

تأثیر همدلی در افزایش تفاهم و همکاری میان اعضای خانواده

زهرا موسوی^۱

چکیده

خانواده همیشه و همه جا و در بین تمامی جوامع بشری به عنوان اساسی‌ترین نهاد اجتماعی زیربنای جوامع و منشاء فرهنگ‌ها، تمدن‌ها و تاریخ بشر بوده است. پرداختن به این بنای مقدس بنیادین و حمایت و هدایت آن به جایگاه واقعی و متعالی خود، همواره سبب اصلاح خانواده بزرگ انسانی و غفلت از آن موجب دور شدن بشر از حیات حقیقی و سقوط به ورطه هلاکت و ضلالت بوده است. انسان‌ها در زندگی خود، از دیگران تأثیر می‌پذیرند و بر آنها تأثیر می‌گذارند. در یک خانواده، از والدین گرفته تا فرزندان، در شکل‌گیری شخصیت و خلق و خوی یکدیگر مؤثر واقع می‌شوند. محیط اجتماعی جامعه، رسانه‌ها، مطبوعات و همه اعضا و عناصر حاضر در صحنه اجتماع که در ارتباط با فردند، در پرورش روحیه و شخصیت وی تأثیر دارند. این مقاله عوامل تحکیم خانواده را در نظام فرهنگ اسلامی با استفاده از منابع اسلام و آثار متفکران تربیتی را مورد بررسی، تحلیل و نقد قرار داده است. با تقویت این دو عنصر، اعضای خانواده می‌توانند روابط خود را بهبود بخشند، مشکلات را به‌طور مؤثرتر حل کنند و یکدیگر را در مسیر رشد و پیشرفت حمایت کنند. هدف اصلی این تحقیق، بررسی عمقی و علمی این موضوع است که چگونه همدلی بین اعضای خانواده منجر به افزایش تفاهم، همکاری و بهبود روابط خانوادگی می‌شود. این مطالعه با استفاده از روش کیفی و ابزار فیش برداری از اسناد و مدارک کتابخانه‌ای انجام شده است بر اساس یافته‌های این مطالعه می‌توان به این نتیجه رسید که همدلی به‌عنوان یک ابزار قدرتمند، تأثیر عمیقی بر افزایش تفاهم و همکاری میان اعضای خانواده دارد. این ویژگی نه تنها به تقویت ارتباطات عاطفی کمک می‌کند بلکه به کاهش تعارضات، تقویت مهارت‌های اجتماعی، ایجاد فضای امن و ترویج فرهنگ همکاری منجر می‌شود. با پرورش همدلی در خانواده، ما نه تنها روابط خانوادگی خود و تفاهم و همکاری را بهبود می‌بخشیم بلکه پایه‌گذار نسلی خواهیم بود که ارزش‌های انسانی را در زندگی روزمره خود گرامی خواهند داشت. بنابراین، ترویج همدلی باید به‌عنوان یک اولویت اساسی در تربیت فرزندان و تقویت روابط خانوادگی مورد توجه قرار گیرد.

واژگان کلیدی: همدلی، تفاهم، همکاری، روابط خانوادگی

^۱ طلبه مدرسه علمیه فاطمه محدثه (س) اصفهان.

۱- مقدمه

در دنیای امروز، خانواده به عنوان بنیادی‌ترین نهاد اجتماعی، نقش حیاتی در شکل‌گیری شخصیت و رفتار افراد ایفا می‌کند. در این راستا، همدلی به عنوان یکی از مهارت‌های کلیدی در ایجاد و تقویت روابط خانوادگی مطرح می‌شود. همدلی به معنای توانایی درک و احساس کردن وضعیت عاطفی دیگران است و می‌تواند تأثیر عمیقی بر افزایش تفاهم و همکاری میان اعضای خانواده داشته باشد. تحقیقات نشان داده‌اند که همدلی نه تنها به بهبود ارتباطات خانوادگی کمک می‌کند، بلکه موجب ایجاد فضایی امن و حمایتگر برای اعضای خانواده می‌شود. از منظر روانشناسی این مهارت باعث می‌شود که افراد بتوانند احساسات و نیازهای یکدیگر را بهتر درک کنند و از این طریق روابط خود را تقویت نمایند و به این ترتیب، تعاملات مثبت‌تری داشته باشند. این تعاملات مثبت نه تنها به کاهش تنش‌ها کمک می‌کند، بلکه باعث افزایش رضایت از زندگی خانوادگی نیز می‌شود. در واقع، هنگامی که اعضای خانواده با یکدیگر همدلانه رفتار کنند، احساس امنیت و اعتماد بیشتری در میان آن‌ها شکل می‌گیرد که خود عاملی برای تقویت همکاری‌های جمعی است.^۱

همدلی به عنوان یک مهارت ارتباطی باعث می‌شود که اعضای خانواده احساس کنند شنیده شده و ارزشمند هستند. این احساس می‌تواند منجر به ایجاد ارتباطات عمیق‌تر و پایدارتر گردد. به عنوان مثال، زمانی که والدین توانایی همدلی با فرزندان خود را دارند، این امر موجب می‌شود که فرزندان احساس کنند درک شده و حمایت می‌شوند، که خود به تقویت اعتماد به نفس آن‌ها کمک می‌کند. همدلی همچنین نقش مهمی در سلامت روان اعضای خانواده ایفا می‌کند. تحقیقات نشان داده‌اند که خانواده‌هایی که در آن‌ها همدلی وجود دارد، کمتر دچار مشکلات روانی مانند اضطراب و افسردگی می‌شوند. این امر ناشی از حمایت عاطفی و روانی‌ای است که اعضای خانواده از یکدیگر دریافت می‌کنند. وقتی افراد احساس کنند که دیگران در کنارشان هستند و آن‌ها را درک می‌کنند، توانایی مقابله با چالش‌های زندگی افزایش می‌یابد.^۲

با وجود اهمیت بالای همدلی، موانع متعددی نیز بر سر راه ایجاد آن وجود دارد. برخی از این موانع شامل عدم آگاهی از نیازهای عاطفی دیگران، مشغله‌های روزمره، و اختلافات شخصیتی هستند. همچنین، تجربه‌های منفی گذشته یا عدم آموزش مهارت‌های ارتباطی نیز می‌تواند مانع از ایجاد همدلی مؤثر شود. شناسایی این موانع و تلاش برای غلبه بر آن‌ها اولین گام در راستای تقویت همدلی در خانواده است. برای تقویت همدلی در خانواده، راهکارهایی وجود دارد که می‌تواند به اعضا کمک کند تا بهتر یکدیگر را درک کنند. از جمله این راهکارها می‌توان به برقراری جلسات گفتگو، تشویق به بیان احساسات

^۱ - باکویی، اصول مبانی همدلی در خانواده از دیده قرآن، ج ۱، ص ۴۰

^۲ - احمدوند، بررسی اثر بخشی آموزش همدلی در زنان متأهل، ص ۶۰

و نیازها، و استفاده از تکنیک‌های فعال گوش دادن اشاره کرد. همچنین، آموزش مهارت‌های اجتماعی و عاطفی به کودکان از سنین پایین می‌تواند تأثیر بسزایی در ایجاد فرهنگ همدلی در خانواده‌ها داشته باشد.^۱

در نهایت، همدلی به عنوان یک مهارت اساسی نه تنها به تقویت روابط خانوادگی کمک می‌کند بلکه زمینه‌ساز سلامت روانی و اجتماعی اعضای خانواده نیز هست. با توجه به چالش‌های زندگی مدرن، توجه به توسعه این مهارت ضروری است تا بتوانیم محیطی امن و محبت‌آمیز برای یکدیگر فراهم کنیم. بنابراین، شناسایی موانع و اجرای راهکارهای مؤثر برای تقویت همدلی باید بخشی جدایی‌ناپذیر از زندگی خانوادگی ما باشد.

این تحقیق می‌تواند به شناسایی راهکارهایی برای تقویت همدلی در خانواده‌ها کمک کرده و در نهایت به بهبود کیفیت زندگی خانوادگی و افزایش همکاری میان اعضا منجر شود. به این ترتیب در مطالعه پیش رو به بررسی و تحلیل نقش همدلی در تقویت روابط خانوادگی (تفاهم و همکاری) پرداخته شده است و به این پرسش پاسخ داده شده است که چه ارتباطی بین سطح همدلی اعضای خانواده و میزان تفاهم و همکاری میان آن‌ها وجود دارد؟

با توجه به اهمیت همدلی در روابط خانوادگی، پژوهش در این زمینه می‌تواند به شناسایی راهکارهای مؤثر برای افزایش تفاهم و همکاری میان اعضای خانواده کمک کند. این پژوهش‌ها نه تنها به تقویت روابط خانوادگی کمک می‌کنند بلکه می‌توانند تأثیرات مثبت بر روی سلامت روانی افراد نیز داشته باشند. از این رو، انجام چنین مطالعاتی نه تنها برای فهم بهتر دینامیک‌های خانوادگی ضروری است، بلکه می‌تواند به عنوان یک ابزار مؤثر برای ایجاد تغییرات مثبت در زندگی خانوادگی افراد عمل کند. توجه به جایگاه خانواده در جامعه به‌عنوان مهمترین سازمان رفع کننده

نیازهای اشخاص و اهمیت آن، مشکلات تعاملی در خانواده، یکی از مسائل بسیار بنیادی جامعه فراهم آوردن دانش دقیق و جامع درباره این است که نظم جامعه را تهدید میکند. ازاینرو، این تحقیق در پی پاسخ به در نتیجه، کنونی ایران ضرورت مییابد قبیل مشکلات در خانواده چگونه است؟

۲- مفاهیم کلیدی

۲-۱ همدلی

همدلی یک مفهوم کلیدی در روانشناسی است که به توانایی فرد برای درک احساسات، افکار و دیدگاه‌های دیگران، بدون اینکه خود آن احساسات را تجربه کند، اشاره دارد. همدلی فراتر از همدردی

^۱ باقری، مسأله تعامل اجتماعی در خانواده ایرانی، ج ۲، ص ۳۳

است؛ در همدردی فرد احساس تأسف یا دلسوزی نسبت به دیگری می‌کند، اما در همدلی فرد به طور فعال تلاش می‌کند تا دنیای ذهنی دیگری را درک کند. همدلی ابعاد مختلفی دارد که عبارتند از:

همدلی عاطفی: توانایی احساس کردن احساسات دیگران.

همدلی شناختی: توانایی درک افکار و دیدگاه‌های دیگران.

همدلی رفتاری: تمایل به کمک به دیگران و نشان دادن رفتارهای همدلانه معنای تفاهم بر وزن تفاعل بوده و مراد از آن این است که دو نفر یکدیگر را بفهمند و دریافت کنند. این بیانگر معنای تفاهم است. در تعریف تفاهم در خانواده نیز باید گفت که منظور از تفاهم، آن است که زن و شوهر و یا والدین و فرزندان، یکدیگر را درک کنند و مقصود همدیگر را دریابند و لازمه آن، کسب شناخت نسبت به یکدیگر است؛ زیرا آنان که همدیگر را نمیشناسند، امکان کمتری برای تفاهم دارند. پس باید تدابیری اتخاذ کرد که در وهله نخست زن و مرد همدیگر را بشناسند تا با هم تفاهم کنند و سپس، تفاهم بین فرزندان خانواده، با هم و با والدین تسری یابد. همدلی یا هم‌احساسی درک احساس و فهم تجربه حسی دیگران با توانایی دید از نگاه آن‌ها و قرارداد خود در جایگاه آن‌ها است.

دانشنامه روان‌شناسی اثبات‌گرا همدلی را «توانایی تشخیص یا تجربه غیرمستقیم (وضعیت هیجانی) یا حالت عاطفی موجودی دیگر»، یا «پاسخ عاطفی ناشی از درک یا فهم وضعیت یا شرایط عاطفی هیجانی دیگران» معنا کرده است. همدلی به عنوان یک کاتالیزور برای رفتار نوع دوستانه عمل می‌کند که باعث تقویت رفتار اجتماعی و کاهش رنج انسان می‌شود. همدلی را به معنای فهمیدن علاقه‌ها و نگرانی‌های دیگران نیز آورده‌اند، حسی عاطفی که به فرد کمک می‌کند خشونت‌آمیز رفتار نکند و در برخورد با دیگران اصول مهربانی را در نظر داشته باشد. همدلی نوعی درمان است، زیرا احساس دیدن و شنیدن در سطحی عمیق و عاطفی یک تجربه شفابخش است.

۲-۱-۱ تئوری‌های مرتبط با همدلی

(۱) تئوری ذهن

تئوری ذهن به عنوان یک مفهوم کلیدی در روانشناسی اجتماعی و شناختی، به توانایی افراد برای درک و پیش‌بینی افکار، احساسات و رفتارهای دیگران اشاره دارد. این تئوری نشان می‌دهد که افراد می‌توانند از دیدگاه دیگران به جهان نگاه کنند و این درک به آن‌ها کمک می‌کند تا روابط اجتماعی خود را بهبود بخشند. به عنوان مثال، فردی که دارای تئوری ذهن قوی‌تری است، می‌تواند بهتر بفهمد که چرا یک دوست ممکن است ناراحت یا خوشحال باشد و بر اساس این درک، واکنش مناسب‌تری نشان دهد. این توانایی نه تنها در روابط دوستانه بلکه در محیط‌های کاری و خانوادگی نیز اهمیت دارد، زیرا به افراد

اجازه می‌دهد تا درک عمیق‌تری از نیازها و احساسات دیگران داشته باشند و در نتیجه، همدلی بیشتری را در تعاملات خود ایجاد کنند.^۱

(۲) نظریه شناخت اجتماعی

نظریه شناخت اجتماعی بر روی فرایندهای شناختی که در درک دیگران نقش دارند، تمرکز دارد. این نظریه به بررسی چگونگی پردازش اطلاعات اجتماعی، از جمله چگونگی ادراک، تفکر و یادآوری اطلاعات مربوط به دیگران می‌پردازد. شناخت اجتماعی شامل عواملی مانند توجه، تفسیر و ارزیابی اطلاعات است که به افراد کمک می‌کند تا رفتارها و احساسات دیگران را تحلیل کنند. با بهبود این فرایندهای شناختی، افراد می‌توانند همدلی بیشتری را تجربه کنند، چرا که توانایی آن‌ها برای درک و تفسیر نشانه‌های عاطفی دیگران تقویت می‌شود. به عنوان مثال، فردی که مهارت‌های شناخت اجتماعی بالایی دارد، می‌تواند بهتر احساسات غیرکلامی مانند زبان بدن یا تغییرات در لحن صدا را شناسایی کند و بر اساس آن‌ها واکنش‌های همدلانه‌تری نشان دهد.^۲

(۳) نظریه روانکاوی

نظریه روانکاوی بر اهمیت نقش انتقال و مقابله در روابط بین فردی تأکید دارد. طبق این نظریه، تجربیات گذشته و روابط اولیه با والدین و دیگر افراد مهم زندگی، تأثیر زیادی بر شکل‌گیری توانایی همدلی در بزرگسالی دارند. انتقال احساسات و الگوهای رفتاری از یک رابطه به رابطه دیگر می‌تواند بر نحوه ارتباط افراد با یکدیگر تأثیر بگذارد. به عنوان مثال، فردی که در دوران کودکی تجربه‌های مثبت و حمایتی داشته است، احتمالاً در بزرگسالی نیز به راحتی می‌تواند همدلی را در روابط خود اعمال کند. از سوی دیگر، افرادی که با تجربیات منفی روبرو بوده‌اند، ممکن است در ابراز همدلی دچار چالش شوند. بنابراین، آگاهی از این الگوها و کار بر روی آن‌ها می‌تواند به تقویت همدلی کمک کند. در کل، همدلی یک مهارت اجتماعی مهم است که با تمرین و آگاهی می‌تواند تقویت شود. با توجه به تئوری‌های مرتبط با همدلی، می‌توان گفت که توسعه این مهارت نیازمند فهم عمیق‌تری از خود و دیگران است. از طریق تمرین‌های مختلف مانند گوش دادن فعال، تفکر درباره احساسات دیگران و تلاش برای قرار گرفتن در جایگاه آن‌ها، افراد می‌توانند توانایی همدلی خود را افزایش دهند. همچنین، آگاهی از تجربیات گذشته و تأثیر آن‌ها بر روابط کنونی نیز می‌تواند به تقویت این مهارت کمک کند. همدلی نه تنها به بهبود روابط شخصی کمک می‌کند بلکه می‌تواند به ایجاد جوّی مثبت و حمایتگر در محیط‌های اجتماعی و کاری منجر شود.^۳

^۱ رضاییان، عوامل ایجاد همدلی میان اعضای خانواده، ج ۲، ص ۷۰

^۲ همان

^۳ رسولی، فصلنامه علمی- پژوهشی زن و جامعه، ج ۴، ص ۵۰

روحیه همکاری در معصومین(ع): ائمه معصومین(ع) که دست پرورده مکتب وحی اند روحیه همکاری و تعاون را در حد اعلی دارا بودند و تا آنجا که از دست و زبانشان بر می آمد، هیچگاه دریغ نمی کردند.^۱ امام صادق(ع) در مورد پیامبر(ص) می فرماید: رسول خدا اینگونه بود که هیچ کس چیزی از او نمی خواست مگر اینکه به او عطا می فرمود. [۱۵] در اینجا به برخی از نمونه های آن اشاره می کنیم:

۸- تعاون در خانه:

اولین قدم همکاری، در محیط خانواده برداشته می شود. به همین دلیل معصومین(ع) با اعضای خانواده خود کمال همکاری را داشتند. روزی رسول اکرم(ص) وارد منزل امیرمؤمنان(ع) شد. او و حضرت زهرا(س) مشغول آسیاب کردن غله هستند، پرسید: کدام یک از شما خسته است؟ حضرت علی(ع) پاسخ داد: ای پیامبر! فاطمه خسته است. حضرت به او فرمود: دخترم! برخیز. او برخاست و پیامبر(ص) به جای او به آسیاب کردن پرداخت.

۳-۴ آثار همدلی و تعاون:

۱. قرب به خداوند:

یکی از ثمرات مهم تعاون و همکاری نزدیکی به خداوند و مردم است. همانطور که پیامبر اکرم(ص) می فرماید: بخشنده هم به خدا نزدیک می شود و هم به مردم.

۲. آقایی در دنیا:

امام علی(ع) می فرماید: سرور مردم در دنیا افراد بخشنده هستند و بخشندگی از ثمرات همدلی است.^۲

۳. زیاد شدن روزی:

امام صادق(ع) از پیامبر اکرم(ص) نقل می کند: اطعام طعام، برنده تر و فوری تر است از چاقو در کوهان شتر.

۴. محبوب ترین فرد نزد خداوند:

امام صادق(ع) از پیامبر(ص) نقل می کند: مردم عیال خدا هستند، محبوب ترین مردم نزد خدا کسی است که به خانواده خدا نفع برساند و خوشی وارد کند.

۵. ناراحتی شیطان:

امام صادق(ع) به اسحاق بن عمار می فرماید: هر چه می توانی به محبین من نیکی کن، پس هر چه مومن به مومن احسان کند صورت شیطان را خراش می دهد و قلب او را مجروح می سازد.

^۱ اشعری قمی، احمد بن محمد بن عیسی، النوادر، ص ۱۸،

^۲ سید رضی، محمد بن حسین، نهج البلاغه، محقق، صبحی صالح، ص ۴۳۸

۶. ورود به بهشت:

امام صادق (ع) می‌فرماید: وقتی برادر دینی حاجتی نزد مومن آورد، و چیزی پیش او نیست که به او بدهد ولی قلبا با او همدلی می‌کند، خداوند او را بخاطر همدلی او به بهشت می‌برد.

۷. رفع حوائج شخص در قیامت:

از امام صادق (ع) نقل شده که فرمودند: کسی که رفع گرفتاری از برادر مومن کند، خداوند روز قیامت ۱۰۰ هزار حاجت از او برطرف می‌کند که اولین آن بهشت است برای او و برای تمام خویشاوندان و آشنایان و برادرانش بعد از اینکه لیاقت دخول در بهشت را نداشتند

۸. رفع عذاب شدید:

از پیامبر اکرم (ص) نقل شده است که به پسر حاتم طائی در مورد پدرش فرمود: عذاب شدید بخاطر سخای شدید از او دفع شده است

۳- نتیجه‌گیری

همدلی به‌عنوان یک ویژگی کلیدی در روابط انسانی، نقشی اساسی در ایجاد و تقویت تفاهم و همکاری میان اعضای خانواده ایفا می‌کند. این مفهوم نه‌تنها به درک عمیق‌تر احساسات و نیازهای یکدیگر کمک می‌کند، بلکه به ایجاد فضایی امن و حمایتی برای ابراز خود و تبادل نظرات منجر می‌شود. همدلی به اعضای خانواده این امکان را می‌دهد که احساسات یکدیگر را درک کنند و نسبت به آن‌ها حساس باشند. این درک عاطفی باعث ایجاد پیوندهای عمیق‌تر و مستحکم‌تر بین اعضای خانواده می‌شود. وقتی افراد احساس کنند که دیگران به احساساتشان اهمیت می‌دهند، تمایل بیشتری به برقراری ارتباط و همکاری با یکدیگر خواهند داشت. این نوع ارتباطات عاطفی نه‌تنها باعث تقویت حس تعلق می‌شود، بلکه زمینه‌ساز تفاهم بیشتر نیز خواهد بود.

یکی از بزرگ‌ترین موانع همکاری در خانواده، تعارضات و سوءتفاهم‌هاست. همدلی می‌تواند به کاهش این موانع کمک کند. وقتی اعضای خانواده توانایی درک دیدگاه‌ها و احساسات یکدیگر را داشته باشند، احتمال بروز سوءتفاهم‌ها کاهش می‌یابد. این کاهش تعارضات به نوبه خود، فضایی مناسب برای همکاری و کار گروهی فراهم می‌آورد، زیرا افراد بیشتر تمایل دارند تا با یکدیگر هماهنگ شوند و برای حل مشکلات مشترک تلاش کنند. همدلی نه‌تنها به ایجاد تفاهم کمک می‌کند، بلکه مهارت‌های اجتماعی اعضای خانواده را نیز تقویت می‌کند. با تمرین همدلی، افراد یاد می‌گیرند که چگونه به دیگران گوش دهند، احساسات آن‌ها را درک کنند و واکنش‌های مناسب نشان دهند. این مهارت‌ها نه‌تنها در محیط خانواده بلکه در تعاملات اجتماعی خارج از خانه نیز مفید واقع می‌شوند. هر چه اعضای خانواده توانایی بیشتری در برقراری ارتباط مؤثر داشته باشند، احتمال همکاری و هماهنگی میان آن‌ها افزایش می‌یابد. همدلی موجب ایجاد فضایی امن و حمایتی در خانواده می‌شود که در آن هر فرد می‌تواند آزادانه احساسات و نظرات خود را بیان کند. این فضا باعث می‌شود که اعضای خانواده احساس کنند که مورد پذیرش هستند و حمایت لازم را دریافت می‌کنند. چنین فضایی به آن‌ها این امکان را می‌دهد که با یکدیگر همکاری کنند و در مواجهه با چالش‌ها و مشکلات، احساس تنهایی نکنند. این نوع حمایت متقابل موجب افزایش روحیه همکاری و تعامل مثبت میان اعضای خانواده خواهد شد. در خانواده‌هایی که همدلی به‌عنوان یک ارزش اساسی شناخته می‌شود، فرهنگ همکاری تقویت می‌شود. اعضای خانواده یاد می‌گیرند که با یکدیگر کار کنند، نقاط قوت و ضعف یکدیگر را بشناسند و از آن‌ها بهره‌برداری کنند. این فرهنگ نه‌تنها به بهبود روابط خانوادگی کمک می‌کند بلکه نسل‌های آینده را نیز تحت تأثیر قرار داده و آن‌ها را به سمت پذیرش ارزش‌های انسانی مانند همدلی و همکاری سوق می‌دهد. همدلی همچنین باعث رشد فردی و جمعی اعضای خانواده می‌شود. وقتی افراد در یک محیط همدلانه قرار دارند، بیشتر تمایل دارند تا خود را ابراز کنند، نقاط قوت خود را شناسایی کنند و از تجربیات یکدیگر

بیاموزند. این نوع رشد نه تنها به نفع فرد است بلکه به نفع کل خانواده نیز خواهد بود. با تقویت همدلی، افراد قادر خواهند بود تا مهارت‌های جدیدی کسب کرده و روابط خود را با دیگران نیز بهبود بخشند. در مجموع، همدلی به عنوان یک ابزار قدرتمند، تأثیر عمیقی بر افزایش تفاهم و همکاری میان اعضای خانواده دارد. این ویژگی نه تنها به تقویت ارتباطات عاطفی کمک می‌کند بلکه به کاهش تعارضات، تقویت مهارت‌های اجتماعی، ایجاد فضای امن و ترویج فرهنگ همکاری منجر می‌شود. با پرورش همدلی در خانواده، ما نه تنها روابط خانوادگی خود را بهبود می‌بخشیم بلکه پایه‌گذار نسلی خواهیم بود که ارزش‌های انسانی را در زندگی روزمره خود گرامی خواهند داشت. بنابراین، ترویج همدلی باید به عنوان یک اولویت اساسی در تربیت فرزندان و تقویت روابط خانوادگی مورد توجه قرار گیرد. تحقیق در این زمینه می‌تواند به درک عمیق‌تری از روابط خانوادگی و ارائه راهکارهای عملی برای تقویت آن‌ها کمک کند.

منابع و مآخذ

*قران کریم

۱. اشعری قمی، احمد بن محمد بن عیسی، النوادر، ص ۱۸، قم، مدرسه الإمام المهدی عج، چاپ اول، ۱۴۰۸ ق.
۲. آقاجانی، نصرالله. مطالعات زنان زن، اجتماع و خانواده، تهران موسسه الوند، چاپ دوم، (۱۳۸۱).
۳. احمدوند، الهام. مجله پیشرفته‌های نوین در علوم رفتاری، تهران، موسسه شرق، چاپ اول (۱۳۹۷).
۴. باقری، مهدیه؛ صدیق، غلامرضا. مساله تعامل اجتماعی در خانواده، چاپ نهم، تهران، موسسه اسلام (۱۳۹۹).
۵. خدابخش، محمدرضا؛ کیانی، فریبا. فصلنامه مشاوره و روان درمانی خانواده، تهران، چاپ چهارم، موسسه نور، (۱۳۹۳).

- ۶.خلیلی، زینب؛ باکویی، مهدی. اصول و مبانی همدلی در خانواده از دیدگاه قرآن، چاپ دوم، تهران، موسسه قرآن نور، (۱۳۹۸).
- ۷.جمعه پور، محمد؛ محمودی پور، مائده. آسیب شناسی، مشاوره و غنی سازی خانواده، چاپ اول، تهران، موسسه ندای شرق، (۱۳۹۷).
- ۸.رسولی، آراس، فصلنامه علمی - پژوهشی زن و جامعه، چاپ اول، تهران، موسسه اندیشه، (۱۳۹۵). رضاییان، زهرا. عوامل ایجاد همدلی میان اعضای خانواده، چاپ اول، موسسه ندای شرق، (۱۴۰۳). زارعان، منصوره. فصلنامه شورای فرهنگی اجتماعی زنان و خانواده، چاپ دوم، موسسه تدبیرساز، (۱۳۹۲).
- ۹.سفیری، خدیجه؛ کمالی، افسانه. مجله مطالعات اجتماعی ایران، چاپ اول، تهران، موسسه انتشاراتی اشراق، (۱۳۹۹).
- ۱۰.ساعی، منصور. فصلنامه علمی مطالعات فرهنگ ارتباطات، چاپ دوم، تهران، موسسه علمی - پژوهشی سفیر، (۱۴۰۱).
- ۱۱.سید رضی، محمد بن حسین، نهج البلاغه، محقق، صبحی صالح، ص ۴۳۸، قم، هجرت، چاپ اول، ۱۴۱۴ق
- ۱۲.شیخ طوسی، محمد بن حسن، الامالی، ص ۵۲۲، قم، دار الثقافة، چاپ اول، ۱۴۱۴ق.
- ۱۳.ظهورپرونده، وجیهه؛ یعقوبی حسین، فصلنامه پژوهش در سلامت روانشناختی، چاپ دوم، تهران، موسسه پژوهش برتر، (۱۴۰۱).
- ۱۴.مختارنژاد، سارا؛ زینالی، علی. نقش همدلی عاطفی، ارتباط خانوادگی و مهارتهای ارتباطی والدین، چاپ سوم، تهران، موسسه استاد پژوهش، (۱۴۰۰)