

استاد^۱

محقق^۲

نقش خودسازی در امنیت اجتماعی زنان

چکیده

امنیت اجتماعی زنان به عنوان یک رکن اساسی در توسعه و پیشرفت جوامع، همواره مورد توجه بوده است. این مقاله به بررسی نقش خودسازی به عنوان یک عامل مؤثر در ارتقای امنیت اجتماعی زنان می‌پردازد. خودسازی، به معنای تلاش فردی برای بهبود و توسعه ابعاد مختلف شخصیتی، مهارتی و نگرشی، می‌تواند زنان را در مواجهه با چالش‌ها و تهدیدات امنیتی توانمند سازد. این مقاله با روشی تحلیلی و با استناد به منابع معتبر، به بررسی ابعاد مختلف خودسازی و تاثیر آن بر جنبه‌های گوناگون امنیت اجتماعی زنان از جمله امنیت جسمی، روانی، اقتصادی و اجتماعی می‌پردازد. یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که خودسازی از طریق افزایش اعتماد به نفس، ارتقای مهارت‌های زندگی، تقویت استقلال اقتصادی و افزایش آگاهی اجتماعی، نقش بسزایی در بهبود امنیت اجتماعی زنان ایفا می‌کند.

واژگان کلیدی: خودسازی، امنیت اجتماعی زنان، توانمندسازی، مهارت‌های زندگی، استقلال اقتصادی، آگاهی اجتماعی

۱. استاد: مریم صالحی

۲. محقق: ندا سبزی

مقدمه

امنیت اجتماعی، مفهومی چند بعدی است که ابعاد مختلف زندگی فردی و اجتماعی را در بر می‌گیرد. امنیت اجتماعی زنان به عنوان نیمی از جمعیت هر جامعه، نه تنها یک حق انسانی بلکه یک ضرورت برای توسعه پایدار و متوازن محسوب می‌شود. با وجود تلاش‌های صورت گرفته در راستای ارتقای امنیت زنان، همچنان شاهد چالش‌ها و تهدیدات متعددی در این زمینه هستیم. خشونت‌های جنسیتی، تبعیض‌های ساختاری، محدودیت‌های دسترسی به فرصت‌ها و ناامنی‌های اجتماعی از جمله مواردی هستند که امنیت اجتماعی زنان را به خطر می‌اندازند.

در این میان، رویکردهای مختلفی برای ارتقای امنیت اجتماعی زنان مطرح شده است. یکی از رویکردهای مهم و مؤثر، توجه به نقش خودسازی زنان در این زمینه است. خودسازی به عنوان یک فرایند فعال و پویا، زنان را قادر می‌سازد تا با تکیه بر توانمندی‌های فردی و توسعه ظرفیت‌های خود، در برابر تهدیدات امنیتی مقاوم‌تر شده و نقش فعال‌تری در تامین امنیت خود و جامعه ایفا کنند.

این مقاله با هدف بررسی نقش خودسازی در امنیت اجتماعی زنان، به این سوال اساسی پاسخ می‌دهد که چگونه خودسازی می‌تواند به ارتقای امنیت اجتماعی زنان کمک کند؟ برای پاسخ به این سوال، مقاله حاضر به بررسی ابعاد مختلف خودسازی و تاثیر آن بر جنبه‌های گوناگون امنیت اجتماعی زنان می‌پردازد.

۱. تعریف خودسازی و ابعاد آن

خودسازی به فرایند آگاهانه و مستمر تلاش فرد برای بهبود و توسعه ابعاد مختلف وجودی خود اطلاق می‌شود. این فرایند شامل رشد و تعالی در زمینه‌های مختلف شخصیتی، مهارتی، فکری، عاطفی و اجتماعی است. خودسازی یک سفر شخصی و منحصر به فرد است که هر فرد بر اساس نیازها، اهداف و ارزش‌های خود آن را طی می‌کند.

خودسازی در لغت به معنای ساختن و اصلاح کردن خود است، اما در اصطلاح دینی و قرآنی، مفهوم عمیق‌تر و گسترده‌تری دارد. خودسازی از منظر دین اسلام، فرایندی است آگاهانه و مستمر برای تزکیه نفس، تهذیب اخلاق، و تقرب به خداوند از طریق انجام واجبات، ترک محرمات، و کسب فضائل. این فرایند، تنها به اصلاح رفتارهای ظاهری محدود نمی‌شود، بلکه به تحول درونی و پالایش قلب و روح نیز توجه دارد.

در قرآن کریم، آیات متعددی به اهمیت خودسازی و تزکیه نفس اشاره دارند. خداوند در سوره شمس می‌فرماید: **قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا * وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا (الشمس: ۹-۱۰)**؛ به یقین رستگار شد کسی که نفس خود را پاک کرد، و نومید و زیانکار شد کسی که آن را آلوده ساخت. این آیه به روشنی رستگاری و سعادت انسان را در گرو تزکیه و پاکسازی نفس می‌داند. همچنین در سوره اعلی آمده است: **قَدْ أَفْلَحَ مَنْ تَزَكَّى * وَذَكَرَ اسْمَ رَبِّهِ فَصَلَّى (الأعلى: ۱۴-۱۵)**؛ به یقین رستگار شد کسی که خود را پاک کرد، و نام پروردگارش را یاد کرد و نماز گزارد. این آیات نشان می‌دهند که خودسازی و تزکیه، مقدمه‌ای برای ذکر و یاد خدا و انجام عبادات است.

از منظر دینی، خودسازی یک وظیفه الهی و یک مسئولیت فردی است. هر مسلمانی موظف است در راستای اصلاح و تعالی نفس خود تلاش کند و به سوی کمال انسانی گام بردارد. پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) نیز در احادیث متعددی به اهمیت خودسازی و تهذیب نفس اشاره فرموده‌اند. برای مثال، ایشان می‌فرمایند: **«أَفْضَلُ الْجِهَادِ أَنْ يُجَاهِدَ الرَّجُلُ نَفْسَهُ وَ هَوَاهُ» (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۶۷، ص ۳۶)**؛ «برترین جهاد آن است که انسان با نفس خود و خواهش‌های آن جهاد کند.» این حدیث، جهاد با نفس را به عنوان برترین جهاد معرفی می‌کند و نشان می‌دهد که خودسازی و مبارزه با هواهای نفسانی، از اهمیت ویژه‌ای در دین اسلام برخوردار است.

۲. ابعاد خودسازی

خودسازی، مفهومی جامع و چندوجهی است که جنبه‌های گوناگون وجود انسان را در بر می‌گیرد. این فرایند تنها به یک بعد محدود نمی‌شود، بلکه ابعاد مختلفی از شخصیت فرد را شامل می‌گردد که با رشد و تعالی هر یک از آن‌ها، انسان به کمال و سعادت نزدیک‌تر می‌شود. در ادامه، به بررسی این ابعاد گوناگون خودسازی و نقش هر یک در ارتقای کیفیت زندگی فردی و اجتماعی خواهیم پرداخت.

۲-۱ خودآگاهی (معرفت نفس)

در دین اسلام، خودآگاهی نه تنها به شناخت نقاط قوت و ضعف فردی محدود نمی‌شود، بلکه به معرفت نفس به عنوان مخلوق خدا و شناخت جایگاه انسان در هستی اشاره دارد. امام علی (علیه السلام) می‌فرماید: «مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ فَقَدْ عَرَفَ رَبَّهُ» (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۲، ص ۳۲)؛ «هر کس خود را بشناسد، پروردگارش را شناخته است.» خودآگاهی دینی، انسان را به تفکر در آیات الهی در وجود خود و جهان دعوت می‌کند و او را به سوی خداشناسی و تقوا رهنمون می‌سازد. (قرآن کریم، سوره ذاریات، آیه ۲۱)

۲-۲ اعتماد به نفس (توکل به خدا)

اعتماد به نفس در اسلام، با توکل به خداوند و یقین به نصرت الهی پیوند خورده است. مؤمن واقعی، اعتماد به نفس خود را از ایمان به خدا و اتکا به قدرت بی‌انتهای او کسب می‌کند. در قرآن کریم آمده است: وَعَلَى اللَّهِ فَتَوَكَّلُوا إِنَّ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ (المائدة: ۲۳)؛ و اگر مؤمن هستید، تنها بر خدا توکل کنید. این نوع اعتماد به نفس، از غرور و خودپسندی به دور است و با تواضع و فروتنی در برابر خداوند همراه است.

۲-۳ مهارت‌های زندگی (اخلاق اسلامی)

مهارت‌های زندگی در اسلام، در چارچوب اخلاق اسلامی و دستورات دینی تعریف می‌شوند. این مهارت‌ها شامل حسن خلق، صداقت، امانت‌داری، صبر، گذشت، مهربانی، عدالت، و ایثار است. پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) می‌فرماید: «إِنَّمَا بُعِثْتُ لِأَتَمِّمَ مَكَارِمَ الْأَخْلَاقِ» (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۶۷، ص ۳۷۲)؛ «همانا من برانگیخته شدم تا بزرگواری‌های اخلاق را به کمال برسانم.» اخلاق اسلامی، نه تنها به بهبود روابط اجتماعی کمک می‌کند، بلکه به تزکیه نفس و تقرب به خدا نیز منجر می‌شود.

۲-۴ استقلال اقتصادی (کسب روزی حلال)

استقلال اقتصادی در اسلام، از طریق کسب روزی حلال و اجتناب از راه‌های حرام تأمین می‌شود. اسلام کار و تلاش برای کسب روزی را عبادت می‌داند و از وابستگی و تکیه‌گری نهی می‌کند. در قرآن کریم آمده

است: هُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ الْأَرْضَ ذَلُولًا فَامْشُوا فِي مَنَاكِبِهَا وَكُلُوا مِن رِّزْقِهِ وَإِلَيْهِ النُّشُورُ (الملك: ۱۵)؛ او کسی است که زمین را برای شما رام گردانید، پس در گوشه و کنار آن راه بروید و از روزی او بخورید، و بازگشت [همه] به سوی اوست. استقلال اقتصادی از منظر دینی، نه تنها امنیت مادی را تأمین می‌کند، بلکه به حفظ کرامت انسانی و دوری از ذلت وابستگی نیز کمک می‌کند.

۲-۵ آگاهی اجتماعی (مسئولیت اجتماعی)

آگاهی اجتماعی در اسلام، با احساس مسئولیت در برابر جامعه و تلاش برای اصلاح امور گره خورده است. مؤمن مسلمان، نسبت به مشکلات و نیازهای جامعه خود بی‌تفاوت نیست و در حد توان برای رفع آنها تلاش می‌کند. در قرآن کریم آمده است: وَالْمُؤْمِنُونَ وَالْمُؤْمِنَاتُ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ يَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ (التوبه: ۷۱)؛ و مردان و زنان مؤمن، یاران یکدیگرند؛ به کار پسندیده فرمان می‌دهند، و از کار ناپسند باز می‌دارند. آگاهی اجتماعی در اسلام، به مشارکت فعال در امور خیر، امر به معروف و نهی از منکر، و دفاع از حقوق مظلومان دعوت می‌کند.

۳- نقش خودسازی در امنیت اجتماعی زنان

در دنیای امروز، امنیت اجتماعی زنان به عنوان یک رکن اساسی در سلامت و پویایی جوامع بشری مطرح است. در این میان، خودسازی به عنوان یک فرایند آگاهانه و مستمر، نقشی محوری در توانمندسازی زنان و ارتقای امنیت اجتماعی آنان ایفا می‌کند. از منظر آموزه‌های اسلامی، خودسازی نه تنها یک وظیفه فردی، بلکه یک ضرورت اجتماعی است که با تقویت ابعاد گوناگون شخصیتی زنان، زمینه‌ساز جامعه‌ای امن‌تر، عادلانه‌تر و شکوفاتر برای همگان می‌گردد.

خودسازی از طرق مختلفی می‌تواند به ارتقای امنیت اجتماعی زنان کمک کند:

۳-۱ افزایش اعتماد به نفس و توانمندی فردی

خودسازی با تقویت ایمان به خداوند و توکل بر او، اعتماد به نفس واقعی را در زنان ایجاد می‌کند. این اعتماد به نفس، بر پایه باور به قدرت الهی و ارزش والای انسانی است که خداوند به انسان عطا کرده است. قرآن کریم به مؤمنان توصیه می‌کند که از هیچ چیز جز خدا نترسند و به او توکل کنند: فَلَا تَخَافُوهُمْ وَخَافُونِي إِنَّ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ (آل عمران: ۱۷۵)؛ پس، از آنها نترسید و از من بترسید اگر مؤمن هستید. این آیه به زنان مؤمن یادآوری می‌کند که منبع اصلی قدرت و امنیت، ایمان به خداست و نباید از تهدیدات ظاهری هراس داشته باشند.

در گوشه و کنار آن راه بروید و از روزی او بخورید. پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) می‌فرمایند: «الْكَادُّ عَلَى عِيَالِهِ كَالْمُجَاهِدِ فِي سَبِيلِ اللَّهِ» (حر عاملی، ۱۴۰۹ق، ج ۱۷، ص ۶۷)؛ کسی که برای تامین معاش خانواده‌اش تلاش می‌کند، مانند مجاهد در راه خداست. این آموزه‌ها زنان را به خودسازی در جهت کسب استقلال اقتصادی تشویق می‌کنند.

خودسازی از طریق توسعه مهارت‌های شغلی، کارآفرینی و مدیریت مالی، به بهبود امنیت اقتصادی زنان کمک می‌کند. استقلال اقتصادی، زنان را از وابستگی‌های ناخواسته رها کرده و قدرت انتخاب و تصمیم‌گیری آنها را افزایش می‌دهد. (بلائی، ۱۹۸۶، ص. ۲۳۹)

۴-۴ امنیت اجتماعی و فرهنگی

امنیت اجتماعی - فرهنگی زنان به معنای حفظ هویت فرهنگی و دینی، مشارکت فعال در جامعه، و مصونیت از تبعیض و نابرابری‌های جنسیتی است.

خودسازی از طریق تقویت آگاهی دینی و فرهنگی (که در اسلام به تحصیل علم و معرفت دینی تشویق شده است)، مشارکت فعال در فعالیت‌های اجتماعی و فرهنگی (در چارچوب اصول اسلامی)، ارتقای سطح دانش و بینش اجتماعی (برای شناخت و مقابله با تبعیض‌ها)، و تلاش برای اصلاح جامعه و ترویج عدالت (که از وظایف مسلمانان است)، می‌تواند به تقویت امنیت اجتماعی-فرهنگی زنان کمک کند. زنان با خودسازی می‌توانند نقش مؤثرتری در حفظ و ارتقای فرهنگ و ارزش‌های دینی خود ایفا کنند و برای رفع تبعیض‌ها و نابرابری‌ها تلاش نمایند.

اسلام بر حفظ هویت اسلامی و مشارکت فعال در جامعه تاکید دارد. قرآن کریم می‌فرماید: كُنْتُمْ خَيْرَ أُمَّةٍ أُخْرِجَتْ لِلنَّاسِ تَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَتَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَتُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ (آل عمران: ۱۱۰)؛ شما بهترین امتی هستید که برای [هدایت] مردم برانگیخته شده‌اید؛ به کار پسندیده فرمان می‌دهید و از کار ناپسند باز می‌دارید و به خدا ایمان دارید. این آیه، مسئولیت امر به معروف و نهی از منکر و تلاش برای اصلاح جامعه را بر عهده امت اسلامی، از جمله زنان، قرار می‌دهد. همچنین در روایات اسلامی بر اهمیت تحصیل علم و دانش، به ویژه معارف دینی، برای زنان و مردان تاکید شده است. پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) می‌فرمایند: «طَلَبُ الْعِلْمِ فَرِيضَةٌ عَلَى كُلِّ مُسْلِمٍ» (ابن ماجه، ۱۳۹۵ق، ج ۱، ص ۸۱)؛ طلب علم بر هر مسلمانی واجب است. خودسازی در راستای کسب علم و دانش و مشارکت فعال در جامعه، به تقویت امنیت اجتماعی-فرهنگی زنان کمک می‌کند.

خودسازی با افزایش آگاهی اجتماعی، مشارکت مدنی و تقویت هویت اجتماعی مثبت، به بهبود امنیت اجتماعی و فرهنگی زنان کمک می‌کند. زنان توانمند و آگاه، می‌توانند در راستای تغییر نگرش‌های منفی و کلیشه‌های جنسیتی و ایجاد فضایی امن‌تر و عادلانه‌تر برای زنان در جامعه نقش‌آفرینی کنند. (هابرماس، ۱۹۸۴، ص. ۹۲)

نتیجه گیری

در این مقاله، به بررسی نقش خودسازی در ارتقای امنیت اجتماعی زنان پرداختیم و ابعاد گوناگون این مفهوم را از منظر اسلامی، قرآنی و روایی مورد کنکاش قرار دادیم. خودسازی، که در لغت به معنای ساختن و اصلاح خود و در اصطلاح دینی و قرآنی به مفهوم تزکیه نفس، تهذیب اخلاق و تقرب به خداوند تعریف می‌شود، به عنوان یک فرایند آگاهانه و مستمر، نقشی بنیادین در توانمندسازی زنان و تامین امنیت اجتماعی آنان ایفا می‌کند.

ابتدا به تعریف خودسازی و ابعاد آن پرداختیم و دریافتیم که خودسازی تنها به بهبود جنبه‌های ظاهری زندگی محدود نمی‌شود، بلکه تحول درونی و پالایش قلب و روح را نیز شامل می‌گردد. از منظر دینی و قرآنی، خودسازی یک وظیفه الهی و مسئولیت فردی است که با خودآگاهی (معرفت نفس به عنوان مخلوق خدا)، اعتماد به نفس (توکل به خدا)، کسب مهارت‌های زندگی (اخلاق اسلامی)، استقلال اقتصادی (کسب روزی حلال) و آگاهی اجتماعی (مسئولیت اجتماعی) ابعاد می‌یابد. این ابعاد، نه تنها جنبه‌های فردی را در بر می‌گیرند، بلکه با رنگ و بوی معنوی و الهی غنی‌تر شده و انسان را به سوی کمال و سعادت رهنمون می‌سازند.

در ادامه، نقش خودسازی در امنیت اجتماعی زنان را با تاکید بر آموزه‌های اسلامی، قرآنی و روایی بررسی کردیم. مشخص شد که خودسازی از طریق افزایش اعتماد به نفس و توانمندی فردی (بر پایه ایمان و توکل)، ارتقای مهارت‌های زندگی و مقابله با تهدیدات (در پرتو اخلاق اسلامی)، تقویت استقلال اقتصادی و کاهش آسیب‌پذیری (از طریق کسب روزی حلال)، و افزایش آگاهی اجتماعی و مشارکت جمعی (در راستای امر به معروف و نهی از منکر)، به طور مستقیم و غیرمستقیم به ارتقای امنیت اجتماعی زنان کمک می‌کند. آموزه‌های اسلامی و قرآنی، زنان را به خودسازی در این ابعاد تشویق کرده و آنان را به ایفای نقش فعال و مؤثر در جامعه فرا می‌خوانند.

سپس به ابعاد مختلف امنیت اجتماعی زنان و تاثیر خودسازی بر آنها از منظر آیات و روایات و اسلام پرداختیم. دریافتیم که امنیت اجتماعی زنان مفهومی چند بعدی است که امنیت اقتصادی، جانی و فیزیکی، روانی و عاطفی، و اجتماعی-فرهنگی را شامل می‌شود. خودسازی در هر یک از این ابعاد، تاثیر بسزایی در بهبود وضعیت زنان و افزایش امنیت آنان دارد. به عنوان مثال، خودسازی اقتصادی از طریق کسب مهارت و دانش، استقلال مالی را برای زنان به ارمغان می‌آورد و آنان را از آسیب‌پذیری‌های اقتصادی مصون می‌سازد. خودسازی روانی و عاطفی با تقویت ایمان و ارتباط با خدا، آرامش و سلامت روان را برای زنان تامین می‌کند و آنان را در برابر فشارهای زندگی مقاوم‌تر می‌سازد. خودسازی اجتماعی-فرهنگی با افزایش آگاهی دینی و

فرهنگی و مشارکت فعال در جامعه، هویت دینی و فرهنگی زنان را تقویت کرده و آنان را در برابر تبعیض‌ها و نابرابری‌های جنسیتی توانمند می‌سازد.

به طور خلاصه، خودسازی برای زنان مسلمان، تنها یک انتخاب فردی نیست، بلکه یک ضرورت دینی و اجتماعی است. اسلام، زنان را به عنوان نیمی از پیکره جامعه، دارای حقوق و مسئولیت‌های برابر با مردان می‌داند و آنان را به تلاش برای کسب کمال و سعادت در دنیا و آخرت تشویق می‌کند. خودسازی، ابزار قدرتمندی است که زنان را در این مسیر یاری می‌رساند و به آنان امکان می‌دهد تا نه تنها امنیت فردی خود را تامین کنند، بلکه در ارتقای امنیت و سلامت جامعه نیز نقش فعال و سازنده‌ای ایفا نمایند.

بنابراین، توصیه می‌شود که زنان مسلمان با الهام از آموزه‌های دینی و قرآنی، به طور جدی به فرایند خودسازی بپردازند و در ابعاد مختلف زندگی خود، به ویژه ابعاد معنوی، اخلاقی، علمی، اقتصادی و اجتماعی، برای رشد و تعالی تلاش کنند. جامعه اسلامی نیز موظف است با فراهم کردن بسترهای مناسب آموزشی، فرهنگی و اجتماعی، از فرایند خودسازی زنان حمایت کرده و زمینه را برای مشارکت فعال و مؤثر آنان در تمامی عرصه‌های زندگی فراهم آورد. بی‌تردید، جامعه‌ای که زنان توانمند و خودساخته داشته باشد، از امنیت اجتماعی و پویایی فرهنگی بیشتری برخوردار خواهد بود و به سوی پیشرفت و تعالی گام‌های استوارتری برخواهد داشت.

در پایان، امید است این مقاله توانسته باشد نقش مهم و محوری خودسازی را در امنیت اجتماعی زنان به خوبی تبیین نماید و گامی هرچند کوچک در راستای ارتقای آگاهی و عمل به این مهم بردارد.

فهرست منابع

۱. قرآن کریم، ترجمه آیت الله ناصر مکارم شیرازی دامت برکاته.
۲. ابن ماجه، محمد بن یزید. (۱۳۹۵ق). سنن ابن ماجه. بیروت: دار إحياء التراث العربی.
۳. استاکدال، ج. ای. (۲۰۱۰). روانشناسی خشونت علیه زنان. انتشارات دانشگاه آکسفورد.
۴. باندورا، ا. (۱۹۷۷). نظریه یادگیری اجتماعی. انتشارات پرنیتس هال.
۵. براندن، ن. (۱۹۹۴). شش ستون عزت نفس. انتشارات بنتانم بوکز.
۶. بلاثو، پی. ام. (۱۹۸۶). نظریه‌های مبادله اجتماعی. انتشارات جان وایلی و پسران
۷. ترمذی، محمد بن عیسی. (۱۴۰۳ق). سنن الترمذی. بیروت: دار إحياء التراث العربی.
۸. تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد. (۱۳۶۶). (غرر الحکم و درر الکلم. قم: دفتر تبلیغات اسلامی .
۹. حر عاملی، محمد بن حسن. (۱۴۰۹ق). وسائل الشیعة. قم: مؤسسه آل البيت (ع) لإحياء التراث.
۱۰. حر عاملی، محمد بن حسن. (۱۴۰۹ق). (وسائل الشیعة. قم: مؤسسه آل البيت (ع) لإحياء التراث .
۱۱. سازمان جهانی بهداشت. (۱۹۹۷). آموزش مهارت‌های زندگی در مدارس. سازمان جهانی بهداشت.
۱۲. فریدمن، م. (۱۹۸۹). آزادی انتخاب. انتشارات هارکورت بريس جوانوویچ.
۱۳. فریره، پی. (۱۹۷۰). آموزش و پرورش ستمدیدگان. انتشارات کانتینیوم.
۱۴. کلینی، محمد بن یعقوب. (۱۳۶۵). (الکافی. تهران: دار الکتب الإسلامیة .
۱۵. کنتور، سی. دی. (۲۰۰۶). خشونت خانگی در میان زنان شاغل. مجله مطالعات خانواده و ازدواج، ۳۱۶-۳۰۲، (۲)۷۸
۱۶. گیلروی، پی. دی. (۲۰۰۰). روانشناسی اجتماعی. انتشارات بلکول.
۱۷. لازاروس، آر. اس.، و فولکمن، اس. (۱۹۸۴). استرس، ارزیابی و مقابله. انتشارات اسپرینگر.
۱۸. مجلسی، محمدباقر. (۱۴۰۳ق). (بحار الأنوار الجامعة لدرر أخبار الأئمة الأطهار. بیروت: دار إحياء التراث العربی.
۱۹. مزو، آ. اچ. (۲۰۰۳). روانشناسی عزت نفس. انتشارات روتلج.
۲۰. مسلم نیشابوری، مسلم بن حجاج. (۱۴۲۷ق). صحیح مسلم. بیروت: دار إحياء التراث العربی.
۲۱. هابرماس، جی. (۱۹۸۴). نظریه کنش ارتباطی. انتشارات بیکن پرس.
۲۲. الیاس، ام. جی.، زینسکی، جی. ای.، وایسبرگ، آر. پی.، فری، سی. سی.، گرینبرگ، ام. تی.، هبرین، ان. سی.، شاین، دی. ال.، و توبیاس، آر. پی. (۱۹۹۹).