایی از قرآن، ۱۴۰۰، ج ۱، ۶، ۷، ۱۰.
۶. جامع السعادات، نراقی، ملا مهدی. تهران: دارالکتب الاسلامیه، ج ۲.
۷. جوادی آملی، عبدالله. (۱۳۸۵). زن در آئینه جلال و جمال. قم: نشر اسراء.
۸. الحی، س. (۱۳۹۶). تأثیر سبک‌های تربیتی والدین بر رفتار زیست‌محیطی فرزندان. فصلنامه پژوهش‌های روان‌شناختی و تربیتی.
۹. سبحانی، شیخ محمد. (بی‌تا). نهج الفصاحه: مجموعه سخنان پیامبر اکرم (ص). قم: دارالحديث.
۱۰. فاطمی، محمد. (۱۳۹۷). تربیت رسانه‌ای در عصر اطلاعات و چالش‌های فراروی آن. مجله رسانه و فرهنگ.

۱۱. قرائتی، محسن. (۱۴۰۰). تفسیر نور. قم: مرکز فرهنگی درس‌هایی از قرآن، ج ۱، ۶، ۷، ۱۰.
۱۲. الکافی، کلینی، محمد بن یعقوب. تهران: دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۶۵، ج ۲ و ۶.
۱۳. کریمی، یحیی. (۱۳۹۸). روان‌شناسی خانواده. تهران: نشر روان.
۱۴. مجمع‌البیان فی تفسیر القرآن، طبرسی، فضل بن حسن. تهران: ناصر خسرو، ۱۳۷۲، ج ۷.
۱۵. مطهری، مرتضی. (۱۳۷۴). تعلیم و تربیت در اسلام. تهران: صدرا.
۱۶. مطهری، مرتضی. (۱۳۷۵). نظام حقوق زن در اسلام. تهران: صدرا.
۱۷. مکارم شیرازی، ناصر. (۱۳۸۰). تفسیر نمونه. تهران: دارالکتب الاسلامیه، ج ۲، ۶، ۱۲، ۱۳.
۱۸. مهرانی، ابراهیم. (۱۳۹۶). رسانه یا والدین دیگر: تربیت فرزند در عصر رسانه. تهران: سروش.
۱۹. نوری‌راد، فاطمه و شاه‌حسینی، وحیده. (۱۳۹۹). الزامات تربیت فرزند در عصر رسانه. تهران: مؤسسه بوستان کتاب.
۲۰. نهج‌البلاغه، نامه ۳۱، با ترجمه و شرح محمد دشتی. قم: مؤسسه تحقیقاتی امیرالمؤمنین، بی‌تا.