

موضوع: عوامل پیشگیری بروز اختلاف های اخلاقی در خانواده

چکیده

زهرا رضازاده^۱

اختلاف های اخلاقی در خانواده ها می تواند به دلیل تفاوت های فرهنگی، اجتماعی و فردی ایجاد شود. برای پیشگیری از بروز این نوع اختلاف ها برقراری ارتباط باز و صادقانه بین اعضای خانواده می تواند به درک متقابل و کاهش سوء تفاهم ها کمک کند. تشویق گفتگو درباره ارزش ها و نگرش ها از اهمیت بالایی برخوردار است. خانواده ها باید توانایی شناسایی و حل مشکلات را داشته باشند. آموزش مهارت های حل مسئله و تصمیم گیری می تواند به کاهش تنش ها و اختلاف ها کمک کند. مشخص کردن مرزهای اخلاقی و ارزش های مشترک در خانواده می تواند به ایجاد تطابق و انسجام در رفتارهای اعضا کمک کند. با توجه به این عوامل، خانواده ها می توانند به طور موثرتری از بروز اختلاف های اخلاقی پیشگیری کنند و فضایی سالم و هماهنگ برای زندگی مشترک ایجاد نمایند. هدف از این تحقیق بررسی عوامل پیشگیری بروز اختلاف های اخلاقی در خانواده می باشد. این تحقیق به روش توصیفی-تحلیلی، کتابخانه ای نگاشته شده است. از نتایج این تحقیق می توان به ارتباط و ارتباط خوب، مدیریت استرس، و ... می باشد.

کلیدواژگان: عوامل، پیشگیری، اختلاف، اخلاقی، خانوادگی.

^۱ طلبه سطح ۲، حوزه علییه خواران.

مقدمه

در هر خانواده، اختلافات ممن است به عنوان یک بخش طبیعی از زندگی مشترک تلقی شوند. اما این اختلافات ممکن است به تنش‌ها، ناهنجاری‌ها و حتی جدایی در روابط خانوادگی منجر شوند. اگرچه نمی‌توان از ایجاد اختلافات خانوادگی جلوگیری کاملی کرد، اما می‌توان با اقدامات مناسب به پیشگیری و مدیریت این اختلافات کمک کرد. واقعیت این است که خانواده یکی از مهم‌ترین و تاثیرگذارترین موجودیت‌ها در زندگی فردی است. ارتباطات خانوادگی به عنوان مهم‌ترین پایه ساختاری خانواده، به انتقال ارزش‌ها، احساسات، امیدها و تجربیات میان اعضای خانواده کمک می‌کند. اگر ارتباطات در خانواده سالم و قوی باشد، احتمال بروز اختلافات خانوادگی کاهش می‌یابد.

ایجاد یک محیط خانوادگی که بر پایه ارتباط بازی، احترام متقابل، تعامل موثر و حل مسائل به صورت سازنده است، می‌تواند به پیشگیری از بروز اختلافات خانوادگی کمک کند. ارتباط بازی و صمیمیت، احترام متقابل و قبول اختلافات به عنوان یک فرصت برای رشد و یادگیری، از جمله عواملی هستند که به خواب آرامش و وحدت خانواده کمک می‌کنند. جلوگیری از اختلافات خانوادگی نه تنها به فراهم آوردن فضاهای پایدار و متعادل در خانواده کمک می‌کند، بلکه به بهبود کیفیت زندگی و رضایت اعضای خانواده نیز کمک می‌کند. به همین دلیل، ایجاد محیطی مطمئن و پویا که ارتباطات سالم و محترمانه را ترویج می‌کند، امری بسیار حیاتی و ضروری است.

اختلافات خانوادگی برای هر فردی امری طبیعی و قابل انتظار است، اما این اختلافات ممکن است به تنش‌ها و ناهنجاری‌ها در روابط خانوادگی منجر شود. به عبارت دیگر، اختلالات خانوادگی می‌واند بر کیفیت زندگی خانوادگی تاثیر منفی بگذارد و باعث فاصله‌گرفتن و ناراحتی بین اعضای خانواده شود. اهمیت پیشگیری از بروز اختلافات خانوادگی و ایجاد روابط سالم و موثر در خانواده بسیار اهمیت دارد. به جای اینکه به بروز اختلافات خانوادگی فکر کنیم، می‌توانیم با اتخاذ اقدامات مناسب و ایجاد فضایی که احترام و ارتباط بازی میلی باشد، این احتمال را کاهش دهیم.

پیشگیری از اختلافات خانوادگی نه تنها به ارتباطات خانوادگی تقویتی می‌افزاید، بلکه به بهبود کیفیت زندگی و خوشبختی اعضای خانواده نیز کمک می‌کند. از این رو، ایجاد خانواده‌ای سالم و پویا که بر پایه ارتباطات سالم و محترمانه برقرار شده است، امری بسیار ارزشمند و لازم است.

مفهوم شناسی خانواده

تاکنون تعاریف گوناگونی برای خانواده ارائه شده است که عموماً بر اساس دو نکته بیان گردیده؛ یکی ساختارهای موجود خانواده که تاریخ از آن یاد کرده است و دیگری انتظاراتی که از کارکرد خانواده بوده و هست.

«خانواده متشکل از افرادی است که از طریق پیوند زناشویی، همخونی یا پذیرش فرزند با یکدیگر به عنوان زن، مادر، پدر، شوهر، برادر، خواهر و فرزند در ارتباط متقابل هستند؛ فرهنگ مشترک پدید می‌آورند و در واحد خاص زندگی می‌کنند.»^۱

«خانواده همچون گروهی از افراد است که روابط آنان با یکدیگر بر اساس همخونی شکل می‌گیرد و نسبت به یکدیگر خویشاوند محسوب میشوند.»^۲

«خانواده گروهی از افراد است که از طریق خون، ازدواج یا فرزندخواندگی به هم پیوند خورده‌اند و کارکرد اجتماعی اصلی آنها تولید مثل است.»^۳

سازمان ملل متحد (۱۹۹۴) نیز در آمار جمعیتی خود، خانواده را چنین تعریف می‌کند: «خانواده یا خانوار به گروه دو یا چند نفرهای اطلاق میشود که با هم 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.»^۴ اولین مفهوم مشترکی که از مجموعه تعاریف ذکر شده و دهها تعریف ارائه شدهی دیگر استنباط میشود، این است که خانواده پیوند عمیق و پایدار جسمی و روحی چند نفر برای زیستن در فضای واحد است. یعنی بدون تحقق این پیوند، خانواده معنایی ندارد؛ قوام این بنا به میزان پیوند اعضای آن بستگی دارد. بنابراین، جهت تعالی کارایی خانواده، لازم است بر تحکیم پیوند و روابط اعضای خانواده تأکید شود.

^۱ منصور، قنادان، «جامعه شناسی مفاهیم کلیدی»، تهران، آوای نور، ۱۳۷۵، ص ۱۴۸

^۲ همان

^۳ باقر، ساروخانی، «جامعه شناسی خانواده»، تهران، سروش، ۱۳۷۹، ص ۱۳۵

^۴ فرزانه، نجاریان، «عوامل مؤثر در کارایی خانواده»، دانشگاه آزاد اسلامی (پایاننامه کارشناسی ارشد)، ۱۳۷۵، ص ۱۹

مفهوم شناسی پیشگیری

در فرهنگ معین، «پیش گیری (prevention)» در لغت به معنای جلوگیری، دفع، منع سرایت مرض از پیش، تقدم بحفظ، صیانت، حفظ صحت، جلو مرض گرفتن^۱ آمده است. از نظر ریشه شناسی، کلمه پیش گیری دارای دو بعد است: ۱- به معنی «پیش دستی کردن، پیشی گرفتن و به جلوی چیزی رفتن» و ۲- به معنی «آگاه کردن، خبر چیزی را دادن و هشدار دادن» است. اما در جرم شناسی پیش گیرانه، پیش گیری در معنی نخست آن مورد استفاده قرار می گیرد، یعنی با استفاده از فنون مختلف از وقوع بزهکاری جلوگیری کردن است و هدف از آن، به جلوی جرم رفتن و پیشی گرفتن از بزهکاری است. از نظر علمی نیز، پیش گیری یک مفهوم منطقی - تجربی است که همزمان با تأملات عقلانی و مشاهدات تجربی ناشی می شود. «پیش گیری از جرم به مجموعه اقداماتی گفته می شود که برای جلوگیری از فعل و انفعال زیان آور محتمل برای فرد یا گروه و یا هر دو به عمل می آید. مثل پیش گیری از جرائم جوانان و پیش گیری از حوادث در جاده ها» (رجبی پور، ۱۳۸۲ ص ۱۵). شاید بتوان گفت که به تعداد صاحب نظران جرم شناسی، تعریف و طبقه بندی (تیپولوژی) از پیش گیری ارائه شده است.^۲

مفهوم شناسی اختلاف

اختلاف به معنای ناسازگاری، دوگانگی، ناجور بودن، دگرمانی، ناسازی، ناهمبایی، ناهمسانی، ناهمگونی، نایکسانی و انتخاب راهی غیر از راه دیگران در حالت یا گفتار، است. از آن جا که اختلاف در گفتار، گاهی به تنازع می انجامد؛ این واژه در منازعه و مجادله نیز به کار رفته است.^۳

اختلاف از ریشه «خلف» بدین معنا است که انسان راهی را در پیش گیرد که غیر از راه دیگری است. خلف، به معنای آمد و شد نیز آمده است؛ مانند شب و روز که پشت سر هم در رفت و آمد هستند. در این عنوان، اختلاف آرا و عقاید به عنوان مقوله ای اجتماعی مورد نظر بوده و آیاتی معرفی می شوند که در آن ها از واژه های «اختلاف»، «فرق»، «تنازع»، «تقطع»، «تخاصم»، «اصلاح ذات البین» و ... استفاده شده است.^۴

^۱ محمد، معین، فرهنگ معین، انتشارات زرین، ۱۳۸۶، ص ۹۳۳

^۲ علی سلیمی، پیشگیری جرم و جرم شناسی، انتشارات پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، ۱۴۰۱، ص ۴۱

^۳ علی اکبر، دهخدا، لغت نامه دهخدا، انتشارات روزنه، تهران، ۱۳۷۷، مفهوم اختلاف

^۴ حسین، راغب اصفهانی، المفردات، انتشارات مرتضوی، ۱۳۸۸، ص ۲۹۴

عوامل پیشگیری از بروز اختلاف های اخلاقی در خانواده

برای پیشگیری از بروز اختلافات خانوادگی، می‌توانید به موارد زیر توجه کنید:

۱- ارتباط و ارتباط خوب

ارتباط صحیح و صمیمانه بین اعضای خانواده، می‌تواند به جلوگیری از بروز اختلافات کمک کند. از صحبت‌ها و بحث کردن با هم پرهیز نکنید. ارتباط و ارتباط خوب پیشگیری از اختلافات خانوادگی نقش مهمی دارد. ارتباط خوب و صحیح بین اعضای خانواده باعث افزایش احترام و اعتماد متقابل می‌شود که در نتیجه کاهش احتمال بروز اختلافات و مشکلات میان آنها را فراهم می‌کند. خداوند تعال در قرآن کریم می‌فرماید: "عَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَ يَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا؛ با زنان به شایستگی رفتار کنید، و اگر آنها به جهتی ناخوشایندتان بودند اظهار نکنید چه بسا چیزها که ناپسند شماست، حال آن‌که خداوند در آن، خیر فراوانی برای شما قرار داده است."^۱

از اهمیت دیگر ارتباط خوب در پیشگیری از اختلافات خانوادگی می‌توان به موارد زیر اشاره کرد که ارتباط خوب باعث می‌شود تا افراد قادر به اعمال احترام و مدیریت صحیح برای حل مسائل و اختلافات خود شوند. ارتباط خوب باعث افزایش اعتماد و تعامل میان اعضای خانواده می‌شود و در نتیجه کاهش احتمال بروز اختلافات و مشکلات میان آنها را فراهم می‌کند. و ارتباط خوب به شیوه‌های موثر برقراری ارتباط کمک می‌کند و باعث می‌شود تا افراد بهتر بتوانند با یکدیگر ارتباط برقرار کنند و مشکلات خود را حل کنند. امام سجاد علیه السلام (ع) می‌فرماید: "حَقُّ رَعِيَّتِكَ بِمِلْكِ النِّكَاحِ فَإِنْ تَعَلَّمَ أَنَّ اللَّهَ جَعَلَهَا سَكَنًا وَ مُسْتَرَا حًا وَ أُنْسًا وَ وَاقِيَةً وَ كَذَلِكَ كُلُّ وَاحِدٍ مِنْكُمَا يَجِبُ أَنْ يَحْمَدَ اللَّهَ عَلَى صَاحِبِهِ وَ يَعْلَمَ أَنَّ ذَلِكَ نِعْمَةٌ مِنْهُ عَلَيْهِ وَ وَجِبَ أَنْ يُحْسِنَ صُحْبَةَ نِعْمَةِ اللَّهِ وَ يَكْرِمَهَا وَ يَرْفُقَ بِهَا وَ إِنْ كَانَ حَقُّكَ عَلَيْهَا أَغْلَظَ وَ طَاعَتُكَ بِهَا أَلْزَمَ فِيمَا أَحَبَبْتَ وَ كَرِهْتَ مَا لَمْ تَكُنْ مَعْصِيَةً فَإِنَّ لَهَا حَقَّ الرَّحْمَةِ وَ الْمُؤَانَسَةِ وَ مَوْضِعَ السُّكُونِ إِلَيْهَا قَضَاءُ اللَّذَّةِ الَّتِي لَا بُدَّ مِنْ قَضَائِهَا وَ ذَلِكَ عَظِيمٌ وَ لَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ؛ حق زن آن است که بدانی خداوند او را مایه آرامش و آسایش و همدم و پرستار توقرار داده است، هم چنین بر هر یک از شما واجب است که خداوند را بخاطر وجود دیگری ستایش کند و بداند که او نعمتی است که خداوند ارزانی داشته و واجب است کهها نعمت خداوندی رفتار نیک داشته باشد و او را گرمی بدارد و با او سازگاری کند و هرچند حق تو بر زن بیشتر است و فرمان‌پذیری از تو، در هر چه دوست می‌داری یانمی‌پسندی، تا آن‌جا که گناه نباشد، بر او لازم‌تر است، در هر حال او این حق را دارد که از تو مهربانی ببیند و از همدمی تو برخوردار شود، و حق دارد که در برآوردن کامی که به‌ناچار باید برآورده شود، آرامش و آسایشش تأمین شود و این حقی بس بزرگ است و هیچ نیرو و توانی جز به خداوند نیست."^۲

^۱ سوره نساء، آیه ۱۹

^۲ حسن، شعبه، تحف العقول، مترجم بهراد جعفری، انتشارات دارالحدیث، تهران، ۱۳۹۳، ص ۲۶۱

نشسته خیابانی را که از بغل مسجد می‌گذرد قناس ببیند اما دیگری که در خیابان قرار دارد خیابان را مستقیم و دیوار مسجد را قناس بداند. از این رو به تفاوت نظر و دیدگاه نباید زیاد اهمیت داد.^۱

۷- قرار دادن مرزها و حفظ حریم خصوصی

مهم است که هر فرد در خانواده حق خصوصیات خود را داشته باشد. رعایت مرزها و حفظ حریم خصوصی از ابتدایی‌ترین مواردی است که می‌تواند از بروز اختلافات جلوگیری کند. بخشی از مشکلات خانواده‌ها از بی توجهی نسبت به رعایت حدود و مرزهایی ناشی می‌شود که رعایت آن‌ها برای سلامتی روابط اعضای خانواده و رفتار نامناسب آن‌ها، ضروری است. از مهم‌ترین عوامل موثر در روابط عاطفی رضایت بخش بین زن و شوهر، رعایت حدود روابط زن و مرد نامحرم است. مهارت تماس‌های چشمی و روابط کلامی بین زن و مرد نامحرم در محدوده‌ی عرفی لازم و دوری از نگاه‌ها و روابط کلامی معنادار که حتی بار جنسی کمی داشته باشد، در پیش‌گیری از اختلاف‌نقشی مهم دارد. تحقیقات نیز این نقش را تأکید می‌کند. برای نمونه آزمایش‌هایی نشان داد هنگامی که مردها عکس‌های زنان بسیار زیبا را می‌بینند، همسران مورد علاقه‌ی خود را با جذابیت کمتری ارزیابی می‌کنند. بدیهی است ارزش‌گذاری کمتر به همسر، زمینه‌ای برای روابط عاطفی ضعیف‌تر است. کمترین تأثیر نگاه‌ها و روابط عاطفی از تبعیض همراه با بار جنسی یا ارضای آن‌ها در بیرون از محدوده‌ی خانواده، سرد شدن این روابط در خانواده است. از حدود دیگری که به زنان مربوط می‌شود پوشش شرعی است که این امر افزون بر خود زنان، بر مردانی که آن‌ها را می‌بینند، تأثیر می‌گذارد. در تحقیقی پوشاندن زیبایی‌های زنان بررسی و از لحاظ تجربی ثابت گردید که این امر مانع افزایش آستانه‌ی ادراکی مردان و در نتیجه موجب کاهش اختلافات زناشویی است زیرا با افزایش آستانه‌ی ادراکی، مرد به محرک‌های درون خانواده دیرتر پاسخ می‌دهد و زمینه‌ی برقراری روابط عاطفی لذت بخش فراهم نمی‌شود.

۸- پذیرش و تعهد نسبت به سلسله‌مراتب در خانواده

یکی از کاربردهای مؤثر سلسله‌مراتب در خانواده، حل مشکل در مواردی است که اعضای خانواده پس از بحث و بررسی و ارائه‌ی دلایل متعدد، به تصمیم یکسانی نمی‌رسند و اختلاف همچنان بر جای می‌ماند. در این شرایط، در برخی مسائل باید نظر مرد خانواده، یعنی شوهر، مورد توجه قرار گیرد و به آن عمل شود، برای

^۱ عبدالغفور، ناظر سیغانی، عوامل ایجاد اختلاف خانوادگی و راههای پیشگیری از آن، خبرگزاری صدای افغان، هرات، ۱۳۹۸،

کد ۱۸۹۴۳۲

^۲ محمدرضا، سالاری فر، خانواده در نگرش اسلام و روان‌شناختی، ج پنجم، ص ۱۴۷-۱۴۴.

نمونه، خروج زن از محیط خانه باید با اجازه و رضایت شوهر باشد. بدیهی است اگر بین زن و شوهر در این مورد اختلافی بروز کند و هیچ‌یک نتواند دیگری را قانع کند، برای حل اختلاف از نظر تعالیم اسلام، پیروی زن از شوهر مناسب‌ترین راه ممکن است. همین‌طور در مورد کودکان و نیز انتخاب محل سکونت، اگر مشورت به توافق نینجامد، باید نظر شوهر رعایت شود؛ زیرا این مسائل متضمن هزینه‌های اقتصادی است که شوهر متکفل آن است. البته مرد نمی‌تواند برخلاف عرف و مصلحت، نظری را بر همسر و فرزندان خود تحمیل کند و در صورت پافشاری وی، باید مراجع بالاتری به حل مشکلات خانواده بپردازند. با رشد کودکان و رسیدن آن‌ها به مرحله نوجوانی و جوانی، گاه در خانواده‌ها، اختلاف‌هایی پدید می‌آید که به عدم رعایت اقتدار والدینی بازمی‌گردد. در پژوهش‌های روان-تاریخی به الگویی از روابط والدین و فرزندان به‌عنوان یاری‌دهنده اشاره شده است که بر اساس آن، فرزندان، والدین خود را بیشتر خدمتکار و نه دارای اقتدار می‌پندارند؛ زیرا آن‌ها بهتر از والدین آگاه‌اند که در هر مرحله‌ی تحول، چه چیز برای آن‌ها مفید و مطلوب است. همین‌الگو باعث شده که فرزندان از روی توقع و طلبکارانه با والدین برخورد کرده و در اختلاف‌ها به نظریات آن‌ها وقعی ننهند و مشکلات را تشدید کنند.

پیامبر صلی الله علیه و آله می‌فرمایند: "إِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِأَهْلِ بَيْتٍ خَيْرًا فَقَهَّهْمُ فِي الدِّينِ وَوَقَّرَ صَغِيرَهُمْ كَبِيرَهُمْ وَرَزَقَهُمُ الرِّفْقَ فِي مَعِيشَتِهِمْ وَالْقَصْدَ فِي نَفَقَاتِهِمْ وَبَصَرَهُمْ عِيُوبَهُمْ فَيَتَوَبُّوا مِنْهَا وَإِذَا أَرَادَ بِهِمْ غَيْرَ ذَلِكَ تَرَكَهُمْ هَمَلًا؛ هرگاه خداوند برای خانواده‌ای خیر بخواهد، آنان را در دین دانا می‌کند، کوچک‌ترها بزرگ‌ترهایشان را احترام می‌نماید، مدارا در زندگی و میانه‌روی در خرج کردن را روزیشان می‌نماید و به عیوبشان آگاهشان می‌سازد، تا آنها را برطرف کنند و اگر برای آنان جز این بخواهد، به‌خودشان واگذارشان می‌نماید."^۱

بر اساس تعالیم اسلام، فرزندان در هر مرحله‌ی سنی یا جایگاه اجتماعی، باید برای دیدگاه‌های پدر و مادر ارزش قائل شوند و در حد امکان از نظریات آن‌ها پیروی کنند، مگر آنکه این امر مستلزم تخلف از قوانین دینی و عرفی باشد. فرزندان تا زمانی که در چهارچوب خانواده‌ی اصلی زندگی می‌کنند، در اختلافات و تشخیص مصالح باید به نظریات والدین خود اولویت دهند؛ زیرا مسئولیت اداره آن‌ها بر عهده والدین است. -البته همان‌گونه که بیان شد- والدین باید اعضای خانواده به‌ویژه نوجوانان و جوانان را در تصمیم‌گیری‌ها دخالت دهند تا آن‌ها نظر والدین را با استدلال منطقی و معقول بپذیرند، هرچند اگر مذاکرات به تصمیم یکسانی نینجامد، برای حفظ انسجام خانواده پذیرش نظریات والدین ضروری است. والدین نیز نباید برخلاف قوانین و عرف مردم چیزی را بر فرزندان تحمیل کنند و در چنین فرضی، مراجع بالاتر باید به رفع اختلاف پرداخته و مصالح فرزندان را تأمین کنند.

^۱ ابوالقاسم، پاینده، نهج الفصاحه، مترجم محمدامین شریعتی، انتشارات پارسایان، تهران، چاپ اول، ۱۳۸۸، ص ۱۴۷

^۲ روح الله، حسین پور، نظر اسلام در مورد اختلاف‌های خانوادگی، درس نامه مهارت‌های زندگی، مجله راسخون، ۱۳۹۷، ص ۱۹

نتیجه گیری

با توجه به اهمیت ارتباطات خانوادگی و پیشگیری از بروز اختلافات اخلاقی در خانواده، می‌توان به این نتیجه رسید که انگیزه و تلاش برای ایجاد یک خانواده سالم و پویا، بر پایه ارتباطات قوی و احترام متقابل، بسیار ارزشمند و مهم است. اختلافات خانوادگی می‌توانند به عنوان یک فرصت برای یادگیری، رشد و توانمندی‌های جدید دیده شوند، اما برای بهره‌برداری از این فرصت، لازم است از ابتدا ماموریتی محکم برای پیشگیری از تبدیل شدن این اختلافات به تنش‌ها و ناراحتی‌ها داشته باشیم. با همکاری، تعامل موثر، احترام و تسامح، می‌توان به جایگاه قوی‌تری برای خانواده خود دست یافت و از این راه، اختلافات خانوادگی را به چالش‌ها و فرصت‌ها برای رشد و تقویت ارتباطات خانوادگی تبدیل کرد. این روند نیاز به صبر، انعطاف‌پذیری و تمایل به یادگیری و توسعه دارد، اما نتایج آن ارزشمند است و می‌تواند رونق و شادابی به زندگی خانوادگی بیاورد. پیشگیری از اختلافات خانوادگی نیازمند فعالیت و تلاش مداوم است. با ایجاد فضایی صمیمی و احترام‌آمیز برای بیان احساسات و نیازها، قبول اختلافات به عنوان یک فرصت برای ارتقاء ارتباطات و رابطه بهبودیافته، می‌توان از این راه‌کارها برای پیشگیری و مدیریت اختلافات خانوادگی بهره برد. با این نگرش مثبت و تعهد به بهبود روابط خانوادگی، می‌توانیم خانواده‌های سالم، پویا و پر از انرژی را بوجود آوریم که به هر فرد در آن احساس آرامش، امنیت و عشق و زندگی موفقیت‌آمیز به اشتراک گذارند.

منابع

قرآن کریم

- ۱- پاینده، ابوالقاسم، نهج الفصاحه، مترجم محمدامین شریعتی، انتشارات پارسایان، تهران، چاپ اول، ۱۳۸۸
- ۲- حسین پور، روح الله، نظر اسلام در مورد اختلاف های خانوادگی، درس نامه مهارت های زندگی، مجله راسخون، ۱۳۹۷
- ۳- حسینی، سید علی اکبر، اخلاق در خانواده، انتشارات طلوع آزادی، ۱۳۶۹ ش
- ۴- راغب اصفهانی، حسین، المفردات، انتشارات مرتضوی، تهران، چاپ ۴، ۱۳۸۸
- ۵- دهخدا، علی اکبر، لغت نامه دهخدا، انتشارات روزنه، تهران، ۱۳۷۷
- ۶- ساروخانی، باقر: «جامعه شناسی خانواده»، تهران، سروش، ۱۳۷۹
- ۷- سالاری فر، محمدرضا، خانواده در نگرش اسلام و روان شناختی، ج پنجم، ۱۳۸۴
- ۶- سلیمی، علی، پیشگیری جرم و جرم شناسی، انتشارات پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، ۱۴۰۱
- ۷- شریف الرضی، محمد، تنبیه الغافلین، مترجم محمدمطاهر احمدزاده، انتشارات پیام حق، تهران، ۱۳۷۸
- ۸- شعبه، حسن، تحف العقول، مترجم بهراد جعفری، انتشارات دارالحدیث، تهران، ۱۳۹۳، ص ۲۶۱
- ۹- صدری، سید ضیاءالدین، آیینه ازدواج و روابط همسران، انتشارات انجمن اولیا و مربیان، ۱۳۷۳
- ۱۰- عبدلی، رقیه، عوامل اختلاف و کدورت در خانواده از نگاه اسلام، انتشارات کیهان، ۱۳۸۸
- ۱۱- قنادان، منصور: «جامعه شناسی مفاهیم کلیدی»، تهران، آوای نور، ۱۳۷۵
- ۱۲- محمدی ری شهری، محمد، میزان الحکمه، مترجم حمیدرضا شیخی، ج ۹، انتشارات مکتب الاعلام الاسلامی، ۱۳۶۲
- ۱۳- مقدم، منصور، راه های پیشگیری از اختلاف خانوادگی، مجله راسخون، چاپ اول، ۱۳۸۸
- ۱۴- ناظر سیغانی، عبدالغفور، عوامل ایجاد اختلاف خانوادگی و راههای پیشگیری از آن، خبرگزاری صدای افغان، هرات، ۱۳۹۸

۱۵- معین، محمد، فرهنگ معین، انتشارات زرین، تهران، ۱۳۸۶

۱۶- نجاریان، فرزانه: «عوامل مؤثر در کارایی خانواده»، دانشگاه آزاد اسلامی (پایاننامه کارشناسی ارشد)، ۱۳۷۵