

# مدیریت تعارض‌های زناشویی با رویکرد حل مسئله از منظر مشاوره‌ی خانواده و اسلام

مریم فاتحی‌زاده\* نجمه بارباز اصفهانی\*\* اعظم پرچم\*\*\*

## چکیده

با توجه به پیامدهای ویران‌گر اختلافات زناشویی از جمله تأثیرات روانی و جسمانی در زوجین، گوشه‌گیری و ضعف کفایت اجتماعی، مشکل در پیشرفت تحصیلی فرزندان و تأثیرات منفی در تعالی جامعه لزوم بررسی راه‌کارهای مدیریت صحیح تعارض‌های زناشویی آشکار می‌شود. پژوهش حاضر با استفاده از روش تطبیقی و با تأکید بر روش شهید صدر مبنی بر اینکه در تفسیر موضوع‌های قرآنی بایستی از نتایج علوم انسانی بهره برد تا پس از عرضه‌ی آن بر قرآن و دریافتن دیدگاه قرآن درباره‌ی آنها پاسخ‌گویی به سؤال‌ها و رفع شبهه‌های روز میسر شود، ابتدا مبحث تعارضات زناشویی را در دانش مشاوره‌ی خانواده بررسی و سپس دیدگاه اسلام را در این باره مطرح و اشتراکات و اختلافات دو حوزه را در این موضوع بیان می‌کند. بنا بر یافته‌های پژوهش مشاوره خانواده در مدیریت تعارضات زناشویی به عزت نفس انسانی اهتمام می‌ورزد و اسلام علاوه بر آن از کرامت انسان، ایمان به خدا و ایجاد آرامش و برقراری رحمت و مودت بین افراد هم سخن می‌گوید. مدیریت تعارض‌های زناشویی در اسلام بر پایه‌ی توحیدمحوری و در مشاوره‌ی خانواده بر اساس انسان‌محوری است.

## واژگان کلیدی

زوجین، تعارض، خانواده، اسلام، مشاوره‌ی خانواده.

\*- دانشیار دانشگاه اصفهان (fatehizade@gmail.com).  
\*\*- کارشناسی ارشد علوم قرآن و حدیث (نویسنده مسئول) (barbaz62@yahoo.com).  
\*\*\*- دانشیار دانشگاه اصفهان (azamparcham@yahoo.com).

## مقدمه و بیان مسئله

انسان‌ها در زندگی خود همواره با مشکلات پردردسری مواجه می‌شوند. شیوه‌ی حل مسئله می‌تواند وسیله‌ی مفیدی برای مقابله با بسیاری از مشکلات باشد. شیوه‌ی حل مسئله انواع پاسخ‌های بالقوه‌ی مؤثر در موقعیت مشکل‌آفرین را ارائه و احتمال انتخاب مؤثرترین پاسخ را از میان راه‌حل‌های مختلف افزایش می‌دهد.

همواره مباحث مربوط به تبیین و حل تعارض‌های زناشویی یکی از دغدغه‌های اصلی مشاوران خانواده بوده و دیدگاه‌های نظری فراوانی درباره‌ی آن ارائه شده است؛ دیدگاه‌هایی همچون رویکرد سیستمی<sup>۱</sup> و رویکرد رشدی<sup>۲</sup> و رویکرد رفتاری<sup>۳</sup> که بیشتر به تعارض از جنبه‌ی تعاملی می‌نگرند. در این بین رویکرد حل مسئله در حل تعارضات زناشویی نیز وجود دارد. کاربرد آموزش حل مسئله در اواخر دهه‌ی ۱۹۶۰ و اوایل دهه‌ی ۱۹۷۰ به عنوان بخشی از جنبش شناختی رفتاری برای اصلاح رفتار آغاز شد. پایه‌گذاران این شیوه «دزوریللا و گلدفرید»<sup>۴</sup> طی مقاله‌ای در همایش انجمن روان‌شناسی آمریکا در سال ۱۹۶۸ بر لزوم آموزش مهارت حل مسئله در برنامه‌ی آموزش مهارت‌های اجتماعی تأکید کردند (Dzurilla & Goldfried, 1971:107-126). از آن هنگام تاکنون این شیوه در طیف وسیعی از موقعیت‌های بالینی مشاوره و روان‌درمانی به کار رفت و نتایج مثبتی از آن گزارش شد.

در میان اندیشمندان مسلمان شهید صدر معتقد است، رسالت جهانی اسلام بر آوردن نیازهای روز و دفع شبهه‌ها است. از این‌رو موضوع‌های مورد توجه در دین باید در عالم خارج نیز بررسی شوند تا از تجربه‌ها و راه‌حل‌های اندیشه‌ی بشری استفاده شود. در این شیوه، مفسر یا تحلیل‌گر در پرتو نتایجی که به دست می‌آید، روبه‌روی قرآن می‌نشیند اما نه نشستی از نوع خاموش تا فقط شنونده‌ای جامد و گزارش‌گری بی‌تلاش باشد، بلکه نشستی پرسش‌گرایانه و پاسخ‌یابی فعال و پویا با این هدف که دیدگاه قرآن را از طریق مقایسه نصّ آن با برآیند اندیشه‌ها و روش‌های تجربه‌شده‌ی بشری دریافت کند (صدر، ۱۳۶۹: ۵۰-۴۹). شهید صدر معتقد است، نظریه‌ی قرآن درباره‌ی موضوع‌های گوناگون اعتقادی - اجتماعی و جهانی با گذشت زمان روشن می‌شود و از طریق مجموعه تجربه‌هایی که از علوم روز به دست آمده در گفت‌وگو با قرآن نتایجی حاصل می‌شود که برآورنده‌ی نیازها و پاسخ‌گو به سؤال‌های بشری است و حقایق والای قرآنی را در صحنه‌ی اجتماع، ملموس آشکار می‌کند (همان: ص ۵۱). این اندیشمند قصد دارد، در تفسیر موضوع‌های قرآنی از نتایج علوم انسانی بهره‌گیرد تا بعد از عرضه‌ی آن بر قرآن و دریافتن دیدگاه قرآن درباره‌ی آنها،

1- System approach.

2- Developmental.

3- Behavioral.

4- Dzurilla&Goldfried.

پاسخ‌گویی به سؤال‌ها و رفع شبهه‌های روز میسر شود. از این رهگذر در پژوهش حاضر کوشش شده اندیشه‌ی یک عالم بزرگ شیعه را درباره‌ی یکی از موضوعات مهم در جامعه‌ی فعلی (حل تعارض‌های زناشویی) از منظر مشاوره خانواده و اسلام بررسی کند تا روشن شود آیا می‌توان برخی نیازهای بشر امروز را از طریق دانش مشاوره‌ی خانواده پاسخ و سپس آن را با مفاهیم قرآنی تطبیق داد. مشترکات و مفترقات حاصل از این تطبیق چقدر راه‌گشا و مفید است.

### ۱. مدیریت حل تعارض‌های زناشویی از منظر مشاوره‌ی خانواده

تعارض عبارت است از توافق نداشتن و مخالفت دو فرد با یکدیگر، ناسازگاری نظرات و اهداف و رفتاری که با نظر دیگری مخالف است و همچنین ستیزه‌ای بین افراد در اثر منافع ناهمسو و اختلاف اهداف و ادراکات مختلف است (بهارستان، ۱۳۸۳: ۹۸). تعارض در روابط زمانی بروز می‌کند که رفتار یک شخص با توقعات شخص دیگر همسو نیست. ارتباط ضعیف به حفظ این روند کمک می‌کند (دیویس، ۱، ۱۳۸۲: ۱۱۱).

#### ۱-۱. مبنای حل تعارض از منظر مشاوره‌ی خانواده

عزت نفس به عنوان یک نیاز، شامل احساساتی است که انسان به داشتن آن در یک سیستم متقابل اجتماعی محتاج است؛ ما نیازمندیم نکات مشترک احساسی خود را با دیگران رد و بدل کنیم و در درون خود احساس بارزشی کنیم. همچنین احساس کنیم که دیگران ما را بارزش می‌پندارند و معتقد باشیم که آنها هم بارزش‌اند (جابر، ۱۳۸۸: ۲۱). مازلو<sup>۱</sup> در توضیح نیاز به عزت نفس می‌گوید: «یکی از چیزهایی که نیاز به عزت نفس شامل آن می‌شود تمایل به اعتبار و حیثیت است که آن را احترام دیگران به خود می‌توان تعریف کرد» (مازلو، ۱۳۶۷: ۸۲). عزت نفس فرد هر قدر هم که محکم باشد، زندگی همواره موقعیت‌هایی پیش می‌آورد که ارزش‌گذاری مثبت فرد برای خودش را به خطر می‌اندازد. تحقیر شدن یا مورد توهین قرار گرفتن، رد شدن درخواست‌های مختلف در زندگی ... همه می‌تواند بر نگرش مثبتی که فرد از خود دارد آثار مخرب بر جا گذارد (شیهان، ۳، ۱۳۷۸: ۱۷-۱۱)؛ لذا در شرایط تنش و اختلاف، اعتقاد زوجین به اینکه انسان همواره در درون احساس نیاز به عزتمندی - به خصوص از سوی افراد مهم زندگی - دارد، مانع بروز رفتار نامناسبی می‌شود که در پی آن عزتمندی همسر آسیب ببیند. بنابراین می‌توان یکی از مبنای مدیریت تعارض زوجین را در اعتقاد به وجود نیاز مبتنی بر احساس ارزشمندی در همسر دانست.

1- Davis.

2- Maslow.

3- Sheehan.

## ۲-۱. مراحل حل مسئله از منظر مشاوره‌ی خانواده

تحقیقات دانش مشاوره‌ی خانواده در حوزه‌ی حل مسئله به این نتیجه رسیده است که حل مسئله مراحل مختلفی دارد:

### ۲-۱-۱. تشخیص موقعیت کلی

موقعیت فرد در قبال یک مسئله می‌تواند در روش پاسخ دادن او اثر فراوان داشته باشد. نگرش فرد مبتنی بر طبیعی بودن بروز مشکلات در زندگی و احتمال غلبه بر آنها و توانایی تشخیص موقعیت مشکل‌زابه محض وقوع، رفتار سنجیده‌ی فرد در حل مسئله را در پی دارد. یکی از مهم‌ترین مشخصه‌های موقعیت‌های مشکل‌آفرین ناشی از واکنش هیجانی خود فرد است. بهتر است افراد به جای غرق شدن در این آشفتگی، این واکنش هیجانی را نشانه‌ای قلمداد کنند که موجب می‌شود توجه خود را به موقعیت مسئله‌آفرینی معطوف کند. مهم این است که به محض بروز مشکلات، فرد باید ضمن توانایی تشخیص آنها آمادگی خود را برای بازداری پیش از هرگونه پاسخ آشکار حفظ کند. کسانی که در حل مسئله ناموفق‌ترند، معمولاً افرادی تکانشی هستند که اگر فوراً راه‌حلی پیدا نکنند، بلافاصله دست از تلاش برمی‌دارند. اولین قدم در همه‌ی استدلال‌ها حتی ساده‌ترین آنها مکث کردن و فکر کردن است. اگر شخصی در مواجهه با مشکل پاسخ فوری دهد، ممکن است وقت کافی برای بروز پاسخ‌های نشانه‌زا (شناختی) باقی نگذارد؛ پاسخ‌هایی که در انتخاب سلسله اقدامات مؤثر به فرد کمک می‌کند (ماروین، گلدفريد، دیویسون، ۱۳۷۱: ۱۹۹). حل مسئله به توانایی خانواده برای حل مشکلاتشان در سطحی اشاره می‌کند که خانواده کارایی مطلوب خود را حفظ کند (رحمت‌الهی و دیگران، ۱۳۹۲: ۹۵).

### ۲-۲-۱. مشخص کردن و فرمول‌بندی مسئله

موقعیت‌های مسئله‌آفرین بیشتر مبهم و فاقد دانسته‌ها و اطلاعات لازم‌اند. بنابراین فرد باید تمام جنبه‌های موقعیت را از لحاظ عملیاتی مشخص کند و عناصر موقعیت را به شکلی مناسب فرمول‌بندی یا طبقه‌بندی کند. یکی از مزایای مهم مشخص کردن یک مسئله از لحاظ عملیاتی این است که باعث روشن شدن محرک‌های اساسی می‌شود که امکان دسترسی به پاسخی مؤثر را افزایش می‌دهند. با بیان عینی مسئله، فرد مجبور می‌شود ارتباط آنچه را در اولین برخورد، نامربوط به نظر می‌رسیده، پیدا کند. فرد در موقعیت حل مسئله به محرک‌های خارجی پاسخ مستقیم نمی‌دهد، بلکه به نشانه‌های واسطه‌ای پاسخ می‌دهد؛ برای مثال ممکن است موقعیت مسئله‌آفرین به صورت تعارض بین یک هدف و مانعی که بر سر راه آن است یا بین دو یا چند هدف فرمول‌بندی شود. وقتی مسئله مشخص و فرمول‌بندی شد، فرد آماده است تا ایجاد راه‌حل‌های بدیل را آغاز کند (ماروین، گلدفريد، دیویسون، ۱۳۷۱: ۲۰۱).

## ۱-۲-۳. ایجاد راه‌حل‌های بدیل

این مرحله معمولاً هسته‌ی فرآیند حل مسئله محسوب می‌شود. وظیفه‌ی اصلی در این مرحله عبارت است از تدارک طیفی از پاسخ‌های احتمالی که شاید بتوان پاسخ‌های مؤثر را در میان آنها یافت. بیشتر پژوهش‌ها در این باره با روش «سیال‌سازی ذهن» ارتباط پیدا می‌کند. سیال‌سازی ذهن - که در اصل به عنوان شیوه‌ای برای تسهیل فکریابی ایجاد شد - چهار قاعده‌ی اصلی دارد که عبارت‌اند از:

- الف- انتقاد ممنوع است؛ نظر مخالف درباره‌ی برخی فکرها باید به وقت دیگری موکول شود؛  
ب- از آزاد گذاردن فکر استقبال می‌شود؛ هر چه فکری که به ذهن می‌آید عجیب و غریب‌تر باشد، بهتر است. تعدیل کردن یک فکر آسان‌تر است تا پیدا کردن آن؛  
ج- کمیت مطلوب است؛ هر چه تعداد فکرها بیشتر باشد، احتمال وجود فکرهای مفید بیشتر می‌شود؛  
د- ترکیب و اصلاح مورد نظر است؛ افراد علاوه بر فکرهایی که به ذهنشان خطور می‌کند، باید بدانند چگونه می‌توان افکار دیگران را به افکار بهتری تبدیل کرد و چگونه می‌توان دو یا چند فکر را ترکیب کرد تا فکر بهتر دیگری پیدا شود (همان).

یافته‌ها نشان می‌دهد، احتمال پیدا کردن پاسخ‌های مؤثر به کمک سیال‌سازی ذهن بیشتر است تا تلاش برای ارائه‌ی انحصاری راه‌حل‌های بدیلی با کیفیت بالا (همان: ۲۰۱ و ۲۰۲).  
زن و شوهری که اختلاف دارند، می‌توانند توضیحات لازم برای راه‌حل‌هایی که در جریان سیال‌سازی ذهنی پدید آمد را برای هم ارائه دهند؛ البته مختصر و بدون ارزیابی (اولیاء و دیگران، ۱۳۸۸: ۱۲۷).

## ۱-۲-۴. تصمیم‌گیری

در هنگام تعیین خوب بودن اقدامات انجام شده‌ی پیشین درباره‌ی تصمیم‌گیری، از مفهوم «سودمندی» استفاده‌ی فراوانی شده است که در آن انتخاب، پیش‌بینی پیامدهای احتمالی هر اقدام و توجه به سودمندی این پیامدها برای مقابله با مشکل فرمول‌بندی شده را شامل می‌شود. به عبارت دیگر فرد باید پیش‌بینی کند کدام یک از بدیل‌های ممکن در مرحله‌ی استراتژی ارزش‌پیگیری دارند. رهنمود کلی این است که فرد به پیش‌بینی پیامدهای احتمالی هر استراتژی وادار شود و برای حل قطعی موقعیت مسئله‌آفرین مفید بودن چنین پیامدهایی را ارزیابی کند (ماروین، گلدفرید، دیویسون، ۱۳۷۱: ۲۰۲ و ۲۱۰).

این مرحله در فرآیند حل تعارضات زناشویی بدین صورت اجرایی می‌شود که باید ترکیبی از راه‌حل‌هایی که نیازهای هر دو زوج را به بهترین وجه برآورده می‌کند، انتخاب شود (اولیاء و دیگران، ۱۳۸۸: ۱۲۷). حل مسئله در زندگی زناشویی مستلزم چیزی است که روان‌شناسان آن را «فضای

مشارکتی»<sup>۱</sup> می‌نامند. برای حل مؤثر و سازنده‌ی مسائل، هر کدام از طرفین باید انعطاف‌پذیر و آماده‌ی همکاری بوده و هدف معقولی داشته باشند (مک‌کی، ۱۳۹۰: ۱۴۹). از همسران بپرسید که کدام یک از راه‌حل‌های پیشنهادی را برای حل مشکل می‌پسندد؟ مشخص کنید به نظر خود شما کدام یک از راه‌حل‌ها بهتر است؟ ببینید کدام انتخاب‌ها مشترک هستند؟ به اتفاق در مورد یکی از راه‌حل‌ها یا تعداد بیشتری از آنها تصمیم‌گیری کنید (اولیاء و دیگران، همان).

### ۱-۲-۵. اثبات

برای مواجهه با یک موقعیت مسئله‌آفرین در سطحی بیش از سطح نظری، فرد باید اقدام انتخابی را اجرا کند و پیامدهای کارهایش را مشاهده کند و نتیجه‌ی واقعی را با نتیجه‌ی مورد انتظار خود مقایسه کند. اگر این مقایسه رضایت‌بخش باشد می‌تواند فرآیند حل مسئله را خاتمه دهد و خارج شود. با این همه اگر شخص دریافت که نتیجه‌ی مقایسه رضایت‌بخش نیست، به عمل کردن ادامه می‌دهد یعنی به تشخیص و فرمول‌بندی مسئله، ایجاد راه‌حل‌های بدیل و یا تصمیم‌گیری برمی‌گردد و این جریان را تا زمانی که نتیجه‌ی مقایسه رضایت‌بخش باشد، ادامه می‌دهد و بعد فرآیند حل مسئله خاتمه می‌پذیرد (ماروین، گلدفرید، ۱۳۷۱: ۲۰۲ و ۲۱۱).

### ۱-۳. شیوه‌های اجرای مراحل حل مسئله در تعارضات زناشویی

پس از شناخت مراحل حل مسئله، توانایی اجرا و پیاده‌سازی شیوه‌های حل مسئله در هنگام بروز تعارضات زناشویی لازم و ضروری است. در ذیل به برخی تکنیک‌ها در شیوه‌های اجرا سازی مراحل حل مسئله در اختلافات زوجین اشاره می‌شود:

#### ۱-۳-۱. مرحله‌ی تشخیص موقعیت کلی

در روابط زوجین متعارض الگوهایی وجود دارد که آگاهی از آنها برای زوجین حکم تشخیص موقعیت تعارضی را دارد. این الگوها عبارت‌اند از:

#### الف- الگوی همدم طلب - دوری‌گزین

الگوی «همدم طلب - دوری‌گزین»<sup>۲</sup> در زوج‌هایی به وجود می‌آید که یک همسر در رابطه حالت پرخاشگر به خود می‌گیرد و مرتب به سمت دیگری روی می‌آورد و تلاش می‌کند با جدیت بیشتری او را درگیر رابطه کند. از جمله شیوه‌های تعقیب عبارت‌اند از: شروع بحث‌ها یا تعارضات، طرح‌ریزی افراطی برای اوقات همسر و دنبال کردن همسر در خانه، اما فردی که دوری می‌کند از رابطه کنار مانده و اوقات بسیار اندکی را برای فعالیت‌های طراحی شده سپری می‌کند (قلیلی، ۱۳۸۴: ۱۴ به نقل از یونگ و لانگ، ۱۹۹۸).

1- collaborative set.

2- Pursuer-Distancer.

**ب- الگوی یادآور - طفره‌رو**

«الگوی یادآور- طفره‌رو»<sup>۱</sup> در میان زوج‌هایی است که یکی از آنها مسئول بوده و باید برای احساس مسئولیت به دیگری یادآوری کند. فردی که طفره می‌رود از وظایف خود کناره‌گیری می‌کند تا زمانی که همسرش چندین بار به او یادآوری کند. حرکات یادآوری و تعویق مکرر سبب بی‌میلی و اضطراب و دلیل تراشی در زوجین می‌شود (همان).

**ج- الگوی والد - کودک**

در «الگوی والد - کودک»<sup>۲</sup> تعامل وابسته به یک والد منتقد است که تلاش می‌کند دیگری را به وضعیت مطیعانه‌تری در رابطه بکشانند. همسر در نقش والد به انتقاد، اجتناب از تعریف و تعبیرهای مثبت می‌پردازد. زوج والد خشمگین و زوج کودک کناره‌گیر است. این روند تعاملی نیز مخرب بوده و موجب ابقای هر کدام در نقش ناخواسته می‌شود (همان).

استوارت<sup>۳</sup> برخی الگوهای خاص تبادلی و مشکل‌ساز بین زوجین را این‌گونه دسته‌بندی کرده است:

**• تبادلات اجباری**

در این تبادل یکی از زوجین در پاسخ به تقویت مثبتی که از طرف مقابل دریافت می‌کند، همواره تقویت منفی می‌گیرد؛ برای مثال فرد برای رسیدن به هدف خود و گرفتن امتیاز به زن حمله و انتقاد می‌کند و این کار را تا بدان جا ادامه می‌دهد که زن بحث را رها کرده و اجازه‌ی پیروز شدن را به همسرش می‌دهد. در واقع مرد با به دست آوردن هدفش پاداش می‌گیرد (تقویت مثبت) و زن نیز با این واقعیت که مرد از انتقاد نسبت به او دست برداشته، تقویت می‌شود (تقویت منفی).

**• کناره‌گیری**

در این تبادل، تقویت منفی وجود دارد به این صورت که وقتی منازعه و درگیری زوجین در هنگام تعارض بسیار آزار دهنده می‌شود، یکی از آنها یا هر دو از منازعه کناره‌گیری می‌کنند، زیرا رهایی از درگیری و قطع منازعه و بحث و جدل (تقویت منفی) بسیار پاداش دهنده است.

**• تبادلات تلافی جویانه**

در این الگو هر یک از زوجین بلافاصله بعد از شنیدن یک انتقاد از طرف مقابل پاسخی منفی به او می‌دهد. در این حالت هر دو به قدری نسبت به عکس‌العمل فوری شرطی می‌شوند که حتی زمانی که طرف مقابل قصد انتقاد و تنبیه نیز ندارد رفتارشان حاکی از انتقاد تلقی شده و بلافاصله واکنش نشان می‌دهد (قلیلی، ۱۳۸۴: ۱۴، به نقل از استوارت، ۱۹۶۹).

1- Reminder-procrastinato.

2- Parent-Child.

3- Stuart (1969).

## ۱-۳-۲. مرحله‌ی انتخاب راه‌حل‌های بدیل

برای حل تعارضات زناشویی فرآیندهایی وجود دارد که ممکن است زوجین هر یک از این فرآیندها را صرف‌نظر از کارایی داشتن یا کارایی نداشتن آن به عنوان راه‌حل بدیل انتخاب کنند. در ذیل به این فرآیندها اشاره می‌شود:

## الف- اجتناب کردن

در رویارویی با مسئله‌ی بالقوه تعارض‌انگیز، برخی زن و شوهرها سعی می‌کنند اهمیت موضوع را نادیده بگیرند یا حتی انکار کنند. وقتی زن و شوهری از این فرآیند استفاده می‌کنند، تصمیمات حول‌وحوش مسئله گرفته می‌شود یا به شانس سپرده یا غلط آغاز می‌شود. آنها یا در موقعیت بی‌تصمیمی و بلا تکلیفی به سر می‌برند یا امیدوارند که این موقعیت نیز بگذرد. ممکن است در کوتاه مدت این فرآیند مؤثر افتد، اما در درازمدت و بسته به اینکه چه کسی بیشتر با مسئله سروکار دارد، می‌تواند با نارضایتی همراه باشد (اولیاء و دیگران، ۱۳۸۸: ۱۱۹).

## ب- مرافعه یا کوتاه آمدن

اگر هیچ یک از شرکای زندگی کوتاه نیاید، این توافق نداشتن می‌تواند تا حد یک بحث و جدل یا مرافعه‌ی مخرب تشدید شود. تعارض ممکن است به بن‌بست بیانجامد یا ممکن است یکی از زوجین در برابر احساس خشم و تنفر تسلیم شود و عقب‌نشینی کند و با رفتارهای مزورانه و کنایه‌آمیز آشکارا به تعارض دامن بزند. حتی اگر زن و شوهر به راه‌حل دست یابند، این فرآیندهای مرافعه و تسلیم رضایت‌بخش نیستند و می‌توانند برای رابطه مخرب و آسیب‌زا باشند. به نظر می‌رسد یکی برنده است، اما در درازمدت هر دو شکست خورده هستند (همان).

## ج- بلا تکلیفی (قهر)

با این فرآیند همسران درباره‌ی راه‌حل‌ها بحث می‌کنند، اما هرگز به جواب نمی‌رسند. هیچ چیزی فیصله یافته نیست. آنها در حین جروب‌بحث‌های خود صورت مسئله را پاک می‌کنند و هیچ‌گاه آگاه کامل را تجربه نمی‌کنند و برای حل و فصل مشکل، خود را به اقدام یکسان متعهد نمی‌دانند. این روش برخورد با مسائل و مشکلات ممکن است خطری متوجه کسی نکند، اما در درازمدت رضایت‌بخش نیست (همان: ۱۲۰).

## د- آشتی کردن

راه دیگر برای رفع تعارض و اختلاف آشتی کردن است؛ یعنی رسیدن به راه‌حل از طریق مصالحه. در این وضعیت زن و شوهر خاضعانه و با شور و شوق به همدیگر امتیازاتی می‌دهند که برای دیگری مهم است. هر یک از شرکای زندگی امتیازی می‌دهد تا امتیازی بگیرد و در مقابل



چیزی که به دست می‌آورد، چیزی از دست می‌دهد. این راه حل ممکن است مؤثر افتد، اما ممکن است برای هر دو طرف کاملاً رضایت‌آمیز باشد یا نباشد (همان).

#### ه- مشارکت‌جویی

این فرآیند از مصالحه فراتر می‌رود. در این فرآیند هر یک از زوجین درصدد است که برای مسئله راه‌حلی پیدا یا ابداع کند که به نفع هر دوی آنهاست. آنها نگرش «من هم برای خودم و هم برای تو اهمیت قائلم» را نشان می‌دهند و اقدام و عمل می‌کنند. در این فرآیند تصمیم‌هایی که به نفع هر دو نفر است، رابطه را محکم می‌کند (همان).

فرآیند مشارکت‌جویی به نوعی ناقل احساس عزت و کرامت نفسی است که زوجین برای یکدیگر قائل‌اند؛ لذا در مدیریت صحیح اختلافات تأثیر مثبتی دارد. عزت نفس در محاوره با دیگران اکتساب می‌شود و انعکاس نظرات دیگران نسبت به ماست؛ به عبارت دیگر عزت نفس مقدار ارزشی است که ما فکر می‌کنیم دیگران برای ما به عنوان یک شخص قائل‌اند (جابر، ۱۳۸۸: ۲۱ به نقل از ساندفرد، ۱۹۶۵). این مسئله در مورد اشخاص مهم زندگی نظیر همسر اهمیت بیشتری دارد. کوباتا<sup>۱</sup> و همکاران در یک بررسی عنوان کردند که عزت نفس در الگوهای پیشرفت عملکرد تعامل با دیگران و سلامت روانی تأثیر می‌گذارد و به همین دلیل لازم است که ارزیابی مثبت فرد از خودش تقویت شود (غفاری و دیگران، ۱۳۸۶: ۵۲). یکی از راه‌های تقویت این ارزیابی رفتار محترمانه‌ی دیگران با ماست.

علاوه بر فرآیندهای حل تعارض راهبردهایی برای پاسخ به تعارضات زناشویی ذکر شده که هر یک از این راهبردها نیز ممکن است به عنوان راه حل بدیل انتخاب شود. این راهبردها شامل موارد زیر می‌شود:

#### • اهمیت ندادن

پیام این راهبرد به همسر این است که خواسته‌های او مهم نیست و نیازهای او به اندازه‌ی نیازهای شما اهمیت، شدت و مشروعیت ندارد. هدف از به‌کارگیری چنین راهبردی، شرم‌نده کردن او برای موافقت با خواسته‌تان است (مک‌کی، ۱۳۹۰: ۱۶۲).

#### • کناره‌گیری / ترک کردن

پیام این راهبرد این است که اگر آنچه را که من می‌خواهم انجام ندهی از پیش تو می‌روم. تهدید به ترک کردن به قدری ترسناک است که فرد مقابل ممکن است برای اجتناب از آن تسلیم شود و دست از خواسته‌ی خود بردارد. گاهی اوقات کناره‌گیری به صورت عاطفه‌ی بسیار سرد است؛ گاهی اوقات به شکل دوری از گفت‌وگو است، کناره‌گیری پیوند عاطفی عمیق که نیروی حیات‌بخش هر رابطه است را از بین می‌برد (همان، ۱۶۴ و ۱۶۵).

### • سرزنش کردن

در این روش یکی از زوجین تقصیر را به گردن فرد مقابل می‌اندازد. گاهی نیز به خاطر نیاز خود همسر را سرزنش می‌کند. توجه داشته باشید به همان اندازه که همسر به خاطر یک نیاز سرزنش می‌شود، از او انتظار می‌رود که خودش آن را جبران کند (همان: ۱۶۶).

### • تحقیر کردن / بد نام کردن

در این راهبرد، یکی از زوجین کاری می‌کند که همسرش به خاطر داشتن خواسته و نیازی متفاوت از وی احساس حماقت و غیرعادی بودن بکند. در این روش نیز از ترس و شرم به عنوان ابزاری برای کنترل کردن فرد مقابل استفاده می‌شود. اگر همسر نمی‌خواهد از ارزش او کاسته شود، باید از خواسته‌ی مهم خود صرف نظر کند (همان).

### • محروم کردن

در این راهبرد، یکی از زوجین همسر خود را از هرگونه حمایت، لذت یا تقویت محروم می‌کند. به عبارت دیگر، همسر از انجام دادن کارهایی که برای همسرش جالب و لذت‌بخش است، طفره می‌رود. زوجین می‌توانند با شناسایی راهبردهای آزار دهنده‌ای که معمولاً برای کنترل دیگری در روابط به کار می‌برند، از تأثیر آنها بر خود و همسرشان آگاه شوند (همان: ۱۶۷).

### ۱-۳-۳. مرحله‌ی تصمیم‌گیری

با توجه به توضیحات ذکر شده در مرحله‌ی مشارکت‌جویی، از میان فرآیندهای حل تعارضات زناشویی فرآیند تصمیم‌گیری سودمندترین راه‌حل است که زوجین در این مرحله برای حل تعارض تصمیم‌گیری می‌کنند.

### ۱-۳-۴. مرحله‌ی اثبات

مرحله‌ی اثبات در حل تعارضات زناشویی به این صورت عملی می‌شود که پس از انتخاب راه‌حل مطلوب، زوجین باید پیامدهای بالقوه‌ی راه‌حل مطلوب و وظایف هر زوج برای انجام دادن راه‌حل را تعیین کنند. سپس زوجین می‌بایستی اقدامات خود را برای حل مسئله معلوم کنند و در برابر آن متعهد شوند (اولیاء و دیگران، ۱۳۸۸: ۱۲۷).

## ۲. مدیریت حل تعارض‌های زناشویی از منظر اسلام

از منظر اسلام، خانواده یکی از بنیادی‌ترین و اصلی‌ترین نهادهای جامعه است. آیات و روایات فراوانی به این موضوع اشاره دارد؛ لذا به منظور تحکیم خانواده تأکیدها و توصیه‌های فراوانی در آیات و روایات اسلامی مشاهده می‌شود که با عمل به آنها می‌توان خانواده را از اختلاف و خطر ازهم‌پاشیدگی نجات داد.

## ۲-۱. مبنای حل تعارض در اسلام

با دقت و تأمل در منابع ارزشمند اسلامی می‌توان برای حل تعارضات زناشویی مبناهایی به شرح ذیل ارائه داد:

الف- ایمان و اعتقاد به خدا و حب به او؛ ایمان به خدا ناراحتی را از انسان می‌زداید و از هجوم اضطراب به دل جلوگیری می‌کند. قرآن از نقش پیشگیری ایمان این‌گونه یاد می‌کند: «وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَ أَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ» (آل عمران: ۱۳۹)؛ «و اگر مؤمنید، سستی نکنید و غمگین مشوید که شما برترید».

بر اساس این آیه، ایمان در برابر عوامل ناراحتی حکم یک زره محکم را دارد. هنگامی که انسان کانون هجوم عوامل ناراحتی قرار می‌گیرد، به اتکای ایمان به خدا می‌تواند خود را از غم رها سازد. آیات قرآن گویای رابطه‌ی ایمان با آرامش روانی و درونی و فائق آمدن بر مشکلات است: «الَّذِينَ آمَنُوا وَ تَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ» (رعد: ۲۸)؛ «همان کسانی که ایمان آورده‌اند و دل‌هایشان به یاد خدا آرام می‌گیرد. آگاه باش که با یاد خدا دل‌ها آرامش می‌یابد».

ب- احترام متقابل بر اساس اعتقاد به عزت نفس و کرامت انسانی؛ قرآن برای شخصیت انسان و مقام کرامت و فضیلت او جایگاهی بلند قائل است. آن‌گونه که قرآن انسان را ترسیم کرده، در هیچ جایی به چنین نحوی جنبه‌های متفاوت و کرامت انسانی در نظر گرفته نشده است. آیات الهی انسان را برتر از دیگر موجودات و خلیفه‌ی خدا بر زمین<sup>۱</sup> و دارنده‌ی بالاترین ظرفیت‌ها و قابلیت‌های علمی نامحدود و آشنا به همه‌ی حقایق هستی،<sup>۲</sup> برخوردار از فطرتی خدا آشنا،<sup>۳</sup> بهره‌مند از عنصری ملکوتی و الهی در سرشت خود و آراسته شده با روح خداوند،<sup>۴</sup> موجودی آزاد، مستقل و انتخاب‌گر و امانت‌دار خداوند در زمین،<sup>۵</sup> مسلط بر زمین و طبیعت و آسمان<sup>۶</sup> و... معرفی کرده است. وقتی افراد عزت و کرامت نفس انسان‌ها نزد خداوند را به عنوان یک اصل در نظر داشته باشند و بنای رفتار با دیگران را بر اساس آن قرار دهند، در هر شرایطی حتی شرایط تعارض با دیگران هرگز بی‌حرمتی نکرده و شرایط بحرانی را مدیریت می‌کنند.

ج- دستیابی به سکون و آرامش و افزایش مودت و رحمت در پرتو عفو؛ در اندیشه‌ی اسلامی رابطه‌ی خداوند با موجودات بر اساس رحمت و مودت است: «قُلْ لَمَنْ مَّا فِي السَّمَاوَاتِ وَ الْأَرْضِ قُلْ لِلَّهِ كَتَبَ عَلَى نَفْسِهِ الرَّحْمَةَ» (انعام: ۱۲)؛ «بگو: آنچه در آسمان‌ها و زمین است از آن کیست؟ بگو:

۱- انعام: ۱۶۵

۲- بقره: ۳۳-۳۱

۳- اعراف: ۱۷۲؛ روم: ۴۳

۴- سجده: ۹

۵- احزاب: ۷۲؛ دهر: ۷۳

۶- بقره: ۲۹؛ جاثیه: ۱۳

از آن خداست که رحمت را بر خویشتن واجب گردانیده است». «الَّذِينَ يَحْمِلُونَ الْعَرْشَ وَمَنْ حَوْلَهُ يُسَبِّحُونَ بِحَمْدِ رَبِّهِمْ وَيُؤْمِنُونَ بِهِ وَيَسْتَغْفِرُونَ لِلَّذِينَ ءَامَنُوا رَبَّنَا وَسِعْتَ كُلَّ شَيْءٍ رَحْمَةً وَعِلْمًا» (غافر: ۷)؛ «کسانی که عرش [خدا] را حمل می‌کنند و آنها که پیرامون آن‌اند، به سپاس پروردگارشان تسبیح می‌گویند و به او ایمان دارند و برای کسانی که گرویده‌اند طلب آمرزش می‌کنند: پروردگارا، رحمت و دانش تو بر هر چیز احاطه دارد».

توجه به این نکته که خداوند با آن عظمت با مخلوق خود رابطه‌ای بر اساس رحمت و مودت دارد، محرک مثبتی است برای افراد تا ارتباط خود با دیگران را بر همین اساس استوار کنند، چنان که خداوند در مورد رابطه‌ی زن و مرد فرمود: «وَمِنْ ءَايَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً» (روم: ۲۱)؛ «و از نشانه‌های او اینکه از [نوع] خودتان همسرانی برای شما آفرید تا بدانها آرام گیرید و میانتان دوستی و رحمت نهاد».

یکی از جلوه‌های آرامش‌بخش بودن زوجین برای هم و افزایش مودت بین آنها گذشت و عفو در شرایط اختلاف است. خشم و درگیری در وهله‌ی اول آرامش فرد را سلب می‌کند. در این بین عفو و اغماض و سعه‌ی صدر تنها راه رسیدن به آرامش است. بر اساس وعده‌ی الهی عفو، بدی، سردی، تنفر و کینه را به گرمی، محبت و صمیمیت تبدیل می‌کند: «وَلَا تَسْتَوِيَ الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ» (فصلت: ۳۴)؛ «و نیکی با بدی یکسان نیست. ابدی را [به آنچه خود بهتر است دفع کن آن‌گاه کسی که میان تو و میان او دشمنی است، گویی دوستی یکدل می‌شود».

## ۲-۲. مراحل حل مسئله از منظر اسلام و شیوه‌های اجرای آن در تعارضات زناشویی

با توجه به آنچه از آیات و روایات در موضوع اختلافات زناشویی وارد شده، می‌توان مراحل حل مسائل و مشکلات زناشویی و شیوه‌های اجرای آن را در زمان تعارض‌های زناشویی بررسی کرد. این مراحل به شرح ذیل است:

### ۲-۲-۱. تشخیص موقعیت کلی

گاهی در خانواده موقعیت‌های اختلافی پیش می‌آید که روابط افراد را از حالت دوستی و محبت به حالت دشمنی و کشمکش می‌کشاند. زندگی همیشه سراسر آرامش نیست. خداوند به این حقیقت اشاره فرموده است «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِنِّ مِنْ أَزْوَاجِكُمْ وَأَوْلَادِكُمْ عَدُوًّا لَكُمْ فَاحْذَرُوهُمْ وَإِن تَعَفَوْا وَتَصَفَّحُوا وَتَغَفَرُوا فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ» (تغابن: ۱۴)؛ «ای کسانی که ایمان آورده‌اید در حقیقت برخی از همسران شما و فرزندان شما دشمن شمایند، از آنان بر حذر باشید و اگر ببخشایید و درگذرید و بیامرزید، به راستی خدا آمرزنده مهربان است».

بر اساس آیه‌ی شریفه، تشخیص موقعیت زمانی برای فرد به درستی رخ می‌دهد که بر مبنای ایمان به خدا و خوش‌بینی به او باشد. فرد مؤمن پس از تشخیص موقعیت اختلافی در پرتو اعتقاد به خدا به اجری که خداوند در پرتو بخشش وعده داده، یقین پیدا می‌کند. در پرتو همین عفو آنجا که فضای خانواده متشنج می‌شود، زوجین بر مبنای ایمان به خدا با یکدیگر رابطه برقرار کرده و موقعیت اختلافی را کنترل می‌کنند؛ لذا وقتی یکی از زوجین بخواهد مایه‌ی تضعیف ایمان دیگری شود، خداوند به او اجازه‌ی انتقام نمی‌دهد. نکته‌ی مهم این است که فرد پس از تشخیص موقعیت تعارضی، واکنش سنجیده نشان دهد. خداوند با عبارت «فَأَحْذَرُوهُمْ» واکنش مناسب را متذکر می‌شود. آیه کسانی را خطاب کرده که توسط همسر و فرزندان از مهاجرت به مدینه بازداشته شدند و زمانی که مشاهده کردند، عده‌ای در مدینه از آنها در امر دین پیشی گرفته‌اند، کمر به مقابله با همسر و فرزندان و اذیت آنها بستند (طبرسی، ۱۳۷۲: ج ۱۰، ص ۴۵۲). این آیه در حالی که یکی از مهم‌ترین اختلافات خانوادگی (اختلاف در عقاید) را متذکر می‌شود، راه‌حل صحیح را در وهله‌ی اول در حذر کردن از چنین همسر و فرزندان معرفی کرده، بدین معنا که مبادا در اثر فشار آنها و مهر و محبتی که خداوند نسبت به آنها در دل انسان نهاده از ایمان دست بردارند (طباطبایی، ۱۴۱۷: ج ۱۹، ص ۳۰۷). در مرتبه‌ی بالاتر می‌فرماید: «عفو و بخشش کنید». عفو یعنی زائل کردن گناه کسی و نادیده گرفتن آن (راغب اصفهانی: ۱۴۱۲، ج ۱، ص ۵۷۴). صفح یعنی ترک ملامت و از عفو بلیغ‌تر است (همان: ص ۴۸۶).

در راستای تشخیص موقعیت کلی تعارض مبنی بر اینکه تعارضات زناشویی در زندگی امری طبیعی و اجتناب‌ناپذیر است، می‌توان به آیات و روایاتی که به تعارضات زناشویی اشاره کرده‌اند، توجه کرد و از بین همین آیات و روایات الگوهای روابط زوجین متعارض را سامان داد.

## ۲-۱-۱. الگوهای تعاملی زوجین متعارض از منظر اسلام

قرآن و روایات به برخی از تعارض‌های رایج بین زوجین اشاره کرده که هر یک از دو طرف در شرایط اختلافی رفتاری خاص از خود بروز می‌دهد و بر اساس آنها می‌توان الگوهای تعاملی زوجین را سامان داد. در برخی موارد اسلام رفتار نامناسب یکی از طرفین را تعدیل و اصلاح و از کسی که ستم‌دیده است، دفاع می‌کند و در مواردی ضمن قبیح شمردن رفتار فردی که تعارض را ایجاد کرده رفتار مناسب دیگری را تأیید می‌کند.

### الف- متعهد- متنفر

از آیاتی که می‌توان بر این الگوی تعاملی شاهد گرفت، آیه‌ی زیر است:

«يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَحِلُّ لَكُمْ أَنْ تَرْتُوا النِّسَاءَ كَرَاهًا وَلَا تَعْضَلُوهُنَّ لِتَذْهَبُوا بِبَعْضِ مَا آتَيْتُمُوهُنَّ إِلَّا أَنْ يَأْتِيَنَّ بِفَاحِشَةٍ مُّبِينَةٍ وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيَجْعَلَ اللَّهُ

فِيهِ خَيْرٌ كَثِيرًا» (نساء: ۱۹)؛ «و با آنها به شایستگی رفتار کنید و اگر از آنان خوشتان نیامد، پس چه بسا چیززی را خوش نمی‌دارید و خدا در آن مصلحت فراوان قرار می‌دهد؛ است».

در این آیه، خداوند پس از توصیه‌هایی درباره‌ی زنان از قبیل نهی از به ارث بردن زنان که از سنت‌های جاهلی بود و نهی از فشار وارد کردن بر زن برای بخشیدن مهریه خود به مردان توصیه می‌کند با آنها به نیکی رفتار کنند. بر اساس آنچه برخی مفسران در مورد عبارت «فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ» ذکر کرده‌اند آیه بر نوعی رفتاری زوجین اشاره دارد که طی آن مرد از صحبت و تعامل و حتی زندگی با زن کراهت دارد (طبرسی، ۱۳۷۲: ج ۳، ص ۴۱؛ امین، ۱۳۶۱: ج ۴، ص ۴۰). آیه می‌فرماید، در صورت کراهت از زن او را نزد خود نگه دارید و برای آن دلیل می‌آورد که چه بسا از این زن خیری نصیبتان شود از جمله اینکه فرزندی صالح به شما دهد و یا در آینده مهر او به دلتان بیافتد. نمی‌توان در این آیه دلالتی بر کراهت متقابل زن بر شوهر به دست آورد، بلکه می‌توان گفت که زن به رابطه‌ی زناشویی متعهد بوده و تنفر تنها از جانب مرد است. در این صورت دستور اسلام معاشرت با معروف است که هم اداء حقوق قانونی از جمله خوراک و پوشاک و مسکن و هم رعایت حقوق اخلاقی از قبیل خوش رفتاری و عدم آزار و اذیت را شامل می‌شود (طبرسی، ۱۳۷۲: ج ۳، ص ۴۱؛ طوسی، اَبی‌تا، ج ۳، ص ۱۵۰؛ امین، ۱۳۶۱: ج ۴، ص ۴۰).

#### ب- عصیانگر - سازشگر

در تعالیم اسلامی گاهی الگوهای ارتباطی زوجین متعارض به چشم می‌خورد که یکی از طرفین موقعیت تعارضی ایجاد کرده، در حالی که دیگری نه تنها تمایل به وجود چنین موقعیتی ندارد بلکه سعی در بهبود اوضاع دارد. چنین الگویی در کلام پیامبر (ﷺ) مشاهده می‌شود؛ آنجا که بر صبر و سازش زن در برابر بداخلاقی مرد اشاره می‌فرمایند و وعده‌ی ثواب همسر فرعون را به او می‌دهند. «مَنْ صَبَرَ عَلَى سَوْءِ خُلُقِ زَوْجِهَا أَعْطَاهَا اللَّهُ مِثْلَ ثَوَابِ أَسِيَّةَ بِنْتِ مِرْأَمَ» (حرعاملی، ۱۴۰۹: ج ۱۴، ص ۱۲۴). گاهی نیز زن در برابر خشم همسر نه تنها واکنش متقابل بروز نمی‌دهد، بلکه با واکنش عکس به صورت ابراز علاقه سعی در اداره‌ی موقعیت تعارضی دارد. چنین زنانی در کلام امام صادق (ع) به عنوان بهترین زنان معرفی شده‌اند: «خَيْرُ نِسَائِكُمُ الَّتِي إِنْ غَضِبَتْ أَوْ أَغْضَبَتْ قَالَتْ لِرَجُلِهَا فِي يَدِي فَيَدِيكَ لَا أَكْتَلِحُ بِغَمَضٍ حَتَّى تَرْضَى عَنِّي» (صدوق، ۱۴۱۳: ج ۳، ص ۳۸۹)؛ «بهترین زنانتان کسانی هستند که اگر خشم گیرد یا مورد خشم قرار گیرد، به شوهر بگوید دست من در دست توست. یک چشم بر هم زدن چشم بر هم نمی‌گذارم تا اینکه از من راضی شوی».

گاهی خصلت سازشگری زوجین در برابر یکدیگر با نادیده گرفتن رفتار بد طرف مقابل ظهور می‌یابد. در نظر داشتن اصل تغافل در روابط زناشویی و عمل بر اساس آن باعث آسان شدن

سختی‌های زندگی می‌شود. چنانچه در روایت است: «مَنْ لَمْ يَتَغَافَلْ وَلَا يَعْضَ عَنْ كَثِيرٍ مِنَ الْأُمُورِ تَنَغَّصَتْ عَيْشَتُهُ» (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶: ۴۵۱)؛ «هر کس از بسیاری امور چشم‌پوشی نکند، زندگی بر او سخت می‌شود».

## ۲-۲-۲. ایجاد راه‌حل‌های بدیل

در موقعیت‌های مسئله‌ساز ممکن است راه‌حل‌هایی به ذهن متبادر شود که ذهن افراد را برای به‌کارگیری مناسب‌ترین راه‌حل درگیر کند. اسلام برای حل اختلاف‌های زناشویی الگوهایی همراه با توصیه‌های راه‌گشا ارائه می‌دهد که اگر هر کدام متناسب با شرایط به کار بسته شود، نتیجه‌ی سودمندی در بردارد. در اسلام برای پاسخ به تعارضات زناشویی الگوهایی وجود دارد که در ادامه بیان می‌شوند.

### الف- الگوی واکنش برتر (بخشش)

بر اساس این الگو، فرد نه تنها در واکنش به ستم، حق خود را طلب نمی‌کند، بلکه از آن می‌گذرد و دل خود را صاف می‌کند. این یک واکنش کریمانه به بدی همسر است که از باب فضل و برتری از اشتباه همسر می‌گذرد و مقابله‌ی برتر نامیده می‌شود (پسنیدیه، ۱۳۹۱: ۱۵۷). فرد مؤمن بر اساس اعتقاد راسخ به خداوند و ملزم دانستن خود به انجام اوامر و نواهی الهی فرمان خدا مبنی بر نیکی کردن به جای بدی همسر را سرلوحه‌ی عمل قرار می‌دهد.

«وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ» (فصلت: ۳۴)؛ «و نیکی با بدی یکسان نیست. [بدی را] به آنچه خود بهتر است دفع کن. آن‌گاه کسی که میان تو و میان او دشمنی است، گویی دوستی یک‌دل می‌گردد».

بر اساس وعده‌ی الهی فرد در برابر واکنش نیکی که در برابر بدی انجام می‌دهد، از منفعت عملش استفاده می‌کند. ثمره‌ی نیکی در برابر بدی ایجاد محبت و علاقه‌ی واقعی بین زوجین است و چه ثمره‌ی بهتر از آنکه اختلاف زناشویی به مهر و علاقه تبدیل شود. فایده‌ی دیگر این است که فرد در پرتو عفو هم به آرامش درونی می‌رسد و هم از امنیت و آرامش حاصل از بخشش در زندگی خود بهره می‌برد. علاوه بر ایمان به خدا، اعتقاد به اصل کرامت و عزت نفس همسر پیروی از این الگو را میسر می‌کند. با چنین دیدگاهی فردی که در معرض رفتار نامناسب همسر قرار گرفته با خوش‌بینی رفتار نامناسب او را در اثر ناملایمات و گرفتاری‌های روزمره‌ی زندگی تفسیر کرده و راحت‌تر می‌تواند عفو و گذشت را سرلوحه‌ی عمل با همسر قرار دهد. الگوی مقابله‌ی برتر که در ادبیات دین از آن با عنوان «عفو» یاد می‌شود، بهترین نوع واکنش است. اگر در برابر بدی، گذشت صورت گیرد، پاداش آن با خداوند است (شوری: ۴۰).

## ب- الگوی مثبت‌اندیشی به تعارض با همسر

ابزار مجهز شدن به سلاح خوش‌بینی در موقعیت تعارض، ایمان به خداست. ایمان به خدا و اعتقاد به تحقق وعده‌ی او موجب شد مادر موسی (عَلَيْهِ السَّلَام) به الهامات الهی خدا بر قلبش اعتماد کند و فرزند را به آب اندازد. «وَ أَوْحَيْنَا إِلَىٰ أُمِّ مُوسَىٰ أَنْ أَرْضِعِيهِ فِإِذَا خَفَتْ عَلَيْهِ فَأَلْقِيهِ فِي الْيَمِّ وَ لَا تَخَافِي وَ لَا تَحْزَنِي إِنَّا رَادُّوهُ إِلَيْكَ وَ جَاعِلُوهُ مِنَ الْمُرْسَلِينَ» (قصص: ۷)؛ «به مادر موسی وحی کردیم که او را شیر ده و چون بر او بیمناک شدی او را در نیل ببینداز و مترس و اندوه مدار که ما او را به تو بازمی‌گردانیم و از [زمره] پیامبرانش قرار می‌دهیم».

خوش‌بینی به رفع موقعیت‌های تعارضی، در نتیجه‌ی خوش‌بینی به خدا و وعده‌های الهی حاصل می‌شود. منطق قرآن برای مثبت‌اندیشی در حوادث جهان و افکار و سخنان و رفتار انسان‌ها بر این استوار است که توجه فردی مواجه با مشکل یا مصیبت را از مشکلات به سمت خوبی‌ها معطوف کند و از این طریق از رنج او بکاهد. «وَ لَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَ الْجُوعِ وَ نَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَ الْأَنْفُسِ وَ الثَّمَرَاتِ وَ بَشِّرِ الصَّابِرِينَ» (بقره: ۱۵۵)؛ «و قطعاً شما را به چیزی از [قبیل] ترس و گرسنگی و کاهش در اموال و جان‌ها و محصولات می‌آزماییم و مزده ده شکیبایان را».

در راستای مثبت‌اندیشی، افراد رویدادهای ناگوار را موقتی و متغیر دانسته و همیشه روحیه‌ی شاد دارند و آرامش بر زندگی آنها حاکم است. در پرتو ایمان به خدا و مثبت‌اندیشی فرد رویدادها را آزمایش الهی دانسته و صبر می‌کند و آنها را نردبان تکامل معنوی قرار می‌دهد. «فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا» (انشرح: ۵ و ۶).

فرد مؤمن باید با چنین نگرشی موقعیت تعارضی با همسر را ارزیابی کند. خوش‌بینی باعث می‌شود فرد اختلاف با همسر را محدود به زمان حال بداند که حل شدنی و موقتی است. قرآن به صراحت به این موضوع اشاره می‌کند: «وَ عَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِنَّ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَ يَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا» (نساء: ۱۹). امر خداوند مبنی بر اینکه از چیزی کراهت دارید درحالی‌که خداوند در آن خیری قرار داده، بر مثبت‌اندیشی فرد دلالت دارد. آیه‌ی ۱۹ سوره‌ی نساء درباره‌ی کراهت داشتن از همسر است. خداوند با ترویج فرهنگ مثبت‌اندیشی می‌فرماید: «همین که به دلیلی از همسر کراهت یا رنجشی پیدا کردید، به سرعت به فکر جدایی از او نیافتید، بلکه بعد مثبت قضیه را ببینید و بدانید چه بسا روزی کراهت و رنجش شما از بین رود و بالعکس از آنچه بدان ناخشنود بودید، خیری به شما برسد». اگر زوجین کرامت و بزرگی و عزتی که خداوند برای انسان‌ها قائل است را در نظر داشته باشند، در شرایطی که بین آنها اختلافی هم بروز کند هرگز نسبت به همسر کراهت پیدا نمی‌کنند، زیرا او را به عنوان موجودی شریف و عزیز نزد خدا می‌بینند و اگر از او رنجیده باشند با خوش‌بینی این رنجش را امری موقتی در نظر



می‌گیرند. با چنین تفکری برخی واکنش‌های نامناسب در برابر همسر کاهش می‌یابد. در روایتی از امام رضا (ع) است که فرمودند: «وَأَعْلَمُ أَنَّ النِّسَاءَ شَتَّى... فَمَنْ ظَفَرَ بِصَالِحَتِهِنَّ يَسْعُدُ وَ مَنْ وَقَعَ فِي طَالِحَتِهِنَّ فَقَدْ ابْتَلَى وَ لَيْسَ لَهُ انْتِقَامٌ» (نوری، ۱۴۰۸: ج ۱۴، ص ۱۶۱)؛ «زنان چند دسته‌اند... پس هر مردی که همسر صالح نصیبش شود سعادت‌مند شده و هر کس صاحب زن بدی شود همانا آزمایش شده و نباید انتقام بگیرد.

توصیه‌ی تلقی بدی همسر به آزمایش الهی در کلام امام (ع) از نگرش مبنی بر مثبت‌اندیشی حکایت دارد. از این طریق احتمال واکنش مبنی بر انتقام کاهش می‌یابد. در این صورت هم تحمل بدی همسر آسان خواهد شد و هم احتمال می‌رود طرف مقابل در برابر این سازش به خود بیاید و به درستی رفتار کند.

### ج- الگوی رعایت حقوق یکدیگر

خداوند حقوق بندگان را بر خود مقدم دانسته است. به همین دلیل ایمان قلبی فرد به خداوند باعث می‌شود فرد حقوق دیگران را حتی زمانی که از آنها رنجیده، رعایت کند تا از این طریق بتواند بر ادای حقوق الهی نیز توفیق یابد. «جَعَلَ اللهُ سُبْحَانَهُ حُقُوقَ عِبَادِهِ مُقَدِّمَةً لِحُقُوقِهِ فَمَنْ قَامَ بِحُقُوقِ عِبَادِ اللهِ كَانَ ذَلِكَ مُؤَدِّياً إِلَى الْقِيَامِ بِحُقُوقِ اللهِ» (تمیمی‌آمدی، ۱۴۱۰: ۳۴۰)؛ «خداوند حقوق بندگان را مقدم بر خود قرار داده است. کسی که حقوق بندگان را رعایت کند، حقوق الهی را نیز رعایت می‌کند».

خداوند می‌فرماید: «وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئاً وَ يَجْعَلَ اللهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا» (نساء: ۱۹). یکی از جلوه‌های نیکی کردن، رعایت حقوق همسر است. عبارت «وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ» بر ادای حقوق همسر دلالت می‌کند که شامل نیکی در رفتار و گفتار است (طبرسی، ۱۳۷۲: ج ۳، ص ۴۱؛ طوسی، ابی‌تا، ج ۳، ص ۱۵۰). یکی از تفسیرهای آیه این است که با وجود رنجش یا کراهت از همسر نباید در حق او کوتاهی یا بدرفتاری کرد (طیب، ۱۳۷۲: ج ۴، ص ۴۱). بنابراین وقوع اختلاف زناشویی نباید مانعی برای ایفاء حقوق همسر شود. فرد مؤمن در سایه‌ی اعتقاد به خدا و اعتقاد به اصل عزت و کرامت نفس انسان نزد خدای تعالی حتی زمانی که به دلیل بدرفتاری همسر از او آزرده خاطر شده با نادیده گرفتن حقوق او در رفتار و گفتار، عملی که منافی رعایت کرامت و عزت نفس همسر باشد، انجام نمی‌دهد.

خداوند ادای برخی حقوق زن از جمله نفقه را بر عهده‌ی مرد نهاده است: «الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ بِمَا فَضَّلَ اللهُ بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ وَ بِمَا أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ» (نساء: ۳۴)؛ «مردان، سرپرست زنانند به دلیل آنکه خدا برخی از ایشان را بر برخی برتری داده و [نیز] به دلیل آنکه از اموالشان خرج می‌کنند».

بر اساس آنچه مفسران در تفسیر «بِمَا أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ» ذکر کرده‌اند، مراد پرداخت مهریه و نفقه‌ی زن است که بر عهده‌ی مرد است (طباطبایی، ۱۴۱۷: ج ۴، ص ۳۴۳؛ طبرسی، ۱۳۷۲: ج ۳، ص ۶۹)؛ لذا مرد حق ندارد در زمان اختلاف و دلخوری با همسر از ادای حقوق اقتصادی او امتناع ورزد. باید توجه داشت که خداوند حتی در شرایط بحرانی طلاق که اختلافات به بالاترین حد خود می‌رسد، تأمین مسکن زنان مطلقه را تا زمان سر آمدن عده بر عهده‌ی مردان نهاده است: «وَلَا تُضَارُّوهُنَّ لِتُضَيِّقُوا عَلَيْهِنَّ» یعنی «در این مدت آنها را از نظر نفقه و لباس در تنگنا قرار ندهید» (طباطبایی، ۱۴۱۷: ج ۱۹، ص ۳۱۷).

با وجود اینکه اسلام بر عفو و بخشش نسبت به رفتار نامناسب همسر توصیه‌های اکید فرموده اما آنجا که یکی از زوجین رفتارهایی منافی معاشرت به معروف از قبیل ضرب و شتم همسر، رعایت نکردن حقوق اولیه نظیر ترک انفاق و یا رفتارهایی که سلامت روحی و جسمی فرد را به مخاطره اندازد، انجام دهد، خداوند مجوز واکنش مقابله با همسر را از باب احقاق حق صادر فرموده و فرد می‌تواند با رجوع به مراجع قانونی و دادگاه خانواده با تعارض موجود مقابله کند یا خواستار احقاق حق و جبران آن شود. بررسی‌های قرآنی و حدیثی در موضوع طلاق - که خود یکی از راه‌حل‌های حل تعارض زناشویی است - بیانگر آن است که طلاق در اسلام موضوعی مطلوب نیست و به عنوان آخرین راه‌کار مطرح است (پژوهنده، ۱۳۸۹: ۸۰) و در مواردی که ادامه‌ی تعامل با همسر به خوف جانی یا حیثیتی منجر شود، جدایی و طلاق ضرورت می‌یابد.

از جمله حقوقی که زوجین هنگام اختلاف آن را نادیده می‌گیرند ادای حقوق جنسی همسر است. قرآن و روایات از حقوق جنسی همسران دفاع کرده و اجازه نمی‌دهد اختلاف با همسر مانع رعایت این حقوق شود. در آیه‌ای از قرآن خداوند برای مردانی که از سر خشم به ترک همبستری با زن سوگند می‌خورند، ضرب‌الاجل چهار ماهه تعیین کرده است (طباطبایی، ۱۴۱۷: ج ۲، ص ۲۲۶) و بدین صورت مانع سرباز زدن مرد از ادای حق جنسی زن می‌شود. «لَلَّذِينَ يُؤْلُونَ مِنْ نِسَائِهِمْ تَرَبُّصُ أَرْبَعَةِ أَشْهُرٍ فَإِنْ فَاءُوا فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ» (بقره: ۲۲۶)؛ «برای کسانی که به ترک همخوابگی با زنان خود سوگند می‌خورند [ایلاء]، چهار ماه انتظار [او مهلت] است، پس اگر [به آشتی] باز آمدند، خداوند آمرزنده مهربان است».

بر اساس آیه‌ی «نِسَاؤُكُمْ حَرْثٌ لَكُمْ فَأْتُوا حَرْثَكُمْ أَنْتُمْ وَ قَدُمُوا لَأَنْفُسِكُمْ وَ اتَّقُوا اللَّهَ» (بقره: ۲۲۳)؛ «زنان شما کشتزار شما هستند. پس، از هر جا [و هر گونه] که خواهید به کشتزار خود [در] آید». خداوند از حق جنسی مرد دفاع کرده است. برخی مفسران واژه‌ی «أَنْتُمْ» در آیه را به معنای زمانی دانسته‌اند (قمی، ۱۳۶۷: ج ۱، ص ۷۳؛ حسینی شیرازی، ۱۴۲۳: ج ۱، ص ۴۶). بر اساس این تفسیر، آیه بر این معنا دلالت می‌کند که هر زمان خواستید، می‌توانید با زنانتان آمیزش کنید. از آنجا که

خداوند حق بهره‌بری جنسی برای مرد را در هر زمان مجاز دانسته (به استثنای مواردی که ممنوع اعلام شده)، زن حق ندارد به دلیل دلخوری از شوهر او را مانع شود. در راستای برآورده شدن حقوق جنسی همسر حتی در شرایط تعارض، اسلام به ماندن زوجین در کنار هم توصیه کرده و از قهر با همسر و ترک کردن او نهی می‌کند. پیامبر اکرم (ﷺ) می‌فرماید: «إِنِّي لأُبْغِضُ الْمَرْأَةَ تَخْرُجُ مِنْ بَيْتِهَا تَجْرُّ ذَيْلَهَا تَشْكُو زَوْجَهَا» (پاینده: ۳۴۸)؛ «من زنی را که از خانه خود دامن‌کشان برای شکایت شوهرش بیرون رود دشمن دارم». یکی از حکمت‌های توصیه به ماندن در کنار همسر در شرایط اختلاف فراهم شدن شرایط حقوق جنسی اوست.

### ۲-۲-۳. تصمیم‌گیری

در مرحله‌ی تصمیم‌گیری، فرد سعی دارد از بین راه‌حل‌های موجود برای حل مسئله با در نظر گرفتن پیامدهای هر انتخاب بهترین و کارآمدترین آنها را انتخاب کند. آنچه از الگوهای مؤید اسلام در حل تعارض‌های زناشویی ذکر شد، همه جزء واکنش‌هایی هستند که در برابر واکنش‌هایی نظیر ترک کردن و محروم کردن همسر پیامدهای سودمندی برای انسان دارند؛ برای مثال انتخاب الگوی واکنش برتر که طی آن فرد در برابر رفتار نامناسب همسر به او خوبی می‌کند - بنا بر اصلی که قرآن توصیه کرده - دشمنی آنها به دوستی همراه با صمیمیت و یک‌دلی تبدیل می‌شود: «وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ» (فصلت: ۳۴).

### ۲-۲-۴. اثبات

در این مرحله از مراحل حل مسئله، فرد راه‌حل انتخابی را به اجرا در می‌آورد. خداوند برای حل تعارض ناشی از نشوز زن و مرد و حل تعارض در مواقع تشدید اختلافات راه‌کارهایی پیشنهاد داده است. در ادامه موضوع نشوز مرد و زن بررسی می‌شود. به دلیل اینکه خداوند در این باره راه‌حل ارائه داده و شیوه‌های اجرایی آن را متذکر می‌شود، در مرحله‌ی اثبات بررسی می‌شود.

#### الف- فرآیند حل مسئله‌ی نشوز مرد

خداوند در قرآن کریم به نشوز مرد اشاره کرده و می‌فرماید: «وَإِنْ امْرَأَةٌ خَافَتْ مِنْ بَعْلِهَا نُشُوزًا أَوْ إِعْرَاضًا فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا أَنْ يُصْلِحَا بَيْنَهُمَا صُلْحًا وَالصُّلْحُ خَيْرٌ وَأُحْضِرَتِ الْأَنْفُسُ الشُّحَّ وَإِنْ تُحْسِنُوا وَتَتَّقُوا فَإِنَّ اللَّهَ كَانَ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرًا» (نساء: ۱۲۸)؛ «و اگر زنی از شوهر خویش بیم ناسازگاری یا رویگردانی داشته باشد، بر آن دو گناهی نیست که از راه صلح با یکدیگر به آشتی گرایند که سازش بهتر است و [الی] بخل [و بی‌گذشت بودن]، در نفوس، حضور [و غلبه] دارد و اگر نیکی کنید و پرهیزکاری پیشه کنید، قطعاً خدا به آنچه انجام می‌دهید آگاه است».

نشوز مرد به معنی ترک ادای حقوق زن از جمله نفقه و کسوه و قسمه می‌باشد (طیب، ۱۳۷۸:

ج ۴، ص ۲۲۵). برخی نشوز مرد را بالاتر دانستن مرد نسبت به همسر خود دانسته‌اند، به طوری که به

زن دیگری توجه داشته باشد (طبرسی، ۱۳۷۲: ج ۳، ص ۱۸۲؛ طوسی: ج ۳، ص ۳۴۶). در مرحله‌ی اثبات بیان شد که راه‌حل‌ها باید به مرحله‌ی اجرا درآیند. خداوند درباره‌ی مبارزه با نشوز مرد راه‌حل ارائه داده و اجرا شدن این راه‌حل را بهتر ارزیابی می‌کند. آنجا که می‌فرماید: «فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا أَنْ يُصْلِحَا بَيْنَهُمَا صُلْحًا وَالصُّلْحُ خَيْرٌ» (نساء: ۱۲۸). سیاق آیه دلالت دارد بر اینکه مراد از صلح و مصالحه کردن این است که زن از بعضی حقوق زناشویی خود از قبیل نفقه و کسوه صرف‌نظر کند تا انس و علاقه و الفت و توافق شوهر را جلب و به این وسیله از طلاق و جدایی جلوگیری کند (طباطبایی، ۱۴۱۷: ج ۵، ص ۱۰۱؛ طبرسی، ۱۳۷۲: ج ۳، ص ۱۸۴؛ طوسی: ج ۳، ص ۳۴۶). این چنین صلحی به رضا و میل زن بستگی دارد. اگر زن به چنین گذشت‌ها و چشم‌پوشی‌ها مایل نباشد، وظیفه‌ی مرد است که نفقه و کسوه و قسمت او را تمام و کمال بدهد، اما خداوند می‌فرماید گذشت از برخی حقوق زناشویی در حل مسئله‌ی نشوز مرد راه‌حل بهتری است «وَالصُّلْحُ خَيْرٌ»؛ لذا ایمان به خدا و محور قرار دادن وی در اعمال و رفتار باعث می‌شود، زن هنگام نشوز همسر توصیه‌ی خداوند مبنی بر چشم‌پوشی از برخی حقوق را مبنای عمل قرار دهد و با خوش‌بینی یکی از نتایج مثبت این واکنش را در زندگی که تحکیم رابطه با همسر است، در نظر گیرد.

#### ب- فرآیند حل مسئله‌ی نشوز زن

خداوند در آیه‌ی ۳۴ سوره‌ی نساء فرموده: «وَاللَّاتِي تَخَافُونَ نُشُوزَهُنَّ فَعِظُوهُنَّ وَاهْجُرُوهُنَّ فِي الْمَضَاجِعِ وَاضْرِبُوهُنَّ». نشوز به معنای اطاعت از شوهر تنها در استمتاع جنسی است (نجفی، ۱۲۷۲: ج ۳، ص ۳۰۳). نشوز باعث ارضا نشدن نیاز جسمی و گاهی عامل طلاق است. امتناع زن از رابطه‌ی جنسی ممکن است به دلایل جسمی یا روان‌شناختی و آگاهانه یا ناآگاهانه باشد. برخی از دلایل جسمی و روان‌شناختی نشوز ممکن است مواردی همچون استرس و نبود شرایط مناسب یا خستگی، مصرف دارو یا بیماری‌های جسمی، اختلالات روان‌شناختی نظیر اضطراب و افسردگی، ارتباط عاطفی ناصحیح - که خود نقش عمده در افزایش یا کاهش میل جنسی دارد - مهارت نداشتن مرد در برقراری رابطه‌ی مطلوب، قدرت‌طلبی و میل به فرمانروایی بر همسر و فرزند و در نهایت عشق به مردی غیر از همسر شرعی باشد. گاهی نیز ارضاء نیاز جنسی مرد نوعی مبادله است؛ چنانچه زن برای رسیدن به خواسته‌ی خود از نیاز جنسی مرد سوء استفاده می‌کند (یونسی، ۱۳۸۸: ۸۹-۸۶).

در مرحله‌ی اول حل مسئله‌ی نشوز، قرآن تعبیر «فَعِظُوهُنَّ» به کار می‌برد که دربردارنده‌ی برخورد شناختی برای کشف مشکل است. زمانی که مرد با لحنی آرام و دلجویانه با همسر سخن بگوید، ممکن است متوجه علل جسمی، مصرف دارو، ناراحتی از همسر و دلایلی از این دست شود که زمینه‌های نشوز را فراهم ساخته و دیگر کار به مقاومت و درگیری نمی‌کشد، بلکه با راه‌حل‌های

ساده نظیر مراجعه به متخصص یا اصلاح ارتباط عاطفی مشکل مرتفع شود. ممکن است نشوز به اراده و اختیار زن باشد و راه حل اول مفید واقع نشود. مرحله‌ی دوم حل مسئله، نوعی تعامل عاطفی است که از آن تعبیر به «وَ أَهْرُوهَنَّ فِي الْمَضَاجِعِ» شده است. چنانچه زن به دلایلی نظیر لجبازی، قدرت‌طلبی یا مبادله به نشوز روی آورده، متوجه می‌شود که خطر از دست دادن توجه و محبت همسر او را تهدید می‌کند. باید توجه داشت که ارتباط کلامی و حل تعارض از طریق گفت‌وگو باید همچنان وجود داشته باشد و نایبستی تمامی راه‌ها بر زن بسته شود.

مرحله‌ی سوم که از آن تعبیر به «وَ أَضْرِبُوهُنَّ» شده در واقع اشاره به نوعی تعامل رفتاری دارد. ممکن است کینه‌توزی و لجبازی زن یا دل‌بستگی او به مردی غیر از همسر یا تنفر از همسر باعث شود زن همچنان ناشزه باقی بماند. در بین اقوال مختلف فقها و مفسران دو نظر کلی در باب زدن زن به چشم می‌خورد: ۱- تنبیه بدنی خفیف (طبرسی، ۱۳۷۲: ج ۳، ص ۶۹؛ طیب، ۱۳۷۸، ج ۴، ص ۷۴). ۲- کیفر و عقوبت روانی به گونه‌ای که نوعی ضربه‌ی عاطفی به زن وارد شود که شدت آن از مرحله‌ی دوری در بستر بیشتر باشد (سالاری فر، ۱۳۸۹: ۱۵۶ و ۱۵۷).

با توجه به توضیحات مطرح شده درباره‌ی دلایل نشوز، به نظر می‌رسد مرحله‌ی ضرب زنان نمی‌تواند یک کیفر یا تنبیه جسمی و روانی باشد، بلکه باید آن را یک ضربه‌ی آگاهی‌بخش و بیدار کننده یا تلنگر دانست که زن ناشزه را به فکر فرو برد. بدیهی است راه کار عاطفی یا پشت کردن یا زدن بدون آسیب در مورد زنی که با مرد دیگری رابطه دارد یا از شوهر خود بیزار است یا رابطه‌ی جنسی برایش دردآور است، راه حل مناسبی نیست، بلکه زمینه‌ی لجبازی را مساعدتر می‌کند. هدف از ضرب در آیه کتک زدن و آسیب رساندن و زخمی کردن نیست. این ضرب حاوی این پیام است که ادامه‌ی زندگی در چنین شرایطی امکان‌پذیر نیست و خشم و جدایی پیش می‌آید و کانون خانواده متلاشی می‌شود (ترکاشوند، ۱۳۹۴: ۱۴۵).

### نتیجه‌گیری

بر اساس دانش مشاوره‌ی خانواده مراحل حل مسئله شامل ۵ مرحله است که عبارت‌اند از:

الف- تشخیص موقعیت کلی؛

ب- مشخص کردن و فرمول‌بندی مسئله؛

ج- ایجاد راه‌حل‌های بدیل؛

د- تصمیم‌گیری؛

ه- اثبات.

حل تعارضات خانوادگی در حوزه‌ی اسلام نیز با توجه به آیات و روایات وارد شده، تحت پنج مراحل ذکر شده در مشاوره‌ی خانواده بررسی می‌شود.

مبنای حل تعارضات زناشویی در مشاوره‌ی خانواده اعتقاد به نیازمندی انسان‌ها به عزت نفس است. چنین اعتقادی به دو طریق در حل تعارض زناشویی مؤثر است؛ اول اینکه فرد بر اساس احترامی که برای همسر قائل است، رفتار ناشایست بروز نمی‌دهد و تعارض تشدید نمی‌شود. دوم اینکه در پرتو رفتار محترمانه حس عزت نفس در همسر ارتقاء می‌یابد. افزایش احساس عزت نفس در همسر در بهبود تعامل با همسر و به دنبال آن در موقعیت‌های تعارضی تأثیر می‌گذارد. بر اساس آموزه‌های اسلامی ایمان به خدا، اعتقاد به عزت نفس و کرامت انسانی و حاکم شدن آرامش در زندگی و افزایش محبت و دوستی بین افراد را می‌توان مبنای مدیریت رفع اختلاف‌های زناشویی معرفی کرد.

اسلام برای مدیریت تعارض زناشویی الگوی واکنش برتر، الگوی مثبت‌اندیشی به موقعیت تعارضی با همسر و الگوی رعایت حقوق همسر را ارائه می‌دهد. الگوی واکنش برتر بهترین واکنش در برابر رفتار ناشایست همسر یعنی عفو و گذشت را در بردارد. از کارکردهای این واکنش ایجاد محبت و مودت واقعی بین افراد است. ایمان به خدا، خوش‌بینی و اعتقاد به عزت و کرامت نفس انسانی همسر تقویت‌کننده‌های فرد در جهت اعمال چنین واکنشی است. بر اساس الگوی مثبت‌اندیشی، اسلام تلقی مثبت از مشکلات و در نظر داشتن بعد موقتی تعارض با همسر را آموزش می‌دهد. محور اصلی در هر سه الگو ایمان به خدا است. آنچه موجب رعایت الگوهای نامبرده از سوی زوجین می‌شود، ایمان و اعتقاد به خداوند است. به عبارت دیگر اصل اساسی در مبنای عمل قرار گرفتن این الگوها اعتقاد و ایمان راسخ به خداوند است؛ لذا باید گفت مدیریت تعارض در اسلام ریشه در توحیدمحوری دارد. در اسلام اگر در برابر بدی همسر به سازش و واکنش برتر توصیه شده است، به این دلیل است که عفو و گذشت نه تنها خوشبختی زندگی را به دنبال دارد - چون نتیجه‌ی حاصل از آن آرامش است - بلکه سعادت اخروی را نیز در پی دارد؛ چنان که خداوند در آیه‌ی ۴۰ سوره‌ی شوری در برابر آن وعده‌ی پاداش داده است.

بر اساس الگوی رعایت حقوق، زوجین حقوق یکدیگر را حتی در شرایط اختلافی زیر پا نمی‌گذارند. از جمله حقوقی که اسلام حتی در شرایط تعارض با همسر رعایت آن را از سوی زوجین ضروری می‌داند، حقوق جنسی است. در این راستا، واکنش مناسب ماندن کنار همسر و خودداری از ترک اوست. فرآیندهای حل مسئله‌ی نشوز زن و مرد در قرآن به دلیل اهمیت حقوق جنسی زوجین است. یکی از علل تعارض در خانواده و خشونت علیه زنان ناکامی جنسی مرد است که ممکن است در اثر نشوز زن حاصل شود. راه‌کارهای قرآن برای رفع نشوز زن شامل سه مرحله‌ی

شناختی (علت‌شناسی)، عاطفی (تقابل عاطفی) و رفتاری است. مرحله‌ی سوم مباحث مختلف به دنبال داشته و مسئله‌ی ضرب زنان است که در موارد دشوار مانند لجبازی و کینه‌توزی و تنفر از شوهر یا دل بستن به دیگری از منظر قرآن راه‌حل مبارزه است و مراد از آن ضرب آگاهی‌بخش است و هیچ آسیبی در پی ندارد و هشدار برای پیامدهای دشوار تداوم نشوز است؛ لذا این مرحله از فرآیند تعارض خشونت‌ی علیه زن نیست و موجب حفظ خانواده است.

بررسی مدیریت حل تعارضات زناشویی در مشاوره‌ی خانواده و اسلام نشان می‌دهد، نقطه‌ی مشترک دو حوزه در اعتقاد به عزت نفس انسان‌هاست. تفاوت‌هایی که در نگاه دو حوزه به این موضوع وجود دارد، عبارت‌اند از:

الف- تکیه بر مضامینی چون «عفو و گذشت» در برابر خطای همسر و بدی او در اسلام که در دانش مشاوره‌ی خانواده به چشم نمی‌خورد؛ برای مثال در بحث از فرآیندهای حل تعارضات زناشویی در «فرآیند آشتی کردن» هر یک از زن و مرد اگر قرار باشد عملی به نفع همسر انجام دهند، یا امتیازی به وی دهند، در مقابل حتماً می‌بایست عملی به نفعشان انجام شود و امتیازی بگیرند یا در «فرآیند مشارکت‌جویی» که بهترین فرآیند در حل تعارضات زناشویی شناخته می‌شود، زوجین تصمیماتی اتخاذ می‌کنند که به نفع هر دو آنها باشد. با این بیان کاملاً روشن است که مفاهیمی چون عفو و گذشت با آن بار معنایی بالایی که در اسلام دارد، در دانش مشاوره‌ی خانواده دیده نمی‌شود. ضمن اینکه در اسلام مشوق‌ها و تقویت‌کننده‌های مثبتی در برابر عمل و التزام به مضامین بالای اخلاقی همچون صبر و عفو و گذشت در زندگی وجود دارد که فرد را در عمل و التزام به این مضامین یاری می‌کند (شوری: ۴۰). روایات فراوانی نیز در خصوص اجر و پاداش صبر در برابر بدی همسر ذکر شده است.

ب- یکی از مبناهای مدیریت حل تعارض زناشویی در مشاوره‌ی خانواده اعتقاد به عزت نفس دیگران است. اسلام علاوه بر عزت نفس بر کرامت همسر نیز تأکید می‌کند.

ج- مدیریت تعارض زناشویی در مشاوره‌ی خانواده بر اساس «انسان‌محوری» است و همه چیز در انسان و نیاز او به حس ارزشمندی خلاصه می‌شود. در فرآیند مشارکت‌جویی، طرفین به خاطر احترامی که برای هم قائل‌اند و اهمیتی که حفظ زندگی مشترک بدون دغدغه برای آنها دارد، تصمیمی که به نفع هر دو است اتخاذ می‌کنند؛ لذا حل مسئله‌ی زناشویی بر پایه‌ی انسان‌محوری است و همه چیز فقط در بعد آرامش و آسایش زندگی مادی خلاصه شده است. این در حالی است که بر اساس آموزه‌های اسلامی همه چیز در بعد زندگی دنیوی خلاصه نمی‌شود. در اسلام زندگی مادی و آرامش حاکم بر آن اهمیت فراوان دارد؛ چنانچه در پرتو تعالیم اسلام انسان می‌تواند در مدیریت کارآمد زندگی و فائق آمدن بر موقعیت‌های تنش‌زا و تعارضی موفق باشد. در

همین بین به زندگی اخروی انسان هم توجه شده است. وجود پاداش‌های اخروی در پرتو صبر و استقامت در برابر مشکلات زندگی یا عفو و گذشت در برابر همسر بدخلق به همین مسئله اشاره دارد. اصل و مبنای الگوهای سه گانه اسلام در مدیریت تعارض‌های خانوادگی اعتقاد و ایمان راسخ به خداوند است، از این رو مدیریت اختلاف‌های زناشویی در اسلام آن چنان که در مشاوره‌ی خانواده محدود به انسان و بعد مادی زندگی است، نبوده و اصل اساسی توحید محوری است.

### منابع

- ◀ قرآن مجید.
- ◀ امین، نصرت ۱۳۶۱. مخزن العرفان در تفسیر قرآن، تهران، نهضت زنان مسلمان.
- ◀ اولیاء، نرگس، مریم فاتحی‌زاده و فاطمه بهرامی ۱۳۸۸. آموزش غنی‌سازی زندگی زناشویی، تهران، دانژه.
- ◀ بهارستان، جلیل. «بررسی سبک‌های مدیریت تعارض در دبیرستان‌های شهر یزد از دیدگاه مدیران»، مجله علوم تربیتی و روان‌شناسی، ش ۳ و ۴، (۱۳۸۳).
- ◀ پاینده، ابوالقاسم (بی‌تا)، نهج الفصاحه، تهران، دنیای دانش.
- ◀ پژوهنده، محمدحسین. «راه‌کارهای اساسی حل مسئله نشوز و شقاق زوجین در قرآن و حدیث»، مجله مشکاه، ش ۱۰۷، (۱۳۸۹).
- ◀ پسندیده، عباس ۱۳۹۱. رضایت زناشویی، قم، دارالحدیث.
- ◀ ترکاشوند، جواد. «تحلیل روان‌شناختی نشوز و راه‌کارهای سه گانه قرآن»، اسلام و روانشناسی، ش ۱۷، (۱۳۹۴).
- ◀ تمیمی‌آمدی، عبدالواحدبن محمد ۱۴۱۰ق. غررالحکم و دررالکلم، قم: دار الکتب الاسلامیه.
- ◀ \_\_\_\_\_ ۱۳۶۶ش. تصنیف غررالحکم و دررالکلم، تحقیق و تصحیح مصطفی درایتی، قم، دفتر تبلیغات اسلامی.
- ◀ جابر، علیرضا ۱۳۸۸. بررسی تحلیلی کرامت و عزت نفس در قرآن و روان‌شناسی، اصفهان، دانشگاه اصفهان.
- ◀ حر عاملی، محمدبن حسن ۱۴۰۹ق. وسائل الشیعه، قم: موسسه آل‌البیت علیهم‌السلام.
- ◀ حسینی شیرازی، سید محمد ۱۴۲۳. تبیین القرآن، بیروت، دارالعلوم.
- ◀ دیویس، کنت ۱۳۸۲. خانواده راهنمای مفاهیم و فنون برای متخصص یآوری، ترجمه‌ی بهاری، تهران، تزکیه.
- ◀ راغب‌اصفهانی، حسین بن محمد ۱۴۱۲. المفردات فی غریب القرآن، تحقیق: صفوان عدنان داوودی، دمشق (بیروت، دارالعلم) دارالشامیه.



- ◀ رحمت الهی، فرحناز، مریم فاتحی زاده و احمد احمدی ۱۳۹۲. آسیب شناسی زندگی زناشویی و خانوادگی، اصفهان، آسمان نگار.
- ◀ سالاری فر، محمدرضا ۱۳۸۸. خانواده در نگرش اسلام و روان شناسی، قم، سبحان.
- ◀ شیهان، ایلین ۱۳۷۸. عزت نفس، ترجمه‌ی مهدی گنجی، تهران، ویرایش.
- ◀ صدر، محمداقبر ۱۳۶۹. سنت‌های اجتماعی و فلسفه تاریخ در مکتب قرآن، ترجمه‌ی سیدجمال موسوی همدانی، بی‌جا، رجا.
- ◀ صدوق، محمدبن علی ۱۴۱۳ق. من لایحضره الفقیه، قم، دفتر انتشارات اسلامی وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم.
- ◀ طباطبایی، محمدحسین ۱۴۱۷ق. المیزان فی تفسیر القرآن، قم، دفتر انتشارات اسلامی جامعه مدرسین حوزه علمیه قم.
- ◀ طبرسی، فضل بن محمد ۱۳۷۲. مجمع البیان فی تفسیر القرآن، تهران، ناصر خسرو.
- ◀ طوسی، محمدبن حسن (بی‌تا). التبیان فی تفسیر القرآن، بیروت، دار احیاء التراث العربی.
- ◀ طیب، سید عبدالحسین ۱۳۷۸. اطیب البیان فی تفسیر القرآن، تهران، اسلام.
- ◀ غفاری، فاطمه، زهرا فتوکیان و رضا معلوم. «تأثیر برنامه‌های ورزشی منظم گروهی بر عزت نفس دانشجویان پرستاری»، مجله دانشگاه علوم پزشکی بابل، ش ۱، (۱۳۸۶).
- ◀ قلیلی، زهره. «بررسی تأثیر شیوه‌های گفتگوی مؤثر و حل مسئله بر تعارض زناشویی زوجین شهر اصفهان»، اصفهان، دانشگاه اصفهان.
- ◀ قمی، علی بن ابراهیم ۱۳۶۷. تفسیر قمی، قم، دارالکتاب.
- ◀ ماروین آر، گلدفرید و دیویسون جرالدهی ۱۳۷۱. رفتار درمانی بالینی، ترجمه‌ی سید احمد احمدی، تهران، مرکز نشر دانشگاهی.
- ◀ مازلو، آبراهام ۱۳۶۷. انگیزش و شخصیت، ترجمه‌ی احمد رضوانی، مشهد، بنیاد پژوهش‌های اسلامی آستان قدس رضوی.
- ◀ مک‌کی، متیو، پاتریک فینینگ و کیم پالگ ۱۳۹۰. مهارت‌های زندگی زناشویی، ترجمه‌ی شهرام محمدخانی و قدرت عابدی، تهران، ورای دانش.
- ◀ نجفی، محمد حسن ۱۲۷۲ق. جواهر الکلام، بی‌جا: بی‌نا.
- ◀ نوری، محمدتقی ۱۴۰۸. مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، محقق و مصحح: موسسه آل‌البیت، قم: موسسه آل‌البیت علیه السلام.
- ◀ یونسی، سید جلال ۱۳۸۸. مدیریت روابط زناشویی، تهران، قطره.

► D, zurilla, T.j. & Goldfried, M.R (1971). Problem solving and behavior modification. Journal of Abnormal Psychology. 78, 107-126.