

به نام خدا

عنوان مقاله: عوامل افزایش و تحکیم روابط زوجین

نویسنده اول: علی حسینی فهرجی، دانشجو معلم، دانشگاه فرهنگیان، استان یزد

نویسنده دوم: مهدی صادقی، استاد راهنما درس ادبیات فارسی، دانشگاه تهران

چکیده:

قطعا یکی از تاثیر گذارترین چیزها بر روی افراد، خانواده است. خانواده نقش بسیار مهم و تاثیر گذار روی افراد و شخصیت آنها دارد. وجود آرامش در خانه و خانواده باعث میشود اعضا به شکوفایی برسند و در کنار هم رشد کنند و یک زندگی ایده آل را تجربه کنند. خانواده یکی از نهادهای بنیادی و سازنده بشر است و نقش بسزایی در رشد و تربیت افراد جامعه دارد. اگر زن و مرد در کنار یکدیگر آرامش داشته باشند، هر دو رشد می کنند و از زندگی در کنار یکدیگر لذت می برند. اما رسیدن به آرامش عاطفی بین زوجین نیاز به توجه به نکاتی است که زوجین باید در ارتباط با یکدیگر رعایت کنند تا زندگی پایدار و عاشقانه خوبی در کنار یک دیگر داشته باشند. در اینجا ما با بررسی نظر روانشناسان، بررسی آیات قران و همچنین توجه به سخن و احادیث ائمه این عوامل را نام برده و مورد بررسی قرار می دهیم. چند مورد از عوامل تحکیم روابط زوجین عبارتند از: نگاه محبت آمیز، صداقت، توجه به نیاز های یکدیگر، رعایت آداب، درک احساسات و هیجانات منفی، احترام به حریم خصوصی یکدیگر که در صورت رعایت این موارد زن و شوهر می توانند در کنار هم یک زندگی شیرین را تجربه کنند و باهم رشد کنند و طعم خوشبختی را تجربه کنند.

واژگان کلیدی: خانواده، زوجین، محبت، خوشبختی، آرامش

مقدمه

امروزه جامعه ما دچار تغییر و تحول های فراوانی در تمام زمینه های اجتماعی، فرهنگی، اخلاقی و... شده است. همه اینها سبک زندگی افراد را تغییر داده و خانواده ها با آسیب های زیادی مواجه شده

اند و اختلافات میان آنها روز به روز افزایش یافته و بنیان خانواده را متزلزل ساخته است. متأسفانه ازدواج های امروزی اکثراً عمر زیادی ندارند و منجر به طلاق می شوند. وقتی بیشتر توجه کنیم به علت طلاق آنها متوجه میشویم که بیشتر اختلافات آن بسیار کوچک بوده و فقط نیاز به دانستن نکات ریزی بوده که اگر زوجین رعایت می کردند، هرگز کار به دادگاه و طلاق گرفتن نمیشد. ازدواج مانند یک گل می ماند؛ برای اینکه این گل رشد کند و زنده بماند نیاز به مراقبت و توجه است. ازدواج نیز همینگونه است باید زوجین به یکی دیگر توجه کنند و بی تفاوت از کنار این موضوع مهم نگذرند. برای اینکه زندگی زن و شوهر همیشه در اوج رابطه عاطفی خود باشد و همچنین یک رابطه با آرامش در کنار یکدیگر داشته باشند نیازمند دانستن و رعایت کردن یک سری نکاتی است که در اوج ساده بودن خود، بسیار موثر در رابطه زوجین هست. برای بیان بهتر این مسئله، مسیر زندگی را به جاده چالوس تشبیه می کنیم. جاده چالوس جاده ای زیبا اما پرپیچ و خم است و کسی می تواند از این جاده به سلامت عبور کند و از زیبایی های مسیر لذت ببرد که مهارت رانندگی خوبی داشته باشد.^۱ اگر بهترین افراد را با بهترین خودرو، در این جاده راهی کنیم؛ ولی مهارت رانندگی خوبی نداشته باشند، به احتمال بسیار زیاد به مقصد نخواهند رسید.

زندگی نیز مانند جاده چالوس است که اگر زن و شوهر در این مسیر مهارت های لازم را نداشته باشند، نه تنها از زندگی خود لذت نمی برند، بلکه نمی توان امید داشت که این زندگی تداوم و استمرار زیادی داشته باشد و دیر یا زود این رابطه به پایان خواهد رسید. حالا به چند مورد از عواملی که باعث تحکیم رابطه بین زوجین می شود، می پردازیم.

نگاه محبت آمیز داشته باشید

اولین نکته نگاه محبت آمیز به طرف مقابل است. زن و شوهر باید ثانیه های اول دیدار را مدیریت کنند و برای آن یک طرح رفتاری داشته باشند همانطور که معلم در کلاس باید طرح درس داشته باشد، زوجین نیز باید برای نحوه دیدار و برخورد شان با هم برنامه داشته باشند. برای نمونه مرد باید برنامه داشته باشد که وقتی وارد خانه می شود چگونه با

همسرش برخورد کند و همینطور زن باید درباره رفتار با شوهرش طرح رفتاری داشته باشد. او باید تمرین کند ه چگونه می‌تواند بهترین برخورد و دیدار را با همسرش داشته باشد.

پیامبر اکرم می‌فرمایند: ((وقتی مردی به همسر خود نگاه محبت آمیز کند و همسرش نیز به او نگاه محبت آمیز کند خداوند به دیده رحمت ه آنان نگاه می‌کند.²

دست داده زن و مرد با یکدیگر

نکته بعدی که در همان ثانیه‌های اول دیدار باید رعایت شود دست دادن زوجین با یکدیگر است که از آرامش بخش‌ترین رفتارها همین دست دادن ساده است. طبق نظر یک دانشمند کره‌ای³ کف دو دسته انسان نمایشگر بدن است یعنی کف دو دست در هر جای بدن انسان نماینده دارد برآمدگی زیر انگشت شست، نماینده قلب است؛ یعنی وقتی ن و شوهر به همدیگر دست می‌دهند، با هم پیوند قلبی برقرار می‌کنند.

رسول اکرم (ص) می‌فرمایند: ((وقتی بنده مومن ست همسرش را می‌گیرد خداوند ده حسنه رایش می‌نویسد و ۱۰ خطا را ز او محو می‌کند.))⁴

به یکدیگر احترام بگذارید

یکی از اصول مهم روابط زناشویی از نظر روانشناسی، احترام متقابل است. در واقع شاید بتوان گفت مهم‌ترین تعرف دوست داشتن از نظر روانشناسی رابطه، احترام به همسر و دوست داشتنی‌های او می‌باشد. زن و شوهری که به یکدیگر بی‌احترامی می‌کنند، پل‌های پشت سر خود را تخریب می‌نمایند.

² نهج الفصاحه، ح 621

³ Park jae woo، ساکن کشور کره، سال 1986م

⁴ مستدرک الوسائل، ج 14، ص 151

استقبال و بدرقه

استقبال از همسر به هنگام ورود به خانه یا بدرقه او به هنگام بیرون رفتن، نشانه صفا و صمیمیت میان آنهاست. افزون بر آن، این کار حاکی از احترام زن و شوهر به یکدیگر است. لذا چقدر خوب است، خانم خانه، هنگام بیرون رفتن آقا از خانه، او را بدرقه کند؛ چند قدمی پشت سرش برود، با او خداحافظی کرده و همسرش را به خدایش بسپارد. همچنین هنگام وارد شدن آقا به خانه، گاهی خانم باید به استقبال همسرش برود و پس از سلام و احوال‌پرسی، وسایلی که آقا خریده را از او بگیرد و تشکر کند. البته قابل توجه است که این استقبال مختص خانم‌ها نیست و برای آقایان نیز هست.

مردی خدمت رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) آمد و عرض کرد: همسری دارم که هرگاه وارد خانه می‌شوم به استقبال می‌آید، و چون از خانه بیرون می‌روم بدرقه ام می‌کند و زمانی که مرا لندوه‌گین می‌بیند می‌گوید: اگر برای رزق و روزی [و مخارج زندگی] غصه می‌خوری، بدان که خداوند آن را به عهده گرفته است و اگر برای آخرت خود غصه می‌خوری، خدا اندوهت را زیاد کند [و بیشتر به فکر آخرت باشی] رسول خدا (ص) فرمودند: برای خدا کارگزارانی [در روی زمین] است و این زن یکی از کارگزاران خداست که پاداش او برابر با نیمی از پاداش شهید است.^۵

مقایسه نکنید

در روابط زناشویی از نظر روانشناسی، مقایسه ممنوع است. شما ظاهر زندگی دیگران را می‌بینید؛ لذا ظاهر زندگی ایشان را با باطن زندگی خودتان مقایسه می‌کنید. به عبارت دیگر شرایط زندگی افراد متفاوت است و عوامل متعددی در گذشته و حال بر زندگی زوجین تاثیر می‌گذارد. برخی می‌گویند چرا مردان بعد از رابطه سرد می‌شوند؟ مجموعه‌ای از رفتارهایی مثل سرزنش، توهین و مقایسه یکی از علل سردی مرد بعد از رابطه هستند.

^۵ من لایحضره الفقیه، ج ۳، ص ۳۹۰

مسائل و مشکلات خود را بیرونی نکنید

در روانشناسی زناشویی هرگونه دخالت دادن دیگران در زندگی زناشویی اکیدا ممنوع می‌باشد. اگر در زندگی مشترک خود با چالش و مشکلی مواجهه شدید سعی کنید بدون دخالت دیگران آن را حل کنید و در صورتی که نیاز به کمک داشتید به متخصص مراجعه نمایید. نظرات دیگران معمولا غیرعلمی است و در بسیاری از موارد بر رابطه شما تاثیرات منفی می‌گذارد. چنانچه به حمایت اطرافیان خود نیاز داشتید بدون ذکر جزئیات و خراب کردن وجهه همسر از آن‌ها کمک بگیرید.

نیازهای یکدیگر را برطرف کنید

در روابط زناشویی از نظر روانشناسی اینکه زوجین برای برآورده نمودن نیازهای یکدیگر تلاش کنند و در برخی مواقع از خواسته‌های شخصی خود بگذرند، نه تنها احترام و ارزش آن‌ها را از بین نمی‌برد بلکه باعث محبوبیت آن‌ها در خانواده و اجتماع می‌شود. اگر برای رفع نیاز همسران از خواسته شخصی خود بگذرید در واقع به نفع خود و حفظ آرامش در رابطه عمل کرده‌اید. مشاوره جنسی در بررسی نیازهای جنسی زوجین و کسب رضایت جنسی نقش مهمی دارد.

ایجاد امنیت روانی

لازمه استمرار روابط زناشویی سالم، داشتن تعهد و وفاداری، اعتماد، انصاف، صمیمیت، پذیرش متقابل، سعه صدر، تفاهم و اعتماد است. لذا با رعایت این اصول نسبت به همسران احساس مسئولیت کنید و در خانواده فضای سرشار از امنیت عاطفی ایجاد کنید. امام سجاده (ع) فرمود: «... و إِنَّ أَرْضَاكُم عِنْدَ اللَّهِ أَسْبَغَكُمْ عَلَى عِيَالِهِ؛ خدا از کسی که زمینه آسایش خانواده خود را آبرومندانه فراهم سازد خوشنودتر است.»

توجه مثبت به وضعیت و فیزیک ظاهری همسر

مرد باید به ظاهر همسرش توجه کند و حساس باشد نسبت به دوستانها که مردشان از ظاهر و چهره و لندام آنها تعریف کند در واقع این تعریف و تمجید از ظاهر توجه به همسر است و این از نیازهای اوست که دوست دارد به او توجه شود امروزه یکی از ایل عمل‌های جراحی صورت در خانم‌ها همین نیاز به دیده شدن و توجه است.

توجه به سلیقه همسر

در خانه داخل خانه تحت مدیریت زن است اگر خانم در خانه تغییری ایجاد کرد به آن توجه کنیم و احترام بگذاریم. توجه مثبت مرد به همسرش در خانه یروی محرک او در فعالیت‌های خانه است و زن را پویا فعال می‌کند و سبب می‌شود از زندگیش لذت ببرد. در مقابل اگر مرد توجه مثبت نداشته باشد و حتی سلیقه و فعالیت زن در خانه را بی‌اهمیت جلوه دهد زن دیگر در خانه نگیزه‌ای برای فعالیت و تکاپو نخواهد داشت این خود باعث سردی در خانواده می‌شود. بروز برخی از مشکلات از جمله افسردگی بدبینی و حتی در مواردی منجر به اختلالات اضطرابی از جمله وسواس می‌گردد.

صداقت و جلب اعتماد طرف مقابل

با استناد به مثال معروف «تعرف الاشياء باضدادها» هر چیزی با ضد خودش بهتر شناخته می‌شود با ضد و نقیض آن، یعنی پنهانکاری و دروغ‌گویی و ما می‌توانیم صداقت را بشناسیم. نقیض صداقت چیست، یکی پنهانکاری است، یعنی به محض اینکه تصمیم می‌گیریم و نیت می‌کنیم که چیزی را از همسر خود پنهان کنیم از همان لحظه ناراحتی‌ها و مشکلات شروع و رفته رفته بیشتر خواهد شد. پنهانکاری بین زوجین کاملاً مردود است. صداقت یعنی آنچه من در دل دارم، نیت و فکرم با آنچه می‌گویم برابر است. در صداقت سه مورد فکر، گفتار و رفتار باید با هم تطبیق داشته باشند و یکی باشد پس فرد صادق باید این سه مورد را با هم داشته باشد.

صداقت می‌تواند اعتماد طرف مقابل را جلب کند. اگر کسی صادق نباشد و در گفتار، رفتار و کردارش صداقت نداشته باشد این فرد قابل اعتماد و اطمینان نخواهد بود و در هیچ رابطه‌ای کاری را به او نخواهند سپرد، چون قابل اعتماد نیست و کسی که قابل اعتماد نیست پای تعهد خود نخواهد ماند. صداقت عامل مهمی است که در زندگی و خانواده نقش اساسی دارد. اگر در خانواده‌ای صداقت نباشد آن خانواده آسستن مشکلات در روابط بین فردی خواهد بود. به این ترتیب صداقت از مهم‌ترین ضروریات حفظ و استحکام خانواده است.

با کمی صبر مشکلات را حل کنیم

اگر در خانواده‌ای صبر وجود داشته باشد کشمکش و درگیری در آن خانواده نیست یا کم است، اگر کم باشد قابل رفع است، اما اگر صبر وجود نداشته باشد اعضای خانواده سریع و عجولانه واکنش نشان می‌دهند. صبر نداشتن یعنی من تحمل نکنم چیزی را از طرف مقابل خودم یا از طرف پدر و مادرم یا فرزندانم یا همسرم. وقتی شخصی سریع واکنش نشان می‌دهد یعنی من صبور نیستم و کسی که صبور نباشد هر جا برود و با هر کس ارتباط بگیرد قطعاً مشکلاتی بین آن‌ها به وجود می‌آید. صبر یکی از مهم‌ترین عوامل تحکیم خانواده است. وجود صبر در ارتباط‌های فرد و در روزمرگی‌های زندگی، ترافیک، مشکلات اداری و سازمانی ضروری است. باید صبور باشیم تا بتوانیم از مشکلات زندگی پیروزمندانه بیرون بیاییم.

به حریم شخصی یکدیگر احترام بگذاریم

اگر ما با تشکیل زندگی مشترک فرض را بر این می‌گذاریم که من باید در همه چیز همسرم نقش داشته باشم و از همه کارهای همسرم سر در بیاورم اشتباه است، باید اجازه دهیم طرف مقابل برای خودش یک حریم مشخصی داشته باشد که حتی همسر به خود اجازه ندهد به آن وارد شود. در آموزه‌های دینی هم داریم که وقتی می‌خواهید وارد اتاقی شوید در بزنید. فرزند برای وارد شدن به

اتاق پدر و مادر باید در بزند، همسر هم همینطور. بعضی مواقع برای هر یک از زوجین شرایطی پیش می‌آید که می‌خواهند به تنهایی کاری را انجام دهند باید اجازه داد تا طرف مقابل تنها باشد و به حریم شخصی او وارد نشویم. بررسی کردن لوازم شخصی همسر از قبیل کیف، لباس، جیب و... خلاف شأن و عرف رابطه است و کدورت ایجاد می‌کند، زیرا تجاوز به حریم شخصی ممنوع است و می‌تواند مشکل‌ساز باشد. یکی از مواردی که بنیان خانواده را متزلزل می‌کند تجاوز به حریم شخصی افراد به خصوص همسر است. حفظ حریم خصوصی همسر از موارد اساسی و مهم است. البته این با پنهانکاری فرق دارد و منظور این است که برای حریم شخصی یکدیگر احترام قائل شویم.

توجه به روزهای مهم زندگی

یکی از چیزهایی که رای خانم‌ها خیلی مهم است توجه همسرشان به رویدادهای مهم زندگی است. برخی از تاریخ‌ها و رویدادهای طلایی برای خانم‌ها به شمار می‌رود. برای مثال سوال روز تولدشان، سالگرد ازدواج، روز زن و... این‌ها روزهای طلایی است بنابراین مرد باید در این زمان‌ها به همسرش توجه ویژه داشته باشد و آن روزها را حتی با یک شاخه گل برای همسر گرامی بدارد.

اعتماد به مرد

یکی از مواردی که در مورد آقایان باید به آن توجه کرد، اعتماد داشتن به آنهاست. بدترین حالت در زندگی یک مرد این است که احساس کند طرف مقابلش به او اعتماد ندارد. زن‌ها بلید از هرگونه بدبینی در روابط با همسر پرهیز کنند؛ چرا که بی‌اعتمادی ایجاد می‌کند که منجر به آسیب به مرد می‌شود.

ارزش قائل شوید

کاری که مرد بیرون خانه برای تامین معیشت و زن درون خانه برای یک زندگی بهتر انجام می‌دهند بلید در چشم طرفین ارزش و احترام ویژه داشته باشد. کار کردن درون یا بیرون خانه با یکدیگر

تفاوتی ندارد و توان جسمی و روحی آدمی را می‌طلبد. اگر در چشم مردی کار منزل آسان است و به قول معروف کاری ندارد آن گاه باید منتظر شروع اختلافات بود.

خوشتندار باشید

جوهر آدمی در سختی‌ها آشکار می‌شود. چه بسا زندگی‌ها که در خوشی کهنه شده و سپس با بروز ناگهانی یک مشکل حاد که ریشه در درون یا بیرون خانواده دارد از هم پاشیده است. افزایش توانایی برای مقابله با مشکلات و تلخکامی‌ها که جزو جدایی‌ناپذیر زندگی هستند یکی از کارکردهای ازدواج و یافتن رفیق و همدمی برای بردن بار زندگی محسوب می‌شود. مصیبت‌ها و تلخی‌ها موقعیت‌های تنش‌زایی پدید می‌آورند که اگر طرفین قدرت مقابله با آنها را نداشته باشند سعادت و خوشبختی زندگی‌شان کمرنگ می‌شود. دیگر این که هرچه زن و مرد در مقابله با مشکلات ضعیف‌تر باشند تعداد مشکلات بیشتر می‌شود و چه بسا یک اتفاق کوچک در حد صحبت‌های یکی از اعضای فامیل به یک مصیبت و فاجعه برای زندگی مشترک تبدیل شود.

دروغ نگویید

حتی برای پوشاندن ضعف‌هایتان و آنچه از گفتنش شرم دارید دروغ نگویید. دروغ رابطه زناشویی را از امنیت روانی تهی می‌کند و اعتمادی را از بین می‌برد که باز یافتنش هرگز آسان و سریع نیست.

هدیه بدهید

معروف است که هدیه‌های کوچک، خوبی‌های بزرگ را به ارمان می‌آورند. لازم نیست برای همسران هدیه‌ای پیچیده در کاغذ کادو تهیه کنید. گاهی میوه‌ای که برای خوشایند او می‌خرید، کاری را که با نیت راحتی و لذت او انجام می‌دهید، تشکری که از دل و جان برآمده باشد یا این که برای وی وقت بگذارید و کاری کنید که خوش بگذرد بهترین هدیه برای همسر است.

به آنچه به همسران مربوط است اهمیت بدهید

تفاوت ساختاری ذهن زن و مرد موجب می‌شود اولویت اعتناها برای آنان دگرگونه باشد. در این میان اغلب زن‌ها هستند که زیان می‌کنند و دلخور می‌شوند. آنان دوست دارند همسرشان به لباسی که پوشیده یا نحوه چینش وسایل منزل توجه کند و بلکه حداقل برای دقایقی درباره آن صحبت کند و نظرش را بگوید. در مقابل ممکن است مردها فقط به این که نشان دهند متوجه این تغییرها شده‌اند اکتفا کنند. به همین دلیل است که اغلب زن‌ها همسرانشان را بی‌مبالات و بی‌خیال توصیف می‌کنند و مردها نیز معتقدند همسرشان زیادی حساس و رمانتیک است! البته برای طرفین بهتر است این تفاوت ذهنی را بپذیرند و با آن کنار بیایند.

احساس تملک را کنار بگذاریم

یکی از اخلاق‌های ناپسند در افراد منیت است که از عوامل مهم در گسستن بنیان خانواده می‌باشد. هر چه منیت در فرد بیشتر باشد مشکلات او در روابط بیشتر می‌شود، زیرا سبب جدا شدن فرد از جامعه و گروه‌های مختلف می‌گردد. منیت یعنی خود را برتر دانستن، خود را مهم‌تر و محق‌تر دانستن. کسی که منیت زیاد داشته باشد در روابط خود ایجاد مشکل می‌کند. منیت فقط تا حدی لازم است که سبب حفظ خود، زندگی و آبرو باشد، اما وقتی از حد آن بگذرد شخص به خود اجازه می‌دهد به حقوق دیگران، شخصیت دیگران و حریم دیگران تجاوز کند و خود را برتر بداند و احساس تملک نماید. در واقع می‌توان گفت تمامی موارد پیشین از منیت ریشه می‌گیرد و منیت موجب پایمال کردن حقوق دیگران و زمینه‌ساز مشکلات عدیده در خانواده است.

لجبازی را کنار بگذاریم

یکی از عواملی که می‌تواند همبستگی در خانواده را تهدید کند لجبازی و یکدندگی اعضای آن است. در خانواده‌ای که لجبازی وجود دارد ارتباط قوی بین اعضا وجود ندارد. لجبازی یکی از دلایل طلاق و جدایی است. در تمام دنیا لجبازی به عنوان عاملی در جهت از هم پاشیدن خانواده و طلاق محسوب می‌شود. بی‌تردید اگر لجبازی را از رابطه افراد حذف کنیم آمار طلاق کاهش خواهد یافت. البته بین زن و شوهرها اختلاف سلیقه امری طبیعی است و محال است شخصی پیدا شود و بگوید من با همسرم هیچ اختلاف نظری ندارم.

حتی اگر یکدیگر را خیلی دوست داشته باشند باز بعضی مواقع و در قسمت‌هایی از مسائل زندگی نظرات متفاوت است. چیزی که باعث می‌شود اختلاف سلیقه در خانواده تبدیل به معضل شود، لجبازی است. زن و مرد با هم اختلاف سلیقه و اختلاف نظر دارند و این طبیعی است، اما آنچه باعث می‌شود این اختلاف نظر در خانواده از حالت طبیعی خارج شود لجبازی است. من خوب هستم تا زمانی که تو خوب باشی به محض اینکه تو از خوب بودن فاصله گرفتی من هم می‌خواهم مقابله به مثل کنم و این خلاف دستورات دین و اخلاق است، دین و اخلاق می‌گوید اگر فرد مقابل شما کوتاهی کرد یا خطایی از او سر زد، رفتار کریمانه داشته باشید و خطا و اشتباه او را نادیده بگیرید.

لجبازی یکی از مهم‌ترین عواملی است که پای خانواده‌ها رابه دادگاه‌های خانواده باز کرده است. لجبازی می‌تواند بین هر رابطه‌ای که باشد، پدر و فرزند، مادر و فرزند، زن و شوهر شروعی برای تلخی، جدایی و حتی فاجعه در زندگی‌ها باشد. با این وصف یکی از مهم‌ترین و اولیه‌ترین ویژگی‌ها برای حفظ استحکام خانواده احترام قائل شدن برای نظرات اعضای خانواده و پرهیز از لجبازی و یک کلامی در خانواده است.

نتیجه گیری

ازدواج و زندگی زوجین برای اینکه بتواند لذت بخش باشد و زن و شوهر در کنارهم رشد و ترقی کنند نیازمند رعایت یک سری نکاتی است که در کنارآنکه بسیار ساده هستند بسیار مهم و حیاتی هستند

که در این مقاله به تعدادی از آنان اشاره شد و همچنین مورد بررسی قرار گرفت. همچنین نکات بدست آمده را از منظر قرآن و احادیث نیز بررسی کردیم و متوجه شدیم که هم از نظر قرآن و احادیث و هم از نظر علم روانشناسی خانواده این نکات مورد تایید هستند. ما این نکات را گفتیم تا با رعایت آنها توسط زوجین شاهد کاهش اختلافات و طلاق ها و همچنین موجب افزایش علاقه زوج ها به یکدیگر و داشتن یک زندگی شیرین عاطفی باشیم.

منابع

- (1) خانه ای مثل بهشت، سیدعلیرضا تراشیون، 1399، انتشارات معارف
- (2) تحکیم خانواده از منظر حقوق و اخلاق، عباسعلی اختری، 1399، انتشارات به نشر
- (3) نهج الفصاحه، ابوالقاسم پاینده، 1324، انتشارات جاویدان
- (4) مستدرک الوسائل، میرزا حسین نوری طبسی، 1365، موسسه آل البيت لاحیاء التراث
- (5) من لایحضره الفقیه، شیخ صدوق، 381ق.م
- (6) کلید روابط پایدار در زندگی زناشویی، زهره سپهری شاملو و ملیحه سالاری، 1394، انتشارات به نشر
- (7) سلامت و تداوم ازدواج، الگوی بومی اسلامی، منصوره سادات صادقی، 1396، انتشارات به نشر