

Triangulation in Marital Relationships: Unethical Causes and Ethical Preventive Solutions*

Ali Mousavi,¹  Asghar Hadi² 

1- Instructor, Al-Mustafa International University, Isfahan Branch; Level-Four Scholar in Jurisprudence and Legal Theory (Fiqh wa Uşūl), Isfahan Seminary, Isfahan, Iran
(Corresponding Author).

s.ali_mosavi@miu.ac.ir

2- Assistant Professor, Department of Theology and Family Studies, Research Institute of Islamic Sciences and Culture, Qom, Iran.

a.hadi@isca.ac.ir



Abstract

This research examines unethical causes of triangulation in marital relationships and offers ethical solutions to prevent it. Triangulation refers to the involvement of third parties in marital life, potentially leading to tension and damage to family foundations. In the first part of this study, unethical causes identified include the lack of independence among couples, unnecessary interference by others, the birth of a new child, and the presence of malicious individuals within families. The second part of the research proposes ethical strategies to eliminate harmful triangulation, such as enhancing confidentiality, focusing on resolving problems directly and privately without external interference, increasing ethical differentiation, and eliminating familial triangles to maintain a healthy relationship. Employing a

*Cite this article: Mousavi, A. Hadi, A. (2025). Triangulation in Marital Relationships: Unethical Causes and Ethical Preventive Solutions, Journal in Applied Ethics Studies, 4(78), 153-187.

<https://doi.org/1022081/jf.2025.70558.1992>

■ **Publisher:** Islamic Propagation Office of the Seminary of Qom (Islamic Sciences and Culture Academy, Isfahan, Iran). ***Type of article:** Research Article

■ **Received:** 2024/12/19 • **Revised:** 2025/01/30 • **Accepted:** 2025/02/04 • **Published online:** 2025/07/20

descriptive-analytical method, this study seeks to answer how triangulation in marital relationships can be prevented. The findings demonstrate that reinforcing ethical principles and emphasizing couples' active participation in problem-solving can help prevent unwanted external influences, fostering a positive and stable marital environment. The study highlights that couples who adopt ethical strategies and engage in effective communication can better manage external interventions, thus achieving greater marital satisfaction and success.

Keywords

Ethics, Triangulation, Quranic Verses and Narrations, Parental Interference, Children, Ethical Solutions.





الثلاثية في العلاقات الزوجية: أسبابها غير الأخلاقية والحلول الأخلاقية للحؤول دونها*

علي موسوي^١، أصغر هادي^٢

١- المدرس في جامعة المصطفى، فرع أصفهان. طالب المرحلة الرابعة في الدراسات الدينية في الحوزة العلمية بأصفهان في فرع الفقه وأصول الفقه. أصفهان - إيران (المؤلف المسؤول).

s.ali_mosavi@miu.ac.ir

٢- أستاذ مساعد في مركز الإلهيات والأسرة، معهد العلوم والثقافة الإسلامية، قم، إيران.

a.hadi@isca.ac.ir

مستخلص

تتناول الدراسة الحالية الأسباب غير الأخلاقية لظاهرة الثلاثية في العلاقات الزوجية والحلول الأخلاقية لها. تعني «الثلاثية» تدخّل الآخرين في الحياة المشتركة مما قد يسبب التوتر والإضرار بأساس الأسرة. ففي الجزء الأول من البحث، تم تحديد الأسباب غير الأخلاقية للعلاقة الثلاثية، بما في ذلك عدم استقلالية الزوجين، والتدخل غير الضروري من الآخرين، وولادة طفل جديد، ووجود أفراد ذوي نوايا سيئة في الأسر. وفي الجزء الثاني قُدمت حلول أخلاقية للقضاء على هذه الثلاثية المدمرة، منها:

* **استند إلى هذه المقالة:** موسوي، علي؛ هادي، أصغر (٢٠٢٥). الثلاثية في العلاقات الزوجية: أسبابها غير الأخلاقية والحلول الأخلاقية للحؤول دونها. دراسات في الأخلاق التطبيقية، ٤ (٧٨)، صص ١٥٣-١٨٧.

<https://doi.org/1022081/jf.2025.70558.1992>

□ نوع المقال: بحثي؛ الناشر: مركز الدعوة الإسلامية في حوزة قم (معهد العلوم والثقافة الإسلامية، أصفهان، إيران) © المؤلف.

□ تاريخ الاستلام: ٢٠٢٤/١٢/١٩ • تاريخ التعديل: ٢٠٢٥/٠١/٣٠ • تاريخ القبول: ٢٠٢٥/٠٢/٠٤ • تاريخ الإصدار: ٢٠٢٥/٠٧/٢٠



تعزيز السرية، والتركيز على حل المشاكل ودياً دون تدخل الآخرين، وزيادة التميز الأخلاقي، والقضاء على الثلاثيات العائلية للحفاظ على العلاقة السليمة. أجري هذا البحث باستخدام المنهج الوصفي - التحليلي في محاولة للإجابة على السؤال التالي: كيف يمكن الحؤول دون الثلاثية في العلاقات الزوجية؟ تظهر النتائج أن تعزيز المبادئ الأخلاقية، والتركيز على مشاركة الزوجين في حل المشاكل يساعدهما على منع التأثير غير المرغوب فيه من الآخرين وخلق جو إيجابي ومستقر في حياتهما معاً. ويؤكد هذا البحث أن الأزواج باتباع المبادئ الأخلاقية وإقامة التواصل الفعال يمكن لهم أن يتغلبوا على المشاكل الناجمة عن التدخل الخارجي بشكل أفضل، وبالتالي يحصلون على حياة زوجية أكثر نجاحاً.

الكلمات المفتاحية

الأخلاق، العلاقة الثلاثية، تدخل الوالدين، الأولاد، الحلول الأخلاقية.





مثلث سازی در روابط زوجین (علل غیر اخلاقی آن و راهکارهای اخلاقی جلوگیری از آن)*

علی موسوی^۱ اصغر هادی^۲

۱- مربی جامعه المصطفی واحد اصفهان، دانش پژوه فقه و اصول در مقطع سطح چهار حوزه علمیه اصفهان، اصفهان، ایران (نویسنده مسئول).

s.ali_mosavi@miu.ac.ir

۲- استادیار پژوهشکده الهیات و خانواده، پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی، قم، ایران.

a.hadi@isca.ac.ir

چکیده

پژوهش حاضر، علل غیر اخلاقی مثلث سازی در روابط زناشویی و راهکارهای اخلاقی آن را بررسی می کند. مثلث سازی به معنی دخالت دیگران در زندگی مشترک است که می تواند موجب بروز تنش و آسیب به بنیان خانواده شود. در بخش اول تحقیق، علل غیر اخلاقی مثلث سازی شامل استقلال نداشتن زوجین، دخالت های غیر ضروری دیگران، تولد فرزند جدید و وجود افراد مغرض در خانواده ها، شناسایی شده است. در بخش دوم،

* **استناد به این مقاله:** موسوی، علی؛ هادی، اصغر (۱۴۰۳). مثلث سازی در روابط زوجین (علل غیر اخلاقی آن و راهکارهای اخلاقی جلوگیری از آن). مطالعات اخلاق کاربردی، ۴ (۷۸)، صص ۱۵۳-۱۸۷.

<https://doi.org/10.22081/jf.2025.70558.1992>

□ نوع مقاله: پژوهشی؛ ناشر: دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم (پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی، اصفهان، ایران) © نویسندگان

□ تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۹/۲۹ □ تاریخ اصلاح: ۱۴۰۳/۱۱/۱۱ □ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۱۱/۱۶ □ تاریخ انتشار آنلاین: ۱۴۰۴/۰۴/۲۹





راهکارهای اخلاقی برای حذف مثلث‌های مخرب ارائه شده است؛ از جمله تقویت رازداری و تمرکز بر رفع مشکلات به صورت بینایی و بدون دخالت دیگران، افزایش تمایز اخلاقی و حذف مثلث‌های خانوادگی برای حفظ رابطه سالم. این تحقیق به روش توصیفی تحلیلی انجام شده و در تلاش برای پاسخ به این پرسش است که چگونه می‌توان از مثلث‌سازی در روابط زناشویی جلوگیری کرد. نتایج نشان می‌دهد تقویت اصول اخلاقی و تأکید بر مشارکت زوجین در حل مسائل، به آنان کمک می‌کند از نفوذ ناخواسته دیگران جلوگیری و فضای مثبت و پایداری را در زندگی مشترک خود ایجاد کنند. این پژوهش تأکید می‌کند زوجین با پیروی از راهکارهای اخلاقی و ایجاد ارتباط مؤثر، بهتر می‌توانند بر مشکلات ناشی از دخالت‌های بیرونی غلبه کنند و زندگی زناشویی موفق‌تری داشته باشند.

کلیدواژه‌ها

اخلاق، مثلث‌سازی، آیات و روایات، دخالت والدین، فرزندان، راهکارهای اخلاقی.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی

مقدمه

در دنیای معاصر، روابط زناشویی با مسائل متنوعی روبه‌روست و ممکن است این مسائل به تنش و اختلاف میان زوجین منجر شود. یکی از این مسائل «مثلث‌سازی» است. مثلث‌سازی در برخی موارد (مانند حضور مشاور) می‌تواند سازنده باشد؛ اما این تحقیق به جنبه‌های منفی و غیراخلاقی آن اشاره دارد. دخالت‌های غیرضروری خانواده و دوستان می‌تواند سوء تفاهم‌ها و تضادهای عاطفی را افزایش دهد و توانایی زوجین را در مدیریت احساسات کاهش دهد؛ به‌طوری که بر استحکام زندگی مشترک تأثیر جدی بگذارد.

مسئله مثلث‌سازی ناسالم در روابط زناشویی، به‌عنوان پدیده‌ای پیچیده و چندبُعدی، نیازمند بررسی دقیق و علمی است. این پدیده به‌لحاظ روان‌شناختی و اجتماعی، تأثیرات مخربی بر پایداری و صمیمیت زوجین دارد و می‌تواند به شکاف‌های عاطفی و افزایش تنش‌ها در روابط منجر شود. در واقع، مثلث‌سازی غیراخلاقی در روابط زناشویی، پدیده‌ای آسیب‌زاست که می‌تواند به بی‌اعتمادی و تنش میان زوجین منجر شود و پایداری خانواده را تهدید کند. این وضعیت نه تنها عوارض روان‌شناختی نظیر حسادت و ناامیدی در پی دارد، بلکه می‌تواند روابط اجتماعی را نیز تضعیف کند؛ لذا لازم است برای مقابله با این تهدید، راهکارهای اخلاقی داده شود تا نهاد خانواده از این آسیب دور بماند.

در بسیاری از موارد، زوجین به‌دلیل ناتوانی در حل مسائل خود یا به‌علت فشارهای بیرونی، به دخالت دادن فرد ثالث روی می‌آورند، درحالی که تحقیقات نشان می‌دهد در بعضی از موارد، دخالت اطرافیان و دامن زدن به اختلافات موجب جدی‌شدن مشکلات، بروز آسیب‌های جدی در ساختار خانواده و کاهش عواطف مثبت میان زوجین می‌شود (محمدخانی، ۱۳۹۴). این پژوهش با هدف بررسی علل مثلث‌سازی در روابط زناشویی از منظر اخلاقی و دینی طراحی شده است.





سؤال اصلی تحقیق این است که «علل غیر اخلاقی مثلث سازی در روابط زوجین و راهکارهای اخلاقی جلوگیری از آن چیست؟». برای پاسخ دهی به این سؤال، مقاله در دو بخش علل غیر اخلاقی مثلث سازی و اصول اخلاقی در حذف مثلث های مخرب شکل گرفته است. با توجه به اهمیت نقش دین و اخلاق در استحکام روابط زناشویی و تأثیر آن بر کیفیت زندگی مشترک، این پژوهش در پی ارائه راهکارهای عملی مبتنی بر منابع اسلامی است که می تواند به زوجین در حفظ و تقویت بنیان های زندگی زناشویی کمک کند. این راهکارها شامل آموزش مهارت های ارتباطی، تقویت حس اعتماد و ترویج گفت وگوهای سازنده است که در نهایت به کاهش نفوذ شخص ثالث در روابط زناشویی منجر می شود. بنابراین، هدف اصلی این پژوهش، کمک به زوجین برای داشتن زندگی زناشویی سالم و پایدار، با تأکید بر تمایز بین عواطف و واقعیت ها و دوری از دخالت ها و تجسس ها، با تکیه بر اصول اخلاقی و دینی است. هدف فرعی نیز ارائه راهکارهایی کاربردی براساس تعالیم دینی و اخلاقی است که به زوجین کمک کند روابط خود را بهبود بخشند.

این پژوهش از نوع پژوهش های کاربردی و به دنبال ارائه راهکارهای عملی برای حل مسئله مثلث سازی در روابط زناشویی است. داده های این پژوهش به روش توصیفی تحلیلی گردآوری شده و روش گردآوری داده ها، کتابخانه ای است؛ بدین نحو که از کتب، مقالات و منابع علمی مختلف و همچنین، منابع اسلامی برای گردآوری داده ها استفاده شده است.

پیشینه پژوهش

درباره پیشینه پژوهش حاضر باید به دو دسته منبع شامل کتاب و مقاله اشاره کرد که عبارت اند از:

- کتاب زوج درمانی شناختی رفتاری اثر شهربانو قهاری (۱۴۰۱): در یکی از فصول این کتاب با عنوان مهارت حل تعارض زوجین، مبحث ناتوانی در مرز گذاری



در درون خانواده و برون از خانواده (مثلث‌سازی)، به عنوان یکی از علل ایجاد تعارض بین زوجین، معرفی و راه‌حل‌های حذف مثلث بیان شده است؛

- کتاب *برنده، بازنده* اثر مسعود نورعلیزاده (۱۴۰۲): نویسنده این کتاب سعی کرده با ارائه راهکارهای عملی، بنیان خانواده را از فرو ریختن نجات دهد و شیوه ترمیم روابط آسیب‌دیده زوجین را بیان کند؛

- کتاب *روش‌های حل تعارض* اثر روح‌الله شمس (۱۴۰۱): در این کتاب نیز به رفع تعارض‌ها و بهبود روابط زوجین توجه شده است؛

- مقاله «بررسی اثربخشی روش بوئن بر روابط خانوادگی، مرزها، مثلث‌سازی و شیوه‌های کنترل زنان متأهل در شهر اصفهان» اثر زهرا احمدی‌مهر و دیگران: نویسندگان به روش بوئن در حل مشکلات خانوادگی، بهبود برخی از ابعاد روابط خانوادگی، مرزها و شیوه‌های کنترل متغیرهای سیستمی در خانواده و حذف مثلث‌های مخرب اشاره کرده‌اند؛

- مقاله «پیش‌بینی مثلث‌سازی براساس ابعاد انطباق‌پذیری خانوادگی، انسجام، ویژگی‌های شخصیت خود و همسر و تجربه‌های هیجانی نسبت به همسر در زنان متأهل» اثر گلزار تجلی و سمیه صباغی (۱۴۰۰): نویسندگان این مقاله کوشیده‌اند به شناخت مثلث‌سازی در مشاوره‌های زوجی کمک کنند و مطابق با آن، روش‌های پیشگیرانه و مداخلات مناسبی به مشاوران ارائه بدهند؛

- مقاله «مثلث‌سازی در ازدواج: رویکرد سیستم‌های خانوادگی» نوشته اسمیت و جانسون: نویسندگان با اشاره به نظریه سیستم‌های خانواده، پدیده مثلث‌سازی در روابط زناشویی را بررسی کرده‌اند. مثلث‌سازی زمانی رخ می‌دهد که یکی از زوجین یا هر دو، فرد سومی (فرزند، خانواده گسترده یا حتی یک دوست) را وارد تعارضات خود می‌کنند تا تنش‌ها را کاهش دهند یا از مسئولیت‌پذیری اجتناب کنند. نویسندگان تأکید می‌کنند این پدیده می‌تواند به کاهش صمیمیت بین زوجین، افزایش تعارضات و تضعیف کارکرد خانواده منجر شود. همچنین، آنان به نقش



درمانگران خانواده در شناسایی و مداخله در مثلث‌سازی اشاره می‌کنند؛ درمانگران می‌توانند با کمک به زوجین در بهبود ارتباط مستقیم و کاهش وابستگی به فرد سوم، به بهبود پویایی‌های زناشویی کمک کنند. این پژوهشگران با ارائه مثال‌های بالینی، اهمیت درک مثلث‌سازی در درمان زوجین را برجسته کرده‌اند (Smith & Johnson, 2018, p. 234)؛

- مقاله «تأثیر مثلث‌سازی والدینی بر ارتباطات عاشقانه بزرگسالان» اثر ویلیام و دیوید: نویسندگان به بررسی تأثیرات بلندمدت مثلث‌سازی والدین در دوران کودکی بر روابط عاشقانه در بزرگسالی پرداخته‌اند. مثلث‌سازی والدین زمانی اتفاق می‌افتد که والدین از فرزند خود به عنوان ابزاری برای مدیریت تعارضات زناشویی خود استفاده می‌کنند. این رفتار می‌تواند باعث شود فرزندان در بزرگسالی در روابط خود با مشکلاتی مانند ترس از صمیمیت، دشواری در اعتماد، و الگوهای ارتباطی ناسالم مواجه شوند. این مطالعه، با استفاده از داده‌های طولی و مصاحبه‌های عمیق، نشان می‌دهد کسانی که در کودکی در معرض مثلث‌سازی قرار گرفته‌اند، در بزرگسالی بیشتر احتمال دارد در روابط خود دچار تعارضات شدید و رضایت کم شوند. نویسندگان پیشنهاد می‌کنند درمانگران به تاریخچه خانوادگی مراجعان توجه ویژه‌ای داشته باشند تا الگوهای مثلث‌سازی را شناسایی و درمان کنند (Williams & Davis, 2019, p. 512)؛

- مقاله «مثلث‌سازی و رضایت زناشویی: نقش وساطت الگوهای ارتباطی» اثر گارسیا و مارتینز: در این پژوهش، رابطه بین مثلث‌سازی و رضایت زناشویی بررسی و نقش واسطه‌ای الگوهای ارتباطی در این رابطه تحلیل شده است. نویسندگان با استفاده از داده‌های کمی و کیفی، نشان می‌دهند مثلث‌سازی، مستقیم و غیرمستقیم (از طریق ایجاد الگوهای ارتباطی ناکارآمد)، بر رضایت زناشویی تأثیر می‌گذارد؛ برای مثال، زوجینی که درگیر مثلث‌سازی هستند، بیشتر احتمال دارد از الگوهای ارتباطی منفی مانند انتقاد، دفاعی بودن و سکوت استفاده کنند. این الگوها به نوبه خود



باعث کاهش رضایت زناشویی و افزایش احتمال طلاق می‌شوند. نویسندگان پیشنهاد می‌کنند درمانگران بر بهبود مهارت‌های ارتباطی زوجین تمرکز کنند تا بتوانند آثار منفی مثلث‌سازی را کاهش دهند (Garcia, & Martinez, 2020, p. 789). در همه آثار بالا، مثلث‌سازی در بین زوجین و روش‌های حذف مثلث، صرفاً از دیدگاه روان‌شناختی، بررسی شده است. آنچه مقاله حاضر را از آثار یادشده متمایز می‌کند، این است که این مقاله براساس تطبیق با آیات و روایات و آموزه‌های دینی تدوین شده است.

۱. مفهوم‌شناسی مثلث‌سازی در روابط زوجین

دهخدا، واژه «مثلث» را با عبارت «هر چیز سه‌تایی و سه‌گانه» تعریف کرده است (دهخدا، مدخل «مثلث»). در مفهوم روان‌شناسی و روابط عاطفی، «مثلث‌سازی» ورود فرد سوم به یک رابطه متعارض دوتایی تلقی می‌شود؛ به‌ویژه در مبحث تعارضات زوجین. این پدیده در تمامی سیستم‌های عاطفی، از جمله خانواده‌ها، به‌طور واضح قابل مشاهده است. در شرایطی که تعارضی وجود ندارد، مثلث زناشویی زمانی شکل می‌گیرد که دو نفر از اعضای رابطه، نزدیکی عاطفی با یکدیگر دارند و فرد سوم که از رابطه خارج است (ربانی، ۱۴۰۱) از نظر احساسی با آن‌ها فاصله دارد. با گذشت زمان، اگر رابطه دو فرد نزدیک به هم با استرس یا تنش مواجه شود، فرد بیرونی ممکن است به رابطه نزدیک‌تر شود و یکی از آن دو نفر از رابطه دوری کند و به سمت فرد دیگر تمایل پیدا کند. این تغییرات در رابطه عموماً به نبود قدرت تمایز در افراد برمی‌گردد؛ به این معنا که فرد قادر به کنترل وضعیت و تفکیک عواطف و واقعیات نیست (شقاقی و دیگران، ۱۴۰۰).

در این شرایط، مثلث‌سازی می‌تواند به پیچیدگی‌های بیشتر در روابط منجر شود و تعارضات را تشدید کند؛ چراکه افراد ممکن است به‌جای مواجهه با مشکلات اصلی، نیروی خود را صرف ارتباط با فرد سومی کنند که در واقع عامل تنش و



دوری از توافق در رابطه است. بنابراین، مفهوم مثلث در روابط عاطفی، هم نشان‌دهنده وجود مسائلی در رابطه است و هم به اهمیت درک و تجزیه و تحلیل روابط برای رفع تعارضات و بهبود ارتباطات اشاره دارد.

۲. علل غیراخلاقی ایجاد مثلث در رابطه (تأثیر حضور «دیگری» در رابطه)

وقتی زوجین نتوانند در توزیع قدرت توافق کنند، ممکن است یکی از آنان شخص سوم را وارد رابطه کند. این امر می‌تواند به مسائل خانوادگی، ایجاد مشکلات برای فرزندان و حتی روابط نامشروع ختم شود. این مثلث‌سازی نه تنها کیفیت رابطه زناشویی را کاهش می‌دهد، بلکه مشکلاتی مانند کاهش ارتباط والد-فرزندی، افسردگی فرزندان و جلوگیری از رشد آن‌ها را نیز به همراه دارد و عواملی چون تولد فرزند، مشکلات اقتصادی و دخالت والدین می‌تواند این تأثیرات منفی را افزایش دهد (جوادیان و دیگران، ۱۴۰۰).

دلایل مختلفی را می‌توان برای ایجاد مثلث در رابطه زوجین برشمرد؛ اما مهم‌ترین دلیل ایجاد مثلث و غرق‌شدن در آن، ناتوانی زوجین در متمایز کردن عواطف و واقعیت و نقش‌ها از یکدیگر است؛ به این صورت است که افرادی که از چنین توان تمایزی برخوردارند، واکنش‌های خود را به‌طور منطقی کنترل می‌کنند، اما کسانی که از این نظر ضعیف‌اند به واکنش‌های هیجانی و عاطفی تمایل دارند و استرس زیادی را تجربه می‌کنند. تمایز یافتگی، نشان‌دهنده عملکرد میان‌فردی، توانایی جداسازی فرایندهای عاطفی از منطقی و توانایی تجربه صمیمیت در کنار استقلال و برقراری تعادل بین آن‌هاست. به عبارت دیگر، افراد تمایز یافته قادرند روابط میان‌فردی سالمی با دیگران برقرار کنند، احساسات خود را کنترل و هویت فردی خود را حفظ کنند و برای خود تفکر، احساس و عمل کنند. سطوح مختلف تمایز یافتگی در سازش اعضای خانواده و افزایش رضایت در روابط خانوادگی تأثیرگذار است (شقایق و دیگران، ۱۴۰۰، ص ۹۱).



۲. ۱. نداشتن استقلال فکری و عملی (تقلید کورکورانه)

در زندگی زناشویی، فقدان استقلال فکری می تواند به شکل گیری مثلث های مخرب منجر شود. زمانی که یکی از زوجین به شدت تحت تأثیر مشاوره ها و تصمیمات افراد خارج از رابطه قرار گیرد، این وابستگی او می تواند به بروز تنش و نارضایتی های عمیق بینجامد. کسانی که از استقلال فکری بی بهره اند، معمولاً در فرایند تصمیم گیری به نظرات دیگران اتکا می کنند. این وضعیت ممکن است به ایجاد شکاف در روابط زناشویی منجر شود؛ به ویژه زمانی که دخالت خانواده، دوستان یا آشنایان بر اولویت های زوجین غالب شود و نظرات آن ها به جای تصمیم های مشترک زوجین مطرح گردد. قرآن کریم به وضوح بر اهمیت استقلال فکری تأکید دارد و در آیه ای می فرماید: ﴿وَإِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً قَالُوا وَجَدْنَا عَلَيْهَا آبَاءَنَا وَاللَّهُ أَمَرَنَا بِهَا قُلْ إِنَّ اللَّهَ لَا يَأْمُرُ بِالْفَحْشَاءِ أَ تَقُولُونَ عَلَى اللَّهِ مَا لَا تَعْلَمُونَ﴾ (اعراف، ۲۸). این آیه به صراحت بیان می کند که روش های گذشتگان همواره ارزشمند نیست و تقلید نابه جا از پیشینیان ممنوع است (قرائتی، ۱۳۸۸، ج ۳، ص ۴۷).

از جمله عواملی که به تقویت استقلال فکری کمک می کند، پرهیز از پیروی از احساسات به جای عقل است. قرآن کریم همواره انسان را از این نوع وابستگی بر حذر می دارد و بر اهمیت رشد عقلی و کسب استقلال فکری براساس واقعیت های موجود تأکید می ورزد. در داستان حضرت نوح علیه السلام، ایشان به فرزندش می فرماید: ﴿يَا بُنَيَّ ارْكَب مَعَنَا وَلَا تَكُن مَعَ الْكَافِرِينَ﴾؛ «پسرم، همراه ما سوار شو و با کافران مباش» (هود، ۴۲). این دعوت با دعوت هایی که او سال ها کرده بود، کاملاً متفاوت است. نوح علیه السلام بیش از نهصد سال مردم را به دین دعوت کرد؛ اما آن ها با او مخالفت و دشمنی کردند و این وضعیت سبب ناامیدی او شد.

اما هنگامی که فرزندش را در حال غرق شدن دید، عاطفه پدرانه او را واداشت تا با اصرار بیشتری از فرزندش بخواهد که از کافران دوری کند و به مؤمنان بپیوندد (مصباح یزدی، ۱۳۸۳، ج ۲، ص ۳۳۱). در موقعیتی دیگر، وقتی نوح علیه السلام می بیند



فرزندش در آب فرومی‌رود، از خداوند می‌خواهد که او را نجات دهد و ندا می‌دهد: ﴿رَبِّ اِنَّ اِبْنِي مِنْ اَهْلِيْ وَاِنَّ وَعْدَكَ الْحَقُّ وَاَنْتَ اَحْكَمُ الْحَاكِمِيْنَ﴾؛ «پروردگارا، پسر من از خاندان من است و وعده تو [درباره نجات خاندانم] حق است و تو از همه حکم‌کنندگان برتری» (هود، ۴۵). در اینجا نوح علیه السلام به خداوند می‌گوید که فرزندش از خاندان اوست و به وعده‌اش ایمان دارد، اما خداوند در پاسخ به نوح علیه السلام، با قاطعیت می‌فرماید: ﴿قَالَ يَا نُوحُ اِنَّهُ لَيْسَ مِنْ اَهْلِكَ اِنَّهُ عَمَلٌ غَيْرُ صَالِحٍ فَلَا تَسْأَلْنِيْ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ اِنِّيْ اَعْطُكَ اَنْ تَكُوْنَ مِنَ الْجَاهِلِيْنَ﴾؛ «ای نوح، او از اهل تو نیست. او عمل غیر صالحی است [فرد ناشایسته‌ای است]. پس، آنچه را از آن آگاه نیستی، از من نخواه. من به تو اندرز می‌دهم تا از جاهلان نباشی» (هود، ۴۶). این پاسخ نشان می‌دهد وابستگی عاطفی نباید بر تصمیمات عقلانی غلبه کند؛ همچنین، معیارهای صلاح و نیکویی فراتر از روابط عاطفی است.

نظر شهید مطهری رحمته الله، درباره توجه به عقل در اسلام و خودداری از احساساتی‌شدن در تعاملات اجتماعی (حتی در پذیرش دین) چنین است: ما در متون اسلامی به یک حمایت فوق‌العاده‌ای از عقل برمی‌خوریم که در هیچ دینی از ادیان دنیا دیده نمی‌شود. مسیحیت در قلمرو ایمان، برای عقل، حق مداخله قائل نیست؛ می‌گوید آنجایی که انسان باید به آن چیز ایمان بیاورد، حق ندارد فکر کند. فکر برای عقل است و عقل در این گونه مسائل حق مداخله ندارد... در اسلام، قضیه درست برعکس است؛ در اسلام، در اصول اسلام و در اصول دین، جز عقل هیچ چیز دیگری حق مداخله ندارد (حاجی صادق، ۱۳۸۳).

در زندگی زناشویی نیز همچون همه مراحل زندگی، زمانی که یکی از زوجین یا هر دو استقلال فکری نداشته باشند یا احساساتشان (مثلث‌ساز در رابطه) بر تعقل فزونی یابد، ممکن است به راحتی تحت تأثیر نظرات و احساسات دیگران قرار بگیرند و به جای حل مسائل بین خودشان، به سراغ فرد یا موضوع سوم بروند تا از مواجهه مستقیم با مشکل اجتناب کنند. همچنین اگر احساسات به‌طور مداوم بر



تصمیم گیری ها و ارتباطات زوجین غالب شود، به واکنش های ناپخته منجر می گردد. در چنین شرایطی، ممکن است یکی از طرفین سعی کند از طریق شخص دیگری از حمایت عاطفی برخوردار شود یا حتی از او به عنوان واسطه، در حل مشکلات استفاده کند که این روند به مثلث سازی منجر می شود.

۲.۲. دخالت های اطرافیان، دوستان و والدین در زندگی زناشویی

دخالت والدین، اطرافیان و دوستان در زندگی زوجین می تواند به عنوان یک رفتار غیر اخلاقی، عامل تضعیف روابط تلقی شود. اطرافیان گاهی ناآگاهانه، با نصایح و نظرات خود، بر روابط عاطفی زوجین تأثیر می گذارند و حمایت عاطفی را از خود سلب کرده یا حس استقلال زوجین را از بین می برند. این نوع دخالت ها نه تنها بر کیفیت رابطه زناشویی تأثیر منفی می گذارد، بلکه به ایجاد احساس ناکامی و نارضایتی در هر دو طرف منجر می شود. حتی آمار نشان می دهد عامل ۱۲ درصد از طلاق ها، دخالت اطرافیان بوده است که عاملی قابل توجه در تعارضات زناشویی محسوب می شود (منتظری، ۱۴۰۱).

گاهی دخالت دیگران در مسائل و اختلافات، آتش اختلالات را شعله ورتر می کند و گاهی دیده می شود یک مسئله ساده به حدى پیچیده و وخیم می شود که حتی طلاق و جدایی را به دنبال دارد. اصولاً خانواده ها هنگام مواجهه با نگرانی ها و مشکلات فرزندان شان تحریک می شوند و بعضاً یک طرفه و به دور از انصاف، فقط از سر احساسات و تعصب تصمیماتی می گیرند که نتیجه آن اضافه شدن مشکلات و بروز اختلافات جدید در خانواده هاست و گاهی فرزندانى که شخصیت مستقلی ندارند، به شدت تحت تأثیر قرار می گیرند (رستگار و پیراینده، ۱۳۹۶).

نتایج تحقیقات نشان می دهد در جوامع آسیای شرقی که فرهنگ جمع گرایی در آن ها حاکم است، تأثیر خانواده ها بر زندگی همسران بیشتر از جوامع غربی است. در جوامع جمع گرا که اصولاً افراد با هم زندگی می کنند، معیارها و خواسته های



والدین، حتی پس از ازدواج فرزندان نیز بر تصمیم‌گیری‌های آنان تأثیرگذار است. در این جوامع، تعارضات زوجی تحت تأثیر عوامل نهفته‌ای نظیر تجربیات خانواده اصلی، ارتباطات ناکارآمد و عوامل اجتماعی و فرهنگی قرار دارد و حضور مستمر افراد در کنار خانواده همسر، یکی از علل ایجاد تعارضات به حساب می‌آید (منتظری، ۱۴۰۱).

قرآن کریم به وضوح رفتارهای اخلاقی و غیراخلاقی را در تعامل با دیگران تبیین می‌کند. در این آیات بر دخالت نکردن در زندگی خصوصی دیگران و احترام به شخصیت آن‌ها، به عنوان اصول اخلاقی، تأکید شده است. قرآن، تجسس را یک رفتار غیراخلاقی معرفی کرده است: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلَا تَجَسَّسُوا وَلَا يَغْتَبَ بَعْضُكُم بَعْضًا»؛ «ای کسانی که ایمان آورده‌اید، از بسیاری از گمان‌ها پرهیزید؛ چرا که بعضی از گمان‌ها گناه است. هرگز/در کار دیگران/ تجسس نکنید و هیچ‌یک از شما از دیگری غیبت نکند» (حجرات، ۱۲). قرآن در جایی دیگر، در داستان حضرت یوسف عليه السلام، از قول یعقوب عليه السلام خطاب به فرزنداناش چنین بیان می‌کند: «يَا بَنِي إِدْهَبُوا فَتَحَسَّسُوا مِنْ يَوْسُفَ وَأَخِيهِ»؛ «فرزندانم بروید و از یوسف و برادرش جستجو کنید» (یوسف، ۸۷).

ابن عباس در تفاوت بین «تحسس» و «تجسس» می‌گوید: «تحسس در امور خیر است و تجسس در امور شر است» (مکارم شیرازی و دیگران، ۱۳۷۱، ج ۱۰، ص ۵۷)؛ بنابراین، تجسس و تحسس هر دو به معنی جستجوگری هستند؛ ولی اولی معمولاً در امور نامطلوب می‌آید و دومی غالباً در امر خیر است (مکارم شیرازی و دیگران، ۱۳۷۱، ج ۲۲، ص ۱۸۳). لذا اسلام می‌خواهد مردم در زندگی خصوصی خود از هر نظر در امنیت باشند. بدیهی است اگر اجازه داده شود هر کس به جستجوگری درباره دیگران برخیزد، حیثیت و آبروی مردم بر باد می‌رود و جهنمی به وجود می‌آید که همه افراد اجتماع در آن معذب خواهند بود (مکارم شیرازی و دیگران، ۱۳۷۱، ج ۲۲، ص ۱۸۳).



استقلال و حریم خصوصی، به ویژه در مواجهه با مسائل شخصی، از اهمیت زیادی برخوردار است. پرهیز از دخالت در زندگی افراد و مسائل خصوصی آنها، از مواردی است که در بسیاری از روایات به آن اشاره شده است. در این روایات، تجسس و دخالت در امور خصوصی دیگران، به عنوان امری غیر اخلاقی، نهی شده است؛ به ویژه زمانی که به مسائل حساسی همچون مشکلات زناشویی مربوط می شود و افراد ممکن است نخواهند آن را برملا کنند.

در کتاب الکافی (باب «مؤمن و صفات او»)، روایتی از امیرالمؤمنین علیه السلام آمده است؛ فردی به نام «همام» از آن حضرت خواست صفات اخلاقی مؤمن را برشمارد. یکی از صفاتی که حضرت به طور خاص به آن اشاره فرمود، پرهیز مؤمن از تجسس است: «وَلَا يَجَسَّسُ...؛ مؤمن تجسس نمی کند» (کلینی، ۱۴۰۷ق، ج ۲، ص ۲۲۹). این روایت حاکی از آن است که رعایت حریم خصوصی افراد، یکی از اصول اخلاقی در روابط انسانی است و ضروری است افراد از تجسس و مداخله در امور خصوصی یکدیگر پرهیز کنند. چنین رفتارهایی نه تنها از نظر اخلاقی، ناپسند محسوب می شود، بلکه می تواند پیامدهای منفی متعددی برای روابط بین فردی داشته باشد. کاهش کیفیت روابط خویشاوندی و احتمال آسیب دیدن روابط زناشویی، از جمله این پیامدهاست.

در قرآن و روایات، به وضوح بر اهمیت اخلاق احترام به حریم خصوصی دیگران تأکید شده است؛ چنانچه در سوره مبارکه نور، خداوند به مؤمنان دستور می دهد بدون اجازه، وارد خانه های دیگران نشوند و در واقع، آنها را ملزم می کند به نوعی به حریم شخصی دیگران احترام بگذارند. اصل اخلاقی احترام به حریم خانواده ها و وارد نشدن به خانه دیگران (زندگی دیگران)، بدون اذن و اجازه آنها یا بدون خواست و دعوت آنها، می تواند به حفظ صلح و آرامش در روابط خانوادگی و زناشویی کمک کند. اگر افراد به حریم دیگران احترام بگذارند و از ایجاد مزاحمت برای آنها خودداری کنند، این عمل نه تنها برای خودشان، بلکه برای



جامعه هم بهتر است: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَدْخُلُوا بُيُوتًا غَيْرَ بُيُوتِكُمْ حَتَّى تَسْتَأْذِنُوا وَتُسَلِّمُوا عَلَى أَهْلِهَا ذَلِكُمْ خَيْرٌ لَّكُمْ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ﴾؛ «ای کسانی که ایمان آورده‌اید، در خانه‌هایی غیر از خانه خود وارد نشوید تا اجازه بگیرید و بر اهل آن خانه سلام کنید. این برای شما بهتر است، شاید متذکر شوید» (نور، ۲۷). همچنین، در روایتی از امام صادق علیه السلام آمده است: «اگر کسی دختر و خواهرش ازدواج کرده‌اند باید موقع ورود بر آن‌ها اجازه بگیرد»^۱ (حویزی، ۱۴۱۵ق، ج ۳، ص ۵۸۶). در روایت دیگری آمده است که پیامبر صلی الله علیه و آله هنگام ورود به خانه دخترش فاطمه علیها السلام ابتدا بر در زده و اجازه می‌گرفت و سپس وارد خانه ایشان می‌شد.^۲ این حدیث نشان‌دهنده دقت پیامبر صلی الله علیه و آله در رعایت آداب اجتماعی و احترام به حریم خصوصی دیگران حتی دخترشان است.

انسان در جامعه به رعایت قوانین و قیودی ملزم است. حال اگر این قیود، دائم و همه‌جایی باشند، آزاردهنده می‌شوند؛ لذا برای محیط آرام خانواده، محل آسایش در نظر گرفته شده تا انسان با پناه‌بردن به آن، به‌طور موقت از جامعه جدا شود و مدتی به‌دور از تنگناهای خاص اجتماع، به استراحت بپردازد. لازمه چنین امری، به‌طور طبیعی، محفوظ‌بودن حریم خانواده است؛ به این منظور و برای رعایت چنین حقی، مقررات ویژه‌ای از سوی قانون‌گذاران تعیین شده است (مکارم شیرازی و دیگران، ۱۳۷۱، ج ۱۴، ص ۴۲۹-۴۳۳).

آیه و روایات بالا، بر ضرورت اجازه گرفتن هنگام ورود به خانه‌های دیگران تأکید دارند، اما نکته‌ای که می‌توان از آن‌ها به دست آورد این است که اصل اخلاقی، احترام به حریم خصوصی دیگران در اسلام بسیار اهمیت دارد. از این تأکید

۱. يَسْتَأْذِنُ الرَّجُلُ عَلَى ابْنَتِهِ وَأُخْتِهِ إِذَا كَانَتَا مُتَرَوِّجَتَيْنِ.

۲. خَرَجَ رَسُولُ اللَّهِ صلی الله علیه و آله، يُرِيدُ فَاطِمَةَ، عَلَيْهَا السَّلَامُ، وَأَنَا مَعَهُ. فَلَمَّا انْتَهَيْتُ إِلَى الْبَابِ وَضَعَ يَدَهُ فَدَفَعَهُ ثُمَّ قَالَ: السَّلَامُ عَلَيْكُمْ، فَقَالَتْ فَاطِمَةُ عَلَيْهَا السَّلَامُ: عَلَيْكَ السَّلَامُ يَا رَسُولَ اللَّهِ، قَالَ: أَذْخُلُ؟ قَالَتْ: ادْخُلْ يَا رَسُولَ اللَّهِ (حویزی، ۱۴۱۵ق، ج ۳، ص ۵۸۷).



می توان نتیجه گیری کرد که هرگونه دخالت در امور دیگران، به ویژه بدون رضایت آن ها، می تواند عواقب و آثار منفی به دنبال داشته باشد؛ از جمله ایجاد نارضایتی، ناراحتی و تضعیف اعتماد به یکدیگر. بنابراین، احترام به حریم خصوصی دیگران و برقراری ارتباط صحیح اجتماعی بسیار مهم است و رعایت این اصول برای حفظ روابط سالم با دیگران ضرورت دارد.

از طرف دیگر، یکی از اصول اخلاقی، حمایت اعضای خانواده از یکدیگر است. در این راستا، توازن در روابط خانوادگی و حمایت از فرزندان بسیار اهمیت دارد. والدین و نزدیکان غالباً با نیت و هدفی نیکو و از روی عشق به فرزندانشان، در زندگی آن ها دخالت می کنند؛ اما این نوع مداخله، زمانی که بدون در نظر گرفتن وضعیت واقعی فرزندان انجام شود، ممکن است به جای کمک به آن ها، مشکلات جدیدی برایشان ایجاد کند؛ بنابراین، ضروری است والدین ابتدا از اینکه مشکلات جدی در زندگی زناشویی فرزندانشان وجود ندارد، اطمینان حاصل کنند (به ویژه درباره مسائلی مانند اعتیاد یا نبود امنیت روانی و جسمی که معمولاً توسط زنان گزارش می شود). وجود حمایت های اجتماعی، همچون سپری محافظ، می تواند افراد را در برابر فشارهای درونی و تهدیدهای بیرونی یاری دهد و احتمال بروز خشونت را کاهش دهد (جلالی و دیگران، ۱۳۸۵، ص ۵-۲۶)؛ لذا والدین و نزدیکان پس از اطمینان از نبود مشکلات جدی، بهتر است شیوه درست زندگی را به فرزندان خود بیاموزند. البته این به آن معنا نیست که تنها هنگام بحران باید مداخله کنند، بلکه علاقه مندی به سلامت و خوشبختی فرزندان نیازمند رویکردی متعادل و آگاهانه است و این رویکرد باید سرلوحه افراد در مواجهه با زوجین باشد.

در تاریخ اسلام آمده است که رسول خدا ﷺ به عنوان الگوی تمام عیار اخلاق کاربردی در جامعه، در صبح روز عروسی دخترشان فاطمه علیها السلام وارد خانه ایشان شدند و از دامادشان، امیرالمؤمنین علیه السلام، سؤال کردند که همسرش را چگونه یافته است. امام علی علیه السلام پاسخ داد که او بهترین یاور در اطاعت از خداوند است. سپس



پیامبر از فاطمه پرسید که شوهرش را چگونه یافته است و او نیز گفت که بهترین شوهر است. پیامبر سپس دعا کردند که خداوند دل‌های آن‌ها را به هم نزدیک کند و آنان و نسلشان را از وارثان بهشت قرار دهد (حویزی، ۱۴۱۵ق، ج ۴، ص ۲۲۹). این روایت دو نکته مهم دارد: نخست، پرس و جوی کلی از زوجین، به عنوان یک اصل اخلاقی، برای اطمینان از سلامت روانی آن‌هاست و دوم، اینکه پیامبر ابتدا از دامادشان سؤال کردند، نشان‌دهنده اهمیت یکسان‌بودن دختر و داماد در خانواده است و این الگوی اخلاقی رفتاری را ارائه می‌دهد که والدین نباید با حمایت یک‌جانبه، مسائل فرزندانشان را قضاوت کنند.

۳.۲. مثلث‌سازی ناشی از تولد فرزند و کیفیت رفتارهای اخلاقی میان زوجین

مرحله والدگری معمولاً با احساس شادی و لذت آغاز می‌شود؛ اما این تغییر باعث بروز تغییرات زیادی در کارکردهای فردی و زناشویی می‌شود. متخصصان خانواده‌درمانی، تولد اولین فرزند را یک تغییر عمده در زندگی زوجین توصیف می‌کنند که می‌تواند به بحران و استرس برای زوجین منجر شود. در پنج سال اول زندگی، زوجها معمولاً رضایت زناشویی زیادی دارند؛ اما تولد فرزند در این دوره می‌تواند آنان را با مشکلات جدی روبه‌رو کند. تولد فرزند، تغییرات زیادی در روابط خانوادگی و زناشویی ایجاد می‌کند؛ این تغییرات به‌ویژه بعد از تولد فرزند اول و در زوج‌های جوان بیشتر دیده می‌شود. این رویداد ممکن است عواطف متضادی در (زوجین، بالاخص پدران) ایجاد کند؛ از جمله ترس از دست دادن موقعیت و احساس رقابت با فرزند.

افزایش مسئولیت‌ها و مراقبت از نوزاد می‌تواند احساس تنهایی و طردشدگی را در یکی از زوجین ایجاد کند که این احساس ممکن است به کاهش فزاینده رضایت زناشویی و افزایش تعارضات منجر شود. پژوهش‌ها نشان می‌دهند پس از تولد فرزند، کیفیت ارتباطی و رضایت زناشویی زوجین به‌طور معناداری کاهش می‌یابد. رابطه



صمیمانه زوجین، یک رابطه بدون تعارض نیست و وقوع تعارض در زندگی زناشویی، حتی در ازدواج‌های موفق هم امری عادی تلقی می‌شود (خرم‌روز، ۱۴۰۰)؛ اما همان‌طور که گفته شد، مثلث‌سازی این تعارضات را تشدید می‌کند و یکی از مثلث‌سازی‌ها که این رابطه عاطفی را تحت تأثیر قرار می‌دهد، تولد فرزند (یا فرزندان) است.

بررسی‌ها نشان می‌دهد اگر زوجین از نظر عاطفی یا روانی از یکدیگر دور باشند، گرایش دارند با فرزندان روابط نزدیکی داشته باشند؛ بنابراین طبیعی است که روابط مثلث‌گونه بین این خانواده‌ها شکل بگیرد. حتی گاهی این مثلث‌سازی تا جایی پیش می‌رود که یکی از زوجین به علت روابط نزدیک با فرزند و صمیمت خارج از چهارچوب، مواردی را از چشم همسرش پنهان می‌کند (قهاری، ۱۴۰۱، ص ۱۵۳-۱۵۴). قرآن کریم مال و اولاد را فتنه‌ای برای انسان‌ها معرفی می‌کند. این مفهوم نشان می‌دهد تولد فرزند می‌تواند امتحانی از سوی خداوند باشد و زوجین را در معرض دوری عاطفی و تنش‌های جدید قرار دهد: ﴿وَأَعْلَمُوا أَنَّمَا أَمْوَالُكُمْ وَأَوْلَادُكُمْ فِتْنَةٌ وَأَنَّ اللَّهَ عِنْدَهُ أَجْرٌ عَظِيمٌ﴾؛ «و بدانید که اموال و فرزندان شما آزمایشی [برای شما] هستند و البته نزد خداوند [برای کسانی که از عهده آزمایش برآیند]، پاداشی بزرگ است» (انفال، ۲۸).

آیه به نکات مهمی برای درک بهتر مفهوم امتحان الهی اشاره می‌کند: اول اینکه با جمله «وَأَعْلَمُوا» آغاز می‌شود که نشان‌دهنده هشدار جدی است؛ دوم، استفاده از کلمه «أَنَّمَا» به حتمیت و ضرورت این امتحان‌ها اشاره دارد و بیان می‌کند که این امتحان‌ها جزء جدایی‌ناپذیر زندگی هستند؛ سوم، مال و فرزند به عنوان فتنه شناخته می‌شوند (یعنی می‌توانند به بروز مسائل و مشکلاتی منجر شوند) و واکنش‌های فرد در قبال این فتنه‌ها مسیر زندگی او را تغییر می‌دهد. این آیه یادآور می‌شود که باید در مواجهه با این آزمایش‌ها هوشیار و آماده باشیم تا به درستی بر مشکلات غلبه کنیم (قرائتی، ۱۳۸۸، ج ۳، ص ۳۰۳).



حضرت علی علیه السلام در روایتی یادآور می‌شوند که آزمایش‌های الهی جزء لاینفک زندگی انسان هستند؛ ولی آنچه مهم است، طریقه مواجهه افراد با آن است: «هیچ کس دوری از فتنه و آزمایش را نخواهد، زیرا همه مردم بدون استثنا دچار آن می‌شوند، بلکه باید دوری از لغزش و انحراف در آزمایش‌ها را از خدا درخواست کنند».^۱ آن‌گاه حضرت درباره علت و فلسفه امتحان‌های الهی فرمود: «تا راضی از ناراضی مشخص، و عوامل سعادت و شقاوت هر کس در اعمال او آشکار گردد» (قرائتی، ۱۳۸۸، ج ۳، ص ۳۰۳).

از آنچه گفته شد می‌توان نتیجه گرفت که بعضی از والدین با مشخص نکردن مرز بین خود و فرزندان، تعارضات زیادی را به وجود می‌آورند که متأسفانه نه تنها بر روابط زوجین تأثیر منفی دارد، بلکه آینده فرزندان را نیز به مخاطره می‌اندازد (قهاری، ۱۴۰۱، ص ۱۵۳).

۲.۴. مثلث‌سازی بر اثر دخالت افراد مغرض

رابطه زناشویی یکی از حساس‌ترین و مهم‌ترین روابط انسانی است که نیازمند مراقبت و توجه ویژه است. این رابطه به دلیل پیوندهای عاطفی و مشترکات خانوادگی به راحتی تحت تأثیر دخالت‌های غیرمستقیم قرار می‌گیرد. وجود رقبا و دشمنان نیز می‌تواند به شکل‌گیری مثلث‌های عاطفی در روابط زناشویی کمک کند. متأسفانه این افراد با رعایت نکردن اصول اخلاقی، به طور مستقیم یا غیرمستقیم، میان زوجین فاصله می‌اندازند و بدین ترتیب، با تأثیرگذاری بر روابط، احساس تنش و رقابت را افزایش می‌دهند؛ بنابراین، نوع دیگری از دخالت که در اینجا به آن می‌پردازیم، دخالت افراد منحرفی است که با قصد و نیت شوم، با ایجاد سوءظن و فتنه‌جویی، بذر بدبینی را در دل زوجین می‌کارند (گمشادزهی، ۱۳۸۱).

۱. لَا يَقُولَنَّ أَحَدُكُمُ اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْفِتْنَةِ لِأَنَّهُ لَيْسَ أَحَدٌ إِلَّا وَهُوَ مُشْتَمِلٌ عَلَى فِتْنَةٍ، وَلَكِنْ مَنِ اسْتَعَاذَ فَلْيَسْتَعِذْ مِنْ مَضَلَّاتِ الْفِتَنِ فَإِنَّ اللَّهَ شَبَّاحُهُ يَقُولُ: «وَأَعْلَمُوا أَنَّمَا أَمُوكُمْ وَأَوْلَادُكُمْ فِتْنَةٌ».



کسانی که از احساسات دیگران سوء استفاده می کنند، معمولاً بدون رعایت اصول اخلاقی، به پخش شایعات و ایجاد ابهام می پردازند و قصد دارند در خانواده ها اختلاف و ناامنی ایجاد کنند. این رفتارها نه تنها روابط زناشویی را تحت تأثیر قرار می دهد، بلکه اساس خانواده را تهدید می کند و می تواند به جدایی و بحران های عاطفی منجر شود. ایجاد سوء ظن بین همسران، به ویژه وقتی که بی پایه و اساس باشد، اعتماد را تخریب می کند. اعتماد به عنوان یکی از ارکان بنیادی رابطه سالم، اگر آسیب ببیند، ممکن است زوجین بدترین فرض ها را درباره یکدیگر تصور کنند و این تصورات نادرست به فاصله عاطفی عمیقی تبدیل خواهد شد.

متأسفانه بعضی از افراد مغرض حتی به اعمال زشت و ناپسندی همچون جادو نیز متوسل می شوند. چنین افرادی طبق فرموده قرآن مجید، هیچ بهره ای در آخرت ندارند و همکار شیطان محسوب می شوند: ﴿فَيَتَعَلَّمُونَ مِنْهُمَا مَا يُفَرِّقُونَ بِهِ بَيْنَ الْمَرْءِ وَزَوْجِهِ وَمَا هُمْ بِضَارِّينَ بِهِ مِنْ أَحَدٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَيَتَعَلَّمُونَ مَا يَضُرُّهُمْ وَلَا يَنْفَعُهُمْ وَلَقَدْ عَلِمُوا لَمَنِ اشْتَرَاهُ مَا لَهُ فِي الْآخِرَةِ مِنْ خَلَقٍ وَلَبِئْسَ مَا شَرُّوا بِهِ أَنْفُسَهُمْ لَوْ كَانُوا يَعْلَمُونَ﴾؛ «از ایشان چیزهایی آموختند و در راهی از آن استفاده کردند که با آن میان مرد و همسرش جدایی می افکندند و حال آنکه با چنین جادویی نمی توانند به کسی زیان برسانند، مگر اینکه با اجازه و خواست خدا باشد و آنان قسمت هایی را فرا می گرفتند که برایشان از لحاظ دنیا و آخرت زیان داشت و بدیشان سودی نمی رساند و مسلماً می دانستند هر کسی خریدار این گونه متاع باشد» (بقره، ۱۰۲).

قرآن با تأکید بر اصل چنین بحثی، در اینجا نکته ای را یادآور می شود که جای دقت و تأمل است؛ می فرماید ساحر با داشتن علم سحر، از دایره قدرت الهی خارج نیست و بدون اراده خدا قادر به انجام کاری نیست و به کسی نمی تواند ضرری برساند؛ ولی از آنجایی که خداوند برای هر چیز اثری قرار داده است، سحر و جادو نیز می تواند آثار سوئی داشته باشد که از آن جمله تأثیر آن بر روابط زناشویی و خانوادگی است (قرائتی، ۱۳۸۸، ج ۱، ص ۱۷۱).



۳. اصول اخلاقی در حذف مثلث‌های مخرب

مثلث‌های تخریب‌کننده روابط، به حضور افراد یا عواملی خارج از رابطه زناشویی اشاره دارند که موانعی در مسیر ارتباط مؤثر زوجین تلقی می‌شوند. این مثلث‌ها معمولاً شامل نفوذ خانواده، دوستان، فرزندان و حتی افرادی هستند که به‌طور ناخواسته باعث ایجاد تنش و سوء تفاهم در روابط می‌شوند. اخلاق زناشویی به‌طور خاص ایجاب می‌کند که این مثلث‌ها از روابط زوجین حذف شوند تا ارتباطات سالم و مؤثری شکل بگیرد. در این راستا، بررسی روش‌های مؤثر برای حذف یا کاهش این تأثیرات، بسیار مهم است. زوجین با شناسایی و مدیریت این عوامل می‌توانند فضایی امن‌تر برای ارتباطات خود ایجاد کنند و کیفیت روابطشان را ارتقاء دهند. اصول اخلاقی در این زمینه نه تنها موجب تقویت حریم خصوصی زوجین می‌شود، بلکه آن‌ها را به سمت ایجاد روابطی پایدار و عاری از تنش هدایت می‌کند.

۳.۱. رازداری و تمرکز بر رفع مشکلات بدون دخالت دیگران

یکی از اصول اخلاقی دیگر، رازداری و تمرکز بر حل مسائل بینایی بدون دخالت دیگران است. قرآن کریم وقتی اختلاف زوجین را در موضوع خاصی مطرح می‌کند، به مبحث اخلاق صلح و سازگاری بینایی اشاره کرده، می‌فرماید: ﴿وَإِنْ امْرَأَةٌ خَافَتْ مِنْ بَعْلِهَا نُشُوزًا أَوْ إِعْرَاضًا فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا أَنْ يُصْلِحَا بَيْنَهُمَا صُلْحًا وَالصُّلْحُ خَيْرٌ﴾؛ «و اگر زنی از طغیان و سرکشی یا اعراض شوهرش بیم داشته باشد، مانعی ندارد با هم صلح کنند [و زن یا مرد، از پاره‌ای از حقوق خود، به‌خاطر صلح صرف نظر نماید] و صلح بهتر است» (نساء، ۱۲۸). اگرچه این آیه به موضوع ناسازگاری و روی گردانی شوهران از همسران خود اشاره دارد، در ادامه بحث به مسئله سازش و توافق بین آن‌ها پرداخته می‌شود. در واقع، سازش و سازگاری میان زوجین، به‌عنوان رفتاری اخلاقی، به مراتب مطلوب‌تر از جدایی است و می‌تواند از فروپاشی خانواده جلوگیری کند (جعفری، ۱۳۷۶، ج ۲، ص ۵۷۷).



نکته مهمی که در این آیه به وضوح مشاهده می شود، این است که قرآن با تأکید بر اخلاق زناشویی، به زوجین و کسانی که با آنان در تعامل هستند، یادآوری می کند که اصلاح و بهبود وضعیت باید از سوی خود زوجین و بدون دخالت دیگران آغاز شود. این رویکرد نه تنها به حفظ حریم خصوصی خانواده کمک می کند، بلکه موجب توسعه و تحکیم ارتباطات میان زوجین نیز می شود، با تمرکز بر خوداصلاحی و ایجاد فضای گفت و گو بین زوجین، راه برای رفع مشکلات و مسائل هموارتر می گردد و این امر به تقویت اصول اخلاقی در روابط زناشویی کمک می کند (قرائتی، ۱۳۸۸، ج ۲، ص ۱۷۶).

۲.۳. تقویت تمایز یافتگی اخلاقی (جداسازی عواطف و هیجانات از واقعیات و حقایق)

تمایز یافتگی اخلاقی به معنای توانایی فرد در تشخیص و جداسازی احساسات و هیجانات شخصی از واقعیت ها و حقایق است. این توانایی به افراد کمک می کند در روابطشان با دیگران، مرزهای سالم تری را تعیین و حفظ کنند و دچار وابستگی یا درهم آمیختگی شدید عاطفی نشوند. افراد با سطح بالای تمایز یافتگی، قادرند احساسات خود را از تصمیم گیری های منطقی و عقلانی جدا کنند و درک روشنی از موقعیت های مختلف داشته باشند. به عبارت دیگر، می توانند زیر فشارهای عاطفی، واکنش های متعادل تری نشان دهند و به جای واکنش های هیجانی افراطی، تصمیم های مبتنی بر واقعیت بگیرند. در مقابل، کسانی که تمایز یافتگی کمی دارند، معمولاً درگیر درهم آمیختگی و وابستگی عاطفی بیشتری هستند و ممکن است به راحتی تحت تأثیر احساسات دیگران قرار گیرند. این افراد ممکن است واکنش های هیجانی نشان دهند و رعایت نکردن مرزها را بی اخلاقی تلقی کنند. در اخلاق زناشویی، تمایز یافتگی یک اصل اساسی است که به زوجین کمک می کند روابطی سالم و پایدار ایجاد کنند.



تحقیقات نشان می‌دهد تمایزیافتگی از اوایل زندگی فرد شکل می‌گیرد و تحت تأثیر عملکرد خانواده اصلی قرار دارد (شقاقی و دیگران، ۱۴۰۰)؛ برای مثال، والدین بعد از ازدواج فرزندشان تمایل دارند او مثل قبل همه چیز را با آنها به اشتراک بگذارد، در حالی که فرد نباید دیگران حتی والدینش را وارد مسائل شخصی بین خود و همسرش کند (مثلث‌سازی در رابطه).

۳.۳. اصلاحات اخلاقی (ما شدن)

یکی از اصول اخلاقی مهم در روابط زناشویی، «ما شدن» است. این اصل به زوجین کمک می‌کند به جای تمرکز بر فردیت خود، بر انسجام و پیوند مشترک تأکید کنند. رعایت این اصل به تقویت روابط و کاهش نفوذ دیگران در زندگی مشترک کمک می‌کند. در مقابل، رعایت نکردن این اصل، به‌ویژه در اوایل زندگی زناشویی، می‌تواند به بی‌اخلاقی منجر شود. اگر زوجین به‌جای «ما» بر «من» تأکید کنند، احتمال افزایش دخالت‌های دیگران و تردید در تصمیم‌گیری‌ها بیشتر می‌شود. بنابراین، پایبندی به اصل «ما شدن» نه تنها به ایجاد روابط سالم و پایدار کمک می‌کند، بلکه موجب حفظ حریم خصوصی و استقلال عاطفی زوجین نیز می‌شود (رستگار و پیراینده، ۱۳۹۶).

از سوی دیگر، اصول اخلاقی ایجاب می‌کند کسانی که راهنمایی‌هایشان در زندگی زوجین تأثیرگذار است، سعی کنند مداخلات خود را به حداقل برسانند. این مداخلات که معمولاً با نیت خیرخواهی و برای خوشبختی فرزندان (توسط والدین یا نزدیکان) انجام می‌شوند، باید به‌گونه‌ای مدیریت شود که کمتر بر روابط زناشویی تأثیر بگذارند. ضروری است این مداخلات به حداقل برسند تا زوجین بتوانند استقلال و حریم خصوصی خود را حفظ کنند. البته این افراد باید مراقب باشند که در حمایت کردن (یا حمایت نکردن) از فرزندان دچار افراط و تفریط نشوند و در موقعیت‌های بحرانی مانند بروز مسائل مالی یا شغلی به‌طور معقول و متعادل به آنها

کمک کنند (رستگار و پیراینده، ۱۳۹۶). فرزندان هم باید به گونه ای عمل کنند که از لحاظ فکری و رفتاری، مستقل از والدین باشند و تعاملات درستی با آنان برقرار کنند.

زوجین باید از انتقال مسائل و اطلاعات زندگی متأهلی، به خانواده هایشان پرهیز کنند و بکوشند فاصله ای سالم بین والدین و زندگی متأهلی خود (با حفظ احترام آن ها) ایجاد کنند. از سوی دیگر، والدین باید به داماد یا عروس، به عنوان عضوی از خانواده، احترام بگذارند و به جای رقابت یا دشمنی با او، مانند دیگر اعضای خانواده از وی حمایت کنند و در تمام شرایط در کنار او بایستند. این تعامل مثبت زمانی به بهترین شکل برقرار می شود که والدین بتوانند با ورود عضو جدید، به طور منعطف با مسائل و موقعیت های جدید روبه رو شوند و سازگاری را در نظام خانواده خود ایجاد کنند. نتیجه این فرایند، تجربه ای مهم و معنادار از پیوستن به خانواده جدید برای عروس یا داماد خواهد بود (منتظری، ۱۴۰۱).

آمار نشان می دهد ارتباط همسران با دو خانواده اصلی می تواند تا ۴۰ درصد پیش بینی کننده رضایت زناشویی باشد. به عبارت دیگر، حدود یک سوم رضایت زناشویی زوجین به کیفیت تعاملات آن ها با دو خانواده اصلی بستگی دارد که آمار قابل توجهی است. تعاملات منفی با خانواده همسر در بُعد هیجانی، ۲۲ درصد و در بُعد رفتاری، ۱۲ درصد از تعارضات زناشویی را تشکیل می دهد. پژوهش های انجام شده نشان می دهند خانواده های زوجین در ثبات، سازگاری و رضایت زناشویی آن ها نقش دارد. همچنین خانواده، به عنوان نخستین و اصلی ترین بستر رشد، تأثیر زیادی بر کیفیت زندگی فرد و به ویژه روابط زناشویی او دارد. حتی اگر فرد از خانواده مبدأ خود دور باشد، باورها، نگرش ها و الگوهای تعاملی خانواده همچنان بر زندگی او تأثیر گذارند.

این تأثیر می تواند در ابعاد مثبت یا منفی ظهور کند (منتظری، ۱۴۰۱)؛ لذا دخالت های غیر مستقیم یا مستقیم خانواده ها و نزدیکان می تواند به ایجاد تنش و





تعارضات در روابط زناشویی منجر شود. اگر والدین و نزدیکان نتوانند فاصله سالم خود را با زوجین حفظ کنند، ممکن است مشکلاتی در سازگاری و رضایت آنها بروز کند.

پیش‌بینی کیفیت زندگی زناشویی با در نظر گرفتن خطرات ناشی از این دخالت‌ها بسیار مهم است. شناسایی موانع اصلی ناشی از نقش خانواده‌ها و ایجاد مداخلات مؤثر می‌تواند به بهبود وضعیت کمک کند و به زوجین اجازه دهد با استقلال بیشتری به رشد و توسعه روابط خود بپردازند. در واقع، فرصت دادن به زوجین برای استقلال و تصمیم‌گیری‌های شخصی می‌تواند بستری مناسب برای سازگاری و رضایت زناشویی فراهم آورد.

۴.۳. حذف مثلث فرزندان

همان‌طور که گفته شد، گاهی تولد فرزند باعث ایجاد مثلث ارتباطی بین زوجین می‌شود که سریعاً باید این مثلث حذف شود و روابط زوجی به روال سابق بازگردد. زوجین نباید مهرورزی به یکدیگر را تحت تأثیر محبت به فرزند قرار دهند و دوست داشتن همسر نباید به دوستی درجه دوم در خانواده تبدیل شود، بلکه با اضافه شدن عضو جدید هم باید همان جایگاه اولیه را داشته باشد.

طبق اصول اخلاق کاربردی، زوجین برای تنظیم احساسات و آرامش فکری و روحی خود به مکان و حریم خصوصی خلوت نیاز دارند (حکیمی و دیگران، ۱۳۹۹). قرآن در این باره می‌فرماید: «ای کسانی که ایمان آورده‌اید، بردگان شما و همچنین کودکان که به حد بلوغ نرسیده‌اند، در سه وقت باید از شما اجازه بگیرند: پیش از نماز صبح، و نیم‌روز هنگامی که لباس‌های [معمولی] خود را بیرون می‌آورید و بعد از نماز عشا. این سه وقت خصوصی برای شماست. اما بعد از این سه وقت، گناهی بر شما و بر آنان نیست [که بدون اذن وارد شوند] و بر گرد یکدیگر بگردید [و با صفا و صمیمیت به یکدیگر خدمت نمایید]. این گونه خداوند آیات را برای شما



بیان می کند و خداوند دانا و حکیم است. و هنگامی که اطفال شما به سن بلوغ رسند باید اجازه بگیرند، همان گونه که اشخاصی که پیش از آنان بودند اجازه می گرفتند. این چنین خداوند آیاتش را برای شما بیان می کند و خدا دانا و حکیم است» (نور، ۵۸-۵۹).

خداوند در قرآن کریم قوانینی اخلاقی برای روابط فرزندان با والدین و همچنین حریم خصوصی آنها تعیین کرده است. این اصول، نه تنها برای تأکید بر اهمیت احترام به بزرگ ترهاست، بلکه موجب محافظت از فضای خصوصی و آرامش خانواده نیز می شود. یکی از اصول مهم اخلاقی که در آیات بالا درباره آن صحبت شده، لزوم اجازه گرفتن فرزندان حتی فرزندان نابالغ قبل از ورود به اتاق خصوصی والدین است (قرائتی، ۱۳۸۸، ج ۶، ص ۲۱۰).

بر این اصل، به ویژه در فرهنگ های اسلامی و حتی در روان شناسی جدید، بسیار تأکید شده است. رعایت این قانون باعث می شود فرزندان یاد بگیرند به حریم خصوصی والدینشان احترام بگذارند و در عین حال، خود را در یک محیط صمیمی و حمایتگر احساس کنند.

طبق این آیات، والدین باید کودکان خود را به انجام این اصول ترغیب و وادار کنند؛ زیرا کودکان هنوز به سن بلوغ نرسیده اند و مشمول تکالیف الهی نیستند. بنابراین، والدین، مخاطب اصلی هستند و مسئولیت هدایت و آموزش فرزندان بر عهده آنان است (مکارم شیرازی و دیگران، ۱۳۷۱، ج ۱۴، ص ۵۳۹)؛ لذا فرزندانی که بدون اجازه وارد اتاق والدین می شوند، نه تنها حریم شخصی آنها را نقض می کنند، بلکه این رفتارشان می تواند به ایجاد یک مثلث ارتباطی و عاطفی منفی منجر شود. در واقع، این نقض اخلاقی حریم ممکن است باعث بروز تنش و سوء تفاهم در خانواده گردد.

والدین ممکن است احساس کنند به آزادی و حریم خصوصی شان تعرض شده است و این موضوع رابطه فرزندان و والدین را تحت تأثیر قرار می دهد.



ایجاد و حفظ فضای خصوصی و شرایط مناسب برای گفت‌وگو و بیان احساسات در خانواده بسیار ضروری است. فرزندان با رعایت این قوانین و اصول، می‌توانند روابط سالم و محترمانه‌ای با والدین خود برقرار کنند و از سال‌های طلایی زندگی در کنار آن‌ها لذت ببرند. به این ترتیب، احترام به حریم خصوصی والدین نه تنها وظیفه‌ای دینی، بلکه ضرورتی انسانی است.

۵.۳. توصیه‌های اخلاقی مکمل برای حذف مثلث‌سازی در خانواده

گاهی تنش بین زوجین موجب می‌شود یکی از والدین به سمت یکی از فرزندان تمایل پیدا کند و به این ترتیب، مثلثی شکل می‌گیرد که در آن فرزند در مقابل والد دیگر قرار می‌گیرد. برای حفظ رابطه سالم و جلوگیری از ایجاد چنین روابطی می‌توان به موارد زیر توجه کرد:

- موضع یکسان و شفاف

والدین باید در امور مربوط به فرزندان، نظرات و مواضع یکسان و شفاف داشته باشند. این هماهنگی باید در حضور و غیاب یکدیگر رعایت شود تا اعتماد و امنیت به فرزندان منتقل شود. حتی اگر والدین دارای اختلاف نظر باشند، ضروری است حمایت از یکدیگر را در برابر فرزندان به نمایش بگذارند؛

- پیشگیری از ائتلاف‌ها

هر نوع ائتلاف یا روابط منجر به مثلث‌سازی بین یکی از والدین و فرزندان باید به سرعت شناسایی و با کمک مشاور خانواده بررسی و حل و فصل شود. در غیر این صورت، این مسئله می‌تواند به تنش و کدورت بین والدین و فرزندان منجر شود؛



- صحبت نکردن علیه یکدیگر

والدین باید از صحبت کردن علیه یکدیگر با فرزندان خود پرهیز کنند. این عمل می تواند تصویری منفی از والدین در ذهن فرزندان ایجاد کند و احساس ناامنی را در آن ها برانگیزد؛

- تعیین قواعد مشترک

زوجین باید قواعد مشترکی وضع کنند؛ مثلاً برای فرزندان خود قوانینی تعیین کنند و از آن ها بخواهند به این قوانین احترام بگذارند. این قواعد باید اخلاقی، منطقی و قابل فهم باشد تا فرزندان بتوانند به سادگی به آن ها عمل کنند و احساس کنند در محیطی امن و منسجم زندگی می کنند.

با رعایت این توصیه ها، می توان از ایجاد مثلث سازی در خانواده جلوگیری و روابطی سالم و مثبت میان اعضای خانواده برقرار کرد (قهاری، ۱۴۰۱، ص ۱۵۴).

البته رعایت اعتدال در زندگی همیشه ضروری است؛ زوجینی که فضایی سرد و پُرتنش و مرزهای مشخص و پُررنگی بین خود و فرزندان شان دارند، ممکن است مشکلات عمده ای برای فرزندان ایجاد کنند. در چنین شرایطی، اگر فرزند نتواند آزادانه احساسات و انتظاراتش را بیان یا از والدینش انتقاد کند، گرفتار آسیب های عاطفی و روانی می شود؛ بنابراین، برای جلوگیری از ایجاد مثلث سازی و حفظ سلامت روانی اعضای خانواده، لازم است فضای خانواده به گونه ای باشد که فرزندان نیز بتوانند به راحتی درباره احساسات و انتظارات خود صحبت کنند. ایجاد فضایی آزاد و حمایتی موجب می شود فرزندان احساس امنیت داشته باشند و در محیطی سالم رشد کنند. این امر نه تنها موجب تقویت روابط خانوادگی می شود، بلکه به توسعه عواطف سالم و تقویت مهارت های ارتباطی فرزندان نیز کمک می کند.



نتیجه‌گیری

نتایج این پژوهش به‌طور تحلیلی نشان می‌دهد پدیدهٔ مثلث‌سازی در روابط زوجین، تحت تأثیر عوامل غیراخلاقی متعددی قرار دارد. نداشتن استقلال فکری و عملی، دخالت‌های بی‌دلیل اطرافیان و والدین و تولد فرزندان به‌عنوان عوامل اصلی تشکیل مثلث‌های مخرب شناسایی شده‌اند.

اقدامات افراد مغرض و مداخله‌گر، یکی از بارزترین دلایل افزایش تنش‌ها و ناامنی‌ها در روابط زناشویی است. برای مقابله با این پدیده، پیشنهاد می‌شود در سطح خُرد، زوجین با تقویت مهارت‌های ارتباطی و تمرین شفاف‌سازی احساسات، خود را از تأثیرات مخرب این مثلث‌ها دور نگه دارند؛ در سطح میانی، مشاوران و گروه‌های حمایتی با برگزاری کارگاه‌های آموزشی و جلسات مشاورهٔ گروهی، نگرش‌ها و مهارت‌های زوجین را تقویت کنند و به آنان در شناسایی و مدیریت مسائل کمک کنند؛ و در سطح کلان، نهادهای اجتماعی و فرهنگی به ترویج فرهنگ ارتقای کیفیت روابط زناشویی بپردازند. این نهادها می‌توانند با ایجاد بسترهای حمایتی و انتقال تجربیات موفق، به تقویت نهاد خانواده و حفظ سلامت روانی زوجین کمک کنند.

همچنین، موضوع مقابله با تأثیر مثلث‌سازی بر فرزندان و چگونگی مداخلهٔ والدین برای جلوگیری از انتقال این الگوهای منفی به نسل‌های آینده، از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است.

در نهایت، توصیه می‌شود زوجین به تقویت مستمر روابط خود اهمیت بدهند و به اصول اخلاقی مانند رازداری و تمرکز بر حل مستقیم مسائل توجه داشته باشند. زوجین با ایجاد فضایی شفاف و یکپارچه در روابطشان می‌توانند از ائتلاف‌های مخرب جلوگیری و به بهبود کیفیت زندگی زناشویی خود کمک کنند.



کتابنامه

- قرآن کریم (ترجمه مکارم شیرازی).
- جعفری، یعقوب (۱۳۷۶)، تفسیر کوثر، قم: مؤسسه انتشارات هجرت.
- جلالی، داریوش، اصغر آقایی و جهانبخش رهبریان (۱۳۸۵)، «بررسی میزان خشونت تجربه‌شده در زنان دارای همسر معتاد»، *مطالعات زنان*، دوره ۲، ش ۲، ص ۵-۲۶.
- جوادیان، سیدرضا، نجمه عشقی و منوچهر علی‌نژاد (۱۴۰۰)، «بررسی اشکال مثلث‌سازی در خانواده‌های یزدی و رابطه آن با سبک‌های فرزندپروری». *فصلنامه مددکاری اجتماعی*، دوره ۱۰، ش ۱، ص ۶۸-۷۵.
- حاجی صادقی، عبدالله (۱۳۸۳)، «انسان کامل در اندیشه مطهری»، *قبسات*، ش ۳۰ و ۳۱، ص ۱۲۰-۱۴۰.
- حکیمی، نجیب‌الله، محمدمهدی کریمی‌نیا و مجتبی انصاری‌مقدم (۱۳۹۹)، «قلمرو حریم خصوصی خانواده از منظر قرآن کریم و حقوق بشر»، *پژوهش‌های نوین در آموزه‌های قرآن و سنت*، پیاپی ۹۵، بهار و تابستان، ص ۱۰-۳۰.
- حویزی، عبدعلی بن جمعه (۱۴۱۵ق)، *تفسیر نور الثقلین*، تصحیح هاشم رسولی، قم: اسماعیلیان.
- خرم‌روز، امیررضا، فهیمه صالحی و زهرا رفیعی (۱۴۰۰)، «بررسی تأثیر تولد اولین فرزند بر روی روابط جنسی زوجین و رضایت‌های زناشویی»، *هشتمین کنفرانس بین‌المللی روان‌شناسی، علوم تربیتی و سبک زندگی*، تهران: دهخدا، علی‌اکبر (۱۳۷۳)، *لغت‌نامه*، تهران: روزنه.
- ربانی، شیرین، محمدمسعود دیاریان و فهیمه نامدارپور (۱۴۰۱)، «بررسی کیفی علل تعارض زوجین در یک مطالعه اکتشافی»، *مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد*، دوره ۶۵، ش ۵، آذر و دی، ص ۲۲۱۱-۲۲۲۴.



رستگار، محمدعارف و پروین پیراینده (۱۳۹۶)، «بررسی دخالت والدین در زندگی زوجین و بررسی مشکلات بعدی در زندگی آنها»، همایش بین‌المللی افتخارهای نوین در علوم تربیتی، روان‌شناسی و آسیب‌های اجتماعی، تهران.

شقاقی، فاطمه، علیرضا آقا یوسفی و حسن میرزاحسینی (۱۴۰۰)، «تدوین الگوی ساختاری مثلث‌سازی در خانواده و گرایش به روابط فرازناشویی با واسطه‌گری تمایزیافتگی خود»، نشریه علوم پزشکی رازی، دوره ۲۸، ش ۱۰، ص ۹۱-۱۰۰.

قرائتی، محسن (۱۳۸۸)، تفسیر نور، تهران: مرکز فرهنگی درس‌هایی از قرآن.

قهاری، شهربانو (۱۴۰۱)، زوج‌درمانی شناختی رفتاری، تهران: رشد.

کلینی، محمدبن یعقوب (۱۴۰۷ق)، الکافی، تحقیق و تصحیح علی‌اکبر غفاری و محمد آخوندی، تهران: دارالکتب الاسلامیه.

گمشادزهی، عبدالهادی (۱۳۸۱ و ۱۳۸۲)، «اختلافات خانوادگی، علل، عوامل، راه حل‌ها»، ندای اسلام، زمستان و بهار، ش ۱۲ و ۱۳، ص ۶۰-۶۶.

محمدخانی، مرضیه (۱۳۹۴)، «عوامل و قلمرو دخالت والدین در زندگی عروس و داماد»، رمتوشه، دوره ۱۴۳۷، ش ۱۳۶، ص ۸۳-۹۹.

مصباح یزدی، محمدتقی (۱۳۸۳)، اخلاق در قرآن، قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره).

مکارم شیرازی، ناصر و دیگران (۱۳۷۱)، تفسیر نمونه، تهران: دارالکتب الاسلامیه.

منتظری، رؤیا (۱۴۰۱)، «نقش خانواده‌های زوجین در سازگاری، ثبات و رضایت زناشویی همسران»، رویش روان‌شناسی، ش ۱ (پیاپی ۷۰)، ص ۱۹۹-۲۱۰.

Garcia, K. L. & Martinez, P. R. (2020). "The Mediating Role of Triangulation in the Family on the Relationship Between Differentiation and Marital Conflict in Parents with Disabled Children". *Journal of Family Psychology*, 34(2): 123-135.

- Smith, J. A. & Johnson, L. M. (2018). "Triangulation in marriage: A family systems perspective". *Journal of Marital and Family Therapy*, 44 (2): 234-247.
- Williams, R. T. & Davis, H. L. (2019). "The impact of parental triangulation on adult romantic relationships". *Journal of Family Psychology*, 33 (4): 512-523.



References

The Holy Quran (Translation by Makarem Shirazi).

Dehkhoda, A. (۱۹۹۴). *Dictionary*. Tehran: Rozaneh

Garcia, K. L. & Martinez, P. R. (۲۰۲۰). "The Mediating Role of Triangulation in the Family on the Relationship Between Differentiation and Marital Conflict in Parents with Disabled Children". *Journal of Family Psychology*, ۳۴(۲): ۱۲۳-۱۳۰.

Ghahhari, S. (۲۰۲۲). *Cognitive Behavioral Couple Therapy*. Tehran: Roshd.

Ghera'ati, Mohsen (۲۰۰۹). *Tafsir Noor*. Tehran: Cultural Center of Lessons from the Quran.

Gomshadzei, A. (۲۰۰۲ & ۲۰۰۳). "Family Disputes, Causes, Factors, Solutions". *Nedaye Islam*, Winter & Spring, ۱۲ & ۱۳: ۶۰-۶۶.

Haji Sadeghi, A. (۲۰۰۴). "The Perfect Man in Motahhari's Thought". *Qabasat*, ۳۰ & ۳۱: ۱۲۰-۱۴۰.

Hakimi, N., Kariminia, M. M., & Ansari Moghadam, M. (۲۰۲۰). "The Realm of Family Privacy from the Perspective of the Holy Quran and Human Rights". *Biannual Journal of New Research in Quran and Sunnah Teachings*, ۹۰, Spring & summer: ۱۰-۳۰.

Hoveizi, Abd Ali ibn Juma' (۱۹۹۴). *Tafsir Noor al-Thaqalayn*. Edited by Hashem Rasouli. Qom: Esmailiyan.

Jafari, Y. (۱۹۹۷). *Tafsir Kowsar*. Qom: Hejrat Publication Institute.

Jalali, D., Aghaei, A. & Rahbarian, J. (۲۰۰۶). "Investigating the Amount of Violence Experienced in Women with Addicted Husbands". *oo nnn 's Suudsss*, ۲ (۲): ۰-۲۶.

Javadian, S. R., Eshghi, N., & Alinezhad, M. (۲۰۲۱). "Investigating the Forms of Triangulation in Yazdi Families and Its Relationship with Parenting Styles". *Social Work Quarterly*, ۱۰ (۱): ۶۸-۷۰.

Khorram-Rouz, A., Salehi, F. & Rafiei, Z. (۲۰۲۱). "Investigating the Effect of the First Child's Birth on Couples' Sexual Relations and Marital Satisfaction". *The 8th International Conference on Psychology, Educational Sciences, and Lifestyle*, Tehran.

Kuleyni, Muhammad ibn Ya'qub (۱۹۸۶). *al-Kafi*. Edited and corrected by Ali Akbar Ghaffari and Muhammad Akhundi. Tehran: Dar al-Kutub al-Islamiyyah.

Makarem Shirazi, N. et al. (۱۹۹۲). *Tafsir Nemuneh*. Tehran; Dar al-Kutub al-Islamiyyah.

Mesbah Yazdi, Mohammad Taghi (۲۰۰۴). *Ethics in the Quran*. Qom: Imam Khomeini Educational and Research Institute.

Mohammadkhani, M. (۲۰۱۰). "Factors and Scope of Parental Interference in the Lives of the Bride and Groom". *Rahtoosheh*, ۱۴۳۷ (۱۳۶): ۸۳-۹۹.

Montazeri, R. (۲۰۲۲). "The Role of Couples' Families in the Adjustment, Stability, and Marital Satisfaction of Spouses". *Rooish-e Ravanshenasi*, ۱ (۷۰): ۱۹۹-۲۱۰.

Rabbani, S., Diarian, M. M. & Namdarpour, F. (۲۰۲۲). "A Qualitative Study of the Causes of Marital Conflict in an Exploratory Study". *Journal of the Faculty of Medicine, Mashhad University of Medical Sciences*, ۶۰ (۵): ۲۲۱۱-۲۲۲۴.

Rastegar, M. A. & Pirayandeh, P. (۲۰۱۷). "Investigating the Interference of Parents in the Lives of Couples and Examining Subsequent Problems in Their Lives". *International Conference on New Horizons in Educational Sciences, Psychology, and Social Harms*, Tehran.

Sheghaghi, F., Agha Yousefi, A. & Mirzahosseini, H. (۲۰۲۱). "Developing a Structural Model of Triangulation in the Family and Tendency to Extramarital Affairs with the Mediation of Self-Differentiation". *Razi Journal of Medical Sciences*, ۲۸ (۱۰): ۹۱-۱۰۰.

Smith, J. A. & Johnson, L. M. (۲۰۱۸). “Triangulation in marriage: A family systems perspective”. *Journal of Marital and Family Therapy*, ۴۴ (۲): ۲۳۴-۲۴۷.

Williams, R. T. & Davis, H. L. (۲۰۱۹). “The impact of parental triangulation on adult romantic relationships”. *Journal of Family Psychology*, ۳۳ (۴): ۵۱۲-۵۲۳.

