

شورای عالی حوزه های علمیه خواهران
مدرسه علمیه الزهراء شاهیندژ

عنوان: علل کاهش علاقه ی زوجین به یکدیگر بعد از گذشت زمان کوتاهی از زندگی مشترک

محقق: رقیه خامی

تابستان ۱۴۰۴

چکیده

پدیده کاهش علاقه و شور عاطفی در ماه‌ها یا سال‌های اولیه زندگی مشترک، امری شایع و چندعاملی است. این کاهش، که گاهی با عنوان "فرونشینی هیجان اولیه" یا "گذار از عشق رمانتیک به عشق واقع‌گرایانه" شناخته می‌شود، معمولاً ناشی از تضاد بین انتظارات ایده‌آل‌گرایانه پیش از ازدواج و واقعیت‌های روزمره زندگی است. بر اساس تحقیقات انجام گرفته از منابع مهم عوامل مختلفی بر کاهش علاقه ی زوجین به یکدیگر تاثیر دارند منابع مختلف جهت انتقال مفاهیم متعددی از علل کاهش علاقه زوجین به یکدیگر استفاده کرده است. هدف از این پژوهش بررسی علل کاهش علاقه زوجین به یکدیگر پس از گذشت مدت کوتاهی از زندگی مشترک می باشد این پژوهش از نوع کتابخانه ای و به روش توصیفی - تحلیلی انجام شده است بر اساس یافته های این پژوهش علل اجتماعی کاهش علاقه ی زوجین به یکدیگر عبارتند از: بیکاری و فقر اقتصادی، افزایش خانواده ی هسته ای، صنعتی شدن، همچنین در خصوص علل شخصی کاهش علاقه زوجین به یکدیگر موارد: کم شدن سطح هورمون ها، داشتن بحث و اختلاف نظر، اعتیاد، دور بودن مدت طولانی از هم، اهمیت ندادن به موضوعات جنسی و همچنین علل رابطه ای به دست آمد.

واژگان کلیدی: علاقه، زوجین، زندگی، مشترک

علاقه احساس یا هیجانی است که سبب می شود توجه روی ی شی ، رویداد ، یا فرایند متمرکز شود . در روانشناسی مورد علاقه معاصر ، از این اصطلاح به عنوان یک مفهوم کلی استفاده می شود که ممکن است دیگر اصطلاح های روانشناختی خاص تر ، مانند کنجکاوی و تا حد بسیار کمی تعجب را در بر گیرد علاقه از ابتدای پیدایش بشر وجود داشته است و در تمام ادیان و مذاهب مخصوصا دین مبین اسلام مورد تاکید بوده است و همچنین در آیات و روایات به آن اشاره شده است . حال سوال در این تحقیق این است که علل کاهش علاقه ی زوجین به یکدیگر بعد از گذشت زمان کوتاهی از زندگی مشترک چیست ؟

از جمله مواردی که می تواند باعث کاهش علاقه بین زوجین شود می توان به این موارد اشاره کرد: (۱) اختلاف و مشاجره ، (۲) کاهش ذخیره ی روانی ، (۳) غیبت های مکرر ، (۴) موضوعات حل نشده ی گذشته و ... که در این تحقیق بدان پرداخته شده است . این تحقیق از زوایای مختلف می تواند مورد بررسی قرار گیرد که در این مقاله از بعد فرهنگی ، معنوی به آن پرداخته شده است . ضرورت بحث بر این است که علل کاهش علاقه ی زوجین به یکدیگر بعد از گذشت زمان کوتاهی از زندگی مشترک چیست ؟

تالیفات قبلی در مورد کاهش علاقه ی زوجین صحبت کرده اند . ولی در مورد علل کاهش علاقه ی زوجین به یکدیگر بعد از گذشت مدت زمان کوتاهی از زندگی مشترک صحبت نکرده اند .

از زمان صدر اسلام به وجود علاقه و محبت بین زوجین توصیه شده به طوری که یکی از مستحبات موکد در اسلام ازدواج است و در چندین جای قرآن مجید ذکر آن آمده و اشاره شده " زن و مرد نسبت به هم لباس یکدیگرند و ... " در زمان حال نیز حکومت اسلامی برای اداره ی جامعه و ایجاد نظم و آرامش در جامعه نیاز به پشتوانه ی معنوی مانند علاقه و رعایت حقوق همسر مانند امر ازدواج دارد تا از این طریق آرامش در جامعه حاکم شود . با توجه به این ضرورت کتاب های مختلفی در این مورد وجود دارد که به این موضوع پرداخته است ولی به موضوع علل کاهش علاقه ی زوجین به یکدیگر پس از گذشت مدت زمان کوتاهی از زندگی مشترک پرداخته نشده است . بنابراین ضرورت بر این است که در این تحقیق به علل کاهش علاقه ی زوجین به یکدیگر بعد از گذشت مدت زمان کوتاهی از زندگی مشترک پرداخته شود .

با جست و جو در سایت نورمگز ، پروتال های جامع انسانی ، مگ ایران دریافتیم که مقالات ، کتاب ها و پایان نامه هایی درباره ی موضوع حاضر نوشته شده است . از جمله : مقاله موسوی جوردی ، سید رضا در مقاله ی خود با عنوان " نشانه های نبودن رابطه ی عاطفی بین زن و شوهر " یکی از علائم نشان دهنده ی سردی رابطه ی عاطفی زن و شوهر را مشورت نکردن با یکدیگر می داند . جمالی ، یعقوب در مقاله ی خود با عنوان " عشق کوتاه مدت بین زوجین " یکی از عوامل کاهش محبت بین زوجین را رابطه جنسی کم رنگ می داند . از جمله کتابهایی که در این زمینه نگاشته شده است: تی بک ، آرون در کتاب خود با عنوان "

عشق هرگز کافی نیست " دانستن تمام مهارت ها و مطالبی را که لازم است تا یک رابطه از بد به خوب و از خوب به عالی برود را برای زوجین بیان می کند .جانسن ، سو در کتاب خود با عنوان " محکم در آغوشم بگیر " در رابطه با کاهش علاقه ی بین زوجین در کوتاه مدت نه تنها صحبت کردن بلکه درست صحبت کردن را عامل مهم می داند .و نیز رساله ها و پایان نامه هایی که در این زمینه به رشته تحریر در آمده اند؛ سفیری ، مریم در پایان نامه ی خود با عنوان " روش تحقیق طلاق عاملی برای گسستن روابط عاطفی " یکی از دلایل کاهش علاقه ی بین زوجین را استفاده از واژه ی طلاق در زندگی مشترک می داند .

موسوی ، آرمان در پایان نامه ی خود با عنوان " بررسی رابطه ی بین عناصر سبک های عشق و رضایت زناشویی " سه عامل مهم (صمیمیت ، شهوت ، تعهد) را موثر بر رضایتمندی زناشویی می داند که شناخت هر یک به بهبود روابط بین زوجین کمک می کند .خلا موجود در بین همه منابع تالیفی این بود که عوامل کاهش علاقه زوجین بعد از گذشت مدت کوتاهی از زندگی مشترک چه مولفه هایی است؟.

پژوهش حاضر در صدد ارائه ی علل کاهش علاقه ی بین زوجین بعد از گذشت مدت کوتاهی از زندگی مشترک است.روش تحقیق در این مقاله از نوع کتابخانه ای و اسنادی است و روش پردازش اطلاعات توصیفی - تحلیلی است .

مفهوم شناسی

زندگی^۱

تعریف لغوی : (ز د یا د) زندگانی ، حیات ، محیا ، حیوان ، نقیض مرگ ، مقابل مرگ و ممات .و آن صفتی است مقتضی حس و حرکت .

تعریف اصطلاحی : در اصطلاح به معنی زندگانی و معاش (آندراج)* عیش ، معاش ، معشیت است .

۱- همان ، ص ۴۸۱

الف) عوامل اجتماعی

۱- شاغل بودن زن و مرد

در بیشتر ازدواج های امروزی زن و شوهر هر دو بیرون از خانه به کار سرگرم اند. پیامد این پیشرفت بسیار مهم است. در چنین موقعیتی زن و شوهر ممکن است به جهت هایی متفاوت کشیده شوند و ناگزیر به دنبال کردن هدف های مختلف باشند. در نتیجه مدت با هم بودنشان کاهش می یابد و بر مشغولیت فکری و منابع بیرونی فشار روانی آنان افزوده می شود. با گذر زمان، زن و شوهر بیشتر از هم جدا می شوند و به گونه ای فزاینده ای از نظر عاطفی و جسمانی از یکدیگر فاصله می گیرند. تعارض های کاری و خانوادگی هنگامی به وجود می آید که فشارهای مربوط به نقش و انتظارات در کار و خانواده با هم ناهمگون باشند. مانند زمانی که حضور در یک نقش، مشارکت در نقش دیگر را غیر ممکن می سازد. به طور کلی تعارض های کار و خانواده را می توان به سه دسته ی کلی تقسیم کرد: تعارض های مبتنی بر زمان، تعارض های مبتنی بر فشار روانی و تعارض های مبتنی بر رفتار. تعارض های مبتنی بر زمان به این نکته بر می گردند که چگونه زمان اختصاص یافته به یک نقش باعث کاهش توجه به نقش دیگر می شود. تعارض های مبتنی بر فشار روانی وقتی اتفاق می افتد که نشانه های تنیدگی مانند خستگی و تحریک پذیری از یک نقش به نقش دیگر وارد می شود. تعارض های مبتنی بر رفتار عبارت است از ناهمگونی رفتار مورد انتظار در یک نقش با نقش دیگر.^۱

پیامدهای اشتغال زنان از جمله: تحولات هویتی، افزایش سن ازدواج، فشار مضاعف، تحول در ساختار خانواده، و الگوی تفکیک نقش ها، تاثیر بر فرزند خواهی، تاثیر بر روابط مادر و فرزند، تاثیر بر روابط خانوادگی و کاهش علاقه ی بین زوجین در صورت مدیریت نکردن، تحول سیاست ها و قوانین کاهش جمعیت، افزایش آسیب های اجتماعی، افزایش مزاحمت های جنسی در محل کار، توسعه ی مشاغل جایگزین خانواده، افزایش قدرت رقابت سرمایه داران در عرصه ی جهانی و تغییر الگوی مشارکت اجتماعی زنان می باشد.^۲ وجود رابطه ای منطقی بین اشتغال زنان و افزایش طلاق به اثبات رسیده است. از طرفی، افزایش طلاق با کاهش نرخ جمعیت ارتباط مستقیم دارد. گیدنز نیز افزایش طلاق را با استقلال اقتصادی زنان مرتبط می داند؛ چون با اشتغال زنان، ازدواج دیگر یک مشارکت ضروری اقتصادی محسوب نمی شود. نتایج تحلیل داده های آماری سال ۱۳۸۵ — در ایران — نشان می دهد: هرچه میزان درآمد مردان افزایش یابد، میزان طلاق کاهش می یابد و بعکس، هرچه میزان درآمد زنان افزایش یابد، میزان طلاق نیز

۱ — پور عابدی، نائینی، سید حسن، زناشویی درمانی، انتشارات رشد، چاپ اول، سال ۱۳۸۰، تهران ص ۲۵

۲ زعفرانچی، لیلا سادات، اشتغال زنان، انتشارات حورا، سال ۱۳۸۸، ص ۳۳

- پنهان کاری، دروغ گویی درباره مصرف مواد یا هزینه های مرتبط، بی اعتمادی ایجاد می کند.
- احتمال خیانت (از جمله خیانت جنسی یا عاطفی) در افراد معتاد بیشتر گزارش شده است .
- ۲ - تأثیر بر نقش های خانوادگی و مسئولیت ها
- فرد معتاد اغلب از ایفای نقش همسری یا والدینی غافل می شود.
- فشار مسئولیت ها بر دوش همسر افزایش یافته و باعث فرسودگی عاطفی و احساس تنهایی می شود.
- تأثیر بر سلامت روان همسر
- همسران افراد معتاد اغلب علائم افسردگی، اضطراب و کاهش عزت نفس را تجربه می کنند.
- سندرم سازگاری با اعتیاد (Enabling) در همسران دیده می شود که به طور ناخواسته رفتارهای اعتیادی را تداوم می بخشد.
- کاهش علاقه و طلاق عاطفی
- اعتیاد می تواند به "طلاق عاطفی" منجر شود که در آن زوجین تنها به صورت فیزیکی در کنار هم هستند.
- تحقیقات نشان می دهد احتمال طلاق در زوج های درگیر با اعتیاد ۲ تا ۳ برابر بیشتر است .
- راه های درمان و بهبود رابطه
- الف) درمان فرد معتاد:
- شرکت در برنامه های سم زدایی، روان درمانی و گروه های حمایتی مانند NA معتادان گمنام.
- ب) مشاوره زوج درمانی تخصصی:
- رویکردهایی مانند زوج درمانی رفتاری-شناختی CBCT برای اعتیاد مؤثرند.
- افزایش مهارت های ارتباطی و حل تعارض.
- ج) حمایت از همسر:
- شرکت در گروه های حمایتی مانند Al-Anon (برای خانواده افراد الکلی) یا Nar-Anon برای خانواده معتادان).
- اعتیاد نه تنها سلامت فرد معتاد، بلکه ساختار عاطفی و کارکردی رابطه زناشویی را تهدید می کند. کاهش علاقه، صمیمیت و اعتماد از پیامدهای رایج آن است. با این حال، با درمان تخصصی و حمایت سیستماتیک، امکان ترمیم رابطه وجود دارد. مداخله زودهنگام و آگاهی بخشی به زوجها درباره این تأثیرات، گام مهمی در پیشگیری از فروپاشی رابطه است.^{۱۳}
- ۴) دور بودن طولانی مدت از هم

^۱- Rosenberg , H . 2021 . substance Abuse and litimate Relationships-

در روابط زنا شویی که یکی از زوجین یا هر دوی آنها به دلیل مشکلات کار نیاز به داشتن شیفت های طولانی کاری بوده و یا ماموریت های زیادی می رود ، ممکن است باعث شده تا به مرور زمان روابط از سردی بیشتری برخوردار شده و تایم مناسبی را با یکدیگر نگذرانند . بر حسب ویژگی های شخصیتی و احساسی فرد و نیز نوع رابطه بین زوجین این ضرب المثل که " از دل برود هر آنکه از دیده رود " در مورد بسیاری از زوجین صادق بوده و دوره های غیبت طولانی مکرر همسر (مشاغلی چون : خلبانی ، پزشکی ، شیفت کاری شبانه و ...) می تواند موجب بروز شک در علاقه ی بین همسران شود . تجربه نشان می دهد فاصله و دور بودن های طولانی مدت زوجین از همدیگر خطرناک ترین قاتل رابطه است . اختلاف ممکن است به هماهنگی و یکدلی شما خدشه وارد کند ، اما فاصله گامی فراتر می رود و کاری می کند زن و شوهر دیگر اهمیت ندهند که به هم نزدیک اند یا نه . بی شک روابط زناشویی در طول زمان تغییر می کنند . اضطراب اولیه ای که وقتی عاشق شدید در شما بود و باعث می شد نتوانید جدا از همسرتان باشید ، پخته تر و به حسی بسیار ملایم تر و مهار شده تر تبدیل می شود . شاید وقتی اوضاع فشار می آورد و توجه بیشتر شما را می طلبد به همسرتان احساس نزدیکی کمتری کنید . بیشتر زوج هایی که تازه بچه دار می شوند تا مدتی انگار برای یکدیگر وقت و انرژی کمتری دارند . این بدان معنا نیست که در رابطه شان مشکلی هست ، بلکه تنها بدان معناست که در مرحله ی متفاوتی از زندگی قرار گرفته اند . وقتی رابطه درگیر مرحله ای دشوار می شود ، زن و شوهر هم معمولاً بیشتر احساس دوی می کنند . همچنین اگر یکی یا هر دو دچار تنش یا بیماری شوند ممکن است اندکی از هم فاصله بگیرند . وقتی کاملاً واضح است که فاصله به خاطر مشکلی موقتی است ، بهترین راه حل ، برخورد با آن مشکل و رفع آن است . اما اگر این فاصله برای ماه ها و بدون هیچ دلیل روشنی وجود داشته باشد ، باید زنگ خطر به صدا در آید . زن و شوهر یک شبه از هم دور نمی شوند ؛ این فرآیندی تدریجی است که در طول چند ماه و چند سال شکل می گیرد . متأسفانه بسیاری از زوج ها ترجیح می دهند علایم این مشکل را نادیده بگیرند ، چون نمی خواهند بپذیرند که این فاصله می تواند به چه معنا باشد . بعضی زوج ها فکر می کنند فاصله به معنی نوعی عدم سازگاری اساسی یا وجود بحرانی در رابطه شان است که ممکن است برای همیشه کارشان را بسازد . اما تجربه ی من در مشاوره با صدها زوج نشان می دهد علت متداول دور شدن از هم بروز قحطی است . وقتی رابطه ای دچار قحطی محبت و توجه باشد و زن و شوهر قادر نباشند رابطه شان را در اولویت قرار دهند و آن را درست تغذیه کنند ، رابطه مثل گیاهی بدون آب ذره ذره می پژمرد و می میرد . وقتی زن و شوهر در حال دور شدن از هم باشند این مسئله از طریق بعضی علائم هشدار دهنده مانند بی علاقه گی ، بی تفاوتی ، اشتغال فکری ، و سوسه قابل تشخیص است . فاصله ای که میان خود و همسرتان حس می کنید در طول رابطه نوسان دارد . بعضی وقت ها این فاصله از عوارض جانبی سرعت سرسام آور زندگیست که

امری اجتناب ناپذیر است؛ در سایر موارد نشانه‌ی مشکلی است که می‌دانید باید به آن پردازید. در هر دو صورت خودتان باید تصمیم بگیرید برای رفع شکافی که میانتان افتاده چه کنید. اگر میانتان فاصله افتاده اما می‌دانید اما می‌دانید آمادگی تمام کردن رابطه را ندارید، وقت آن است که فرصت با هم بودن به عنوان زن و شوهر را در اولویت قرار دهید. اگر مشکلات خاصی باعث ایجاد فاصله شده‌اند، ببینید چطور می‌توانید آن‌ها را حل کنید. اگر به خاطر کار و گرفتاری دارید، از هم دور می‌شوید همین امروز تصمیم بگیرید که با هم بودن را در اولویت قرار دهید و بین خود صمیمیت ایجاد کنید. هر کاری می‌کنید فاصله‌ای را که میانتان افتاده و در حال افزایش است، به حال خود رها نکنید؛ مبادا که کار از کار بگذرد. اگر فاصله‌ی میان خود را از بین نبرید، مشکلات - یا آدم‌های - دیگری آرام آرام به درون رابطه تان می‌خزند. زوج‌های زیادی را دیده‌ام که باورشان نمی‌شده خیانت پیوند زناشویی شان را از هم گسسته است. هر دو طرف ادعا می‌کردند مشکل خاصی در رابطه شان وجود نداشته و طرف خطاکار مصرانه می‌گوید دنبال فرد دیگری نبوده است. اما هر چه زن و شوهر از هم دورتر باشند، فضا و فرصت بیشتری برای نفر سوم فراهم می‌شود تا به رابطه‌ی آن‌ها نفوذ کند.^۱

۵) اهمیت ندادن به موضوعات جنسی

خداوند متعال در قرآن می‌فرماید: هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَجَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا ۖ فَلَمَّا تَغَشَّاهَا حَمَلَتْ حَمْلًا خَفِيًّا فَمَرَّتْ بِهِ ۖ فَلَمَّا أَثْقَلَتْ دَعَوَا اللَّهَ رَبَّهُمَا لَئِنْ آتَيْنَا صَالِحًا لَنُكَوِّنَنَّ مِنَ الشَّاكِرِينَ^{۱۴}

گریزه‌ی جنسی از غرایزی است که خدای متعال در انسان قرار داده است؛ این غریزه، عطیه الهی و امری طبیعی و فطری است. قرآن کریم، گرایش زن و مرد را به یکدیگر اقتضای ساختار آدمی و نخستین کالای زیبا و آراسته دنیوی به حساب آورده است. برای مردمان، علاقه به خواستنی‌های گوناگون از جمله علاقه به زنان و... آراسته شده است. (آل عمران، ۱۴) در این آیه واژه‌ی شهوت به کار رفته و چون این واژه به معنای خواسته‌ی شدید است می‌توان گفت علاقه به زن و فرزند شدید است.

روابط جنسی یکی از موارد تاثیر گذار در میزان شور و علاقه در زندگی مشترک می‌باشد. این موضوع می‌تواند منجر به بیشتر شدن علاقه بین زوجین شده و همچنین صمیمیت آن‌ها را در این زمینه بالا برد. بنابراین میزان اهمیت دادن به روابط جنسی نقش مهمی در میزان شور و علاقه در زندگی دارد.

با توجه به اینکه میل جنسی تابع عوامل کلی مانند هنجارهای اجتماعی، عاطفی، جغرافیایی، فرهنگی، فیزیولوژی بدن و احساسات و باورهای شخصی می‌باشد، در عین حال عوامل بسیاری مانع یک ارتباط جنسی سالم می‌گردند که اختلال جنسی نامیده می‌شوند. این اختلال شامل سه بخش عمده می‌باشد:

^۱ - همان منبع

^۲ اعراف/۱۸۹

الف) اختلال هویت جنسی : در این نوع اختلال فرد از داشتن هویت جنسی فعلی و گرایش شدید به بودن در قالب جنس مخالف رنج می برد. ب) پارافیلیا: که به هر نوع رفتار جنسی غیر طبیعی و غیر انسانی لذت از رنج کشیدن یا رنج دادن جنسی (مازوخیسم و سادیسم جنسی)، نمایشگری (نشان دادن آلت تناسلی به دیگران)، یادگار خواهی (استفاده از اشیایی مثل کفش یا لباس زنان برای لذت جنسی)، دست انداختن یا مالش خود به دیگران، بچه بازی، مبدل پوشی (احساس لذت از پوشیدن لباس جنس مخالف)، نظر بازی و سایر انواع می باشد. ج) اختلال کارکرد جنسی : این اختلال شامل هر گونه مانع و مشکلی می شود که در جریان آمیزش مانع رسیدن طرفین به لذت و ارگاسم جنسی می گردد و شامل : احساس ناراحتی و درد در اعضای تناسلی، فقدان میل جنسی، بیزاری و امتناع از عمل جنسی، ناتوانی در حفظ یا تکمیل فهاالت جنسی، انزال زودرس یا دیررس، مشکل نعوظ و حفظ آن برای مرد می باشد.

نتیجه

این پژوهش با هدف شناسایی علل کاهش علاقه زوجین به یکدیگر بعد از گذشت زمان کوتاهی از زندگی مشترک انجام گردید در این راستا به استخراج مصادیق علل کاهش علاقه زوجین به یکدیگر از منابع مذکور درس حوزه عوامل اجتماعی، عوامل شخصی پرداخته شد.

بر اساس یافته‌های این پژوهش روشن گردید: علل کاهش علاقه زوجین به یکدیگر مرتبط با عوامل اجتماعی عبارتند از : اول : شاغل بودن زن و مرد، دوم بیکاری و فقر اقتصادی، سوم افزایش خانواده هسته ای، چهارم صنعتی شدن و همچنین عوامل شخصی عبارتند از: اول کم شدن سطح هورمون‌ها، دوم داشتن بحث و اختلاف نظر، سوم اعتیاد، چهارم دور بودن طولانی مدت از هم، پنجم همیت ندادن به موضوعات جنسی و می‌باشد یافته‌های این پژوهش می‌تواند در تحقیقات بعدی محققان و مبلغین اسلامی مورد استفاده قرار گیرد از جمله محدودیت‌های تحقیق حاضر این است که آیات قرآن به طور کامل بررسی نشده است همچنین در تحلیل آیات مربوط به علل کاهش علاقه زوج به یکدیگر به کتب برگزیده رجوع شده است پیشنهاد می‌شود باقی آیات قرآن نیز در خصوص علل کاهش علاقه زوجین به یکدیگر مورد تحقیق قرار گیرد و نیز از تفاسیر هم استفاده شود.

منابع

قرآن کریم، آیه ۱۴ سوره آل عمران

۲- حکمت‌نامه پیامبر اعظم صلی الله علیه و آله و سلم

۳- کلینی، ثقة الاسلام، الکافی، جلد، ۵ صفحه، ۳۰۳۰ جلد ۳، بیتا، بی‌نا

- ۴- آیت الله مشکینی، علی، ازدواج در اسلام، انتشارات الهادی، چاپ هفدهم، سال ۱۳۸۳، قم، صفحه ۹۵
- ۵- پورعابدی نایینی، سید حسن، زناشویی درمانی، انتشارات رشد، چاپ اول، سال، ۱۳۸۰، تهران، صفحه ۲۵ خبر
- ۶- خبرگزاری جمهوری اسلامی، جامعه شناس و پژوهشگر اجتماعی، ۱۰ تیر سال ۱۴۰۲
- ۷- دهخدا، علی اکبر، لغت نامه دهخدا، جلد، ۲۷، ۱۳۳۹، صفحه ۵۳۱
- ۸- نظری، علی محمد، مبانی زوج درمانی و خانواده درمانی، چاپ ۳۳، نشر علم، سال، ۱۳۸۶، تهران صفحه ۱۰۴
- ۱۰- حسن زاده، رمضان، روانشناسی خانواده عشق ازدواج، نشر ساوالان، چاپ اول، سال ۱۳۹۰، تهران صفحه ۳۲۲
- ۱۱- درگاهی، حسن، اقتصاد کلان و آسیب های اجتماعی، انتشارات دنیای اقتصاد، چاپ ۲۲، سال ۱۴۰۰، تهران صفحه ۲۰
- ۱۲- رسولی، لیلا، بهبود روابط زناشویی، نشر هیرمند، چاپ سوم، سال، ۱۳۹۴، تهران، صفحه ۲۰۳
- ۱۳- کوچکیان، لیلا، بررسی تاثیرات فقر اقتصادی و روابط عاطفی زوجین، مقاله پژوهشی، تهران
- ۱۴- هادی کمال، حلقه های گمشده در روابط زناشویی و خانوادگی، نشر درنا قلم، چاپ اول، سال ۱۳۹۴، تهران صفحه ۱۰۳
- منابع الکترونیکی

DR.ZEHN.COM
ALZAHRA.JOURNAL.AC.IR
ALZAHRA.JWFS.AC.IR
UI.JAS.AC.IR
JOURNALS.IAU.IR
WWW.RAVAN.AVA.COM