

## راه‌های ایجاد و تقویت گفتمان در میان اعضای خانواده

دکتر علی کاظمی\*

### مقدمه

محبوب‌ترین بنا نزد خداوند، بنای خانواده است.<sup>۱</sup> بر این اساس، اسلام بر تشکیل و استحکام آن بسیار تأکید کرده است. این بنای مقدس، جایگاه محبت و مودت و کانون اصلی تکوین شخصیت انسان است. در اسلام، خانواده وسیله تکامل و آرامش روحی و روانی انسان به شمار می‌رود. ریموند بیچ می‌نویسد: «زناشویی در ردیف نظم‌هایی قرار دارد که آفریدگار جهان اساس آن را بنا نهاده است. هیچ امری در زندگی نمی‌تواند به اندازه ازدواج، بهروزی یا تیره‌بختی به‌بار بیاورد و در جهان، برای هیچ چیز دیگری به اندازه ازدواج لازم نیست که انسان روح و قلب خود را آماده سازد».<sup>۲</sup>

زن و مرد با پیمان زناشویی و تشکیل خانواده در جهت تحقق اهداف ازدواج و کسب سکینه و آرامش<sup>۳</sup> تلاش می‌کنند، اما تشکیل خانواده به تنهایی کافی نیست؛ بلکه هر یک از افراد خانواده برای رسیدن به آرمان‌های یاد شده، مسئولیت‌هایی دارند. کسب آرامش و همدلی، تربیت فرزندان صالح و بقای خانواده، نوعی خاص از

\* پژوهشگر علوم ارتباطات.

۱. محمدباقر مجلسی؛ بحارالانوار؛ ج ۱۰۰، ص ۲۲۲.

۲. محمدتقی فلسفی؛ بزرگسال و جوان از نظر افکار و تمایلات؛ ج ۲، بخش ۱۷.

۳. روم: ۲۱: «وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ».

رفتار همسران نسبت به یکدیگر را طلب می‌کند که به آن، ارتباط کلامی گفته می‌شود. در این نوشتار تلاش شده است ارتباط کلامی میان اعضای خانواده، مورد بررسی قرار گیرد.

### ۱. انتخاب موضوع گفتگو

موضوع مناسب برای گفتگو، می‌تواند سبب علاقمندی بیشتر اعضای خانواده برای گفتگو شود. برای انتخاب موضوع مناسب و مورد علاقه، باید دنیای مطلوب و نیازهای یکدیگر را شناخت. بیان این نیازها نیز سبب شناخت اعضا از دغدغه‌های یکدیگر شده و راه را برای انتخاب محتوا و موضوع برای گفتگو هموار می‌کند. موضوعاتی همچون تربیت و ازدواج فرزندان یا مشکلات موجود و بیان راهکارهایی برای رفع آن‌ها و نیز مدیریت مسائل مربوط به زندگی مشترک، می‌تواند موضوع‌های خوبی برای گفتگو میان زوجین باشد. بیان ویژگی‌های شخصی و خواسته‌هایی که از همسر خود دارند، می‌تواند به شناخت بیشتر یکدیگر کمک کند و تفاهم بیشتری را میان آنان فراهم نماید. هر چه تفاهم بیشتر شود، دلخوری‌ها و برداشت‌های اشتباه زوجین از عملکرد یکدیگر کمتر می‌شود؛ زیرا وقتی هر یک از آن‌ها به علاقه‌مندی‌های طرف مقابل پی ببرد و بداند همسر او از چه چیزهایی خرسند و از چه چیزهایی ناراحت می‌شود، برای جلب محبت او می‌کوشد که او را آزرده خاطر نکرده و زمینه‌های خشنودی‌اش را فراهم کند.

### ۲. شناخت نیازهای اعضای خانواده

رفتار انسان هدفمندانه و بیشتر متأثر از نیروهای درونی است، از این‌رو افراد به وسیله نیروهای غریزی برانگیخته می‌شوند و هر رفتاری در جهت برآوردن نیازهای اساسی شکل می‌گیرد. نیازهای اساسی است که آدمی را به تلاش و حرکت وا می‌دارد.<sup>۱</sup> ریشه بسیاری از تعارض‌های میان همسران، برآورده نشدن نیازهایشان است؛ زیرا در میزان نیازها و ویژگی‌های جنسیتی با یکدیگر متفاوتند. اگر همسران دریابند که با صحبت درباره نیازهای خود، به راهکارهایی برای پاسخگویی به آن‌ها خواهند رسید،

۱. جرالد کوری و ماریان اشنایدر کوری؛ گروه درمانی؛ ترجمه سیف الله بهاری؛ ص ۳۰.

دیگر احساس نمی‌کنند رضایت‌شان برای طرف مقابل اهمیت و ارزش ندارد. احساس رضایتمندی حاصل از گفتگو و کاهش تعارض‌ها سبب می‌شود «همسران بتوانند برای طرز بیان تقاضا و خواسته خود برنامه‌ریزی کنند و بدون سکوت مفرط، رفتار ترحم‌آمیز، طلبکارانه یا پرخاشگرانه ابراز وجود کنند. در این صورت همسران یاد می‌گیرند به جای اینکه انتظار داشته باشند، همسرشان به صورت معجزه‌وار نیازها و خواسته‌های آن‌ها را بداند، نیازها و خواسته‌هایشان را ابراز کنند»<sup>۱</sup>.

خانمی که برای طلاق به دادگاه مراجعه کرده بود، رفتار بد همسرش و بی‌توجهی او به احترام گذاشتن به خود را علت طلاق بیان کرد. وی می‌گفت:

همسر من علی‌رغم همه خوبی‌هایش، نمی‌خواهد بفهمد من همسر و مادر دو فرزندش هستم. در مجالس با دست انداختن من، مایه تفریح دیگران می‌شود و من بسیار خجالت‌زده می‌شوم. هر چه از او خواهم کرده‌ام دست از این کار بردارد، بی‌فایده است. من آدم شوخ و بذله‌گویی نیستم تا با او مانند خودش رفتار کنم. چون خواهش‌هایم فایده‌ای ندارد، اگر چه می‌دانم بعد از طلاق دچار مشکلات بسیاری خواهم شد، اما می‌خواهم از او جدا شوم.<sup>۲</sup>

### ۳. شیوه‌ها و مهارت‌های گفتگو

یکی از معضلات اصلی گفتگوهای همسران، این است که پیامی که فرد قصد انتقال آن را دارد، لزوماً همان پیامی نیست که ارسال می‌کند و پیام دریافت‌شده، لزوماً همان پیامی نیست که ارسال می‌شود. مردی که می‌خواهد به همسرش ابراز محبت کند و هنگام بیرون رفتن از منزل، متوجه خاک روی میز می‌شود؛ به جای بیان دوست داشتن روی میز یک قلب می‌کشد، اما همسرش فکر می‌کند آن، نشانه اعتراض به کثیفی منزل است! بنابراین داشتن مهارت گفتگو، یکی از اصلی‌ترین علل اختلافات زناشویی است که حتی اگر یکی از زوجین دارای این مهارت باشد، می‌تواند از بسیاری از اختلافات جلوگیری کند. برخی از این مهارت‌ها عبارتند از:

۱. سیده مریم طباطبایی ندوشن؛ «مهارت‌های ارتباطی همسران»؛ ماهنامه پیام زن؛ شماره ۲۵۰، دی ۱۳۹۱، ص ۵۶ و ۵۷.

۲. ابراهیم امینی؛ آیین همسر‌داری؛ ص ۴۳.

### الف) مؤدبانه و محبت‌آمیز سخن گفتن

گفتگو چه میان همسران باشد و چه میان والدین و فرزندان، باید مؤدبانه و محبت‌آمیز باشد؛ نه خصمانه و نفرت‌انگیز. شیوه بیان یک مطلب می‌تواند به گونه‌ای باشد که شنونده پاسخ نیکو دهد یا بالعکس طرف مقابل جواب ندهد یا جواب تندی داشته باشد. اسلام بر استفاده از جملات زیبا و مؤدبانه هنگام سخن گفتن با یکدیگر تأکید کرده است تا پاسخی زیبا شنیده شود؛ چنانکه امام علی علیه السلام فرموده است: «أَجْمَلُوا فِي الْخِطَابِ تَسْمَعُوا جَمِيلَ الْجَوَابِ»<sup>۱</sup> زیبا سخن بگویید تا پاسخ زیبا بشنوید». گاهی آمرانه سخن گفتن یکی از همسران، حساسیت دیگری را برانگیخته و نه تنها خوسته‌ای اجابت نمی‌شود؛ بلکه امکان به وجود آمدن برخورد لفظی و تنش هم وجود دارد. گاهی نیز ممکن است ضمن صحبت، یکی از زوجین کلمه یا جمله‌ای بگوید که اثر بد آن تا سال‌ها در ذهن دیگری باقی بماند و حتی باعث افسردگی و دلسردی از زندگی شود.

تمرین مهارت کنترل خشم، به همسران کمک می‌کند که در استفاده از کلمات، دقت بیشتری داشته باشند. البته حرکات دست و چشم و ابرو و آهنگ صدا نیز در این مسئله مؤثر است؛ برای مثال گفتن کلمه «چشم» در مقابل خواسته همسر با صدایی آهسته، بسیار محبت‌آفرین و معجزه‌گر است.<sup>۲</sup>

### ب) خطاب زیبا

در ارتباط صحیح، باید هم‌گوینده خوبی بود و هم‌شنونده خوبی؛ یعنی در تبادل اطلاعات و عواطف باید از نقش عاطفی و روانی واژه‌ها آگاه بود. همچنین باید توجه داشت چگونه بعضی از کلمات در برقراری ارتباط سالم، نقشی سازنده داشته و در ایجاد صمیمیت مؤثر هستند. بنابراین واژه‌ها باید با حساسیت بیشتری انتخاب شوند. از همین روست که اسلام به مسلمانان تأکید کرده است که همدیگر را با نام و القاب نیکو صدا کنند و از القاب بد پرهیز نمایند: «وَلَا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْألقَابِ»<sup>۳</sup> و

۱. عبدالواحد بن محمد تمیمی آمدی؛ *غررالحکم و دررالکلم*؛ ص ۱۵۸.

۲. سید جواد مصطفوی؛ *بهشت خانواده*؛ ص ۴۴-۴۹.

۳. حجرات: ۱۱؛ ر.ک: فضل بن حسن طبرسی؛ *مجمع‌البیان*؛ ج ۹، ص ۲۰۵.

با القاب زشت و ناپسند یکدیگر را یاد نکنید». اهمیت کلام زیبا و نیکو تا آنجاست که خداوند به حضرت موسی علیه السلام و برادرش هارون، دستور می‌دهد که فرعون را با لحنی نرم، به حق دعوت کنند: «فَقُولُوا لَهُ قَوْلًا لَّيِّنًا لَعَلَّهُ يَتَذَكَّرُ أَوْ يَحْشَى: <sup>۱</sup> و با او سخنی نرم بگویید، باشد که پند گیرد یا خشوع و خشیت یابد» و از دشنام و بددهنی حتی نسبت به کافران نیز بر حذر داشته <sup>۲</sup> و از به کارگیری واژه‌های نادرست نهی کرده است: «وَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا: <sup>۳</sup> و سخن (حق و) استوار بگویید»؛ زیرا کلام نیک، جواب نیک را در پی دارد.

### ج) اظهار دلتنگی در زمان دوری از یکدیگر

وقتی همسران یا دیگر اعضای خانواده مدتی از یکدیگر دور باشند، بیان احساسات می‌تواند رشته محبت میان آن‌ها را محکم‌تر کند. ابراز دلتنگی از دوری همسر (فرزند یا والدین) و بیان نگرانی از تأخیر و دیر آمدن به صورت تلفنی و با کلمات و جملات زیبا و دلنشین و نیز بین خوشحالی و دلتنگی هنگام ملاقات یکدیگر، دل‌های اعضا را بیشتر به هم نزدیک، و گرما و صفای محبت را در وجود هر یک از آنان عمیق‌تر می‌کند. البته باید دقت داشت که هنگام بیان نگرانی، نباید از کلماتی استفاده کرد که توییخی بوده یا نشانه شک کردن به یکدیگر باشد. البته باید توجه داشت ابراز احساسات یا ارادت از طریق روش‌هایی مانند پیامک و پست الکترونیکی، هرگز تأثیر و نتیجه صحبت کردن و شنیدن صدا را ندارد. <sup>۴</sup>

### د) اظهار تشکر

یکی از عوامل گرمی فضای خانواده، سپاس‌زبانی از یکدیگر است. این امر باعث ایجاد انگیزه برای انجام وظایف و تقویت روحیه اعتماد به نفس در همسران می‌شود. به یقین تأمین نیازهای اقتصادی به تنهایی برای قدردانی، کافی نیست؛ زیرا تأثیر

۱. طه: ۴۴؛ ر.ک: محمد بن حسن طوسی؛ التبیان؛ ج ۷، ص ۱۷۵.

۲. انعام: ۱۰۸.

۳. احزاب: ۷۰.

۴. ر.ک: گروهی از نویسندگان؛ سیمای خانواده در اسلام؛ ص ۱۷۶.

روانی تشکر زبانی، چنان است که چیزی جایگزین آن نمی‌شود. این تصور نیز که کار بیرون از منزل و وظیفه مرد بوده و به تشکر نیازی ندارد، صحیح نیست؛ بلکه تشکر زبانی از مرد، در روح او اثر مطلوبی می‌گذارد و سبب موفقیت بیشتر او می‌گردد. امام صادق علیه السلام فرموده است:

مَكْتُوبٌ فِي التَّوَرَاةِ: أَشْكُرُ مَنْ أَنْعَمَ عَلَيْكَ وَأَنْعَمَ عَلَيَّ مَنْ شَكَرَكَ فَإِنَّهُ لَا زَوَالَ لِلنَّعْمَاءِ إِذَا شُكِرَتْ وَلَا بَقَاءَ لَهَا إِذَا كُفِرَتْ<sup>۱</sup> در تورات نوشته است که سپاسگزاری کن، از کسی که به تو احسان نمود و احسان کن، به کسی که از تو سپاسگزاری کرد؛ زیرا اگر در برابر احسان، سپاسگزاری کنی؛ پایدار می‌شود و اگر ناسپاسی‌اش کنی، دوام نخواهد یافت.

تأثیر روانی تشکر نکردن به زبان تا آنجاست که گاه می‌تواند زمینه‌ساز افسردگی فرد شود. بانوی خانه‌داری می‌گوید:

شوهر حق‌نشناسی دارم. از صبح تا شام رنج می‌برم، زحمت می‌کشم، تمام کارهای خانه از شستن ظروف و لباس‌ها، از پختن غذا تا تزئین اتاق‌ها و بافتنی‌های لازم برای او و فرزندان را انجام می‌دهم؛ ولی وقتی به خانه می‌رسد، رفتارش به گونه‌ای است که گویا هیچ کاری انجام نشده است. اصلاً توجهی به هیچ چیز ندارد. لباس‌های اتو شده و کفش‌های واکس زده او را که جلوی من می‌گذارم، یک متشکرم یا دستت درد نکند هم نمی‌گوید. اگر من هم برایش تعریف کنم، با تندی حرفم را قطع می‌کند که بس است، این قدر کارهایت را به رخ من نکش، مگر چه کار کرده‌ای؟ شاخ گول شکسته‌ای یا از قلعه دماوند بالا رفته‌ای؟ در صورتی که اگر زحمت‌های من نبود، وضع خوب حالا را نداشت.<sup>۲</sup>

#### ۴. شرایط گفتگوی خوب

گفتگو زمانی می‌تواند خوب و مفید باشد و سبب جذب اعضای خانواده شود که برخی شرایط در آن رعایت شود. این شرایط عبارتند از:

#### الف) افزایش آستانه تحمل

حفظ آرامش کانون خانواده نیازمند آن است که از هرگونه بدگویی و کلمات

۱. محمد بن یعقوب کلینی؛ *الکافی*؛ ج ۲، ص ۹۴.

۲. ابراهیم امینی؛ *آیین همسر‌داری*؛ ص ۷۹.

ناخوشایند پرهیز شود، اما گاهی ممکن است یکی از اعضای خانواده با کلمات تند و خشنی از دیگر اعضا مواجه شود. در چنین شرایطی باید با صبر و خویشتنداری، مراقب زبان خویش و کلمات مورد استفاده بود تا بتوان ضمن حفظ آرامش خانه، فضای به وجود آمده را به درستی مدیریت کرد. رسول اکرم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ درباره نقش صبر در رسیدن به خواسته‌ها فرموده است: «الصَّبْرُ خَيْرٌ مَرَكَبٍ مَا زَرَقَ اللَّهُ عَبْدًا خَيْرًا لَهُ وَلَا أَوْسَعَ مِنْ الصَّبْرِ»<sup>۱</sup> صبر بهترین مرکب است که خداوند بهتر و فراخ‌تر از آن به بنده روزی نکرده است. همچنین در این شرایط باید صحنه ناراحتی را به هر شکل ممکن تغییر داد تا فرد عصبانی نتواند به خشونت خود ادامه دهد، نه اینکه با پاسخی شبیه به بیان او یا بدتر از آنچه گفته، هیزم بر آتش معرکه افزود.

#### ب) عذرخواهی و عذرپذیری

فردی که بر نفس خود مسلط است، وقتی دچار خطا یا اشتباهی می‌شود؛ غرور و تکبر را کنار می‌نهد و با عذرخواهی از کسی که حق او را نادیده گرفته یا ضایع کرده است، دلجویی می‌کند. عذرخواهی و عذرپذیری، کدورت‌ها و ناراحتی‌ها را که می‌تواند باعث قهر و دوری اعضای خانواده از یکدیگر و مانع گفتگو شود، از بین می‌برد.

باید توجه داشت که مشکلات خانوادگی، اغلب ناشی از اشتباهات دو طرفه است و تعامل نادرست آن‌ها با یکدیگر ساخته می‌شود. گفتگوی میان اعضای خانواده با یکدیگر و به‌ویژه زوجین برای حل مشکلات، در صورتی نتیجه می‌دهد که هر دو طرف، صادقانه به اشتباهات خود اعتراف کنند. البته اگر یکی از اعضا عذرخواهی کرد، باید طرف مقابل عذرخواهی او را قبول کند. امام علی عَلَيْهِ السَّلَام فرموده است: «سَرُّ النَّاسِ مَنْ لَا يَقْبَلُ الْعُذْرَ وَلَا يُقْبِلُ الذَّنْبَ»<sup>۲</sup> بدترین مردم، کسی است که عذرخواهی دیگران را نپذیرد و از خطای‌شان نگذرد. زن جوانی با مراجعه به دادگاه خانواده، درخواست طلاق داد و درباره علت آن به قاضی گفت:

۱. محمدباقر مجلسی؛ بحارالانوار؛ ج ۷۹، ص ۱۳۹.

۲. عبدالواحد بن محمد تمیمی آمدی؛ غررالحکم و دررالکلم؛ ص ۴۰۹.

شوهرم حتی اگر مقصر صددرصد هم باشد، حاضر نیست از من معذرت بخواهد. بارها مرا به شدت ناراحت کرده و دلم را شکسته است؛ ولی حتی یک‌بار هم معذرت نخواست و کاری نکرده که دلم را به دست بیاورد. همیشه این من بودم که گذشت کردم و از خطاهای او چشم‌پوشی کردم؛ ولی من یک زن هستم و دوست دارم شوهرم گاهی مرا با چنین حرف‌هایی خوشحال کند و اگر از او ناراحت می‌شوم، مثل بقیه مردها بیاید و از من معذرت بخواهد. دیگر تحمل زندگی کنار چنین مردی را ندارم و می‌خواهم از او جدا شوم.<sup>۱</sup>

### ج) گفتگو با فرزندان

در چندین سال پیش، بیشتر فرزندان اوقات خود را با مادرشان در خانه یا با پدرشان در مزرعه یا محل کار می‌گذراندند و با هم گفتگو می‌کردند؛ از این‌رو والدین قادر بودند به نیازها، آرزوها و شخصیت فرزندان پی ببرند، ولی امروزه با ورود وسایل و تکنولوژی‌های جدید مانند موبایل به محیط خانواده‌ها، والدین و فرزندان ساعت‌های متعددی در کنار یکدیگر می‌نشینند؛ بدون آنکه با هم حرفی بزنند. یکی از مهم‌ترین مشکلات زنان که در چهارمین کنگره روزنامه‌نگاران زن در آلمان مطرح شد، این بود که ده‌ها میلیون زن در آلمان، صبح زود خانه و فرزندان خویش را ترک می‌کنند. پرسش اینجاست که ده‌ها میلیون کودک و نوجوانی که مادرانشان را در طول روز در کنار خویش نمی‌بینند و ارتباط کلامی ندارند، چگونه تربیت خواهند شد؟ اکنون بیشتر کودکان ۱۴ - ۱۶ ساله در آلمان کلید خانه‌هایشان را به گردن خود آویزان می‌کنند تا برای صرف ناهار به خانه بازگردند و پس از آن، در انتظار مادرانشان می‌نشینند و لحظه‌شماری می‌کنند تا پس از ساعت شش، شاید مادران خود را در آغوش بگیرند.<sup>۲</sup>

### نتیجه‌گیری

یکی از اثرات مفید ارتباط کلامی در میان اعضای خانواده، ایجاد شناخت نسبت به

۱. خبرگزاری جام‌نیوز؛ «مرد مغرور، پای زن جوان را به دادگاه کشاند»؛ ۱۳۹۴/۰۶/۰۵.

<https://www.jamnews.com/detail/News/552980>

۲. محمد مهدی آصفی؛ فی‌رحاب القرآن؛ ج ۳، ص ۱۵۷؛ به نقل از علیرضا انصاری؛ سبک زندگی

خانواده در قرآن؛ ص ۱۱۲.



یکدیگر و نتیجه شناخت میان افراد خانواده، افزایش محبت میان آنهاست. ارتباط کلامی مناسب از جهت محتوا و نوع کلمات به کار رفته، سبب افزایش شناخت همسران از یکدیگر می‌شود و در پرتو این شناخت است که در زندگی مشترک سازگاری میان زوجین بیشتر می‌شود، تفاهم بیشتری به وجود می‌آید و سطح تحمل طرفین نسبت به یکدیگر را بالا می‌برد؛ زیرا بعد از شناختی که در پرتو ارتباط کلامی مناسب ایجاد شده، سوء برداشت‌ها و توقعات موهوم از زندگی رخت بر می‌بندد و زمینه جدل لفظی و ناراحتی‌هایی که به خاطر عدم شناخت صورت می‌گرفته است، از بین می‌رود.

## فهرست منابع

### کتاب

۱. امینی، ابراهیم؛ آیین همسررداری؛ چاپ بیست و نهم، قم: دفتر تبلیغات اسلامی، ۱۳۸۹ش.
۲. انصاری، علیرضا؛ سبک زندگی خانواده در قرآن؛ چاپ اول قم: بوستان کتاب، ۱۳۹۷ش.
۳. آصفی، محمد مهدی؛ فی رحاب القرآن؛ قم: بوستان کتاب، ۱۳۹۴ش.
۴. تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد؛ غررالحکم و دررالکلم؛ تصحیح سید مهدی رجایی؛ چاپ دوم، قم: دارالکتاب الاسلامی، ۱۴۱۰ق.
۵. طبرسی، فضل بن حسن؛ مجمع البیان فی تفسیر القرآن؛ تصحیح فضل الله یزدی طباطبایی و هاشم رسولی؛ چاپ سوم، تهران: ناصرخسرو، ۱۳۷۲ش.
۶. طوسی، محمد بن حسن؛ التبیان فی تفسیر القرآن؛ تصحیح احمد حیب عاملی؛ چاپ اول بیروت: دار احیاء التراث العربی، [بی تا].
۷. فلسفی، محمد تقی؛ بزرگسال و جوان از نظر افکار و تمایلات؛ چاپ نهم، تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی، ۱۳۸۷ش.
۸. کلینی، محمد بن یعقوب کلینی؛ الکافی؛ تصحیح علی اکبر غفاری و محمد آخوندی؛ چاپ چهارم، تهران: دار الکتب الاسلامیه، ۱۴۰۷ق.
۹. کوری، جرالده و ماریان اشناپدر کوری؛ گروه درمانی؛ ترجمه سیف‌الله بهاری؛ تهران: نشر روان، ۱۳۹۸ش.
۱۰. گروهی از نویسندگان؛ سیمای خانواده در اسلام؛ چاپ اول قم: بوستان کتاب، ۱۳۹۳ش.

۱۱. مجلسی، محمدباقر؛ بحارالانوار؛ تحقیق گروهی از محققان؛ چاپ دوم، بیروت: دار احیاء التراث العربی، ۱۴۰۳ق.

۱۲. مصطفوی، سید جواد؛ بهشت خانواده؛ چاپ اول، مشهد: انتشارات دانشگاه مشهد، ۱۴۰۴ق.

#### مقالات

طباطبایی ندوشن، سیده مریم؛ «مهارت‌های ارتباطی همسران»؛ ماهنامه پیام زن؛ شماره ۲۵۰، دی ۱۳۹۱، ص ۵۶ و ۵۷.

#### سایت‌ها

خبرگزاری جام‌نیوز؛ «مرد مغرور، پای زن جوان را به دادگاه کشاند»؛ ۱۳۹۴/۰۶/۰۵، کد خبر ۵۵۲۹۸۰.

