

تبیین عوامل شناختی مؤثر در ناسازگاری زوجین



مهدی یآوری^۱



ناسازگاری زوجین از جمله چالش‌هایی است که بسیاری از خانواده‌ها با آن مواجه هستند که عدم رفع این چالش می‌تواند خانواده را به کام طلاق کشیده و آسیب‌های متعددی را برای اعضای خانواده و به دنبال آن برای جامعه در پی داشته باشد. براساس نتایج برخی از پژوهش‌ها، ناسازگاری یکی از علل عمده تنش‌های بین‌فردی خانواده بوده و نتایج چند مطالعه مؤید آن است که این مقوله از علل عمده طلاق در خانواده است. طبق آمار، طلاق در ده سال اخیر، سی و هفت درصد (۳۷٪) رشد داشته است. به نظر می‌رسد این مسئله، نشان‌دهنده سازگاری پائین برخی از زوج‌ها در روابط با هم بوده و پرداختن به موضوعات ناسازگاری زناشویی به عنوان یکی از عوامل دخیل در طلاق و تعارضات را ضروری می‌نماید. عوامل متعددی می‌تواند در ایجاد یا تشدید ناسازگاری زوجین مؤثر باشد که یکی از آنها، عوامل شناختی است. پژوهش حاضر با روش توصیفی با هدف تبیین عوامل شناختی مؤثر در ناسازگاری زوجین انجام گرفته است. آنچه در این مقاله به آن پرداخته می‌شود در مرحله اول تعریف مفاهیم عوامل شناختی و ناسازگاری و در مرحله بعد، بررسی برخی از عوامل شناختی مؤثر در ناسازگاری زوجین است. یافته‌ها و نتایج پژوهش نشان داد که انتظارات بی‌جا و باورهای غیرمنطقی، انتخاب نادرست سبک‌های حل تعارض بین زوجین، خطای تعمیم‌سازی، عدم درک متقابل و آشنایی با خصوصیات یکدیگر و همچنین عدم آشنایی با آئین همسررداری و توجه نکردن به وظایف و حقوق یکدیگر، از جمله عوامل شناختی تأثیرگذار در ایجاد یا تشدید ناسازگاری زوجین می‌باشد.

کلمات کلیدی: عوامل شناختی، ناسازگاری، طلاق، زوجین، همسران، تعارض

مقدمه

بدون تردید ناسازگاری زوجین یکی از موضوعات مهم در حوزه روان‌شناسی و مطالعات اجتماعی است که می‌تواند تأثیرات عمیقی بر سلامت روانی و اجتماعی افراد داشته باشد. یکی از دستاوردهای همیشگی تحولات نهاد خانواده، ایجاد ناسازگاری‌هایی است که در روابط بین زوجین دیده می‌شود. تشدید و ناتوانی در حل این مسئله، ممکن است خانواده را دچار آسیب نموده، کیفیت زندگی زناشویی را به صورت منفی تحت تأثیر قرار داده و منجر به سست شدن روابط زناشویی و به دنبال آن افزایش میزان طلاق‌های عاطفی و رسمی شود. طبق آمار، طلاق در ده سال اخیر سی و هفت درصد (۳۷٪) رشد داشته است. به نظر می‌رسد این مسئله نشان‌دهنده سازگاری پائین برخی از زوجها در روابط با هم بوده و پرداختن به موضوع ناسازگاری زناشویی به‌عنوان یکی از عوامل دخیل در طلاق و تعارضات را ضروری می‌نماید. (مختاری و ولی نژاد، ۱۳۹۳ش، ص ۱-۱۶)

اگر ناسازگاری‌های زناشویی در موضوعات مختلف و متعدد به طور مداوم تکرار شود، می‌تواند سبب آسیب و چالش در زندگی زناشویی شود. عوامل متعددی در شکل‌گیری تعارضات و در نتیجه سازگاری یا عدم سازگاری زوجین دخالت دارد؛ مانند: عوامل اقتصادی، اجتماعی، مهارتی، شناختی، اخلاقی و... که این نوشتار به بررسی عوامل شناختی در این زمینه می‌پردازد. از آنجایی که عوامل شناختی نه تنها بر افکار تأثیر می‌گذارند، بلکه احساسات و رفتارهای زوجین را نیز تحت تأثیر قرار می‌دهند، پرداختن به این عوامل نه تنها به درک بهتر مشکلات کمک

می‌کند، بلکه می‌تواند به بهبود روابط و افزایش رضایت زناشویی منجر شود. با شناسایی و تغییر الگوهای فکری منفی، بهبود مهارت‌های ارتباطی و حل مسئله، زوجین می‌توانند به یک رابطه سالم و پایدار دست یابند.



عوامل شناختی در واقع همان الگوهای فکری، باورها و یا نگرش‌های زوجین نسبت به یکدیگر و روابطشان هستند. این باورها و نگرش‌ها می‌توانند تأثیر قابل توجهی بر نحوه تعامل زوجین داشته باشند. به عنوان مثال، اگر یکی از طرفین بر این باور باشد که شریکش هیچ وقت او را درک نمی‌کند، این نگرش می‌تواند منجر به بروز تنش‌های بیشتر و عدم ارتباط مؤثر شود.

در نحوه شکل‌گیری ناسازگاری‌های زناشویی این‌گونه بیان شده است که زن و شوهر برای رفع برخی از نیازها و انتظاراتشان با هم ازدواج می‌کنند و هر یک از زوجین تلاش می‌کنند تا روابط خود را با یکدیگر افزایش دهند، به گونه‌ای که با حداقل تلاش‌ها بتوانند به حداکثر فواید ازدواج دست پیدا کنند. حالا وقتی فواید حاصل از ازدواج آن‌ها مطابق انتظاراتشان نباشد و یا میزان تلاش و زحمت آن‌ها بیشتر از فواید ازدواجشان باشد، تعارض و اختلاف به وجود می‌آید. در مراحل اولیه ارتباط، تعارضات بین زن و شوهر ممکن است بیشتر از طریق سکوت یا کناره‌گیری از موضوع نشان داده شود که چگونگی گذر از این مرحله مهم است. اگر زوجین به طور مناسب مهارت‌های ارتباطی و حل تعارض را کسب نکنند، تعارضات به طور کلامی و سپس به صورت رفتاری تداوم می‌یابد و تخریب تدریجی در سازگاری زوجین شروع می‌شود. (داگلاس و همکاران، ۱۹۹۵م، ص ۲۳۸) از این رو این نوشتار در صدد پاسخ به این سؤال است که عوامل شناختی مؤثر در ناسازگاری زوجین کدامند؟

در پژوهش‌های مختلف، تلاش‌هایی جهت شناسایی عوامل مؤثر در سازگاری و ناسازگاری زوجین صورت گرفته است (فوورس و السن، ۱۹۸۶م، ص ۴۶-۵۲ و هلمن و همکاران، ۱۹۹۴م، ص ۶۵-۷۹) و هرکدام از منظر خاصی این موضوع را مورد بررسی قرار داده‌اند که در ادامه به چند مورد اشاره می‌شود.

نوشتاری با عنوان «نشوز و ناسازگاری زوجین در فقه اسلامی» به بررسی رابطه ناسازگاری با نشوز از دیدگاه فقه اسلامی پرداخته است و عوامل بروز نشوز در بین زن و مرد و راه‌های جلوگیری از آن را مورد بررسی قرار داده است. (حسینی، ۱۳۹۹ش، ص ۳۳-۶۰) پژوهشی نیز نقش خود محوری

را در ناسازگاری زوجین مورد بررسی قرار داده است. (خاتمی، ۱۴۰۱ش، ص ۶۸-۷۹) نتایج پژوهش «بررسی علل ناسازگاری زناشویی در تعاملات زوجی (مطالعه کیفی)» این بود که هفت مقوله مرکزی، به ترتیب اهمیت، علل ناسازگاری زناشویی هستند که این عوامل عبارت بودند از: کمبود مهارت‌های ارتباطی (ناهماهنگی رفتار کلامی و غیرکلامی، ضعف مهارت گفتگو، مرزهای مبهم، ضعف مهارت‌های شنیداری)، نفوذ ناپذیری (عدم انعطاف‌پذیری، عدم توافق، تکبر ورزیدن)، نبود مرزبندی در خانواده اصلی (مثلث‌سازی، محکوم کردن، مداخله کردن)، عوامل اقتصادی (مشکلات مالی، مهریه سنگین، تورم)، نازرنده‌سازی (کم ارزش دانستن، عدم پذیرش، قضاوت کردن)، عدم تحمل پریشانی (عدم کنترل خشم، احساسی عمل کردن، نفرت داشتن) و ازدواج اجباری (پایبندی به روابط قبیله‌ای، پایبندی به آداب و رسوم) (نامدارپور، ۱۴۰۲ش، ص ۱-۱۸).

مقاله‌ای نیز عوامل اجتماعی، فرهنگی و روانی مؤثر بر ناسازگاری زوجین را مورد بررسی قرار داده و ۹ فرضیه را به آزمون گذاشته است. (عباسی، ۱۳۹۱ش، ص ۱۲۷-۱۴۸) «نقش خطاهای شناختی و باورهای غیرمنطقی در تعارضات زناشویی در دوران بحران کرونا و ویروس» نام پژوهش دیگری بود که به بررسی نقش خطاهای شناختی در تعارضات زناشویی پرداخته است. یافته‌های این تحقیق نشان داد بین خطاهای شناختی و تعارضات زناشویی، رابطه معناداری وجود دارد و همچنین بین باورهای غیرمنطقی و تعارضات زناشویی، رابطه معناداری وجود دارد و خطاهای شناختی و باورهای غیرمنطقی در تعارضات زناشویی نقش مؤثری دارد. (شیرعلیان، ۱۴۰۰ش) «تحلیل تعارضات زناشویی» نام تحقیق دیگری است که مطالعات خود را به تحلیل تعارضات اختصاص داده و عوامل آن را در چهار حیطه خانوادگی، فردی، محیطی، معنوی مورد بررسی قرار داده است. (هوشمندی، ۱۳۹۸ش، ص ۷۱۹-۷۹۷) البته این نکته نیز قابل تأمل است که گرچه تعارض و ناسازگاری از نظر مفهوم متفاوت هستند، اما در بسیاری از حیطه‌ها تداخلاتی نیز با هم دارند. همانطور که مشاهده شد، تاکنون درباره عوامل شناختی ناسازگاری زوجین، پژوهشی انجام نشده است.



تعریف مفاهیم

الف - عوامل شناختی

عوامل شناختی به مجموعه‌ای از فرایندهای ذهنی اشاره دارند که شامل تفکر، ادراک، باورها، نگرش‌ها و الگوهای فکری افراد می‌شوند. این عوامل به انسان‌ها کمک می‌کنند تا اطلاعات را پردازش کنند، یاد بگیرند، به یاد بیاورند و تصمیم‌گیری کنند. عوامل شناختی می‌توانند شامل مهارت‌های شناختی نظیر توجه، حافظه کاری، تفکر انتقادی، دانش و تجربه باشند. این عوامل همچنین می‌توانند شامل عوامل محیطی مانند محیط آموزشی، فرهنگی و اجتماعی نیز باشند که تأثیر مستقیم بر عملکرد شناختی انسان دارند. در مباحث زناشویی، حیطه تأثیرگذاری این عوامل علاوه بر افکار، احساسات و رفتارهای زوجین را نیز تحت تأثیر خود قرار می‌دهد. در زمینه ناسازگاری زوجین، این عوامل نقش مهمی در شکل‌گیری و تداوم تعارضات و مشکلات در روابط زناشویی ایفا می‌کنند. عوامل شناختی به عنوان یکی از جنبه‌های کلیدی در درک و مدیریت ناسازگاری زوجین شناخته می‌شوند.

ب- ناسازگاری

برای فهم دقیق واژه ناسازگاری اول باید مفهوم مخالف آن یعنی سازگاری تعریف و در مرحله دوم واژه متضاد آن تبیین شود.

سازگاری زناشویی یک جنبه بسیار مهم و پیچیده رابطه زناشویی است. بررسی سازگاری زناشویی ممکن است به معنای مطالعه مواردی از قبیل خوشبختی در ازدواج، ارتباط همراه با



رضایت متقابل، توافق در تصمیم‌گیری‌ها، مؤثر بودن کنش‌وری خانواده و سازگاری جنسی باشد. (ازدن و کلن، ۲۰۱۴م، ص ۴۸-۵۶) سازگاری زناشویی فرایندی است که طی آن، هر دو عضو به صورت انفرادی یا با همکاری یکدیگر، الگوهای رفتاری خود را برای رسیدن به حداکثر رضایت زناشویی در روابطشان، تغییر و اصلاح می‌کنند. (کیم، شین و یان، ۲۰۱۸م، ص ۶-۱۴) این سازگاری در حفظ تعادل زندگی و جو عاطفی خانواده، نقش حیاتی دارد. (مک‌دونالد، اولسون، لایننگ، گودارد و مارشال، ۲۰۱۸م، ص ۳۹۳-۴۱۶) برخی سازگاری زناشویی را وضعیتی می‌دانند که در آن احساس کلی شادی و رضایت از ازدواج و با هم بودن در زن و مرد وجود دارد که موجب رشد و پیشرفت زوجین در ابعاد مختلف می‌شود و درک متقابل زوجین از یکدیگر را تقویت می‌کند. (سیهان و آی دوگان، ۲۰۲۰م، ص ۲۸۱-۲۸۸) بنابراین هنگامی که زن و شوهر پایه‌پای هم برای رسیدن به هماهنگی و تعادل در حوزه‌های مختلف زندگی زناشویی تلاش می‌کنند، سازگاری حاصل می‌شود.

از منظر روان‌شناسی، سازگاری زناشویی حالتی است که در آن یک احساس کلی از رضایت و شادکامی در زن و شوهر نسب به ازدواج و یکدیگر وجود دارد. (عمرانی، ۱۳۹۸ش، ص ۸۹-۹۷) سازگاری زناشویی اصطلاحی چندبعدی است که سطوح چندگانه ازدواج را روشن می‌کند. سازگاری زناشویی شیوه‌ای است که افراد متأهل به طور فردی یا با یکدیگر، برای تداوم ازدواج سازگار می‌شوند و از مهم‌ترین فاکتورها در تعیین ثبات و تداوم زندگی زناشویی است. (بار - ان و پارکر، ۲۰۰۶م) در واقع سازگاری زناشویی وضعیتی است که زن و شوهر، بیشتر مواقع احساس خوشبختی و رضایت از یکدیگر دارند. (تانیگوچی و همکاران، ۲۰۰۶م، ص ۲۵۳-۲۵۶) سازگاری زناشویی، سازگاری با وقایع مهم زندگی است. زن و شوهری که سازگاری دارند، در امور مختلف زندگی با یکدیگر تفاهم دارند. (تیندا و آمینا، ۲۰۱۳م، ص ۴۵-۵۸)

با جستجو در لابه‌لای بیانات مقام معظم رهبری، ایشان سازگاری را داشتن همسر ایده‌آل و زندگی در کنار هم نمی‌دانند؛ بلکه معتقدند سازگاری به این معنا، به طور طبیعی اتفاق می‌افتد و نیازی به اراده و کسب مهارت ندارد و به معنای کنارآمدن با وضعیت موجود است. ایشان می‌فرمایند: «اینکه می‌گویند شما سازگار باشید، یعنی شما با هر وضعیتی که هست و پیش آمده بسازید. معنای سازگاری این است. یعنی چیزهایی در زندگی پیش می‌آید. خب دو نفرند با هم تا حالا آشنایی نداشتند، زندگی نکردند، ممکن است فرهنگشان دو تا باشد. ممکن است



عاداتشان دو تا باشد. اول ممکن است یک ناسازگاری‌هایی ببینند، حالا اول ازدواج که نه آدم هیچ متوجه نیست. بعد از یک خرده که گذشت، ممکن است یک ناسازگاری‌هایی حس کند، آیا باید این جا از هم سرد شوند و بگویند: این مرد یا این زن دیگر به درد من نمی خورد؟! نه! شما باید خودتان را با این مسئله تطبیق دهید. اگر چنانچه قابل اصلاح است، اصلاحش کنید و اگر دیدید نه کاری اش نمی شود کرد، خب با او بسازید». (خامنه‌ای، ۱۳۷۹/۰۱/۱۶)

ایشان ناسازگاری زوجین و عدم کسب مهارت و یا افزایش دانش زندگی را علت متلاشی شدن خانواده‌ها دانسته و بیان می‌کنند: «اسلام در داخل خانواده ترتیبی داده که اختلاف درون خانواده به خودی خود حل شود. به مرد دستور داده که یک ملاحظاتی بکند. به زن هم دستور داده که یک ملاحظاتی بکند. مجموع این ملاحظات اگر انجام بگیرد، هیچ خانواده‌ای قاعدتاً متلاشی نخواهد شد و از بین نخواهد رفت. غالباً متلاشی شدن خانواده‌ها به خاطر این بی‌ملاحظگی‌هاست. مرد بلد نیست که رعایت کند؛ زن، بلد نیست که عقل به خرج بدهد، او تندی و خشونت بی حد می‌کند، این بی‌تحمّلی به خرج می‌دهد، همه‌اش ایراد دارد، خشونت او هم ایراد دارد، سرکشی این هم ایراد دارد. اگر او خشونت نکند، اگر یک وقتی اشتباه کرد، این سرکشی نکند، ملاحظه کنند، با همدیگر بسازند، هیچ خانواده‌ای تا آخر متلاشی نخواهد شد و خانواده باقی می‌ماند». (خامنه‌ای، ۱۳۷۵/۱۱/۲۰) «سازگاری در زندگی، اساس بقای زندگی است و همین است که محبت می‌آفریند. همین است که موجب برکات الهی می‌شود. همین است که دل‌ها را به هم نزدیک کرده و پیوندها را مستحکم می‌کند». (خامنه‌ای، ۱۳۷۷/۱۱/۱۹)



در جای دیگر ایشان می‌فرمایند: «این مرد، درست ایده آل اوست تا با او سازگار باشد؟ یا مرد ببیند که این زن، کاملاً ایده آل اوست و همان فرد مطلوب عالی است، تا با او سازگاری داشته باشد؟ اگر یک ذره این گوشه یا آن گوشه‌اش کج بود، قبول نیست. معنای سازگاری این است؟ نه! اگر سازگاری این باشد که این خودش به طور طبیعی انجام می‌گیرد و اراده شما را نمی‌خواهد». (خامنه‌ای، ۱۳۷۹/۰۱/۱۶)

همچنین ایشان معتقدند سازگاری باید دوطرفه باشد نه یک طرفه: «در قدیم بیشتر می‌گفتند دختر باید سازگار باشد. برای پسر کانه (گویا) وظیفه سازگاری را قائل نبودند. نه! اسلام این را نمی‌گوید. اسلام می‌گوید که دختر و پسر هر دو باید سازگار باشند، هر دو باید بسازند. باید بنا را بر این بگذارند که زندگی خانوادگی را سالم و کامل و آرام و همراه بامحبت و عشق



مقابل اداره کنند و این را ادامه بدهند و حفظ کنند. اگر چنانچه ان شاء الله این فراهم شد که فراهم کردنش هم با تربیت‌های اسلامی مشکل نیست، این خانواده همان خانواده سالمی خواهد بود که اسلام معتقد به اوست». (خامنه‌ای، ۱۳۷۴/۰۵/۱۱)

ناسازگاری در مقابل سازگاری قرار دارد. می‌توان ناسازگاری زناشویی را به معنای نارضایتی، عدم احساس خوشبختی، عدم توافق در تصمیم‌گیری‌ها، ارتباط نامناسب قلمداد کرد. (یالسن و کارهان، ۱۹۹۲م، ص ۳۶-۴۴) وجود ناسازگاری در ازدواج و رابطه زناشویی از مهم‌ترین عوامل بروز تنش، سردی روابط، گسیختگی انسجام و وحدت خانواده و در نتیجه ایجاد کانونی است که نه تنها نمی‌تواند نیازهای عاطفی، روانی و امنیتی اعضای خود را برآورده سازد که باعث بروز آشفتگی روانی، ناراحتی‌ها و مشکلات روانی در اعضا گردیده و سلامت روانی آنها را به خطر می‌اندازد. (موندول، ۲۰۱۴م) تعامل، بخش جدایی‌ناپذیر از رابطه همسری، مانند هرگونه رابطه انسانی است و ناسازگاری به صورت یک طیف می‌باشد که در ابتدای آن ناسازگاری و در انتهای آن طلاق قرار می‌گیرد و فرایندی است که در طول زمان شکل می‌گیرد. (مارکمن و هالفورد، ۲۰۰۵م، ص ۱۳۹-۱۴۶) مطالعه منابع موجود نشان می‌دهد با گذشت بیش از نیم قرن از پژوهش در مورد ناسازگاری زناشویی، هنوز این متغیر در بین اندیشمندان حوزه روابط زوجین، جزو مباحث مهم بوده و فعالیت علمی در این زمینه به طور روزافزونی در جریان است. (گانونک و کلمن، ۲۰۱۸م، ص ۷-۲۴) ناسازگاری‌های بین زوجین دارای پیامدهایی است که می‌توان به برخی از آنها اشاره کرد. استرس، احساس افسردگی و اندوه، نگرانی و احساس ناامیدی، پنج پیامد مهم از تعارضات زناشویی است. این پنج پیامد مهم روان‌شناختی در خانواده‌هایی که تعارضات زیادی دارند، فراوانی بیشتری دارند. (تاسیو و جی تاهیون، ۲۰۲۱م) شناخت این عوامل و از بین بردن این عوامل، می‌تواند مناسبات بین زوجین را اصلاح کرده و روابط آنها را بهبود بخشد و این به معنای جهت‌دهی خانواده به سمت وسوی رشد و کمال و تعالی است.



عوامل شناختی مؤثر بر ناسازگاری زوجین

۱. انتظارات غیرواقعی و غیرمنطقی

انتظارات غیرواقعی به توقعاتی اطلاق می‌شود که از نظر منطقی یا عملی، قابل دستیابی نیستند. این نوع انتظارات می‌توانند در زمینه‌های مختلفی از جمله روابط شخصی، شغلی، تحصیلات، ازدواج و تشکیل خانواده و حتی در روابط بین زوجین، تأثیرات منفی بگذارند. انتظاراتی که فراتر از توانایی‌ها، منابع یا شرایط موجود است. این انتظارات می‌توانند ناشی از مقایسه با دیگران، فشار اجتماعی، یا تصورات نادرست از موفقیت باشند.

انتظارات غیرمنطقی در امر ازدواج و پیش از آن در مرحله انتخاب همسر برای ازدواج، نقش تعیین‌کننده‌ای دارند. هر فردی قبل از ازدواج، تصوراتی در خصوص همسر ایده‌آل خود دارد. این تصورات منجر به تشکیل انتظارات و خواسته‌هایی از همسر آینده می‌شود. انتظار از طرف مقابل، نوعی باور است. باورهای غیرواقع‌بینانه در واقع همان افکار یا انتظارات غیرمنطقی هستند. غیرمنطقی بودن باورها به این معناست که افراد را از دستیابی به اهداف اساسی‌شان باز می‌دارند و نامعقول‌اند. اساس این باور را توقع‌هایی از طرف مقابل تشکیل می‌دهد که فرد مایل است طرف مقابل برای او انجام دهد. در بسیاری از موارد، اساس انتظارات فرد از همسر را نیازهای ارضا نشده از سوی والدین و اطرافیان تشکیل می‌دهد. گاه نیز یادگیری و آموزش غیررسمی، یادگیری مشاهده‌ای از طریق فیلم‌ها، سریال‌ها و یا رمان‌ها می‌تواند به رشد این انتظارات غیرمنطقی کمک نماید؛ مانند انتظار این که همسرمان همان‌گونه که ما می‌اندیشیم و



رفتار می‌کنیم، باشد. در حقیقت همسرانی که از یکدیگر انتظارات نایجا دارند، شانس داشتن یک زندگی زناشویی سالم را از دست می‌دهند.

بسیاری از زوجین بر این باورند که طرف مقابل «باید بفهمد» یا «خودش باید متوجه شود که من چه انتظاری دارم». در بسیاری مواقع، فرد به اندازه‌ای باور کرده است که چنین انتظارهایی «عادی»، «طبیعی» یا «مشخص» و «معلوم» هستند که صحبت کردن و بیان کردن آن‌ها را غیرضروری می‌داند؛ انتظاراتی از قبیل «با ازدواج، اخلاق و رفتار طرف مقابل تغییر می‌کند»، «طرف مقابل همه نیازهای همسر را باید برآورده کند»، «بحث و دعوا نباید در زندگی مشترک وجود داشته باشد»، «طرف مقابل تمام خود را صرف پیشرفت در ازدواج می‌کند»، «همسر حق ندارد حریم خصوصی داشته باشد»، «همسر باید قید خانواده‌اش را بعد از متأهل شدن بزند»، «همسر باید رابطه‌اش را با همه دوستانش بعد از ازدواج قطع کند»، «همه جا باید با هم باشید»، «باید همه رازهای همسران را بدانید»، «در همه حال همسران باید شما را درک کند»، «عشق و علاقه در زندگی مشترک، باید همیشه روند صعودی داشته باشد»، «همسران باید مثل شما با خودتان رفتار کند». کامل بودن خود، یافتن همسر کامل و بی‌نقص و... از جمله انتظارات غیرواقعی و غیرمنطقی هستند که در صورت تبدیل آن‌ها به باور و اعتقاد، به ناسازگاری منجر خواهند شد.

افسردگی، اضطراب و آسیب دیدن روابط زوجین از پیامدهای این مشکل شناختی است. زمانی که افراد نتوانند به انتظارات غیرواقع‌بینانه خود دست یابند، ممکن است احساس ناکامی و ناامیدی کنند که می‌تواند به افسردگی و اضطراب منجر شود. انتظارات غیرواقع‌بینانه در روابط نیز می‌تواند منجر به تنش و سوءتفاهم بین زوجین شود. برای مثال، انتظار داشتن از شریک زندگی برای برآورده کردن تمام نیازها و خواسته‌ها، می‌تواند به مشکلات جدی در ارتباطات منجر شود.

برای مدیریت انتظارات، مهم است که انتظارات خود را بر اساس واقعیت‌ها و شرایط فعلی تنظیم کنیم. این کار می‌تواند شامل تعیین اهداف کوچک و قابل دستیابی باشد. در زمینه روابط نیز، برقراری ارتباط صادقانه و شفاف می‌تواند به کاهش انتظارات غیرواقع‌بینانه کمک کند. پذیرش این که هیچ‌کس کامل نیست و همه ما محدودیت‌هایی داریم، می‌تواند به کاهش فشار و استرس در خانواده کمک کند که نتیجه آن باعث کاهش ناسازگاری در روابط بین

۲. انتخاب نادرست سبک‌های حل تعارض بین زوجین

گرچه تعارض جزء جدایی‌ناپذیر و گریزناپذیر روابط خانوادگی است؛ اما یکی از عواملی که می‌تواند کیفیت زندگی را تحت تأثیر قرار دهد، انتخاب نادرست سبک‌های حل تعارض است. اگر بین زوجها ارتباط ضعیفی وجود داشته باشد یا یکی از آنها یا هر دو دارای پیش‌فرض‌های غیرواقع‌بینانه‌ای درباره نحوه کنارآمدن با تعارض باشد، نارضایتی بروز می‌کند. (متز، ۲۰۰۲م، ص ۱۳۹-۱۶۴) تعارض عمدتاً این‌گونه تعریف می‌شود: فرآیند تأثیرگذاری است که ناسازگاری، مخالفت یا نابهنجاری داخل یا بین نهادهای اجتماعی را آشکار می‌سازد. (رحیم، ۲۰۱۰ش)

حل تعارض به شیوه صحیح و با سبکی درست، باعث ایجاد روابط سالم و جوی پویا و آرام در خانه و خانواده خواهد شد. هر سبک حل تعارض، شامل دو هدف تا حدودی متناقض است؛ نگرانی برای خود و نگرانی برای دیگری. نگرانی برای خود به وسیله میزان پرخاشگری فرد اندازه‌گیری می‌شود و نگرانی برای دیگری بر میزان مشارکت متمرکز می‌شود. این مدل حل تعارض، پنج سبک را مشخص می‌کند: سبک رقابتی، سبک مشارکتی، سبک توافقی، سبک اجتنابی و سبک انعطاف‌پذیر. (یوسفی، ۱۳۹۴ش)

انتخاب شیوه‌های حل تعارض باید به گونه‌ای باشد تا روابط خانوادگی صمیمی‌تر و توأم با محبت و احترام بیشتر باشد. آگاهی از سبک‌های حل تعارض و به کارگیری مناسب آن توسط والدین، کمک شایانی به کاهش مشکلات بین فردی اعضای خانواده و حل کردن اختلافات و تعارضات خانوادگی می‌کند. هر یک از سبک‌های حل تعارض در موقعیتهای معین و نزد افراد مختلف، دارای فواید و مضراتی است. به عبارت دیگر تعارضات و اختلافات گوناگونی که در خانواده وجود دارد در صورتی که به روشی صحیح حل نگردد، باعث تخریب کارکرد خانواده می‌گردد. (پلاک، ۲۰۱۹م، ص ۴۰-۱۱۷)

برای حل تعارض، اطلاعات، برنامه‌ریزی، زمان‌بندی و یافتن فرصتی مناسب نیاز است. به‌طورکلی، پنج رویکرد مثبت مدیریت تعارض از جمله: مسلط، ملزم شده، اجتناب‌کننده، مصالحه و یکپارچه وجود دارد. (رحیم، ۲۰۱۰م) که توجه و شناخت اجمالی نسبت به آن‌ها

حائز اهمیت است. سبک حل تعارض سلطه‌گرانه با جهت‌گیری تهدید‌آمیز مشخص می‌شود و شخص در این شیوه برای رسیدن به هدف خود، اقدام به هر کاری کرده و نیازها و انتظارات دیگری را نادیده می‌گیرد. سبک حل تعارض اجتنابی با موقعیت‌های انزوا، اعطای مسئولیت به دیگران، دیگران را مقصر دانستن و خود را کنار کشیدن، در ارتباط است. (رحیم، ۲۰۱۰م) سبک ملزم شده، نگرانی خیلی بالایی را برای دیگران و نگرانی کمتری را برای خودش نشان می‌دهد و به نیازهای دیگران را به نیازهای خود ترجیح می‌دهد. (رحیم، ۲۰۱۰م) اگرچه که سبک مصالحه‌جو می‌تواند طرفین را وادار کند تا موضع میانه‌ای را اتخاذ کنند؛ هر دو طرف نیازمند هستند تا به عقب برگردند و خیلی از علایق خود را قربانی کنند؛ بنابراین این سبک ممکن است سبک مناسبی برای حل تعارض نباشد. (شی‌ها، ۲۰۱۰م، ص ۱۴۷-۱۶۸) در نهایت، سبک یکپارچه سبک حل تعارض برد برد است؛ چراکه بیشتر محققان معتقدند مناسب‌ترین و مؤثرترین سبک است؛ چون بر کاهش فشار هر دو طرف، تحکیم تعهدات طرفین، متمرکز است. سبک یکپارچه همچنین همکاری بین طرفین را در برمی‌گیرد و توسط تبادل اطلاعات بین طرفین برای پیدا کردن یک راه حل قابل قبول مشخص می‌شود. (رحیم، ۱۹۹۷م، ص ۶۱-۷۷) به همین دلیل این سبک به عنوان سبک حل مسئله شناخته می‌شود که افراد علاقه بیشتری به نگرانی‌های خود و دیگران نشان می‌دهند. به طور کلی، این سبک دربرگیرنده همکاری گروه‌ها است. صداقت، شریک کردن افکار، امتحان کردن تفاوت‌ها برای به دست آوردن راه حلی که می‌تواند در هر دو طرف پذیرش شود. (رحیم، ۲۰۰۰م، ص ۵-۸)

۳. خطای تعمیم‌سازی

خطاهای شناختی، الگوهای تفکر اغراق شده یا غیرمنطقی هستند که برای فرد نهادینه شده‌اند و باعث وضعیت ناخوشایند روانی فرد، مخصوصاً افسردگی، اضطراب و غیره می‌شوند. به عبارت دیگر تحریفات شناختی، افکاری هستند که باعث می‌شوند که فرد درک درست و منطقی از مسائل نداشته باشد. این الگوهای تفکر، اغلب افکار و احساسات منفی را تقویت کرده و مداومت در داشتن آن نسبت به خود، آینده و دنیا، باعث اضطراب و افسردگی و بیماری‌های روانی می‌شود. یکی از خطاهای شناختی، تعمیم افراطی است. تعمیم مبالغه‌آمیز، تعمیم یک رویداد کوچک یا یک واقعه تنها، به همه موقعیت‌ها، شرایط و افراد است. در این خطای شناختی، هر حادثه منفی از جمله شکست در یک ارتباط عاطفی یا ناکامی در مصاحبه

شغلی و...، شکستی کامل و تمام نشدنی بشمار می‌رود و فرد آن را با کلماتی مثل «همه» و «هرگز» تعریف می‌کند. (برنز، ۱۳۹۳ش، ص ۲۲) به عبارت دیگر، تعمیم افراطی که به آن تعمیم مبالغه آمیز هم گفته می‌شود، نوعی خطای شناختی است که باعث می‌شود فرد یک رویداد منفی را همیشگی در نظر بگیرد و به دیگر رویدادهای زندگی هم تعمیم دهد. همچنین در گفتگوهای خود از کلماتی مانند «همه»، «هیچ»، «همیشه»، «هیچ کس» استفاده می‌کند. بررسی این الگوها بسیار حائز اهمیت می‌باشند؛ زیرا هنگامی که فرد از آن‌ها استفاده می‌کند، به جای آن که به واقعیت موجود توجه داشته و به آن پاسخ دهد، مطابق الگوهای غیرواقعی ذهن خود، قضاوت کرده و عمل می‌کند. گرچه خطاهای شناختی انواع مختلفی دارد، اما همه این خطاها از جنس باور و تفکر بوده و نادرست هستند و می‌توانند آسیب روانی ایجاد کنند. برخی از انواع خطاهای شناختی عبارت‌اند از: شخصی‌سازی، تفکر همه یا هیچ، فاجعه‌سازی، بایدها و نبایدها، توهم کنترل، استدلال عاطفی، سرزنش کردن، سفسطه انصاف، برجسب زدن، تعمیم افراطی. مهم‌ترین شاخصه‌های این نوع خطای شناختی به این شرح است:

الف) تبدیل هر حادثه منفی به یک رویداد همیشگی و به دنبال آن احساس شکست و ناامیدی

ب) پررنگ‌تر و غیر واقع بینانه‌تر دیدن حقایق زندگی از آنچه که هست

ج) تجربه تفکر «همیشه» یا «هرگز»

د) پیش داوری و تصمیم‌گیری‌های تکانشی

۴. عدم درک متقابل و آشنایی با خصوصیات یکدیگر

اگر ازدواج را به رابطه انسانی فرد با فرد تعبیر نماییم و این رابطه در نزدیک‌ترین و عمیق‌ترین شکل آن برقرار شود، تبلور آن، چیزی جز زندگی زناشویی نیست. آشنایی و معرفت زن و مرد از همدیگر منحصر به قبل از ازدواج نبوده و دامنه این شناخت، چنان وسیع و گسترده است که به بعد از ازدواج نیز خواهد رسید. فرآیند شناخت متقابل زوجین، چشمانی باز، عقل سلیم و انتخاب دینی، منطقی و مستدل را برای داشتن زندگی آرام می‌طلبد. شناخت متقابل، رابطه‌ای دوسویه و منطقی است که آرامش روحی و جسمی را به دنبال خواهد داشت. شناخت همسر به معنای تکمیل و تکامل جنبه‌های وجودی طرفین است که موجب سازگاری و هماهنگی همسران می‌گردد. یکی از راه‌ها، شناخت قبل از ازدواج است که صحیح بودن عملکرد این





شناخت، نقش مؤثر و مفید بخش را در بعد از ازدواج مهیا می‌سازد. همچنین بعد از ازدواج، شناخت حقوق، وظایف، تفاوت‌ها و تأثیرگذاری و تأثیرپذیری زوجین از هم و برآوردن نیازها و احساساتشان توسط یکدیگر در ایجاد آرامش، عشق و محبت در زندگی آنها تأثیر بسزایی دارد و پایداری زندگی آنها را تأمین می‌کند. زن و شوهر برای رسیدن به آرامش، باید نیازهای یکدیگر را بدانند و برای برطرف کردن آن تلاش کنند؛ زیرا آرامش در رابطه زناشویی، نتیجه و برآیند شناخت و برآورده شدن نیازها، حقوق، وظایف و تفاوت‌ها است. در فرهنگ لغت به آشنایی، ادراک، فهم و دریافت، شناخت گفته می‌شود. فرآیندهای روانی که در فراگیری و سازمان‌دهی و کاربرد دانش دخالت دارد را در اصطلاح، شناخت می‌گویند.

در چنین ارتباط ویژه‌ای، شناخت متقابل زوجین، عامل پایه و زیرساخت محسوب می‌شود. امروزه بسیاری از اختلاف‌های زندگی و طلاق‌ها، به خاطر عدم شناخت و درک صحیح صفات و روحیات زوجین از یکدیگر است و لذا با شناخت همسر و تطبیق پیدا کردن با روحیات او بسیاری از زمینه‌های اختلاف در زندگی از بین می‌رود. (نیلی پور، ۱۳۸۵ش) عدم شناخت روحیات، علایق، طرز بینش و تفکر، خصلت‌ها و ویژگی‌های خاص هر یک از همسران توسط دیگری، یکی از عوامل بسیار جدی در ناسازگاری است. عدم درک متقابل می‌تواند به ناامیدی، احساس تنهایی و در نهایت فاصله گرفتن از یکدیگر منجر شود. بنابراین، پرورش درک متقابل در رابطه عاطفی، می‌تواند کلید ایجاد یک رابطه سالم، پایدار و رضایت‌بخش باشد، جایی که هر دو طرف احساس می‌کنند که نیازها و احساساتشان مورد توجه و احترام قرار گرفته است.

۵. عدم آشنایی با آئین همسر داری و توجه نکردن به وظایف و حقوق یکدیگر

حقوق و وظایف متقابل زوجین از اموری است که دین اسلام برای تحکیم هر چه بیشتر خانواده تعیین کرده است. رعایت این امور و انجام مسئولیت‌ها توسط زوجین، می‌تواند باعث صمیمیت بیشتر آنها شود. مقام معظم رهبری درباره تفاوت وظایف و حقوق مرد و زن در خانواده و چرایی آن می‌فرماید: «خدای متعال طبیعت زن را ظریف قرار داده است. بعضی از انگشت‌ها خیلی درشت و گنده هستند و برای کندن یک سنگ از زمین خیلی خوب‌اند، اما اگر بخواهند یک جواهر خیلی ریز را لمس کنند، معلوم نیست بتوانند بردارند. اما بعضی از انگشت‌ها ظریف و باریک‌اند، آن سنگ را نمی‌توانند بردارند؛ اما آن خرده جواهر و خرده طلا را می‌توانند از روی زمین جمع کنند. زن و مرد این طورند. هرکدام یک مسئولیتی دارند. نمی‌شود



هم گفت کدام یک مسئولیتش سنگین تر است. مسئولیت هر دو سنگین است. هر دو لازم است». (خامنه‌ای، ۱۳۸۱/۰۶/۰۶) «حق، منشأ طبیعی دارد. حق واقعی آن است که منشأ طبیعی داشته باشد. این حقوقی که در بعضی محافل تعریف می‌شود، بر اساس توهمات و خیالات است. آن حقوقی که برای زن و مرد وجود دارد، باید متکی باشد به طبیعت زن و مرد، به قواره و ساختن زن و مرد.» (خامنه‌ای، ۱۳۸۷/۱۲/۲۲)

ایشان معتقدند با توجه به تفاوت‌های ذاتی زن و مرد، باید نگاهمان را نیز نسبت به زن و مرد تغییر داده و واقع‌بینانه نسبت به آنها نگاه کنیم. ایشان می‌فرمایند:

«نوع نگاه زن به مرد با نگاه مرد به زن به طور طبیعی مختلف است، باید هم مختلف باشد، ایرادی هم ندارد. مرد به زن به صورت یک الگوی زیبایی، الگوی ظرافت، الگوی حساسیت نگاه می‌کند، او را لطیف می‌بیند. اسلام هم همین را تأکید کرده: «الْمَرْأَةُ رِيحَانَةٌ» یعنی زن گل است. در این نگرش، زن، یک موجودی است رقیق، مظهر زیبایی و لطافت و رقت و مرد به این چشم به او می‌نگرد. محبت او را در این قالب ترسیم و مجسم می‌کند. مرد در چشم زن، مظهر اعتماد، نقطه اتکا و اعتماد است و محبت خودش را به او در این قالب ترسیم می‌کند. این دو تا، دو نقش جداگانه است از یکدیگر و هر دو نقش لازم است. زن وقتی به مرد نگاه می‌کند، با همان چشم محبت و عشق، او را در نقش یک تکیه‌گاه می‌بیند که می‌تواند از نیروهای جسمی و فکری او برای پیشبرد کار زندگی استفاده کند؛ مثل یک موتور. مرد وقتی به زن نگاه می‌کند، به چشم مظهر اُنس و آرامش می‌نگرد که می‌تواند به انسان آرامش بدهد. اگر مرد نقطه اتکا در زمینه مسائل ظاهر زندگی است، زن هم به نوبه خود نقطه اتکا است برای مسائل روحی و معنوی زندگی. دریایی است از اُنس و محبت. می‌تواند مرد را در این فضای سرشار از محبت، از همه غصه‌ها و غم‌های خودش خارج کند. اینها توانائی‌های مرد و زن است. توانائی‌های روحی آنهاست». (خامنه‌ای، ۱۳۸۱/۰۶/۰۶) «از طرف مرد وظیفه این طور است که ضرورت‌های زن را درک کند، احساسات او را بفهمد، نسبت به حال او غافل نباشد و خود را صاحب اختیار مطلق العنان او در خانه نداند. زن باید ضرورت‌های مرد را درک کند و بر او فشار روحی و اخلاقی وارد نسازد. کاری نکند که او در امر زندگی مستأصل شود و خدای ناکرده متوسل به راه‌های خلاف و نادرست شود. باید او را به ایستادگی و مقاومت در میادین زندگی تشویق کند و اگر چنانچه کار او مستلزم این است که مثلاً نمی‌تواند یک مقداری به وضع خانواده رسیدگی کند، این را مرتب به رخ او



نکشد». (خامنه‌ای، ۱۳۷۵/۰۲/۱۰)

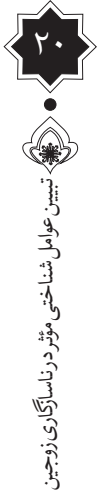
«اگر مرد خانه، فعالیتی چه علمی و چه جهادی و سازندگی و چه برای کسب روزی و چه برای کارهای عمومی دارد، زن سعی کند فضای خانه را برای او مساعد کند که او بتواند با روحیه خوب سرکار برود و با شوق به خانه برگردد». (خامنه‌ای، ۱۳۷۳/۰۹/۰۲) «همه مردها دوست دارند وقتی وارد خانه شدند، خانه به آنها آرامش و امنیت بدهد و احساس راحتی و آسودگی کنند. این وظیفه زن است». (خامنه‌ای، ۱۳۷۸/۰۱/۲۴)

«زن یک وظیفی دارد که عاقلانه باید آن وظایف را تشخیص دهد. زن‌ها بدانند که اگر زنی، عقل و هوشمندی به خرج دهد، مرد را اداره خواهد کرد. درست است که مرد از لحاظ هیكل قوی‌تر است، اما خدای متعال طبیعت زن را طوری آفریده که اگر زن و مرد، طبیعی و سالم باشند و زن عاقل باشد، کسی که در دیگری بیشتر نفوذ دارد، زن است که البته با زرنگی به خرج دادن و رندی کردن و تحکم و زورگویی نمی‌توان به آن رسید؛ بلکه با ملایمت، استقبال خوب، خوش‌رویی، یک مقدار تحمل کردن - البته اندکی؛ خیلی هم لازم نیست تحمل کند - که خدای متعال در طبیعت زن، این تحمل را قرار داده است... زن باید با شوهر خود این‌طور برخورد کند». (خامنه‌ای، ۱۳۷۲/۰۳/۱۹) «بعضی از زن‌ها نسبت به مردها سخت‌گیری می‌کنند. مثلاً باید این را حتماً بخری! باید این جور خانه‌ای حتماً فراهم کنی! فلان کس این‌طور خریده، من اگر نخرم مایه سرشکستگی می‌شود. با این حرف‌ها شوهر خود را اذیت می‌کنند که این درست نیست». (خامنه‌ای، ۱۳۷۴/۰۵/۱۸)

خانواده متعادل با شناخت وظایف خود و حقوق یکدیگر و تفاوت‌های فردی، باعث استحکام و گرمی خانواده می‌شوند. خانواده متعادل در پرتو شناخت صحیح و واقع‌بینانه همسران از وظایف زناشویی و طرز تفکر و خواسته‌های یکدیگر، پویا و سالم و باصفا می‌شود.

الف - عدم توجه زن به نقش مدیریتی مرد

مردان به قدمت تاریخ همواره نقش محوری خانواده را برعهده داشتند، درحالی که زندگی مدرن و تغییر سبک زندگی باعث شده تا زنان نیز نقش بیشتری نسبت به دوران قبل بازی کنند که همین امر باعث می‌شود در روابط زوجین، مردان نقش خود را در زندگی، ازدست‌رفته ببینند. اگر با ریزبینی، ریشه اختلافات زوجین را مورد بررسی قرار دهیم، در بیشتر موارد به یک خشم



پنهان از سوی آقایان خواهیم رسید که این نارضایتی وقتی مورد تحلیل قرار می‌گیرد، مشخص می‌شود که آنها احساس می‌کنند همسرشان نقش آنها را دزدیده و ارزش کارهای آنها را کم‌اهمیت می‌داند. اگر مرد، مورد پذیرش قرار گیرد به اوج می‌رسد، ولی اگر احساس بی‌ارزشی کند، از همسر و حتی رابطه زناشویی فاصله می‌گیرد و ناراحتی خود را به شکل بد اخلاقی، خشم و ناسازگاری بروز می‌دهد، در چنین شرایطی خانم‌ها باید هنرمندانه در رفتار و کلام خود به همسر خود نشان دهند که آنها پذیرفته شده‌اند؛ به طور نمونه از همسرشان ایراد نگیرند و از شوهر خود بخواهند تا مشکلاتشان را حل کند که مردان از این کار لذت می‌برند. همچنین توانمندی و قدرت آقایان را زیر سؤال نبرند و به او محبت کنند.

در منطق اسلام نیز، سرپرستی و مدیریت خانواده به دو جهت به مرد واگذار شده است. اول اینکه خصوصیتی در مرد است که در زنان نیست؛ مانند ترجیح قدرت تفکر بر نیروی عاطفه و احساسات و همچنین داشتن نیروی جسمی بیشتر که با اولی بتواند بیندیشد و نقشه طرح کند و با دومی بتواند از حریم خانواده خود دفاع نماید. دوم آنکه تعهد مرد برای پرداختن هزینه‌های مالی زندگی، مهریه همسر و تأمین زندگی آبرومندانه همسر و فرزند، درحالی که زنان از نظر اسلام، تعهدی در این زمینه ندارند. (مکارم شیرازی، ۱۳۶۶ش، ج ۳، ص ۳۷۰). آیات قرآن نیز در زمینه علل مدیریت و سرپرستی مرد به این دو نکته اشاره می‌کند و می‌فرماید: ﴿الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ وَبِمَا أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ﴾ مردان، سرپرست زنانند، به دلیل آنکه خدا برخی از ایشان را بر برخی برتری داده و به دلیل آنکه از اموالشان خرج می‌کنند.

قوام بودن به معنای مدیریت بر مبنای حکمت و مصلحت برای تدبیر بهتر خانواده بوده و تکلیفی است که بر دوش مرد نهاده شده است تا زن و فرزندان خود را در حمایت و حفاظت خود به شکلی شایسته سرپرستی کند و منشأ خدمات بسیار بزرگی به اجتماع انسانی گردد. این قوامیت هرگز به معنای فضیلت معنوی مرد نسبت به زن و قرب بیشتر او به درگاه خداوند نیست.

سؤال دیگری که در اینجا مطرح می‌شود آن است که آیا قوامیت مرد، حق است یا تکلیف؟ در میان کسانی که قوامیت را به معنای ریاست و سرپرستی مرد بر خانواده دانسته‌اند، سه رویکرد کلی وجود دارد:

رویکرد اول: برخی از نظریه‌پردازان قوامیت و به عبارتی ریاست مرد بر خانواده را حقی





دانسته‌اند که خدا به مرد اعطا کرده است (مدرسی، ۱۴۱۹ق، ج ۲، ص ۵۱؛ مطهری، ۱۳۸۵ش، ج ۵، ص ۱۴۵؛ ح کیمی، ۱۳۸۷ش، ص ۶۷) بر اساس این دیدگاه، مرد در اعمال یا عدم اعمال این حق و حتی واگذاری آن، آزاد خواهد بود. (امامی، ۱۳۶۸ش، ج ۴، ص ۳)

رویکرد دوم: در مقابل دیدگاه فوق، بسیاری از محققان قوامیت مرد بر خانواده را وظیفه‌ای می‌دانند که بر عهده مرد گذاشته شده است. (جوادی آملی، ۱۳۸۶ش، ص ۳۲۶؛ هاشمی رفسنجانی، ۱۳۸۶ش، ج ۳، ص ۳۶۵؛ کاتوزیان، ۱۳۷۷ش، ص ۶۷۶). بر اساس این دیدگاه ریاست خانواده حقی نیست که به مرد داده شده و زن از آن محروم شده باشد؛ بلکه به اجرای یک وظیفه اجتماعی شبیه است و ملزم به اجرای آن است و فقط در صورت عدم توانایی او بر انجام این وظیفه در مواردی مانند حَجْر یا سَفَه، این مسئولیت از او سلب خواهد شد. (امامی، ۱۳۶۸ش، ج ۴، ص ۱۱)

رویکرد سوم: دکتر کاتوزیان با نگرشی متفاوت، ریاست مرد را وضعیتی شبیه حضانت می‌داند که از یک سو چه در ارتباط با همسر (قوامیت) و چه در ارتباط با فرزندان (ولایت) تکلیفی در جهت حمایت، نظارت و حفظ مصلحت خانواده است و از دیگر سو با در نظر گرفتن امتیازات ناشی از این اقتدار قانونی و روا نبودن ممانعت دیگران از آن، چهره‌ای از حق به خود می‌گیرد؛ بنابراین ریاست مرد بر خانواده به صورت آمیزه‌ای از حق و تکلیف جلوه‌گر می‌شود. (کاتوزیان، ۱۳۷۷ش، ص ۶۷۶)

بسیاری از متفکران و مفسران شیعی چون شأن مرد را شأن مدیریت خانواده دانسته‌اند، از مفهوم «قوامون» تحت عناوینی چون سرپرستی و قیمومت، (طباطبایی، ۱۳۷۴ش، ص ۳۴۴؛ قرشی بنایی، ۱۳۹۱ش، ج ۲، ص ۳۵۴) ولایت، (مغنیه، ج ۲، ص ۳۱۵) سلطه (طبرسی ۱۴۱۵ق، ج ۳، ص ۷۹) و حاکمیت مرد بر زن (فیض کاشانی، ۱۳۷۶ش، ج ۱، ص ۲۰۷) یاد کرده‌اند.

در این میان تعبیر سرپرستی و قیمومت را مناسب‌تر دانسته‌اند، چراکه ولایت، سلطه شخص بر مال و جان دیگری است، در حالی که مرد هیچ ولایتی بر جان و مال زن ندارد. همچنین زن را تحت سلطه و حاکمیت مرد دانستن، تصویری مربوط به سده‌های پیشین و دوران پیش از اسلام دانسته شده است. بر این اساس از دید اسلام و در جهان امروز، زن و مرد مُکْمَلِ همدیگر هستند و ریاست مرد بر خانواده، بیشتر انجام یک وظیفه اجتماعی است و زن همکار او است نه یک

فرمان بردار مطلق. (کاتوزیان، ۱۳۷۷ ش، ص ۶۷۶)

مصطفی محقق داماد با نگرشی حقوقی به ریاست مرد بر خانواده می نویسد: «اگرچه به موجب تعلیمات اسلامی هر یک از زن و مرد نسبت به همدیگر حقوقی دارند و مجاز به تجاوز به حق دیگری هم نیستند؛ ولی در عین حال برای خانواده به عنوان یک جامعه کوچک، مرد را رئیس قرار داده است. وی منظور از ریاست را تصمیم گیری نهایی در امور خانواده و مراعات مصالح آن دانسته که برخی را قانون گذار مشخص کرده؛ مانند انتخاب محل سکونت و مواردی که قانون پیش بینی نکرده، مطابق عرف و عادت عقلایی معین می شود». (محقق داماد، ۱۴۰۲ ش، ص ۲۸۸)

در ماده ۱۱۰۵ قانون مدنی - بر اساس آیه یاد شده - می خوانیم: «در روابط زوجین ریاست خانواده از خصایص شوهر است». در توجیه این قاعده گفته شده است که:

«هر اجتماعی را باید رئیسی باشد که کارها را هماهنگ کند و در صورت بروز اختلاف، نظر او قاطع باشد. خانواده نیز از این قانون مستثنی نمی تواند بود. اصولاً زن و شوهر باید باصفا و صمیمیت و توافق یکدیگر امور خانواده را اداره کنند. لیکن اگر درباره مسائل خانواده بین آنان اختلاف نظر و سلیقه پدید آید، نظر مرد به عنوان رئیس خانواده مقدم خواهد بود و زن باید نظر او را بپذیرد». (صفایی و امامی، ۱۴۰۲ ش، ص ۱۲۰) بدیهی است که مدیریت مرد در خانواده به معنای حاکمیت مطلق او نیست. از این رو، مرد باید توجه کند که مدیریت او به خودکامگی، خودمحوری و جباریت منجر نشود. مرد، حق تحکم و استبداد ندارد و نباید نظر و اندیشه خویش را بر اعضای خانواده تحمیل کند و خواست و نظر آنان را به هیچ انگارد. امام صادق علیه السلام کسی را که دیگران را کوچک شمرد و به آنان تحکم کند و زور بگوید، جبار خوانده است. (مجلسی، ۱۳۱۵ ق، ج ۷۳، ص ۲۲۰)

مرد باید مدیریت خویش را بر رفتار انسانی بنا کند و روش رسول خدا صلی الله علیه و آله را در پیش گیرد تا نقش خود را در تدبیر خانواده به شکلی شایسته ایفا کند. آن حضرت، در خانواده رفتاری انسانی داشت و مهربان ترین مردم به خانواده خویش بود و همین شیوه مدیریتی را از پیروانش می پسندد. از این رو، می فرماید: «أَقْرَبُكُمْ مِنِّي مَجْلِسًا يَوْمَ الْقِيَامَةِ، أَحْسَنُكُمْ خُلُقًا وَ خَيْرُكُمْ



لَاهِلِهِ». نزدیک ترین فرد در روز قیامت به من، خوش اخلاق ترین شما نسبت به خانواده و خیرخواه ترین آنها به خانواده اش است. (عاملی، ۱۴۱۴ق، ج ۸، ص ۵۰۷)

قرآن بعد از مشخص کردن سرپرست خانواده می‌فرماید: ﴿فَالصَّالِحَاتُ قَانِتَاتٌ﴾؛ پس زنان صالحه، مطیع‌اند. نکته حائز اهمیت این است که قرآن در این قسمت به بانوان امر نمی‌کند که مطیع باشید، بلکه این موضوع را به عنوان نتیجه بیان می‌کند. یعنی اکنون که خدا مرد را قوام خانواده معرفی کرد، آن خانمی که صالح و متقی است می‌فهمد باید قانت باشد. مطیع شوهر بودن در سرپرستی کلی خانواده، نه ضعف است، نه افت شخصیت بلکه نشانه وظیفه‌شناسی است. ضعف نیست، چرا که فرمان خدا را اجرا می‌کند و اجرای فرمان الهی موجب سرفرازی است. افت شخصیت نیست، چرا که مرد و زن در کرامت انسانی برابر هستند و در تقسیم کار تفاوت پیدا می‌کنند و این تفاوت به خاطر تفاوت در استعدادها است. اگر اسلام زن را به پذیرش دست حمایتگر مردان دعوت کرده، بر اساس واقعیات تکوینی وجود اوست. هرزنی در کنار خود تکیه‌گاهی می‌طلبد که در عین محبت و انعطاف، صلابت مردانه داشته باشد تا به حمایتش امیدوار باشد. در نتیجه وقتی مردان به وظایف خود در حمایت از زن و خانواده اقدام می‌کنند، توقع تمکین و گردن‌گذاری از ناحیه افراد خانواده و تمکین خاص از سوی زن، توقع زیادی نیست.

ب- عدم توجه زن به نقش مدیریت خانه و فرزندپروری خود

شوهرداری، خانه‌داری و تربیت فرزند، سه وظیفه اصلی زن در خانواده است. آنچه یک زن نمونه را در ایفای وظایف خود در خانه و خانواده موفق می‌کند، به کارگیری اصول و شیوه‌های مدیریت اسلامی در شوهرداری، خانه‌داری و تربیت فرزند است. از این رو موفقیت مرد در مدیریت خانواده نیز تا حد زیادی به معاونت و همکاری زن وابسته است. رسول اکرم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ می‌فرمایند: «الرَّجُلُ رَاعٍ عَلَى أَهْلِ بَيْتِهِ وَهُوَ مَسْئُولٌ عَنْهُمْ، وَ الْمَرْأَةُ رَاعِيَةٌ عَلَى بَيْتِ بَعْلِهَا وَوَلَدِهِ وَهِيَ مَسْئُولَةٌ عَنْهُمْ»، مرد سرپرست و نگهبان اعضای خانواده خویش و در برابر آنان مسئول است و زن سرپرست و نگهبان خانه، شوهر و فرزندان است و درباره آنها بازخواست می‌شود. (نوری، ۱۴۰۸ق، ج ۱۴، ص ۲۴۸) اما مدیریت این سه وظیفه، بسیار مهم تر است. بعضی زنان مدیریت ضعیف، بعضی مدیریت مشارکتی و بعضی مدیریت جاهلانه را در پیش می‌گیرند:

۱. **مدیریت ضعیف:** در این شیوه مدیر خانواده با اعضای خانواده به اهدافشان توجه چندانی ندارند و لذا کمترین دخالتی در بهبود وضع اهداف و یا کارهای افراد خانواده ندارد. این نوع مدیریت نه برای خود و نه برای خانواده مفید و سودمند نخواهد بود.

۲. **مدیریت مشارکتی:** در این مدیریت، مدیر تلاش می‌کند تا بتواند توجه مساوی به اعضای خانواده و اهداف و عملکرد آنان داشته باشد. این گونه مدیران با توجه به تلاششان می‌توانند تا حدود زیادی در کارشان موفق باشند. بهترین مدیر اثربخش کسی است که اعضای زیردست خود را به طور شدید مورد توجه قرار دهد و به نظرات و اندیشه‌های ایشان احترام بگذارد و نیازهایشان را دریابد و با یکدیگر ارتباط صمیمی برقرار نمایند.

۳. **مدیریت جاهلانه:** زنان مدیر، کمترین توجه را به نتیجه تلاش و زحمات اعضای خانواده دارند؛ ولی همه توجه ایشان به اعضای خانواده است. این گونه مدیران سعی می‌کنند محیط خانه طوری باشد که اعضای خانواده به طور کامل احساس آرامش کند که اعضای خانواده به طور کامل یعنی مادر و نه رئیس خانواده یعنی پدر، هیچ گونه بازخواست از تلاش اعضای خانواده نمی‌کند. (یوسفیان، ۱۳۸۷ش)

ج- عدم توجه مرد به نقش مؤثر زن در فرزندپروری و نقش خانه‌داری

اغلب زنان خانه‌دار، نگاه مثبت و تأییدکننده‌ای نسبت به زحماتشان در خانه از طرف آقایان، دریافت نمی‌کنند، به گونه‌ای که به تدریج محبت خانم خانه‌دار به وظیفه او تبدیل می‌شود. متأسفانه تصور می‌شود که خانه‌داری وظیفه‌ای است برای خانم‌ها که در منزل انجام می‌دهند. عدم توجه آقایان نسبت به این جریان و یا بی‌توجهی به این مسئله، مزید بر علت شده و موجب افسردگی، وسواس، احساس اضافه بودن، بی‌هدفی و پوچی، آسیب به کارکرد بانوان در خانه و جامعه، عدم رضایتمندی از زندگی زناشویی و ضربه خوردن به شخصیت زنان خانه‌دار می‌شود.





بررسی نقش عوامل شناختی در ناسازگاری زوجین نشان می‌دهد که این عوامل، تأثیر بسزایی بر کیفیت روابط زناشویی دارند. باورهای اشتباه، انتظارات غیرواقعی و غیرمنطقی چه قبل و چه بعد از ازدواج و عدم درک متقابل، می‌توانند منجر به سوء تفاهم و تنش‌های مکرر بین زوجین شوند. همچنین، انتخاب درست شیوه حل تعارض و حل مسئله و پرهیز از خطای شناختی تعمیم‌سازی، می‌تواند به کاهش ناسازگاری‌ها کمک کند. عدم آشنایی زوجین با آئین همسراری و عدم توجه آنها به وظایف و حقوق خود در خانواده، همچنین عدم توجه و درک درست زن و مرد از نقش‌های مدیریتی و یا فرزندپروری، می‌تواند ناسازگاری بین همسران را تقویت کند. به عنوان مثال، افرادی که مبتلا به خطای تعمیم‌سازی هستند، ممکن است به طور مستقیم تأثیر منفی بر روابط زناشویی خود داشته باشند و یا افرادی که دارای انتظارات بی‌جا و غیرمنطقی باشند، به مرور زمان انتظارات آنها تبدیل به باور شده و سپس باعث بروز اختلافات و ناسازگاری در روابط زناشویی خود شوند. همچنین نتایج نشان داد که افزایش آگاهی و شناخت از این عوامل، می‌تواند به پیشگیری از ناسازگاری زوجین کمک کرده و روابط خانوادگی سالم‌تری را ایجاد کند. بنابراین ضروری است که زوجین به توانایی‌های شناختی خود، آگاه شوند و بهبود آن‌ها را پیگیری کنند تا روابط خود را تقویت و پایدار کنند؛ بنابراین، آموزش و تقویت مهارت‌های شناختی و ارتباطی در زوجین، می‌تواند به بهبود روابط و افزایش رضایت زناشویی منجر شود.



منابع

قرآن کریم

سایت (khamenei.ir)، مقاله «سازش و سازگاری»، - [https://farsi.khamenei.ir/speech-](https://farsi.khamenei.ir/speech-21435=content?id)

21435=content?id

سایت (khamenei.ir)، مقاله «حقوق متقابل زن و شوهر»، <https://farsi.khamenei.ir/>

21431=speech-content?id

امامی، سید حسن، (۱۳۶۸ش)، «حقوق مدنی»، قم: انتشارات اسلامی، چ ۵، ج ۴.

جوادی آملی، عبدالله، (۱۳۸۶ش)، «زن در آیینه جمال و جلال»، قم: اسراء.

حسن، عمید، (۱۳۷۵ش)، «فرهنگ فارسی»، تهران: امیرکبیر، چ ۶.

حسینی، محمد؛ خدایی، مهدی؛ صدیقی، ابراهیم، (۱۳۹۹ش)، «نشوز و ناسازگاری

زوجین در فقه اسلامی» **مجله: مطالعات راهبردی علوم انسانی و اسلامی**، پاییز - شماره ۳۱

(۲۸ صفحه - از ۳۳ تا ۶۰).

حکیمی، محمد، (۱۳۸۷ش)، «دفاع از حقوق زن»، مشهد: بنیاد پژوهشهای اسلامی، چ ۷

خاتمی، سید سلمان، (۱۴۰۱ش)، «خود محوری و نقش آن در ناسازگاری زوجین با تاکید

بر آیه ۱۲۸ سوره نساء»، **مجله: سخن جامعه**، تابستان، سال یازدهم، شماره ۲۲ (۱۲ صفحه - از



هوشمندی، رودابه؛ احمدی، خدابخش؛ کیامنش، علیرضا، (۱۳۹۸ش)، «تحلیلی بر علل تعارضات زناشویی در دو دهه اخیر (یک مرور نظامند)»، **مجله علوم روان شناختی**، دوره هجدهم، شماره ۷۹، ص ۷۱۹-۷۹۷.

شیرعلیان، میثم؛ سمواتیان، راهله؛ هاشم پوربلترک، عاطفه؛ (۱۴۰۰ش)، «نقش خطاهای شناختی و باورهای غیرمنطقی در تعارضات زناشویی در دوران بحران کرونا ویروس»، **نهمین کنگره ملی آسیب شناسی خانواده و پنجمین جشنواره ملی خانواده پژوهی**. صفایی، سید حسین؛ امامی، سید اسدالله، (۱۴۰۲ش)، «مختصر حقوق خانواده»، تهران: میزان، چ ۶.

طباطبایی، سید محمد حسین، (۱۳۷۴ش)، «ترجمه تفسیرالمیزان»، قم: دفتر انتشارات اسلامی (وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، چ ۵، ۲۰ جلدی) ج ۴.

الطبرسی، ابی علی الفضل بن الحسن، (۱۴۱۵ق)، «مجمع البیان فی تفسیر القرآن»، لبنان- بیروت: مؤسسة الأعلمی للمطبوعات، ج ۳.

عباسی، خیام؛ ارشاد، فرهنگ، (۱۳۹۱)، «بررسی عوامل اجتماعی، فرهنگی و روانی مؤثر بر ناسازگاری زناشویی در شوشتر در سال ۱۳۸۹»، **مجله: زن و مطالعات خانواده**، بهار- شماره ۱۵ رتبه علمی- پژوهشی (دانشگاه آزاد)، ۲۲ صفحه (۱۲۷ تا ۱۴۸).

عمرانی، سیمین؛ جمهری، فرهاد؛ احدی، حسن (۱۳۹۸)، «پیش بینی سازگاری زناشویی بر اساس انتظارات زناشویی با نقش میانجی تعارض های زناشویی»، **نشریه علمی روان شناسی اجتماعی**، ۷(۵۱)، ص (۹۷-۸۹).

غلامرضا، انصاف پور، (۱۳۸۴) «فرهنگ فارسی»، تهران: نشر زوار، ج ۴.

فیض کاشانی، مولا محسن، (۱۳۷۶)، «الاصفی فی تفسیر القرآن»، قم: دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم، ج ۱.

قرشی بنایی، سید علی اکبر، (۱۳۹۱)، «احسن الحدیث»، قم: دفتر نشر نوید اسلام،



کاتوزیان، ناصر، (۱۳۷۷)، «حقوق مدنی در نظم حقوقی کنونی»، تهران: دادگستر.

مجلسی، محمدباقر، «بحارُ الأنوارِ الجامعةُ لِذَرِّ أخبارِ الأئمةِ الأطهار»، تهران: دارالکتب الاسلامیه، ج ۷۳.

محقق داماد، مصطفی، (۱۴۰۲)، «بررسی فقهی حقوق خانواده»، تهران: مرکز نشر علوم اسلامی.

حرّ عاملی، محمد بن حسن (۱۴۱۴ق)، «وسایل الشیعه الی تحصیل مسائل الشریعه»، آل البیت، ج ۸.

مختاری، میر فرد؛ عبدالله، ولی نژاد، (۱۳۹۳) «میزان دینداری و ارتباط آن با استفاده از شبکه های اجتماعی اینترنتی»، جامعه شناسی کاربردی، ۲۸ (۶).

المدرسی، سید محمد تقی، (۱۴۱۹ق)، «من هدی القرآن»، بیروت: دار القاری، (۱۳ جلد)، ج ۲.

مطهری، مرتضی، (۱۳۸۵)، «یادداشت های استاد مطهری»، تهران: صدرا، ج ۳، ج ۵.
مکارم شیرازی، ناصر و دیگران، (۱۳۶۶ش)، «تفسیر نمونه»، تهران: دارالکتب الاسلامیه، ج ۳.

مهدی، نیلی پور، (۱۳۸۵ش)، «مدیریت خانواده»، قم: سلسبیل، ج ۱، ج ۲.
نامدارپور، فهیمه، (۱۴۰۲ش)، «بررسی علل ناسازگاری زناشویی در تعاملات زوجی (مطالعه کیفی)»، مجله: خانواده درمانی کاربردی، بهار، دوره چهارم، شماره ۱، رتبه ب (وزارت علوم)، ص ۱ تا ۱۸.

نوری، حسین بن محمد تقی، (۱۴۰۸ق)، «مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل»، قم: مؤسسه آل البیت علیهم السلام احیاء التراث، ج ۱۴.

هاشمی رفسنجانی، اکبر، (۱۳۸۶ش)، «تفسیر راهنما»، قم: بوستان کتاب قم (انتشارات

دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم، (۲۱ جلد)، ج ۳.

یوسفی، شلبر (۱۳۹۴ش)، «**اثر بخشی آموزش حل تعارض بر رضایت زناشویی و صمیمیت روان شناختی زوجین**»، پایان نامه کارشناسی ارشد، روان شناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی.

یوسفیان، نعمت الله، (۱۳۸۷ش)، «**مدیریت زن در خانواده**»، تهران: زمزم هدایت، چ ۱.

Ahmadi Khodabakhsh, Paknezhad Fereshteh. Status of differentiation indicators in
.39- 219:(3)8;2017 .Tehran families Quarterly of Counseling Culture and Psychotherapy
[In Persian]

Handbook of emotional intelligence. San .(2006) .Bar _on, R. & Parker, J.D.A
Francisco: Jossey -Bos

Acceptance and mindfulness and marital therapy. .(2005) .Burpee L. & Langer E
Journal of adult Development 43-51, 12(1)

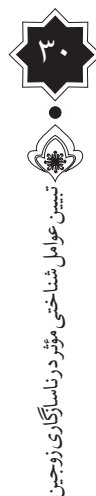
Studying stepfamilies: Four eras of family .(2018) .Canong, L., & Coleman, M
24-7, 157(1), scholarship. Family process

Relational resilience as a protective factor in .(2020) .Cihan, H., & Aydogan, D
-281, 33, maritaladjustment of couples with cancer: a dyadic model. Neurological Sciences
288

The marital problemsquestionnaire (1995) Douglass IV, Frazier M. Douglass, Robin
, 95 (MPQ)short screening instrument for marital therapy" Journal offamily Relations,jul
p238, 3 44issue.vol

ENRICH martial inventory. A Discriminantvalidity (1989) Fowers, B.J. & Olson D.H
.79-15, 65, and cross validation assessment. Journal of marital and family therapy

Grossmann I, Huynh AC, Ellsworth PC. Emotional complexity: Clarifying definitions



.and cultural correlates. Journal of personality and social psychology ۸۹۵:(۶)۱۱;۲۰۱۶



The Development and predictive" (۱۹۹۴) .Holman, T.B. Larson, J. H & Harmer, s. L
validity of a new premarital assessment instrument: The preparation for marriage
۵۲-۴۶ ,۴۳ ,Questionnaire. .Family Relations

۲۱۴۳۵=<https://farsi.khamenei.ir/speech-content?id>

A dyadic approach to infertility .(۲۰۱۸) .Kim, J. H., Shin, H. S., & Yun, E. K
stress, marital adjustment, and depression on quality of life in infertile couples. Journal of
۱۴-۶ ,(۱)۳۶ ,Holistic Nursing

International perspectives on couple .(۲۰۰۵) .Markman, H. J., & Halford, W. K
۱۴۶-۱۳۹ ,(۲)۴۴ ,relationship education. Family process

McDonald, J. E., Olson, J. R., Lanning, A. H., Goddard, H. W., & Marshall, J.
Effects of religiosity, forgiveness, and spousal empathy on marital adjustment.(۲۰۱۸)P
&۴۱۶-۳۹۳ ,(۴)۵۴ ,Marriage family review

Assessing the role of relationship conflict in sexual .(۲۰۰۲) .Metz, M. E., & Epstein, N
۱۶۴-۱۳۹ ,۲۸ ,dysfunction. J Sex Marital Ther

Marital Adjustment: Extension of psychophysical well-being. .(۲۰۱۴) .Mondol, J
LAP LAMBERT Academic Publishing

The relationship between inherent and .(۲۰۱۴) .Ozden, M. S., & Celen, N
acquired characteristics of human development with marital adjustment. Procedia Social
۵۶-۴۸ :(۴)۲۵ ,and Behavioral Sciences

Polak S, Saini M. The complexity of families involved in high -conflict disputes:
.A postseparation ecological transactional framework. Journal of Divorce & Remarriage
[In Persian] .۴۰- ۱۱۷:(۲)۶۰;۲۰۱۹

Styles of managing organizational conflict: a critical review and .(۱۹۹۷) .Rahim, M.A

۷۷-۶۱:۲ synthesis of theory and research. Current Topics in Management

Empirical studies on managing conflict. The Journal of Conflict .(۲۰۰۰) .Rahim, M.A

.۸-۵,(۱) Management

Managing Conflict in Organizations. Transaction Publishers, .(۲۰۱۰) .Rahim, M.A

.Livingston Campus of Rutgers University

Rodríguez -González M, Skowron EA, Cagigal de Gregorio V, Muñoz San Roque

I. Differentiation of self, mate selection, and marital adjustment: Validity of postulates of

۱۱:(۱)۴۴;۲۰۱۶ .Bowen theory in a Spanish sample. The American Journal of Family Therapy

.۲۳-

Conflict management styles, emotional intelligence, .(۲۰۱۰) .Shih, H. A., & Susanto, E

,and job performance in public organizations. International Journal of Conflict Management

.۱۶۸-۱۴۷,(۲)۲۱

Emotional intelligence as a predictor of .(۲۰۱۳) Tabinda , Jalil & Amina , Muazzam

,marital adjustment to infertility International Journal of Research Studies in Psychology

.۵۸-۴۵ ,(۳)۲

A study of married.(۲۰۰۶) .Taniguchi, S. Freeman, P.A. Taylor, S.& Malcarne B

couples' perceptions of experiential education of marital satisfaction in outdoor recreation.

۲۵۶-۲۵۳ ,(۳)۲۸ .Journal of experiential education

Marital conflict among couples: The case of .(۲۰۲۱) .Tasew, A. S., & Getahun, K. K

.۱۹۰۳۱۲۷ ,(۱)۸ ,Durbete town, Amhara Region, Ethiopia. Cogent Psychology

Effects of a couple communication program .(۱۹۹۲) .Yalcin, B. M., & Karahan, T. F

-۳۶ ,(۱)۲۰ ,on marital adjustment. The Journal of the American Board of Family Medicine

.۴۴

