التحليل النفسي لأثر التواصل غير اللفظي على العلاقة الزوجية الفعالة في ضوء تعاليم الوحي

د. علي همت بناري

أستاذ مساعد، قسم العلوم التربوية، جامعة المصطفى العالمية، قم، إيران

Alihemmat_Benari@miu.ac.ir

مهين نوروزي (الكاتب المسؤول)

طالب المستوى الرابع في معهد المعصومية للتعليم العالي، إيران

m.norozi324@gmail.com

د. محمد صادق شجاعي

أستاذ مساعد بمعهد المصطفى الدولي للبحوث، إيران

s_shojaei@yahoo.com

Psychological analysis of non-verbal communication on the effective marital relationship in the light of revelation teachings

Dr. Ali Hemat Benari

Assistant Professor of Educational Sciences Department of Al-Mustafa Al-Alamiya Community of Qom , Iran

Mahin norozi

Level student of Masoomiyah Higher Education Institute 4 , Iran

Dr. Mohammad Sadegh Shujaei

Assistant Professor of Al-Mustafa International Research Institute , Iran

الملخص:-

في التواصل اللفظي يصاحب المتحدث كلامه بتغيرات في وجهه ونظرته وحركات جسده ونبرة صوته وما إلى ذلك وهو ما يسمي تواصل غير لفظي. يتيح التواصل غير اللفظي لجميع الأشخاص وخاصة الأزواج التعبير بدقة وسهولة عن أفكارهم ومشاعرهم الداخلية التي لا يمكن التعبير عنها بالكلمات. الغرض من هذا المقال هو تحليل ودراسة التواصل غير اللفظي في العلاقات الزوجية من وجهة نظر علم النفس مستفيدين من تعاليم القرآن الكريم. يتناول هذا البحث دور التواصل غير اللفظي في إنشاء أو تقوية العلاقات الزوجية المتأثرة بمبادئ القرآن. تم في هذه الأطروحة استخدام منهج البحث المكتبي والدراسة الوصفية التحليلية على النصوص النفسية والمفاهيم القرآنية.

وقد أظهرت النتائج أن من بين حالات التواصل غير اللفظي فإن لتعابير الوجه تأثيراً كبيراً على العلاقات بين الزوجين ويولي القرآن الكريم أهمية لها ويعلم قواعد إقامة التواصل الفعال في العلاقات وتوضح الدراسة الحالية هذه القواعد من أجل إقامة علاقة فعالة في الزواج. لموضوع العلاقات الزوجية وتأثيراتها الإيجابية والسلبية على الحياة الاجتماعية والفردية أهمية كبيرة. يحاول هذا المقال تحليل العناصر غير اللفظية في التواصل الزوجي من خلال الجمع بين وجهات نظر علم النفس وتعاليم القرآن الكريم ويبحث دورها في تحسين العلاقة الزوجية أو إضعافها.

الكلمات المفتاحية: القرآن الكريم، التحليل النفسي، التواصل الفعّال، العلاقة الزوجية، غير اللفظي.

Abstract:-

In verbal communication, the speaker accompanies his speech with changes in face, look, body movements, tone of voice, etc., which is interpreted as non-verbal communication. The form of words is not able to express, express and convey accurately and easily. The purpose of this article is to analyze and investigate non-verbal communication in marital relations from the point of view of psychology and using the teachings of the Holy Quran. This research examines the role of non-verbal communication in creating or strengthening marital relationships influenced by the principles of the Qur'an. In this thesis, library research method and analytical-descriptive study on psychological texts and Quranic concepts have been used. The results have shown that among the cases of non-verbal communication, facial expressions have a significant impact on couples' relationships, and the Holy Quran gives importance to them and teaches the rules of establishing effective communication on relationships, and the present study explains these rules in order to establish an effective relationship. has taken advantage of marriage. The subject of marital relations and its positive and negative effects on social and individual life is of great importance. This article tries to analyze the non-verbal elements in marital communication by combining the perspectives of psychology and the teachings of the Holy Quran and examines its role in improving or weakening the marital relationship.

Key words: Quran, psychological, effective communication, marital, non-verbal.

المقدمة:

جزء كبير من التواصل بين الناس هو التواصل غير اللفظي. عادة يتم التواصل غير اللفظي مع الآخرين من خلال آلاف العلامات مثل تعبيرات الوجه و نظرة العين ووضعية الجسم وحجم الصوت والنبرة والمصافحة وحركات الجسم وحتى تسريحة الشعر ونوع الملابس. ويحدث التواصل غير اللفظي بشكل إرادي وغير إرادي مثل حالة المفاجأة عند سماع بعض الكلمات والتي تظهر من خلال اتساع العينين وفتح الفم و هي لاارادية. وضعيات الجسد هي علائم مختلفة للتواصل غيراللفظي و قد تكون بنفس أهمية التواصل اللفظي أو أهم منه لأن التواصل غير اللفظي يمكن أن يكون له تأثير كبير على المستمع وعلى نتيجة التواصل. يميل الناس إلى أن يكون لديهم سيطرة واعية أقل على رسائلهم غير اللفظية مقارنة بما يقولونه فعليًا ويرجع ذلك جزئيًا إلى أن التواصل غير اللفظي أكثر عاطفية بطبيعته وأكثر غريزية وإذا كان هناك عدم تطابق بين الاثنين كثيرا ما يثق المستمع بالرسائل غيراللفظية و ليس بالكلام. فالرسائل غالباً ما يتم التغاضي عنها فهي الثقة وليس الكلمات. وقد حافظ هذا التواصل على تأثيره وأهميته في العلاقات الزوجية وسيكون لعلم النفس الزوجي كمجال بحثي مهم يرى أهميته في فهم عناصر التواصل بين الأشخاص.

من خلال توخي الحذر في التواصل غير اللفظي لا يمكن للأزواج تحسين علاقتهم فحسب بل يمكنهم أيضًا التأثير على فهم بعضهم البعض بشكل أفضل. لقد قدمت تعاليم القرآن الكريم كدليل أخلاقي ومرشد اجتماعي، مبادئ وأسساً مهمة للحياة الزوجية. ويرى خبراء النظرية الاجتماعية أن طبيعة الإنسان الاجتماعية تدفعه إلى التواصل مع الآخرين وإلى خلق علاقة مع مختلف جوانب المجتمع الذي يعيش فيه وذلك تبعاً لتغير العناصر الثقافية للمجتمع كما أن شبكة اتصالات المجتمع تتغير بتبعها (دهقان، ١٣٨٨: ١٦) مهارات الاتصال اللفظي وغير اللفظي هي أساليب أساسية لحياة صحية ومثمرة وهذه المهارات هي مجموعة من القدرات التي تجعلنا نتكيف مع الآخرين و تساعدنا في تكوين سلوكيات إيجابية و مفيدة. هذه القدرات تمكّن الإنسان من أداء دوره المناسب في المجتمع بشكل جيد دون الإضرار بنفسه أو بالآخرين، و القوة على العلاقة الفعالة والمناسبة تتطلب اكتساب المهارات (فيروزبخت، ١٣٩٢) في المجتمع الإسلامي مع اعتبار بعد الروحي

لشخصية الإنسان وبنيته الوجودية المتوافقة مع قوانين الوجود والمقاصد الإلهية يبدو تعيين أسلوب حياة وفق الأوامر الإلهية مع مراعاة الخصائص الثقافية الخاصة للمجتمع أمر فعال وضروري للغاية. نظراً لأصالة القرآن الكريم وأهميته يحاول هذا البحث اتباع منهج معياري في تحسين عملية التواصل من نص الآيات وبعض الأحاديث.

طريقة البحث:

يحاول هذا البحث تحليل المكونات المختلفة والعوامل المهمة والأساسية للتواصل غير اللفظي في القرآن الكريم باستخدام المنهج الوصفي التحليلي والمنهج التعددي من أجل إظهار دور عوامل التواصل غير اللفظي في العلاقات الزوجية الفعالة.

نتائج علم النفس الزوجي:

علم النفس الزوجي هو مجال مهم من العلوم النفسية التي تدرس وتحلل السلوكيات والعواطف والتواصل بين الأشخاص في العلاقات الزوجية. يبحث هذا المجال في الأسباب والعوامل التي تؤثر على العلاقات الزوجية ويقدم أيضًا حلولاً لتحسين الحياة الزوجية.

وفي مجال علم النفس الزوجي يتم إجراء العديد من الدراسات والأبحاث المتعلقة بقضايا مختلفة، منها:

- التواصل الزوجي: دراسة شكل العلاقة والتواصل غير اللفظي واللفظي ومهارات التواصل وأدوات التواصل في الحياة الزوجية.
- إدارة الغضب والتوتر: بحث دور إدارة الغضب والتوتر في الزواج وتقديم الحلول لتقليل التوترات وزيادة الانسجام.
- التفاعلات الأسرية: دراسة تأثير التفاعلات الأسرية على العلاقات الزوجية ودور كل شخص في هذه التفاعلات.
- الفروق بين الجنسين: دراسة الفروق النفسية بين الرجل والمرأة ومدى تأثيرها على العلاقات الزوجية.
- المشاكل الجنسية: مراجعة وتوجيهات حول المشاكل الجنسية التي قد تؤثر على العلاقة الزوجية.

- التدريب على مهارات الزوجين: تقديم مهارات واستراتيجيات لتعزيز التنسيق والتفاعل الإيجابي في العلاقات الزوجية.
- التطورات الفردية والزوجية: دراسة التطورات الفردية والزوجية خلال دورة الحياة وكيفية إدارتها في العلاقات الزوجية.
- الحلول الاستشارية: تقديم الخدمات الاستشارية للأزواج لتحسين التواصل الزوجي وحل المشاكل.

إن علم النفس الزوجي من خلال الجمع بين العلوم النفسية ومبادئ الحياة الزوجية يزود الحياة الأسرية بالأدوات والحلول حتى يتمكن الأزواج من النظر إلى بعضهم البعض وإلى حياتهم الزوجية بمنظور أفضل و أن يحلّوا المشاكل.

التواصل والإشارات غير اللفظية في القرآن الكريم:

وقد ذكر القرآن تعبيرات الوجه وحركات الجسم والتواصل بالعين ونبرة الصوت والمظهر واللمس والاتصال الجسدي كسلوك غير لفظي مؤثر. يقول الامام على عليه السلام: لِسانُ الحالِ أصدَقُ مِن لِسانِ المَقالِ (الآمدي ج١ ص٢٠٠).

ومن عوامل التواصل الفعال والمهمّ، هي الإشارات غير اللفظية واستخدامها الصحيح في إقامة التواصل مما يسهل عملية المحادثة. وجود وجه مبتسم ومنفتح ومصافحة ومعانقة هي مكالمات مباشرة ومناسبة ومستمرة والتحديق يدل على الغضب والمعارضة كما جاء في الآية ١٩ من سورة الأحزاب: ﴿فَإِذَا جَاءَ الْخَوْفُ رَأَيْتَهُمْ يَنظُرُونَ إِلَيْكَ تَدُورُ أَعْيُنُهُمْ كَالَّذِي يُغْشَىٰ عَلَيْهِ مِنَ الْمَوْتِ﴾ "يا در سوره محمد آيه ٢٠: رَأَيْتَ الَّذِينَ فِي قُلُوبِهِم مَّرَضٌ يَنظُرُونَ إِلَيْكَ نَظَرَ الْمَغْشِيِّ عَلَيْهِ مِنَ الْمَوْتِ " والمراد بـ (الذين في قلوبهم مرض) هم المؤمنون ضعفاء الإيمان وليس المنافقين لأن المنافقين ليسوا من المؤمنين والآية في المؤمنين (القرشي: ١٣٧٤: المجلد ١٠، ص ١٩١).) ومعنى "المغشي عليه من الموت" أي الشخص الذي يمر بسكرات موته تراهم ينظرون إليك من الخوف تَدُورُ أَعْيُنُهُمْ كَالَّذِي يُغْشى عَلَيْهِ: كنظر أو دوران عين المغشي عليه اي أغمي عليه من الموت أي أن حركة أعينهم كحركة أعين من أغمي عليه من سكرات الموت(القرشي، ١٣٧٤: ج٨، ص٣٢٠-٣٢١)) ليس خوفا أو قلقا بل قد يعني في بعض

الأحيان المودة والحب، والتأكيد على كلام المرء و تلك الخاصة بالآخرين والنظر بلا رمشة يعني: مثل التحديق وإن كان التحديق ليس فقط معنى التعبير عن الكراهية والخوف والقلق لكنه قد يعني في بعض الأحيان المودة والحب والتركيز على كلام الشخص وكلام الآخرين.

وقد أدخلت العلامات غير اللفظية في نص روايات الأئمة المعصومين عليهم السلام كعلامات وأعراض تعبر عن مشاعر الإنسان وأحواله الداخلية بل هي أكثر تعبيراً وأصدق من اللغة المنطوقة وقد ذكرنا سابقاً أن لغة الحال أصدق من اللغة المنطوقة.

ونشير الآن إلى الآيات والأحاديث التي تتجلى فيها أحوال الإنسان ومشاعره الداخلية من خلال علامات وأعراض غير لفظية:

أ- العلاقة بين لغة الجسد والعواطف:

التواضع: ﴿وَاخْفِضْ جَنَاحَكَ لِمَنِ اتَّبَعَكَ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ﴾ (الشعراء/٢١٥) الطير يطوي جناحيه أمام صاحبه أو رفيقه من الطير ويستسلم. وهذه إشارة إلى التواضع على خلاف الرؤساء والأمراء والسلاطين لكن أخلاق النبي صلى الله عليه وآله كان عظيم لذا قال الرحمن تعالى: ﴿وَإِنَّكَ لَعَلَى خُلُقٍ عَظِيمٍ﴾ (القلم / ٤) وقال: ﴿فَبِمَا رَحْمَةٍ مِنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ﴾ (آل عمران/١٥٩)

وبحسب أحاديث الأئمة فإن نشر الإسلام تتحقق بثلاثة أشياء: مال خديجة وسيف علي و خُلق النبي صلى الله عليه وسلم. فمن آمن بسبب مال خديجة طمع في المال ومن آمن بسبب سيف علي كان خوفاً على حياته والذين آمنوا لأجل خلق النبي آمنوا بالحق وفهموا حقيقة دين الإسلام وخير خلق الإنسان حسن خلقه و أسوءها سوء خُلقه. نرى في هذه الأية أن الخفض يحدث بسبب الأحاسيس العاطفية وهي إحدى علامات التواصل غير اللفظي.

- النفاق: ﴿إِنَّ الْمُنَافِقِينَ يُخَادِعُونَ اللَّهَ وَهُوَ خَادِعُهُمْ وَإِذَا قَامُوا إِلَى الصَّلَاةِ قَامُوا كُسَالَى﴾ (النساء /١٤٢). القرآن يستخدم كلمة "أقاموا الصلاة" للمؤمنين و يستخدم للمنافقين "قاموا إلى الصلاة" والفرق بين "أقاموا" و"قاموا" هو الفرق بين الإقامة والقيام فالازواجية في الشخصية كان يقود المنافقين لإظهار الإيمان الكاذب بحضور المؤمنين وتقربهم منهم

وخداعهم بالحضور في مجالسهم وهم في الحقيقة لم يكن لديهم رغبة ولا إيمان في أفعالهم. (قراءتي، ١٣٨٧، ج ٢، ص ١٩٢).

- الحياء والخجل: ﴿تَمْشِي عَلَى اسْتِحْيَاءٍ﴾ (القصص/٢٥)؛ ومثل ذلك ماورد في سورة النور: ﴿وَلَا يَضْرِبْنَ بِأَرْجُلِهِنَّ لِيُعْلَمَ مَا يُخْفِينَ مِن زِينَتِهِنَّ﴾ (النور/٣١)
- الحسرة: ﴿وَيَوْمَ يَعَضُّ الظَّالِمُ عَلَى يَدَيْهِ يَقُولُ يَا لَيْتَنِي اتَّخَذْتُ مَعَ الرَّسُولِ سَبِيلًا﴾ (الفرقان/٢٧).
- المرجعية: ﴿فَأَشَارَتْ إِلَيْهِ قَالُوا كَيْفَ نُكَلِّمُ مَنْ كَانَ فِي الْمَهْدِ صَبِيًّا..﴾ (مريم/٢٩)
- العار: ﴿يَتَوَارَى مِنَ الْقَوْمِ مِن سُوءِ مَا بُشِّرَ بِهِ﴾ (النحل/٥٩)
- التكبر: ﴿ثَانِيَ عِطْفِهِ لِيُضِلَّ عَن سَبِيلِ اللَّهِ لَهُ فِي الدُّنْيَا خِزْيٌ﴾ (الحج/٩)
- الغضب: ﴿وَإِذَا خَلَوْا عَضُّوا عَلَيْكُمُ الْأَنَامِلَ مِنَ الْغَيْظِ قُلْ مُوتُوا بِغَيْظِكُمْ﴾ (آل عمران/١١٩)
- الخضوع: ﴿وَيَخِرُّونَ لِلْأَذْقَانِ يَبْكُونَ وَيَزِيدُهُمْ خُشُوعًا﴾ (الإسراء،١٠٩/١٧)

العلامات غير اللفظية هي علامات لبعض المشاعر والحالات الداخلية مثل حالات الجسد ولغته والتي ورد ذكرها في ضوء الآيات القرآنية التواضع والنفاق والحياء والخجل والندم والحسرة والتكبر والغضب و... بمعية حركات الجسد في الآيات دليل على هذا الأمر أن الله تعالى قد رسم خطة لجميع جوانب حياة الإنسان من أجل خلق السلوك المتبادل المناسب من خلال اتباعها ولا تستثنى الحياة الزوجية من هذا القانون ليتمكن الزوج والزوجة من خلق مثال للتواصل التربوي في القرآن الكريم لتحقيق علاقة فعالة فمثلاً من الطرق غير اللفظية لخلق علاقة فعالة وتقوية العلاقة الزوجية أن يكون لهما وجه منفتح. جاء في الرواية: «أقل حسن الخلق عند اللقاء أن تكونوا بوجوه مبتهجة» (الصدوق، ١٤١٣، ج٤، ص٤١٢ ومن خصال المؤمن حسن المظهر المؤمن سعادته في وجهه و حزنه في قلبه (الكيليني، ١٤٠٧، المجلد ٣، ص٥٧٣) وكان رسول الله ﷺ يبتسم إذا تكلم (الطبرسي، ١٣٨٧).

اللطف فعال في تقوية العلاقات العاطفية ويسبب الألفة وجذب القلوب وزيادة المودة.

يقول الرسول الاكرم ﷺ: "حسن البشر يذهب بالسخيمه".

كما أن الإمام علي عليه السلام يعدُّ انفتاح الوجه بداية الخير وأما بالنسبة لأهمية انفتاح للزوجة فقد عدَّهُ النبي ﷺ من حقوق الزوج والزوجة وقال: (حق المرأه على زوجها ان يسدّ جوعتها ويستر عورتها ولا يقبّح لها وجهاً)؛ (المجلسي: ٦٠/٢٥٤/١٠٣)

كما يجب على الرجل أن يخصص وقتاً لقضاء بعض الوقت مع زوجته؛ لقول رسوالله ﷺ: (جُلُوس الْمَرْءِ عِنْدَ عِيالِه عند اللَّه تَعَالَى أفضلُ مِنِ الاعْتِكَافِ فِي مَسْجِدِي هَذا). " (ورام، ١٤١٠، ج ٢، ص ١٢٢)

ب- سيكولوجية الوجه:

- حقيقة الوجوه: ﴿تَعْرِفُهُمْ بِسِيمَاهُمْ﴾. (البقرة/٢٧٣) أما في حالة الفقراء والمساكين الذين يحافظون على مظهرهم، إلا أن لون وجوههم يدل على شيء آخر.
- الغضب: ﴿ظَلَّ وَجْهُهُ مُسْوَدًّا وَهُوَ كَظِيمٌ﴾ (النحل/٥٨) يتم تقديم تعبيرات الوجه للتعبير عن الحالة الداخلية
- صفات فرديه: جاء في الآيه ١٠٦ آل عمران: ﴿يَوْمَ تَبْيَضُّ وُجُوهٌ وَتَسْوَدُّ وُجُوهٌ...﴾ وقد أدخلت الوجوه السوداء والبيضاء كعلامة على صفات الناس يوم القيامة، وبالتالي يعرف الناس من وجوههم.
- الخجل والتواضع: ﴿خَاشِعَةً أَبْصَارُهُمْ تَرْهَقُهُمْ ذِلَّةٌ﴾.(القلم/٤٣)
- السعادة: ﴿وُجُوهٌ يَوْمَئِذٍ مُسْفِرَةٌ * ضَاحِكَةٌ مُسْتَبْشِرَةٌ...﴾ (عبس/٣٨ و٣٩)
- البهجة: ﴿إِنَّ الْأَبْرَارَ لَفِي نَعِيمٍ * عَلَى الْأَرَائِكِ يَنظُرُونَ * تَعْرِفُ فِي وُجُوهِهِمْ نَضْرَةَ النَّعِيمِ﴾ (المطففين/٢٢و٢٤)

وكما هو واضح فإن الآيات والروايات تشير إلى علم نفس الوجه بما في ذلك ظهور السمات الداخلية للإنسان في وجهه مما يبني علاقة صحية أو غير صحية.

للإيجاد بعلاقة جيدة يمكننا استخدام المعرفة التي يقدمها القرآن الكريم للمساعدة في

إنشاء علاقة فعالة. على سبيل المثال للسيطرة على الغضب أو تغيير السلوك أو تغيير الحالة النفسية وهي من السلوكيات البسيطة ولكنها فعالة للسيطرة على الغضب كانوا الرسول الاكرم ﷺ يغير وضعية جسده فإذا كان قائماً جلس وإذا كانوا جالساً نام (المجلسي، المجلد ٧٠، ص٢٧٢). بتغيير وضع جسده أو وضع وجهه على الأرض كان يذكر بقدرة الله و قد تم تقديم هذا الاسلوب في حد ذاته كوسيلة للسيطرة على الغضب.

ج - الخضوع في الكلام:

(لا تخضعن بالقول فيطمع الذّى فى قلبه مرض وقلن قولامّعروفا) (الأحزاب/ ٣٢)

- الإثارة والبهجة الداخلية: يقول الله تعالى عن صفات المنافقين في الآية ٣٠ من سورة محمد: (ولتعرفنهم في لحن القول). ومن خلال هذه الآية يمكن للمرء أن يفهم أحوال الناس الداخلية من طريقة كلامهم ووجه الإنسان يعبر عن شخصيته إلى حد كبير و ليس فقط كلامهم ولكن أيضا لحن الكلام يجب أن يكون مهذبا. وقاحة المنافقين في الكلام تكشف نفاقهم الداخلي. يقول الراغب: كلمة (اللحن) تعني في الغالب أن تُحول الكلام عن تقاليده الحالية أو عدم قوله باللغة العربية أو تحريك نقاطه وكلماته حيث تكون هذه ممارسة سيئة يستخدم أحياناً للتحدث بكناية و غموض وهو أكثر شيوعاً في الشعر والأدب وهو في نظرهم أمر مثير للإعجاب وجزء من البلاغة (مفردات/٧٣٨).
- اللحن: ﴿وَاغْضُضْ مِن صَوْتِكَ إِنَّ أَنكَرَ الْأَصْوَاتِ لَصَوْتُ الْحَمِيرِ﴾ [لقمان/ ١٩] أشار القران إلى نبرة الصوت و لحنه لأن هذه الحالات هي علامة على الخصائص الداخلية والخارجية للإنسان لحظة ظهور علائم التواصل ويمكن السيطرة عليها بشكل جيد وإدارتها وإقامة التواصل السليم والفعّال بين الأزواج على أساس المبادئ التربوية والتواصلية للقرآن.

د - الارتباط بالعين:

- التحديق: في الآية ٣٠ من سورة النور يقول عز و جل: (قل لّلمؤمنين يغضّوا من أبصارهم)، وفي الآية ١٩ من لقمان يقول: (وَاغْضُضْ مِنْ صَوْتِكَ)، أما الامام

علي عليه السلام في الخطبة ١١ فيقول لابنه محمد بن الحنفية في معركة جمل: (ارم ببصرك اقصى القوم و غض بصرك)، فالمراد من "يغضوا" يكون ليس إغماض العينين بل غض البصر وعدم النظر وفي الآية معناه تجنب التحديق في النساء غيرالمحارم. يقول القرآن الكريم: ﴿رَأَيْتَ الَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ يَنظُرُونَ إِلَيْكَ نَظَرَ الْمَغْشِيِّ عَلَيْهِ مِنَ الْمَوْتِ﴾ **[محمد،٢٠]** التحديق دون رمش علامة الخوف والقلق التواصل بالعين قبل التواصل اللفظي هو أبلغ رسالة غيرلفظية الأكثر وعلامة الصدق والاحترام والاهتمام والذكاء ونقاء النية والثقة بالنفس هي من علامات الحالة الداخلية للشخص لذلك يجب الحذر في طريقة النظر لأنه يمكن أن ينتهي بعلاقة صحيحة أو خاطئة وقد اهتم القرآن الكريم بهذه المسألة وعلاماتها. يمكن أن يكون التحديق علامة على حالات مختلفة لدى الشخص فالخوف والقلق والحب والمودة والانجذاب يرتبط بأعراض العين و إدارة نوع النظرة يمكن أن تكون مساعدة فعالة.

هـ - خصائص المظهر:

- المشي بتواضع: ﴿وَعِبَادُ الرَّحْمَانِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا﴾ (الفرقان/٦٣) وفي سورة الإسراء الآية ٣٧: ﴿وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا﴾، "المرح"يعني الغرور والبطر الناشئ من النعمة. و«الفخور»: من مادّة (الفخر) و يعني الشخص الذي يفتخر على الآخرين. و الفرق بين كلمتي المختال والفخور، أنّ الاولى إشارة إلى التخيّلات الذهنيّة للكبر و العظمة، أمّا الثّانية فهي تشير إلى أعمال التكبّر الخارجي. (مكارم، ١٣٧٩، ج١٣ ص٤٦) على بن إبراهيم: وَ لا تَمْشِ فِي اَلْأَرْضِ مَرَحاً أي فرحا ثُمَّ قَالَ: وَ فِي رِوَايَةِ أَبِي اَلْجَارُودِ، عَنْ أَبِي جَعْفَرٍ عليه السلام: فِي قَوْلِهِ: وَ لا تَمْشِ فِي اَلْأَرْضِ مَرَحاً: «أَيْ بِالْعَظَمَةِ» (البحراني، ١٤١٧، ج٤ ص٣٧٤) في إقامة علاقة صحية بين الزوجين لذا يجب الانتباه إلى تعاليم الوحي و إرشاداته في التواصل بشكل صحيح.
- الانفتاح: ﴿وَلَا تُصَعِّرْ خَدَّكَ لِلنَّاسِ...﴾ (لقمان/١٨)، التصعير" من جذر "صعر" نوع من

المرض يصيب البعير فيلوي رقبته ويشير لقمان إلى صفتين قبيحتين للغاية ومثيرتين للكراهية تؤديان إلى تفكك العلاقات الاجتماعية والشخصية الحميمة: إحداهما الكبر واللامبالاة و الأخرى هي الغرور والأنانية. و الإثنان مشتركان في أنهما يغرقان الإنسان في عالم التوهم و وهم التفوق على الاخرين ويقطعان علاقة الشخص بالآخرين وكأنه أشار في نصيحته: لا تدر وجهك عن الناس فإنه ليس هناك مرض أشد على الإنسان من الكبر كما يقول الشاعر: " و كنا إذا الجبار صعر خده اقمنا له من درئه فتقوما "وروى عن مجاهد أن بعض الناس قال في صعر: إن كان بين الإنسان وغيره خصاماً أو سخطاً يجعله يصرف عنه إذا لقيه أو إذا قال أحدهم: عكرمة فيسلم على أحد فيسلم عليه. (الطبرسي ١٣٨٧، المجلد ١٩، ص ١٨٤)، ويدير عنه وجهه أو كما يقول "عكرمة" يسلم أحد فيتجاهله الآخر تكبرا و يدير وجهه عنه (الطبرسي ١٣٨٧، المجلد ١٩ ص ١٨٤) وقد حرم الله كل ما يسبب البعد عن المجتمع والتواصل مع الآخرين وخاصة في العلاقة بين الأزواج التي هي أولى من غيرها من العلاقات وعلى حسب جذر كلمة تصعر يمكن فهم مثل هذه الصفات على أنها نوع من المشاكل العقلية والأخلاقية ونوع من الانحراف في التشخيص والتفكير لأن الإنسان السليم نفسياً وروحياً لن يعاني أبداً من مثل هذه الأفكار والتخيلات. إنّ الاضطراب العاطفي بين الزوجين له جذر النفسي حسب تعاليم الوحي وقد ذكره القرآن الكريم وفي الآية المذكورة لم يكن تحذير لقمان عليه السلام لمجرد الابتعاد عن الناس أو المشي بغطرسة بل لمحاربة كل مظاهر التعلي و الاستكبار والذي يظهر في حركات الإنسان وسلوكه الطبيعي فهنا وضع لقمان عليه السلام إصبعه على هذه المظاهر الخاصة.

- التزين: تقول الآية ٣١ من سورة الأعراف: ﴿يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِندَ كُلِّ مَسْجِدٍ﴾، يصف محتوى هذه الآيات حياة سيدنا آدم في الجنة ويتحدث عن مسألة ستر الجسد وغيرها من بركات الحياة ونوعية استخدامها الصحيح ويرشد جميع بني آدم إلى أن أفضل و أجمل الملابس لخير مكان وهذه قاعدة عامة للبشرية جمعاء في كل العصور وهي عبارة عن نوعين من الزينة الجسدية والروحية والأمر

بلبس الملابس الأنيقة والنظيفة وتمشيط الشعر واستخدام الطيب ونحوه والتلبس بالصفات الإنسانية الخالصة والصفات الأخلاقية الحميظة و النية الطاهرة. الحسن عليه السلام عَنْ خَيْثَمَه نْأَبِي خَيْثَمَه قَالَ: كَانَ الْحَسَنُ بْنُ علی عليه السلام إِذَا قَامَ إِلَى الصَّلَاهْ لَبِسَ أَجْوَدَ ثِيَابِه فَقِيلَ لَهُ يَا ابْنَ رَسُولِ اللَّه عليه السلام لِمَ تَلْبَسُ أَجْوَدَ ثِيَابِك فَقَالَ إِنَّ اللَّهَ تعالى جَمِيلٌ يُحِبُّ الْجَمَالَ فَأَتَجَمَّلُ لِرَبِّي وَ هُوَ يَقُولُ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ فَأُحِبُّ أَنْ أَلْبَسَ أَجْوَدَ ثِيَابِي. (.بحار الأنوار، ج٨٠، ص١٧٥)، وإذا جاء في بعض الروايات الأخرى أن الزينة تحمل معنى الأمراء والأئمة الفضلاء (الكافي ج٣ ص٤٢٤) فهي دليل على اتساع معنى الآية التي تشمل كل زينة خارجية كانت أم داخلية وإن كان الحكم يشمل جميع أبناء آدم في كل العصور لكنه في الوقت نفسه يستنكر السلوك القبيح لجماعة من العرب في الجاهلية الذين كانوا يتعرون تماما عند دخول المسجد الحرام و كما حذرهم من لبس الملابس غير المناسبة أثناء الصلاة أو الذهاب إلى المساجد وأثناء شعائر العبادة كانوا يرتدون نفس الملابس وينبغي عليهم بحسب الآية المذكورة والأحاديث المرتبطة أن يلبسوا أفضل ثيابهم للمشاركة في المساجد. كل انسان في العالم لديه ثلاثة أنواع من التواصل: التواصل مع الله، ومع نفسه ومع الآخرين. تدل هذه الآية أنه يجب على الانسان ان يتزين **[عند العبادة]** وبالتأكيد لايسقط هذا الواجب عنه فيما يتعلق بعلاقته بالآخرين و خاصة بعلاقته مع زوجته ويتوجب عليه أن يلتزم به، والآية ١٥٧ من سورة الأعراف ضمن بيانها لأهداف النبي صلى الله عليه وآله وسلم تقول: (يحل لهم الطيبات ويحرم عليهم الخبائث) والنبي الذي مضمون دعوته متوافق تماما مع أوامر العقل فهو يدعو إلى الخير وما يعرفه العقل و معروف عنده وينهى عن المنكر والقبيح وما لا يعرفه العقل ويتوافق مضمون دعوته مع الفطرة السليمة فيحل لهم الطيبات وما يحبه الطبع السليم ويحرم عليهم المنكر والمكروه ولإصلاح المجتمع لا بد أولاً من توفير و تسهيل ماهو حلال ثم حضر الأشياء المحرمة لذا جاءت "يحل" قبل "يحرم" وأن الحلال والحرام الإلهي مبنيان على أساس الفطرة و متوافقان مع الطبيعة البشرية.

- التبرج: ﴿وَأَمَّا بِنِعْمَةِ رَبِّكَ فَحَدِّثْ﴾ (الضحى/١١) عندما يرى الإنسان أثر النعمة في حياته عليه أن لا يتردّد في التنعم بما أنعم الله به عليه وعليه أن يجتنب الرهبنة التي نهى عنها الإسلام وأخبر الإمام عاصم بن زياد أن أخاه يلبس ملابساً سيئة يتجنب الجميع وقد تسببت تصرفاته في حزن الناس وولده فأمره بإحضاره فلما رآه الإمام قرأ الآية ١١ من السورة المباركة بحزن. (بحار الأنوار ج٤١ ص١٢٣).
- الاحترام والتكريم: ﴿وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ...﴾ (الاسراء،/٧٠).
- الضحك: جاء في الآيه ٤٧ من سورة الزخرف: ﴿فَلَمَّا جَاءَهُمْ بِآيَاتِنَا إِذَا هُمْ مِنْهَا يَضْحَكُونَ﴾ وفي الآية ١٩من سورة النمل: ﴿فَتَبَسَّمَ ضَاحِكًا مِنْ قَوْلِهَا﴾ (الميزان،٣٥٣/١٥)، في كثير من الأحيان يكون التواصل غير اللفظي مصحوبًا بالكلام و على الرغم من أن السلوكيات الفردية غير اللفظية لها رسائل مستقلة ولكن عادةً ما يتم إنشاء الرسائل اللفظية ضمن رسائل غير لفظية ولا يمكن إصدار تعميمات صحيحة حول أهمية كل منها في المواقف المختلفة ولا يمكن القول أي الرسائل اللفظية أو غير اللفظية هي الغالبة لأن الإرسال والاستقبال يعتمد على الحالة التي تُرسل فيها الرسالة (ريتشموند، ١٣٨٨، ص ٩١) مثل الصلاة التي هي مزيج من الارتباط اللفظي وغير اللفظي والتي تظهر التعظيم والإكرام والطاعة لله ولكن لا يمكن تحديد أيهما الأهم و الأكثر تأثيراً على الآخر الارتباط اللفظي أو غير اللفظي، وتبين الآيات والروايات أعلاه أن تجربة الحياة المشتركة السليمة تحدث عندما تستند إلى النظام الشرعي للقرآن أما الخصائص الظاهرية المذكورة في التواصل غير اللفظي مثل المشي بتواضع و وجه منفتح و ابتسامة و الزينة فهي المبادئ المشتركة للتواصل الفعال خاصة في العلاقات الزوجية التي تحدث آثاراً نفسية إيجابية على الطرف الآخر كما هو الحال عندما يكون الزوج متورطاً في تحديات ومشاكل داخلية وخارجية حيث تلعب تعبيرات الوجه الإيجابية دوراً أساسياً في خلق علاقة سليمة أو السلوك المهذب والاحترام والشرف يمكن أن يؤثر على العلاقة بين الزوج والزوجة ويخلق شعوراً إيجابياً من شأنه أن يؤثر على العلاقات الزوجية.

- اللمس: من أهم الطرق وأكثرها فعالية لنقل المشاعر والعواطف هو الاتصال الجسدي أو اللمس. الاتصال الجسدي يظهر المودة والحنان وتجنبه يمكن أن ينقل مشاعر سلبية مثل الاستياء أو الكراهية أو العداوة أو الغضب أو الشك (المرجع نفسه، ٢٩٨). هناك فرق بين الاتصال الجسدي واللمس. الاتصال الجسدي يشير إلى الحركات العرضية وغير الواعية لكل جزء من أجزاء الجسم المختلفة أما اللمس فهو حركة متعمدة واعية تتم غالبًا بواسطة اليد يظهر دور الشخص بالقيام بهل بشكل أوضح وأفضل وذو معنى كبير (وينرايت، ١٣٩٣، لغة الجسد، ص١٢٠).
- الاتصال الودي والحميم: المصافحة والاتصال الودي مثل المصافحة في التواصل يؤدي إلى المودة والصداقة وإزالة العداوة والبغضاء. وقد ورد في الروايات ويقول القرآن الكريم أيضاً: ﴿فَاصْفَحِ الصَّفْحَ الْجَمِيلَ﴾ (الحجر/٨٥)، وفي الآية المذكورة، الصفح يشير إلى الأمر العفو الكريم وفي هذه الآية مهمة النبي الكريم هي إظهار اللطف والمحبة ضد عناد المشركين وجهلهم وتعصبهم وانتهاكاتهم والتعامل معهم والتغافل عن ذنوبهم لذلك في الآية وصف هذا العفو بكلمة "الجميل" أي اغفر لهم عفواً جميلاً لا يصاحبه عتاب ولا لوم لأنك يا نبي الرحمة صاحب دليل واضح و لا تحتاج إلى العنف والظلم لأن المنطق والعقل معك بالإضافة إلى أن العنف ضد الجاهلين غالباً ما يزيدهم غضباً و عصبية (الطبرسي، ج ١٤، الطباطبائي، ج ١٢).
- الاتصال الواجب: ﴿فِي كِتَابٍ مَكْنُونٍ * لَا يَمَسُّهُ إِلَّا الْمُطَهَّرُونَ﴾ (الواقعة ٧٨ و٧٩) في تفسير هذه الآية جاء أنه لا يجوز مس المصحف بدون غسل و وضوء و أن فهم حقائق القرآن ومفاهيمه العظيمة هو فقط للمطهرون أقل الطهارة هي أن تكون لدي الانسان روح البحث عن الحقيقة وكلما كانت الطهارة والقداسة أكبر كلما زاد فهم الإنسان لمفاهيم القرآن ومحتواه (مكارم، ١٣٧٤، ج٢٣، ص٢٧٢).
- العلاقة الجنسية بين الزوجين: ﴿لَامَسْتُمُ النِّسَاءَ﴾ (النساء،٤/ ٤٣). فعل لَامَس من مصدر ملامسة و من مصدر اللمس. "اللمس" يعني المسح على شيء ما (في حد

احساس شيئ ما باليد) وحين يأتي في باب المفاعلة و يكون "ملامسة" فإنه يأخذ جانب المبالغة وازدواجية فاعل الفعل و من معاني الأخرى ل"الملامسة" الإمساك أو الإمساك بالآخر و يدل ضمنياً و تلويحياً على ال"الرغبة الجنسية الشديدة و على العلاقة الجنسية". يلاحظ القران الكريم الأدب في التعبير عن الأمور الجنسية ونحوها ولذا ذكر الأمور الجنسية و ينبغي أن يكون بكناية وايحياء. ﴿فَمَنْ لَمْ يَجِدْ فَصِيَامُ شَهْرَيْنِ مُتَتَابِعَيْنِ مِنْ قَبْلِ أَنْ يَتَمَاسَّا﴾ (المجادلة/ ٤) أو قوله تعالى: ﴿قَالَتْ رَبِّ أَنَّى يَكُونُ لِي وَلَدٌ وَلَمْ يَمْسَسْنِي بَشَرٌ﴾ (آل عمران/ ٤٧) أو قوله عز وجل: ﴿قَالَتْ أَنَّى يَكُونُ لِي غُلَامٌ وَلَمْ يَمْسَسْنِي بَشَرٌ وَلَمْ أَكُنْ بَغِيًّا﴾ (مريم/ ٢٠) اللمس يعني اللمسح والوصول و اللقاء. (القريشي، ١٣٠٧). و قيل في المجمع: المسّ يشبه اللمس والفرق بينهما أن باللمس إحساس و أصل المس هو الالتصاق و شدة الجمع (الطبرسي، ١٤٠٨هـ).

- الارتباط الاجتماعي: (قال فذهب فإن لك أن تقول فيها لا مساس) (طه، ٩٧/٢٠)، قيل في أقرب الموارد: مساس بفتح الأول اسم فعل ومعناه المسني و "لامساس" تعني "لا تلمسني - لا تمسني". لكن القراءة المشهورة في القرآن هي بكسر الميم جاء في القاموس: معنى " لا مِساس" في القرآن تعني أنني لا ألمس أحدا ولا يلمسني أحد. (الفيروزآبادي ١٤١٥هـ) الآية في السامري حيث قال له موسى عليه السلام: عليك أن لا تخالط أحدا وأن لا يخالطك أحد وهذه أعظم عقوبة إذ يعيش شخص ما في مجتمع ولكن لا يحق له أن يراود أو يرتبط بشخص آخر.

فوائد التواصل السليم في العلاقات الزوجية:

١- السلام النفسي:

وبحسب علماء النفس فإن السلام والأمن الذي يتم خلقه للزوجين في بيئة أسرية عادية لا يمكن تحقيقه في أي مكان والبيئة الأسرية هي المكان الأكثر أمانًا وإرضاءً لإشباع الاحتياجات النفسية وتوفير السلام النفسي. إنّ الحب والقبول لبعضنا البعض وهو أحد أهم مكونات وضروريات الحياة الاجتماعية يتم توفيره بأفضل طريقة في الأسرة (برنستاين، ١٣٨٠).

٢- نمو الشخصية:

من المجالات المهمة لتنمية الشخصية نمو تقدير الذات. فالعلاقات الزوجية الصحيحة فعالة في زيادة تقدير الذات لأن الزوج والزوجة يمنحان عادة شعوراً بالرضا في الحياة ومن خلال أن يصبحا زوجين وأبوين ويشعران بالمسؤولية يتم توفير أسس التطور الوجودي وتنمية الشخصية عندما يتفاعل الزوجان مع بعضهما البعض بمحبة ويؤسسان العلاقة الحميمة فهذا ما يجعلهما يشعرون ببعضهم البعض كجزء من كيان بعضهم وهذا نوع من التطوير الذاتي ويرى عالم النفس الأوروبي الشهير جان بياجيه أن الانتقال من الرؤية الشخصية المحدودة إلى الرؤية اللاشخصية﴿يستطيع ان يرى الدنيا بعين غيره﴾ هو سبب ترقية الإنسان إلى درجة أعلى وكمال أكبر (محمود منصور وبريرخ دادستان، ص٣٥). وتحدث هذه الظاهرة بشكل واضح في العلاقات الزوجية السليمة فينتقل كل عضو من التمركز حول الذات إلى التباعد الذاتي ويقدم الزوجان التضحيات لبعضهما البعض ويعتبرانها جزءاً من وجودهما.

٣- تحقيق الضمان الاجتماعي:

فإذا كانت العلاقات الزوجية مبنية على ما نص عليه القرآن فإنها ستقلل من نطاق الجريمة والانحراف وتؤكد الإحصائيات التي قدمها باحثو العلوم الاجتماعية هذا الادعاء (محبوبي منش، ١٣٨٣).

٤ - تهيئة البيئة المناسبة لإنجاب الأطفال:

تكوين الأسرة بعد علاقة زوجية قوية ومنتظمة يعزّز الشعور بالرجولة والأنوثة لدى كل الزوجين، ومع وجود طفل إلى جانبهما يزداد الالتزام والعمق في حياتهما وكذلك تُقلَّص الأمراض النفسية والانتحار والإدمان و... بينهما و أحياناً يحذف فرص حدوثها كاملة (سالاري فر، ١٣٩٦).

التحليل النفسي لعملية التواصل غير اللفظي في العلاقات الزوجية على أساس تعاليم القرآن الكريم:

وفي التحليل النفسي للتواصل غير اللفظي في العلاقات الزوجية مع التركيز على تعاليم

القرآن الكريم يمكن البحث في كيفية تأثير التواصل غير اللفظي على الديناميكيات النفسية والعاطفية للأزواج. يتناول هذا التحليل نقد وتحليل تطبيق المبادئ القرآنية في الحياة الزوجية ودورها في عملية التواصل.

١- تأثير التواصل غير اللفظي على النفسية الزوجية:

التصرفات غير اللفظية في التواصل الزوجي مثل نبرة الصوت وإيماءات الجسم والعواطف لها تأثيرات كبيرة على النفسية الزوجية وإيجابية هذه العناصر غير اللفظية يمكن أن تساعد في تعزيز الشعور بالإيمان والاحترام المتبادل وقبول الاختلافات في الزواج.

٢- دور تعاليم القرآن الكريم في تقوية العلاقات الزوجية:

توفر تعاليم القرآن الكريم مبادئ للحياة الزوجية يمكن أن تكون فعّالة كدليل في التواصل بين الزوجين. إن مفاهيم مثل الاحترام المتبادل والتواضع والعدالة والمسؤولية في القرآن يمكن أن تساعد في تحقيق التوازن والانسجام في الحياة الزوجية.

٣- قبول الخلافات وحل المشاكل في الحياة الزوجية:

من وجهة نظر علم النفس فإن قبول الاختلافات والسيطرة الصحيحة على القضايا أمر مهم للغاية كما أن تعاليم القرآن الكريم تعزّز هذا المفهوم وتقدم للأزواج حلولاً لإدارة المشاكل وحلّها.

٤- أثر الإيمان والالتزام بالمبادئ الدينية في التواصل:

إن الإيمان بالمبادئ الدينية يمكن أن يكون بمثابة حافز لتقوية العلاقات الزوجية. إن الالتزام بالمبادئ القرآنية يمكن أن يؤدي إلى تفاقم قضايا الثقة والصدق والاحترام في الحياة الزوجية.

٥- المسؤولية والتعاطف:

المسؤولية في الحياة الزوجية تساعد على فهم دور ومسؤولية كل طرف في العلاقة. تؤكد المبادئ القرآنية أيضًا على المسؤولية والتعاطف في الحياة الزوجية.

إن التحليل النفسي لهذه القضية من خلال الجمع بين المنظورين العلمي والديني لا يؤدي فقط إلى فهم أعمق للعوامل الفعالة في الحياة الزوجية بل يحدد أيضًا طرق تحسين العلاقات الزوجية. يمكن أن يساعد هذا التحليل الأزواج على تجربة حياة زوجية أكثر صحة وفقًا للمبادئ الدينية والنفسية والتواصلية.

خاتمة البحث:

وأظهر تحليل سيكولوجية التواصل غير اللفظي في العلاقات الزوجية مع التركيز على تعاليم القرآن الكريم أن القرآن الكريم قد ذكر جميع القضايا وأن هذين الجانبين يمكن أن يصبحا مزيجا فعالا ومثمرا في تحسين الحياة الزوجية وتعزيزها. يلعب التواصل غير اللفظي بما في ذلك إيماءات الجسم ونبرة الصوت والعواطف دورًا مهمًا في خلق الاتصال العاطفي والانسجام في الحياة الزوجية ومن خلال عرض المبادئ الأخلاقية والروحية تعلم تعاليم القرآن الكريم استخدام المبادئ الإيجابية مثل الاحترام المتبادل والتواضع وحل المشكلات بذكاء في العلاقات الزوجية. حيث تلعب مفاهيم مثل الإيمان والتقوى والمسؤولية دورًا مهمًا في تعزيز العلاقات الزوجية و وفقا لهذا التحليل يبدو أن الجمع بين التواصل غير اللفظي مع المبادئ الدينية للقرآن يمكن أن يؤدي إلى سلسلة من العوامل الإيجابية الفعالة جدا في تحسين العلاقات الزوجية وخلق حياة زوجية ناجحة وصحية ويقترح هذا التحليل على الأزواج أن يعطوا أهمية لبنية وأساس علاقتهم وأن يتقدموا مع بعضهم البعض بطريقة متوازنة ومتبادلة وفقا للمبادئ القرآنية و باستخدام التواصل غير اللفظي.

وباختصار يمكن أن نذكر أن التواصل غير اللفظي من وجهة نظر القرآن هو كما يلي:

١. أثر التواصل غير اللفظي في العلاقات الزوجية: ﴿وَلَا تَنسَوُا الْفَضْلَ بَيْنَكُمْ إِنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ﴾ (البقرة/ ٢٣٧)

٢. تأثير الإيمان والأخلاق في العلاقات الزوجية: ﴿إِنَّا لَا نُضِيعُ أَجْرَ مَنْ أَحْسَنَ عَمَلًا﴾ (الكهف/٣٠).

٣. أثر تعاليم القرآن الكريم في حل المشكلات الزوجية: ﴿وَأَمْرُهُمْ شُورَىٰ بَيْنَهُمْ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنفِقُونَ﴾ (الشورى/ ٣٨)

٤. أثر التقوى الديني في تخفيف التوترات: ﴿وَمَن يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَل لَّهُ مَخْرَجًا﴾ (الطلاق/ ٢)

قائمة المصادر والمراجع

- إن خير مانبتديء به القران الكريم

١. البروجردى، حسين، (١٣٨٠)، جامع الاحاديث الشيعة، چاپ تهران فرهنگ سبز.

٢. الحر العاملى، محمد بن الحسن، (١٤١٤ ق)، هداية الأمة إلى أحكام الأئمةع، مشهد: آستانةالرضوية المقدسة.

٣. الحويزي، عبد على بن جمعه،(١٤١٢ ق)، تفسير نور الثقلين، ج٢، قم، مؤسسه اسماعيليان.

٤. الخوانساري، جمال الدين محمد بن الحسين، (١٣٦٦)، شرح غرر الحكم الآمدي، ناشر: دانشگاه تهران.

٥. السيوطي، عبد الرحمن بن ابي بكر، (١٤١٤ ه.ق)، الدر المنثور في التفسير بالماثور، ج٥، بيروت، دارالفكر.

٦. مكارم شيرازي، ناصر، (١٣٧٤) تفسير نمونه،، قم دارالكتب الاسلاميه.

٧. مكارم شيرازي، ناصر، (١٣٧٩)، الامثل في تفسير كتاب الله المنزل ج١٣، ناشر: مدرسة الإمام على بن أبي طالب عليه السلام.

٨. قرائتي، محسن، (١٣٨٧)، تفسير نور، ج٢،تهران: مركز فرهنگي درسهايي از قرآن.

٩. قرشي بنابي، على اكبر، ١٣٠٧، قاموس قرآن ج٦،تهران: دارالكتب الاسلاميه.

١٠. الطيب، سيد عبد الحسين، (١٤٠١)، أطيب البيان في تفسير القرآن، ج ١٠، تهران، انتشارات اسلام.

١١. البحراني، هاشم بن سليمان، (١٤١٧ق)، البرهان في تفسير القرآن، قم دار التفسير.

١٢. قرائتي، محسن،(١٣٨٧)، تفسير نور، تهران: مركز فرهنگي درسهايي از قرآن.

١٣. الطبرسي، الفضل بن الحسن،(١٤٠٨ ق)، مجمع البيان، ج٣، ناشر: دار المعرفة بيروت.

١٤. الطريحي، فخرالدين،(١٩٨٥ م)، مجمع البحرين، ج٤، ناشر:دارمكتبة الهلال،بيروت.

١٥. الراغب الأصفهاني، الحسين بن محمد، (١٣٨٨)، مفردات قران، مترجم: سيدغلامرضا خسروي حسيني، ناشر: مرتضوي

١٦. الفيروزآبادي، محمد بن يعقوب،(١٤١٥)،القاموس المحيط، دار الكتب العلمية، بيروت.

١٧. المتقي، على بن حسام الدينُ، (١٣٨٦)، كنز العمال في سنن الاقوال و الافعال، بيروت في دار الكتب العلميه.

١٨. المجلسى، محمد باقر بن محمد تقى،(١٤٠٣ ق)، بحار الأنوار، بيروت: دار إحياء التراث.

١٩. سالاری‌فر، محمدرضا، (١٣٩٦)، خانواده در نگرش اسلام و روان‌شناسی، پژوهشکده حوزه و دانش‌گاه،سمت.

٢٠. ابراهيمى، اختر، (١٣٧١)، ارتباط درمانى و الگوهاى ارتباطى در خانواده، چاپ اتحاد.

٢١. فرهنگي،على اكبر، (١٣٨٤)،ارتباطات انساني، تهران،انتشارات رسا.

٢٢. محسنيان راد، مهدي، (١٣٨٧)، ارتباط شناسي، تهران، انتشارات سروش.

٢٣. دهقان، عليرضا،(١٣٨٨). نظريه هاي ارتباطات دانشكاه تهران.

٢٤. محمود، منصور و دادستان،پريرخ، (١٣٧٤) ديدگاه پياژه در گستره تحول روانى، ١٣٧٤.

٢٥. ورام بن أبي فراس، مسعود بن عيسى (١٤١٠ ق)، مجموعة ورّام، قم: مكتبه فقيه.

٢٦. وينرايت،گوردون، (١٣٩٣)، زبان بدن،ترجمه رامين كريمي، ناشر: شلاك

٢٧. استريت، ادي، (١٣٩٩)، مشاوره خانواده، ترجمه مصطفى تبريزى و على علوى نيا، تهران: فراروان.

٢٨. ريچموند، ويرجينيا و مك كروسكي،(١٣٨٨)، رفتار غيركلامي در روابط ميان فردي، ترجمه فاطمه سادات موسوي و عبدالله پور،نشر دانژه.

٢٩. باگاروزي، دنيس، (١٣٨٦)، بهبودبخشي صميميت در ازدواج، ترجمه سيد محمد رضا رضا زاده وسعيد پورنقاش، تهران دانشگاه الزهراء.

٣٠. هالفورد، ك، (١٣٨٧)، زوج درماني كوتاه مدت، ترجمه تبريزي؛ اردكان و جعفري، تهران، فراروان

٣١. كول، كريس، (١٣٧٩)،فهميدن، فهماندن و ارتباط مؤثر، ترجمه: كاركيا، پروانه، تهران، دانشگاه الزهراء.

٣٢. برنستا ين،مارسي و فيلي‌پ،(١٣٨٠)، روش‌هاى درمان مشكلات زناشويى، مترجم: توزنده،مشهد، مرنديز.

٣٣. ساندرز، كريستين، ديكسون، ديويد، هارجي، اون، (١٣٩٠)، مهارتهاي اجتماعي در ارتباطات ميان فردي، مترجم مهرداد فيروز بخت،خشايار بيگي، تهران، نشر جوانه رشد.

٣٤. گلادينگ، س، (١٣٨٦)، خانواده درماني:تاريخچه، نظريه و كاربرد، ترجمه بهاري، تهران، نشر تزكيه.

٣٥. تي بك، آرون، (١٣٨٢)،عشق هرگز كافي نيست، ترجمه مهدي قراچه داغي، تهرا ن، نشر آسيم.

٣٦. فرگاس، جوزف، (١٣٧٣)، روان شناسى تعامل اجتماعى (رفتار ميان فردى)، ترجمه خشايار بيگى و مهرداد فيروزبخت، تهران، ابجد.

٣٧. وود، جوليا، (١٣٧٩)،ارتباطات ميان فردى: روان شناسى تعامل اجتماعى، ترجمه مهرداد فيروزبخت،تهران، نشر مهتاب.

٣٨. اولياء، ن،فاتحي زاده، م، (١٣٨٥)،"تأثير آموزش غني سازي زندگي زناشويي بر افزايش صميميت زوجين"، فصلنامه خانواده پژوهي، (٦) ٢.

٣٩. يوسفي، ف،(١٣٨٥)، "رابطه هوش هيجاني و مهارتهاي ارتباطي دانشجويان"، فصلنامه روانشناسان ايراني، (٩)٣.

٤٠. حسين چاري و فداكار، (١٣٨٤)،" بررسي تأثير دانشگاه بر مهارت هاي ارتباطي براساس مقايسه دانش آموزان و دانشجويان"، ماهنامه علمي ـ پژوهشي دانشگاه شاهد، دوره جديد، ش ١٥.

٤١. نصر اللهي، محمد صادق، (پاييز ١٤٠١)،" تحليل ارتباطي مشتقات «ربط» در قرآن كريم "، مطالعات فرهنگ – ارتباطات، شماره ٥٩.

٤٢. نصراصفهاني، ن، (١٣٨٩)، " بررسي تأثير آموزش مفاهيم نظريه انتخاب به شيوه گروهي بر افزايش صميميت زناشويي"، زن و مطالعات خانواده، (٨)٢.

٤٣. نظري، ع و اسدي، م و شاهيني، (١٣٨٨)، " تأثير خانواده درماني كوتاه مدت ستير بر صميميت زوجها"، زن و مطالعات خانواده، (٥)٢.

٤٤. حسينيان و يزدي و طباطبايي،(١٣٩٠)،"اثربخشي آموزش مهارتهاي ارتباطي برصميمیت زناشويي زنان متأهل"، فصلنامه فرهنگي تربيتي زنان و خانواده (١٨) ٦.

٤٥. محبوبی‌منش، حسين، (١٣٨٣)، "تغييرات اجتماعی ازدواج"،مطالعات راهبردي زنان، كتاب زنان ش ٢٦.

٤٦. حسين چاري، محمد دلاورپور ، م، (١٣٨٥) آيا افراد كمرو فاقد مهارتهاي ارتباطياند؟، روانشناسان ايراني، (١٠)٣.

٤٧. نرم افزار جامع الاحاديث، مركز تحقيقات كامپيوتري علوم اسلامي https://www.noorsoft.org