

اهمیت آراستگی زوجین به فضایل اخلاقی در تحکیم خانواده

فاطمه عجم^۱

چکیده

موضوع این مقاله تحکیم خانواده می باشد و منظور از آن مجموعه اقداماتی است که برای حفظ و تقویت خانواده انجام می شود. در این مطالعه تأکید بر نقش فضائل اخلاقی به عنوان یکی از آراستگی های زوجین در تحکیم بنیان خانواده است. هدف این مطالعه، تبیین اهمیت آراستگی زوجین به فضایل اخلاقی و نقش آن در تحکیم بنیان خانواده می باشد. روش تحقیق در این مطالعه از نوع اسنادی (کتابخانه ای) می باشد که در آن با استفاده از تکنیک فیش برداری مطالب و مباحث مورد نیاز تهیه و تدوین می شود. نتایج تحقیق نشان داد که آراستگی زوجین به فضائل اخلاقی بسیار اهمیت داشته و در استحکام خانواده بسیار کمک می کند و زوجینی که دارای فضائل اخلاقی مذکور در این مقاله باشند، در کنار همسر و فرزندان خود در یک محیطی آرام و پر از صمیمیت و عشق زندگی می کنند و به عالی ترین درجات و جایگاه ها می رسند.

واژگان کلیدی: تحکیم خانواده، زوجین، فضائل اخلاقی

مقدمه

خانواده به عنوان کوچکترین نهاد اجتماع با امر ازدواج آغاز می شود. قرآن کریم با تعبیر زیبایی، ازدواج را آیه ای از آیات خداوند دانسته است و درباره آن می فرماید: «از آیات خداوند این است که برای شما از جنس خودتان همسرانی آفرید که در کنار آنها آرامش یابید و میان شما دوستی و رحمت قرار داد» (روم ۱). اسلام به عنوان یک مکتب انسان ساز، بیشترین عنایت را به تکریم، تنزیه و تعالی خانواده دارد و خانواده را کانون تربیت و مودت و رحمت می داند و سعادت و شقاوت جامعه انسانی را وابسته به صلاح و فساد این

۱. طلبه سطح ۲ حوزه علمیه الزهرا (س) مینودشت

نهاد مقدس می‌داند و هدف از تشکیل خانواده را تأمین نیازهای مادی، عاطفی و معنوی انسان از جمله دستیابی به سکون و آرامش برمی‌شمارد.

مروری بر پیشینه موضوع نشان می‌دهد که آثار قابل توجهی در باره تحکیم بنیان خانواده منتشر شده است که از جمله آنها می‌توان به موارد ذیل اشاره نمود:

۱- عمارلو (۱۴۰۱) در مقاله با عنوان «نقش روزی حلال در تحکیم نهاد خانواده با محوریت اصل عفاف»، می‌گوید عفت یکی از فضایل اخلاقی است که در آموزه های دینی از جایگاهی والا برخوردار بوده و به آن سفارش فراوان شده است و در تحکیم خانواده نقش بسزایی دارد و به نقش روزی حلال در استحکام خانواده با محوریت اصل عفاف با تکیه بر آیات و روایات و سخنان علمای اخلاق پرداخته است.

۲- بانکی پور فرد و همکاران (۱۳۹۶) در مقاله با عنوان «عوامل تعالی بخش مؤثر در تحکیم بنیان خانواده در آرای مفسران و اندیشمندان معاصر مسلمان»، آرای ۱۱ تن از مفسران و اندیشمندان معاصر مسلمان را که در کتابها و تفاسیر ایشان جمع آوری شده است به صورت شناسه‌گذاری و در قالب شبکه مضمون تنظیم و نسبت به مقایسه آرای ایشان با یکدیگر در قالب نمودار اقدام کرد.

۳- حسن زاده (۱۳۹۳) در مقاله با عنوان «عوامل تحکیم خانواده در فرهنگ اسلامی»، درباره ی تأثیر اخلاق، اهمیت تحکیم خانواده، تشخیص جایگاه زن و مرد و تأثیر آن در تحکیم خانواده، مدیریت در خانه و عوامل تحکیم خانواده در اسلام بحث می‌کند.

۴- حسین آبادی و همکاران (۱۳۹۸) در مقاله با عنوان «نقش گذشت در تحکیم بنیان خانواده از دیدگاه اسلامی»، به موضوع آراستگی اعضای خانواده به گذشت و ایثار و نقش آن در تحکیم بنیان خانواده از دیدگاه اسلامی مورد بررسی قرار داده است.

۵- محسن قرائتی (۱۴۰۱) در کتاب «سیمای خانواده در قرآن و روایات»، می‌نویسد خانواده در اسلام جایگاه رفیعی داشته و قرآن و روایات دستورات زیادی را برای تشکیل و تحکیم خانواده آورده است ، همچنین می‌نویسد خانواده، خشت اول بنیان جامعه بوده و جامعه سالم، ریشه در خانواده های سالم و صالح دارد و تزلزل و استحکام هر جامعه، می‌تواند ریشه در تزلزل یا استحکام خانواده داشته باشد.

خانواده همیشه 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 می‌شود. خانواده گروهی است متشکل از افرادی که از طریق نسب یا سبب و رضاع بایکدیگر مرتبط هستند و فرهنگ مشترکی پدید آورده‌اند و در واحد خاصی به نام خانواده زندگی می‌کنند. با یک نگاه متوجه می‌شویم که عناصر اصلی تشکیل دهنده خانواده، یک زن و یک مرد است که مطابق آداب و رسوم اجتماعی خویش با یکدیگر پیوند زناشویی بسته و بعد فرزند یا فرزندان بر جمع آنها اضافه شده است. لکن در باره اهمیت و نقش فضائل اخلاقی زوجین در تحکیم بنیان خانواده آثار اندکی وجود دارد. از این رو پژوهش حاضر اختصاصاً به نقش و تأثیر آراستگی زوجین به فضائل اخلاقی در تقویت و حمایت از بنیان خانواده می‌پردازد. با عنایت به مطالب پیش گفته، و نقش و

اهمیتی که فضائل اخلاقی در استحکام بنای خانواده دارد، سوال اصلی این پژوهش این است که: عوامل و عناصر مؤثر بر تحکیم بنیان خانواده کدامند و آراستگی زوجین به کدام دسته از فضائل اخلاقی موجب تقویت و تحکیم بنیان خانواده می شود؟

یافته ها و نتایج

قبل از شناسایی عوامل تحکیم خانواده باید بدانیم چرا تحکیم خانواده امروزه بسیار مهم است؟

اهمیت پرداختن به موضوع تحکیم خانواده ریشه در اهمیت نهاد مقدس خانواده دارد. «خانواده جایگاه ممتازی در آیات قرآن کریم دارد. کلمه «زوج» و مشتقات آن، هشتاد بار و کلمه «نکاح» بیست و سه بار در قرآن آمده که جمع این دو، صد و سه بار می شود. همچنین، غیر از کلمه «زوج» و «نکاح»، کلماتی مربوط به خانواده و مسائل خانوادگی نیز، در این کتاب شریف آمده است؛ و شاید بتوان گفت که حدود دویست بار در این کتاب آسمانی، به مسأله «ازدواج» و «خانواده» اشاره شده که پیام این تکرار و تأکید، اهمیت «خانواده» است.^۲ خانواده مهم ترین نهاد اجتماعی است که سنگ بنای جامعه بزرگ انسانی می باشد و قدرتمندترین و اثرگذارترین کانون اجتماعی محسوب می شود که در رشد تک تک افراد جامعه نقش بسیار مهمی را ایفا می کند. بدون شک سلامت جامعه وابسته به سلامت خانواده می باشد و نهاد خانواده در جامعه آنقدر مهم است که هیچ نهاد دیگری نتوانسته است جای آن را بگیرد و سعادت و شقاوت هر جامعه ای بستگی به رشادت و ضلالت خانواده های آن جامعه دارد. یکی از شرایط بسیار مهم داشتن جامعه سالم و پویا سلامت و پایداری خانواده می باشد و تمام دستاوردهای علمی هنری و فرهنگی بشر در سایه خانواده سالم است. بدون خانواده هویت انسانی بشر رو به نابودی رفته و تمام تلاش های فردی و اجتماعی او بی ثمر می شود. در نتیجه ملت هایی که در حال فروپاشی نهاد مقدس خانواده هستند در صدد حفظ این نهاد، بسیار تلاش کرده و خانواده هایی را جایگزین آن نموده اند مثل خانواده تک نفره و همجنس باز. از نظر جامعه شناسی سه کارکرد اصلی خانواده عبارتند از: ۱) مسائل جنسی (این مسئله باید در خانواده حل شود). ۲) خانواده یک واحد اقتصادی است. ۳) رشد و تربیت کودکان که از مهم ترین وظایف خانواده می باشد. خانواده با ازدواج زن و مرد شکل می گیرد. «پیوند زناشویی، امری غریزی و از نیازهای اولیه و اساسی انسان است و نیازی به آموزش و محرک خاص ندارد؛ اما تداوم این پیوند و داشتن روابطی صحیح که به پایداری خانواده منجر می شود، نیازمند آموزش و عنایتی ویژه از سوی متولیان و دلسوزان جامعه است. قرآن کریم، به عنوان برترین نسخه ی زندگی و عالی ترین راهنمای بشر برای دستیابی به حیات طیبه، بخش عظیمی از آیات را به تنظیم و تعدیل روابط اعضای خانواده، حقوق و وظایف همسران و فرزندان اختصاص داده است. رجوع به این آیات الهی، می تواند انسان را جهت دستیابی به عالی ترین راهکارها در تحکیم خانواده هدایت کند. اهداف خانواده و اقتضای تأسیس آن ایجاب می کند که بانیان آن یعنی زن و شوهر، در تحکیم و پایداری این بنا، نهایت سعی خود را بکنند و با همان انگیزه که بر تشکیل آن اقدام کردند، بر دوام آن اصرار ورزند تا وحدت و پویایی این نهاد مقدس تا پایان حفظ شود.»^۳ سفارشات حقوقی و تأکیدات اخلاقی قرآن و روایات ائمه بیشتر از هر چیزی درباره خانواده می باشد. و می دانیم که خانواده از سه جهت مورد مطالعه قرار می گیرد و آنها عبارتند از: تشکیل، تحکیم و تعالی خانواده که در این مطالعه به طور اختصاصی به تحکیم خانواده می پردازیم؛ البته عوامل و عناصر بسیاری در تحکیم بنیان خانواده مؤثرند و به مهم ترین فضائل اخلاقی پرداخته می شود که آراستگی اعضای خانواده به آنها موجبات تقویت بنیان خانواده را فراهم می نماید.

۲. محسن قرائتی (۱۴۰۱)، سیمای خانواده در قرآن و روایات، ص ۳۶

۳. زینب صدیقیان و فرزانه دهقان (۱۳۹۴)، تحکیم خانواده در آموزه های قرآنی، ص ۱

(۱) ایثار و فداکاری

انسان‌ها دارای روحیات و رفتارهای متفاوتی هستند، طبیعتاً در تعامل با یکدیگر دارای اختلاف نظر می‌شوند و می‌دانیم که نهاد مقدس خانواده متشکل از یک زن و یک مرد می‌باشد که رابطه‌ی آنها یک رابطه عاطفی و نوعی از خود گذشتگی است. زن و مرد طوری آفریده شده‌اند که علاوه بر تفاوت‌های جسمی و فیزیولوژی، دارای تفاوت‌های روحی و عاطفی می‌باشند و مسلماً در زندگی مشترک به اختلاف نظر برخورد می‌کنند که می‌توان این اختلاف نظر را با داشتن روحیه ایثار و فداکاری زوجین از بین برد و فضای خانواده را پر از مهر و محبت کرد. «با نظر گرفتن این نکته که مهمترین دستاورد گذشت در زندگی، افزایش محبت و مهر در میان زوجین، صمیمت و صداقت است و نظر به اینکه منش و رفتارهای مرد به عنوان محکم‌ترین عنصر بنیان خانواده، بذری است که در دل خانواده کاشته می‌شود و به تدریج در اعمال و رفتار دیگر اعضای خانواده از جمله همسر و فرزندان تأثیر مستقیم می‌گذارد، لازم است مرد بینشی صحیح در زمینه رفتارهایش داشته باشد و همه رفتارهای او حکیمانه و همراه با عفو و گذشت باشد. گذشت در کنار قدرت که از ویژگی‌های ذاتی مردان است موجب می‌شود تا وی در مسیر ارزش‌های والا گام بردارد.»^۴ و با توجه به اینکه نقش زن به عنوان همسر و مادر که مظهر مهر و محبت و... است بسیار در تحکیم خانواده مؤثر می‌باشد؛ چون زنان به طور طبیعی روحیه لطیفی داشته و بیشتر از مردان دارای روحیه گذشت هستند. همچنین خداوند در آیه ۳۴ سوره فصلت می‌فرماید: «و هرگز نیکی و بدی در جهان یکسان نیست، همیشه بدی (خلق) را به بهترین شیوه (که خیر و نیکی است پاداش ده و) دور کن تا همان کس که گویی با تو بر سر دشمنی است دوست و خویش تو گردد.»^۵

(۲) صداقت و راستگویی

صداقت در زوجین با کمک تأمین امنیت عاطفی، تقویت اعتماد به نفس، کاهش تنش‌ها و تقویت روابط باعث استحکام خانواده می‌شود. در صورتی که زوجین دارای این فضیلت اخلاقی باشند و رفتارهای ابهام‌آمیزی با یکدیگر نداشته باشند تنش‌های بی‌اساس در خانواده به وجود نمی‌آید و محیط خانواده امن می‌باشد که این امر باعث می‌شود فرزندان در چنین محیطی بهتر رشد کنند. «در طرف مقابل، عدم صداقت و دروغ‌گویی از عوامل تخریب خانه و خانواده است. عدم صداقت، و دروغ‌گویی، ابتدا روح و شخصیت خود فرد را تخریب می‌سازد، سپس به خانواده و جامعه او زیان وارد می‌نماید. کذب و دروغ مخرب و ویرانگر استحکام خانواده است. روایات زیادی در قبح و زشتی کذب و عدم صداقت نقل شده است. امام باقر(ع) می‌فرمایند: «پدرم امام سجاد می‌فرمود: «از دروغ کوچک و بزرگش، بپرهیز؛ زیرا وقتی انسان در امور کوچک دروغ بگوید، بر دروغ بزرگ هم جرأت پیدا می‌کند. آیا نمی‌دانید که پیامبر(ص) می‌فرمود: اگر انسان همیشه اهل صدق و درستی باشد، خداوند می‌نویسد او صدیق است و اگر انسان اهل کذب و دروغ باشد، خدا می‌نویسد، او کذاب است.»^۶

(۳) عفت

۴. سید حسن خلیلی حسین آبادی و همکاران، (۱۳۹۸)، نقش گذشت در تحکیم بنیان خانواده از دیدگاه اسلام، ص ۸.
۵. فصلت: ۳۴: «وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ۚ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ»
۶. صالح حسن زاده (۱۳۹۳)، عوامل تحکیم خانواده در فرهنگ اسلامی، ص ۱۷

عفت به معنی پاکدامنی و «از دیدگاه اسلام، عفت به معنای احتراز از محرّمات، به‌ویژه از شهوات حرام است. گویند عفت آن است که قوت شهوت مطیع نفس ناطقه باشد تا تصرف او به اقتضای رأی او بُود و اثر خیریت در او ظاهر شود و از تعبد هوای نفس و استخدام لذات فارغ.»^۷ این فضیلت «یکی از فضایل اخلاقی در عرصه استحکام بنیان خانواده و امنیت اخلاقی مسئله حجاب و پوشش و عفاف است. مهمترین شاخصه عفت و عفاف از منظر اسلام و نقش عفاف و حجاب در استحکام پیوند خانوادگی است. حیا و شرم، همان صفت درونی در انسان و برگرفته و متناسب با عزت و شرافت اوست که در برابر اموری که به سبب پستی، زشتی، حقارت و نقص، با حرمت و عزت او یا طرف مقابل منافات دارد، در نفس حالت گرفتگی، جمع شدن و عقب نشینی ایجاد می‌کند. این حالت گرفتگی، معمولاً همراه با خجالت است و این ویژگی، طبق سخن حضرت امیر مرمّنان (ع) «برای همه ارزشمند و برای زن، زیباتر است.» سرچشمه ی عفت، حیاست و به تناسب و اندازه ی حیا، عفت هم خواهد آمد.»^۸

۴) مشورت کردن زوجین

«مشورت از ماده "شور" است که در لغت به معنای برداشتن و استخراج عسل از کندوی زنبور عسل است و در تعریف اصطلاحی کلمه "تشاور"، "مشاورت" و "مشورت" به معنای استخراج رای صحیح است، اینکه آدمی در مواقعی که خودش درباره کاری رای صحیح ندارد، به دیگران مراجعه و از عقل و تجارب آنان استفاده نماید.»^۹ وجود روحیه مشورت در خانواده یکی از عواملی که سبب تفاهم و همکاری اعضای خانواده شده، که علاوه بر استحکام خانواده، باعث گفته شدن تمام نگرانی‌ها و تجربیات در اعضای خانواده می‌شود، و همچنین به صمیمی تر شدن اعضای خانواده کمک می‌کند و بهترین محافظ در برابر موانع و مشکلات می‌باشد. که در این مورد امام علی (ع) می‌فرمایند: «هیچ پشتیبانی چون مشورت نیست.»^{۱۰} تاریخ نشان می‌دهد که مستحکم ترین خانواده، خانواده ایی است که برخوردار از فضیلت مشورت باشد. یکی از بهترین نمونه ها خانواده مستحکم امام علی (ع) و حضرت زهرا (س) می‌باشد.

۵) دوری از سخت گیری

دوری از سخت گیری یکی از عوامل استحکام خانواده می‌باشد. سخت گیر نبودن اعضای خانواده باعث می‌شود که محیط خانه، یک محیط بسیار آرام باشد که تمام اعضای خانواده احساس خوشبختی داشته باشند و همچنین باعث رشد و تعالی بیشتر اعضای خانواده می‌شود. یکی از نتایج مثبت دوری از سخت گیری احترام گذاشتن به دیگران می‌باشد. این فضیلت به ایجاد تعادل و همکاری و تقویت رابطه بین اعضای خانواده کمک می‌کند.

۶) تواضع

۷. سایت <https://fa.wikipedia.org/wiki>

۸. محمد جواد حسن زاده (۱۴۰۰)، نقش زن در تحکیم بنیان خانواده، ص ۱۲

۹. سایت <https://fa.wikifeqh.ir/>

۱۰. صالح حسن زاده (۱۳۹۳)، عوامل تحکیم خانواده در فرهنگ اسلامی، ص ۱۲

(۱۳) تشخیص درست جایگاه خود

تشخیص جایگاه زوجین در تحکیم خانواده از دیدگاه‌های مختلف فرهنگی و دینی بسیار مهم است. طبق این بخش از آیه ۱۹۵ سوره آل عمران خداوند می‌فرماید: «جنس مرد برتر از زن نیست»^{۲۷}. پس زن و مرد در تمام آنچه که دین مبین اسلام آن را حق می‌داند، برابرند و هر کدام دارای نقش‌های متعددی می‌باشند به طور مثال نقش مرد شامل تأمین نیازهای مالی، علمی، فرهنگی، و همچنین ارائه هدایت و حمایت معنوی برای خانواده است و نقش زن علاوه بر همسری و مادری شامل مدیریت داخلی خانه، تربیت فرزندان، و پشتیبانی از همسر در تصمیم‌گیری‌های خانوادگی است و اما در مسئله افزایش بقاء هر کدام از زوجین با توجه به فیزیولوژی بدن خود، نقش مهمی را ایفا می‌کنند و هیچ یک بر دیگری برتری ندارند.

(۱۴) عشق و محبت زوجین

«عشق و محبت خصوصاً در بین دو عنصر حیاتی هستند که در استحکام خانواده نقش مهمی ایفا می‌کنند. برای اینکه اعضای خانواده از محبت شما سیراب شوند، لازم است ابراز محبت کنید و محبت خودتان را از آنها دریغ نکنید. اگر آنها محبت شما را نبینند و درک نکنند، برای رفع نیازهای خود به کارهای دیگری پناه خواهند برد. بدون تردید غالب کشمکش‌های خانوادگی، سردی‌ها، بی‌اعتنایی‌ها، بی‌رغبتی‌ها، خانه‌گریزی‌ها، ستیزها، جدایی‌ها و طلاق‌های بین زن و شوهرها به دلیل فقدان آرامش روانی در کانون خانواده و عدم تأمین نیازهای عاطفی و روانی به وجود می‌آید. شما با بیان کردن دوست داشتن خود نسبت به همسر و فرزندان یک امنیت روانی برای آنها ایجاد می‌کنید که از بودن در کنار شما احساس لذت می‌کنند. پس ابراز علاقه خود را از همسر و فرزندان دریغ نکنید»^{۲۸}. «امام صادق (علیه‌السلام) می‌فرماید: زن در روابط میان خود و شوهر همدلش، از سه خصلت بی‌نیاز نیست که یکی از آنها اظهار عشق به شوهر با دلربایی می‌باشد»^{۲۹} در حدیثی پیامبر اکرم (ص) یکی از راه‌های عملی که باعث افزایش عشق و محبت در بین زوجین می‌شود را اینگونه بیان می‌کنند: «نشستن مرد نزد همسرش نزد خداوند متعال، از اعتکاف او در این مسجد من، دوست داشتنی‌تر است» مردان اگر بعضی اوقات در کنار همسران خود بنشینند و بدون دغدغه‌های موجود در زندگی مثل دغدغه اقتصادی و معیشتی به سخنان همسر خود بدون قضاوت و جدل گوش دهند و اگر مشکلی داشتن به آنها راهکار بدهند، باعث انس بیشتر زن نسبت به خود می‌شوند. همچنین با توجه به قسمتی از آیه ۹۵ سوره فتح خداوند به پیامبر (ص) می‌فرماید: «که با خودی‌ها با مهربانی و محبت رفتار کن»^{۳۰} به سخن دیگر میتوان گفت: «حسن عاطفی یکی از مهم‌ترین کارکردهای خانواده است. بی‌تردید اگر کارکرد های خانواده تضعیف شود، روابط افراد خانواده کاهش یافته و خانواده تحکیم خود را از دست می‌دهد»^{۳۱}.

(۱۵) برنامه ریزی

۲۷. مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنْتَى بَعْضُكُمْ مِنْ بَعْضٍ .

۲۸. سایت <https://rasekhoon.net/lifestyle/show>

۲۹. سایت <https://www.mehrnews.com/news>

۳۰. «مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللَّهِ ۚ وَالَّذِينَ مَعَهُ أَشِدَّاءُ عَلَى الْكُفَّارِ رُحَمَاءُ بَيْنَهُمْ ؛ محمد (ص) فرستاده خداست و یاران و

همراهانش بر کافران بسیار قوی‌دل و سخت و با یکدیگر بسیار مشفق و مهربانند.»

۳۱. محدثی و یوسفی اصل (۱۳۸۹)، راهکار های تحکیم بنیان خانواده، ص ۶

« برنامه‌ریزی، فرایند تفکر در رابطه با فعالیت‌های لازم برای رسیدن به هدف مطلوب است. برنامه‌ریزی اولین و مهم‌ترین فعالیت لازم برای دستیابی به نتایج مطلوب است. بسته به فعالیت‌ها، هر برنامه می‌تواند که بلندمدت، میان‌مدت یا کوتاه‌مدت باشد. برای مدیرانی که در جستجوی حمایت‌های بیرونی هستند، برنامه‌ریزی، مهم‌ترین و کلیدی‌ترین و آسان‌ترین سند برای رشد است. برنامه‌ریزی می‌تواند، نقش مهمی در کمک به جلوگیری از اشتباهات یا تشخیص فرصت‌های پنهان، بازی کند. برنامه‌ریزی به پیش‌بینی آینده و ساختن آینده تا حدودی قابل تصور کمک می‌کند. آن پلی است بین آنجایی که هستیم و آنجایی که می‌خواهیم برویم. برنامه‌ریزی به آینده می‌نگرد.»^{۳۲} از نظر روانشناسی برنامه‌ریزی یکی از عوامل مؤثر در استحکام خانواده می‌باشد. «به طور کلی روانشناس برنامه‌ریزی‌های شخصی و گروهی را به اعضای خانواده آموزش می‌دهد و به آنها کمک می‌کند تا زندگی را با برنامه پیش ببرند»^{۳۳}

۱۶) برگزاری جلسات خانوادگی

یکی از عوامل مؤثر در تحکیم خانواده از نظر روانشناسی برگزاری جلسات خانوادگی می‌باشد. «اغلب والدین فکر می‌کنند که منظور از جلسات خانوادگی؛ مراسم خشک و رسمی است. اما یک جلسه خانوادگی به منظور جمع صمیمانه و صحبت‌های روزمره است. این جلسات زمان خوبی برای بیان نارضاایتی‌ها و رضایت اعضا است. در واقع می‌توان با نقد و انتقادهایی که از اعضا دریافت می‌کنید؛ به اصلاح خود پردازید.»^{۳۴}

۱۷) زمان استراحت داشته باشید

«در حالی که زمان خانواده بخش مهمی از زندگی روزمره و یکی از پرننگ‌ترین راهکارهای تحکیم خانواده است، همه‌ی افراد به زمان استراحت نیز، نیاز دارند. نه تنها باید فرزندان را تشویق کنید که مدتی را آرام و تنهایی برای شارژ کردن بگذرانند، بلکه باید زمانی را هم برای خودتان اختصاص دهید. فرزند پروری مسئولیت بزرگی است که می‌تواند شما را فرسوده کند؛ در نتیجه هرگز از استراحت احساس بدی نداشته باشید. بنابراین مطمئن شوید که برای خودتان وقت می‌گذارید.»^{۳۵}

۱۸) پاسداشت مراسم و جشن‌های خانوادگی

یکی از عوامل مؤثر در استحکام خانواده از دیدگاه روانشناسی پاسداشت مراسمات و جشن‌های خانوادگی می‌باشد. برگزاری این مراسمات از جمله تولد زوجین و تولد فرزندان و سالگرد ازدوج به تقویت روابط خانواده کمک می‌کند و فضای موجود در خانه را صمیمی‌تر و پر نشاط‌تر می‌کند، و زمان برگزاری این مراسمات بهترین وقت برای ابراز علاقه و محبت می‌باشد.

۱۹) حُسن معاشرت زوجین

۳۲ . سایت <https://fa.wikipedia.org/wiki>
۳۳ . سایت <https://www.etemadonline.com>
۳۴ . همان
۳۵ . سایت <https://shivapsy.ir>

یکی از عوامل مهم استحکام خانواده حُسن معاشرت زوجین می‌باشد. حُسن معاشرت دارای تعاریف متعددی می‌باشد که به دو تا از آنها اشاره می‌شود: «حُسن معاشرت به معنای خوش رفتاری و برخورد شایسته و متعارف است و معیار حُسن معاشرت، عرف زمان و ناحیه محل سکونت زوجین است. از جمله اصلی‌ترین آنها اینکه زوجین پیوسته باید با یکدیگر با خوشرویی و محبت رفتار کنند؛ و از «سوء معاشرت» با یکدیگر بپرهیزد. مصادیق دیگر حسن معاشرت نیز در هر زمان و مکانی، ممکن است متفاوت باشد.»^{۳۶} در جای دیگر حُسن معاشرت را اینگونه تعریف کرده اند: «خداوند رفتارها و برخوردهای صحیح انسانی در خانواده را با «حُسن معاشرت» معرفی می‌کند و از زن و مرد رعایت آن را با میزان «معروف» یعنی رفتاری پسندیده و انسانی می‌خواهد.»^{۳۷} در حدیثی از امام صادق (ع) آمده است: «شوهر در روابط میان خود و همسرش به سه چیز نیاز دارد: مدارا و خوش رفتاری با زن، تا همراهی، محبت و علاقه زن را جلب کند. خوش اخلاقی با زن، با بدست آوردن قلب و پیراستن ظاهری اش در مقابل دیدگان و گشاده دستی با او، زن نیز در روابط خود با همسرش به سه ویژگی نیاز دارد: خود را از هر پلیدی دور نگه دارد تا آنجا که شوهرش در هر حالتی خوش یا ناخوش به او اطمینان کند و متعهد بودن زن تا به هنگام خطا، شوهر به او توجه کند. اظهار عشق و علاقه به همسر همراه با دلربایی و ظاهری جذاب در برابر دیدگان او انسان در خلال برآوردن نیازهای منزل و عیال به سه چیز نیازمند است، حتی اگر آن چیزها با طبع اوسازگار نباشد با یکی از آنها معاشرت نیکوست. خداوند رحمت کند مردی که روابط میان خود و زنش را نیکو قرار می‌دهد.»^{۳۸}

(۲۰) مدیریت استرس

مدیریت استرس از دیدگاه روانشناسی به عنوان یکی از راه‌های مهم تحکیم خانواده شناخته شده است. استرس یکی از عواملی که با تأثیر گذاشتن بر روابط خانوادگی می‌تواند تنش‌ها و چالش‌های فراوانی را در محیط خانه به وجود آورد. زوجین با یادگیری عواملی که باعث کنترل استرس می‌شود، به راحتی می‌توانند از ایجاد این تنش‌ها در محیط خانه جلوگیری کنند و زندگی آرامی را در کنار هم داشته باشند.

نتیجه گیری

انسان اشرف مخلوقات است و شایستگی آن را دارد که به زیبا ترین شکل ممکن و به دور از تنش‌ها و چالش‌ها و به آرامی در کنار خانواده زندگی کند؛ اما این آرامش به دست نمی‌آید مگر اینکه خود انسان در این راه قدم بردارد. یکی از عواملی که باعث می‌شود انسان در آرامش زندگی کند، تحکیم و استحکام خانواده اوست. خلاصه برای حفظ و استمرار یک خانواده مستحکم انسان باید تمام تلاش خود را بکند، ببیند، وقت بگذارد، احساس مسئولیت بکند و موانع موجود را از سر راه بردارد. به سخن دیگر، عالم بودن به عواملی که باعث استحکام خانواده می‌شود بسیار مهم است که مهم‌ترین آنها عبارتند از: ایثار و فداکاری، صداقت و راستگویی، عفت، مشورت کردن زوجین، دوری از سخت‌گیری، تواضع، ترس از عذاب الهی، روزی حلال، حفظ از انحراف، حلم و بربراری، رازداری، دوری از تکبر و خودخواهی، تشخیص درست جایگاه

۳۶ . سایت <https://fa.wikipedia.org/wiki>

۳۷ . بهرامی و نمازی (۱۳۹۵)، عوامل تحکیم خانواده از دیدگاه اسلام، ص ۵

۳۸ . سایت <https://www.mehrnews.com/new>

خود، عشق و محبت زوجین. عواملی هم از نظر روانشناسی وجود دارد که به استحکام خانواده کمک می‌کند و آنها عبارتند از: برنامه ریزی، برگزاری جلسات خانوادگی، داشتن زمان استراحت، پاسداشت مراسمات و جشن های خانوادگی، مدیریت استرس، حسن معاشرت زوجین.

- قرآن کریم ، مترجم مکارم شیرازی
- بانکی پور ، امیرحسین؛ صدری، مهدی ؛ مومنی راد، فهیمه ؛ « عوامل تعالی بخش مؤثر در تحکیم بنیان خانواده در آرای مفسران و اندیشمندان معاصر مسلمان»؛ فصلنامه فرهنگی – تربیتی زنان و خانواده ، ۱۳۹۶ ه ش ، شماره ۴۱
- بهرامی، زهرا ؛ نمازی، اسماعیل؛ «عوامل تحکیم خانواده از دیدگاه اسلام»؛ بی نا، ۱۳۹۵ ه ش .
- ترکی نیسیانی، بتول؛ خلیلی حسین آبادی، حسن؛ میرشاه جعفری، ابراهیم؛ «نقش گذشت در تحکیم بنیان خانواده از دیدگاه اسلامی»؛ بی نا ، ۱۳۹۸ ه ش .
- حسن زاده، صالح؛ «عوامل تحکیم خانواده در فرهنگ اسلامی»؛ بی نا ، ۱۳۹۳ ه ش .
- حسن زاده، محمدجواد؛ «نقش زن در تحکیم بنیان خانواده»؛ بی نا ، ۱۴۰۰ ه ش .
- دهقان، فرزانه؛ صداقتیان، زینب؛ « تحکیم خانواده درآموره های قرآنی»؛ بی نا ۱۳۹۴ ه ش .
- قرائتی، محسن؛ «سیمای خانواده در قرآن و روایات»، (صنعت پور امیری، حسین)؛ قم: انتشارات درس هایی از قرآن، چاپ سوم، ۱۴۰۱ ه ، ش.
- محدثی، حمیده؛ یوسفی اصل، محمد؛ « راهکار های تحکیم بنیان خانواده»؛ نشریه مجله پرستاری و مامایی، ۱۳۸۹ ه ش ، شماره ۴ .

- <https://fa.wikipedia.org/wiki>
- <https://fa.wikifeqh.ir/>
- <https://fa.wikishia.net/view>
- <https://namnak.com/hadith-on-patienc>
- <https://rasekhoon.net/lifestyle/show>
- <https://www.mehrnews.com/new>
- <https://www.etemadonline.com>
- <https://shivapsy.ir>
- <https://www.beytoote.com>