

Developing a Model for Enhancing Communication Skills in Families Inspired by the Teachings of Nahj Al-Balagha

Nafiseh Sheibani¹ , Vida Andishmand²

Amanollah Soltani³ , Zahra Zein-ol-Dini Meymand⁴

1. PhD Student, Department of Psychology and Educational Sciences, Kerman Branch, Islamic Azad University, Kerman, Iran.

misssheibany@gmail.com

2. Assistant Professor, Department of Psychology and Educational Sciences, Kerman Branch, Islamic Azad University, Kerman, Iran. (Corresponding Author).

drvidaandishmand1@gmail.com

3. Assistant Professor, Department of Psychology and Educational Sciences, Kerman Branch, Islamic Azad University, Kerman, Iran.

manisoltani@yahoo.com

4. Associate Professor, Department of Psychology and Educational Sciences, Kerman Branch, Islamic Azad University, Kerman, Iran.

zeinaddiny@gmail.com

Received: 2025/01/26; Accepted 2026/09/02

Extended Abstract

Introduction and Objectives: In today's world, effective communication skills play a crucial role in improving the quality of family life. Given the complexities of modern life and the challenges families face, the ability to communicate correctly and effectively is recognized as an essential skill for maintaining and strengthening family bonds. Since the



Authors retain the copyright. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) License (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

prevailing culture in our country is rooted in religious and ethical teachings, utilizing the book Nahj al-Balagha provides a suitable foundation for nurturing these skills. This research aims to design an efficient model for enhancing communication skills within families by extracting concepts and principles from Nahj al-Balagha. The model includes various methods, such as improving dialogue skills, active listening, and conflict resolution. Due to the insufficient focus on utilizing the teachings of Nahj al-Balagha to strengthen communication skills in families, this research seeks to address a significant gap in the scientific literature. It aims to extract solutions and a model from Nahj al-Balagha as an inspiring source to enhance healthy interpersonal relationships that can be applied by individuals and families. Through improving communication, the goal is to elevate the quality of family life and create a warm and vibrant environment. Ultimately, this process can also contribute to the development of other skills, such as problem-solving and emotional management. This research is significant in promoting a comprehensive understanding of effective communication within the context of family dynamics.

Method: To develop a model for enhancing communication skills within families inspired by the teachings of Nahj al-Balagha, a grounded theory approach was utilized as a qualitative research strategy. This method allows researchers to delve deeper into data analysis and gain a better understanding of social phenomena. In this study, the coding process included initial coding, axial coding, and selective coding. Ultimately, 30 codes were identified that contributed to the analysis and description of family communications. The causal conditions and contextual factors affecting communication were considered as core categories. These categories form the central framework of the paper and assist in identifying appropriate strategies and approaches for strengthening communication skills within families. Additionally, the outcomes of the developed model were examined in this process. To ensure the validity and reliability of the results, an independent coding strategy was employed. Several expert researchers performed the coding independently, and codes that received consensus from over 90% of the coders were ultimately agreed upon as valid and credible. This process enhanced the accuracy and credibility of the research findings and contributed to the establishment of a robust model for improving communication skills within families. By integrating these insights, the research aims to provide a comprehensive framework that can guide families in developing effective communication practices, drawing inspiration from the rich teachings found in Nahj al-Balagha.

Results: The findings of the research indicate that strengthening friendship and patience in the face of challenges can significantly impact the relationships among spouses and family members. During difficult and adverse times, maintaining good morals and pleasant behavior can serve as a key factor in improving relationships. Expressing affection and effectively communicating with one another, both emotionally and meaningfully, not only reduces tensions but also increases feelings of closeness and solidarity. Additionally, mutual understanding and respect are fundamental principles of any family that can contribute to the growth and development of society. Emphasizing the importance of family as the core of nurturing and raising individuals plays a vital role in establishing healthy and sustainable relationships. Maintaining family ties and strengthening familial connections help families stand firm against challenges and utilize patience and mutual understanding as tools to navigate crises. In this context, enhancing trust and commitment among family members is also of great significance. Promoting understanding and collaboration among families can foster a safe and supportive environment where each member feels valued and a sense of belonging. Consequently, these factors lead to the establishment and preservation of a strong and committed family capable of confronting life's problems and challenges. By focusing on these principles, families can cultivate resilience and unity, ensuring their overall well-being and stability.

Discussion and conclusion: The results indicate that the teachings of Nahj al-Balagha can be utilized as a rich resource for improving communication skills. These teachings emphasize the importance of promoting the etiquette of speaking and mutual respect, making it essential to raise individuals' awareness about understanding and respect in family relationships for the establishment of healthy and constructive connections. Paying attention to family and valuing it as the core of life is among the key aspects. Encouraging the search for common ground and maintaining good ethics, especially during challenging times, can strengthen emotional bonds. Keeping promises in relationships reflects the commitment and affection of family members, while patience in facing challenges contributes to the family's stability. Utilizing customs and traditions, particularly regarding maintaining familial ties, enhances the sense of belonging and mutual support among family members. These factors not only improve the quality of family relationships but also contribute to the creation of a healthy and committed society. Consequently, this model emphasizes the necessity of focusing on family as the foundational element

of society and promoting effective communication skills to enhance family relationships and foster a warm and loving environment. Through these efforts, we can work towards building stronger familial bonds and a more supportive community.

Keywords: Life Skills, Communication Skills, Nahj Al-Balagha, Imam Ali (As).

Cite this article: Sheibani, Nafiseh, Andishmand, Vida, Soltani, Amanollah, and Zein-ol-Dini Meymand, Zahra (2026). Developing a Model for Enhancing Communication Skills in Families Inspired by the Teachings of Nahj al-Balagha. *Journal of Islamic Education*, 21(55): 79-104.



تدوین مدل تقویت مهارت‌های ارتباطی در خانواده با الهام از آموزه‌های نهج البلاغه

نفیسه شیبانی^۱ ، ویدا اندیشمند^۲

امان اله سلطانی^۳ ، زهرا زین الدینی میمند^۴

۱. دانشجوی دکتری، گروه روانشناسی و علوم تربیتی، واحد کرمان، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمان، ایران.

misssheibany@gmail.com

۲. استادیار، گروه روانشناسی و علوم تربیتی، واحد کرمان، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمان، ایران (نویسنده مسئول).

drvidaandishmand1@gmail.com

۳. استادیار، گروه روانشناسی و علوم تربیتی، واحد کرمان، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمان، ایران.

manisoltani@yahoo.com

۴. دانشیار، گروه روانشناسی و علوم تربیتی، واحد کرمان، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمان، ایران.

zieinaddiny@gmail.com

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۱۱/۰۷؛ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۶/۱۱

چکیده گسترده

مقدمه و اهداف: در دنیای امروز، مهارت ارتباط مؤثر از مجموعه مهارت‌های زندگی، نقش کلیدی در بهبود کیفیت زندگی خانوادگی دارد. با توجه به پیچیدگی‌های زندگی مدرن و چالش‌هایی که خانواده‌ها با آنها روبه‌رو هستند، توانایی برقراری ارتباط درست و مؤثر، یک مهارت اساسی برای حفظ و تقویت پیوندهای خانوادگی شناخته می‌شود. از آنجا که فرهنگ



حاکم بر کشور ما، ریشه در آموزه‌های دینی و علوی دارد، بهره‌گیری از کتاب نهج البلاغه بستر مناسبی برای پرورش این مهارت‌ها به شمار می‌رود. این پژوهش، با هدف طراحی یک مدل کارآمد برای تقویت مهارت‌های ارتباطی در خانواده به استخراج مفاهیم و اصول آن از کتاب نهج البلاغه می‌پردازد. این مدل شامل روش‌های مختلفی از جمله بهبود مهارت‌های گفت‌وگو، گوش دادن فعال و حل تعارض است. به دلیل عدم تمرکز کافی به بهره‌گیری از آموزه‌های نهج البلاغه برای تقویت مهارت‌های ارتباطی در خانواده و ارائه یک مدل ملموس، این پژوهش در صدد آن است به یک خلأ مهم در ادبیات علمی پاسخ دهد و از نهج البلاغه به عنوان منبعی الهام‌بخش، راهکارها و مدلی را برای تقویت روابط سالم و مؤثر بین فردی استخراج نماید که می‌تواند توسط افراد و خانواده‌ها به کار گرفته شوند تا از طریق بهبود ارتباطات، کیفیت زندگی خانوادگی را ارتقا بخشیده و محیطی صمیمی و شاداب ایجاد کنند. این روند در نهایت به پرورش مهارت‌های دیگری همچون حل مسئله و مدیریت هیجان‌ها نیز می‌تواند کمک کند.

روش: برای تدوین مدل تقویت مهارت‌های ارتباطی در خانواده با الهام از آموزه‌های نهج البلاغه، از روش داده‌بنیاد به عنوان یک استراتژی تحقیق کیفی استفاده می‌شود. این روش به پژوهشگران این امکان را می‌دهد که به طور عمیق‌تری به تحلیل داده‌ها پرداخته و به درک بهتری از پدیده‌های اجتماعی برسند. در این پژوهش، مراحل کدگذاری شامل کدگذاری اولیه، کدگذاری باز محوری و کدگذاری انتخابی است. در نهایت، ۳۰ کد شناسایی شد که به تحلیل و توصیف ارتباطات خانواده کمک کردند. شرایط علی و شرایط زمینه‌ای که بر ارتباطات اثر می‌گذارند، به عنوان مقوله‌های محوری در نظر گرفته شدند. این مقوله‌ها هسته اصلی مقاله را شکل می‌دهند و به شناسایی راهبردها و رویکردهای مناسب برای تقویت مهارت‌های ارتباطی در خانواده کمک می‌کنند. همچنین، پیامدهای مدل تدوین شده نیز در این فرایند مورد بررسی قرار می‌گیرد. برای اطمینان از روایی و پایایی نتایج، از راهبرد کدگذاری مستقل استفاده شد. چند پژوهشگر خبره به طور مستقل کدگذاری را انجام دادند و کدهایی که بیش از ۹۰٪ از کدگذاران بر آنها صحه گذاشته بودند، در نهایت به عنوان کدهای معتبر و قابل استناد اجماع گردید. این فرایند، دقت و اعتبار یافته‌های تحقیق را افزایش داده و به ایجاد مدلی مستحکم برای تقویت مهارت‌های ارتباطی در خانواده کمک می‌کند.

نتایج: نتایج تحقیق نشان می‌دهد که تقویت رفاقت و صبر در مواجهه با چالش‌ها می‌تواند تأثیر شگرفی بر روابط میان زوجین و اعضای خانواده داشته باشد. در زمان‌های ناملایم و دشوار، حفظ اخلاق نیکو و رفتار خوشایند می‌تواند به‌عنوان یک عامل کلیدی در بهبود روابط عمل کند. ابراز محبت و صحبت کردن با یکدیگر به شکل مؤثر و عاطفی، نه تنها تنش‌ها را کاهش می‌دهد بلکه احساس نزدیکی و همبستگی را نیز افزایش می‌دهد. علاوه بر این، درک و احترام متقابل از جمله اصول بنیادین هر خانواده‌ای است که می‌تواند در رشد و پیشرفت جامعه مؤثر باشد. تأکید بر اهمیت خانواده به‌عنوان هسته اصلی تربیت و پرورش افراد جامعه، نقش بسزایی در ایجاد ارتباطات سالم و پایدار دارد. حفظ صله رحم و تقویت ارتباطات خانوادگی، به خانواده‌ها کمک می‌کند تا در برابر چالش‌ها و مشکلات ایستادگی کنند و از صبر و درک متقابل به‌عنوان ابزارهایی برای عبور از بحران‌ها استفاده کنند. در این راستا، تقویت اعتماد و وفای به عهد میان اعضای خانواده نیز اهمیت ویژه‌ای دارد. ترویج تفاهم و همفکری در میان خانواده‌ها می‌تواند به ایجاد یک محیط امن و حمایتگر کمک کند که در آن هریک از اعضا احساس ارزشمندی و تعلق خاطر کنند. در نتیجه، این عوامل به ایجاد و حفظ یک خانواده قوی و متعهد منجر می‌شود که قادر به مقابله با مشکلات و چالش‌های زندگی باشد.

بحث و نتیجه‌گیری: نتایج نشان می‌دهد که آموزه‌های نهج البلاغه به‌عنوان منبعی غنی در بهبود مهارت‌های ارتباطی می‌تواند مورد استفاده قرار گیرد. این آموزه‌ها بر اهمیت ترویج آداب سخن گفتن و احترام متقابل تأکید می‌کند و برای ایجاد روابط سالم و سازنده، افزایش آگاهی افراد در زمینه درک و احترام در روابط خانوادگی ضروری است. توجه به خانواده و ارزش‌گذاری بر آن به‌عنوان محور اصلی زندگی از موارد کلیدی محسوب می‌شود. تشویق به یافتن توافق مشترک و حفظ اخلاق نیکو به ویژه در زمان‌های چالش‌زا، می‌تواند پیوندهای عاطفی را تقویت کند. وفای به عهد در روابط نشان‌دهنده تعهد و محبت اعضای خانواده است و صبر در مواجهه با چالش‌ها، به استحکام خانواده کمک می‌کند. بهره‌گیری از آداب و رسوم، به‌ویژه در زمینه صله رحم، حس تعلق و حمایت متقابل را در میان اعضای خانواده افزایش می‌دهد. این موارد نه تنها کیفیت روابط خانوادگی را بهبود می‌بخشند، بلکه به ایجاد جامعه‌ای سالم و متعهد نیز کمک می‌کنند. در نتیجه، این مدل بر ضرورت توجه به خانواده به‌عنوان بنیان اصلی جامعه و

نوع مقاله: پژوهشی

ترویج مهارت‌های ارتباطی مؤثر تأکید دارد تا به بهبود روابط خانوادگی و ایجاد محیطی گرم و محبت‌آمیز دست یابیم.
واژگان کلیدی: مهارت‌های زندگی، مهارت ارتباط، نهج البلاغه، امام علی (علیه السلام).

استناد: شیبانی، نفیسه، اندیشمند، ویدا، سلطانی، امان اله، و زین الدینی میمند، زهرا (۱۴۰۵). تدوین مدل تقویت مهارت‌های ارتباطی در خانواده با الهام از آموزه‌های نهج البلاغه. مجله تربیت اسلامی ۲۱(۵۵): ۷۹-۱۰۴.



مقدمه

خانواده به‌عنوان بنیادی‌ترین نهاد اجتماعی و فرهنگی، نقش کلیدی در شکل‌گیری هویت فردی و اجتماعی افراد ایفا می‌کند. در این راستا، ایجاد ارتباطات عمیق و مؤثر در خانواده به‌عنوان یک ضرورت اجتناب‌ناپذیر مطرح می‌شود. مهارت‌های زندگی، به مجموعه‌ای وسیع از توانایی‌های روان‌شناختی و اجتماعی اشاره دارد که می‌تواند به افراد کمک کند و در نهایت به ایجاد یک زندگی سالم و پربار منجر شود (یونیسف، ۱۹۹۷). سازمان بهداشت جهانی، ده مهارت اساسی را به‌عنوان مهارت‌های زندگی معرفی کرده و آن‌ها را در پنج گروه اصلی دسته‌بندی نموده است: خودآگاهی و همدلی-برقراری ارتباط مؤثر و روابط میان فردی-تصمیم‌گیری و حل مسئله-تفکر خلاق و تفکر انتقادی-مدیریت هیجانات و مقابله با استرس.

مهارت‌های ارتباطی از جمله اساسی‌ترین مهارت‌های زندگی به شمار می‌رود و نقش حیاتی در شکل‌گیری روابط انسانی دارد (موتابی و فنی، ۱۳۹۱). ارتباط یکی از مهم‌ترین ویژگی‌های کارکردی انسان است چراکه سنگ‌بنای ارتباطات بین فردی است و در واقع ارتباطات بین فردی از طریق ارتباط تحقق پیدا می‌کند و در واقع کیفیت ارتباط تأثیری مستقیم بر کیفیت ارتباطات بین فردی دارد (آتیلگان، ۲۰۱۳).

یکی از وظایف کلیدی انسان در زندگی، ایجاد و گسترش روابط مؤثر میان افراد است. هیچ فردی از بدو تولد بدون آموزش و یادگیری نمی‌تواند روابط مؤثری برقرار کند (موتابی و فنی، ۱۳۹۱). این مهارت‌ها شامل رفتارهایی هستند که به‌طور آموخته‌شده و اکتسابی شکل می‌گیرند و برای زندگی اجتماعی بسیار مؤثر و ضروری محسوب می‌شوند. برای رشد و پیشرفت در این نوع مهارت‌ها، آگاهی و فراهم کردن شرایط لازم الزامی است (هرزون، ۲۰۰۲). مهارت‌های زندگی می‌تواند بر رشد رفتارهای مطلوب و سازنده افراد خانواده و از سوی دیگر در کاهش رفتارهای ناسازگار تأثیر گذار باشد (فاطمی و همکاران، ۱۳۹۰۲).

این مهارت‌ها دارای دو بعد کلامی و غیرکلامی هستند. رفتارهای غیرکلامی، دامنه وسیعی از ارتباطات میان افراد را دربرمی‌گیرند. علاوه بر اینکه این رفتارها به‌طور کامل گویای احساسات و حالات عاطفی هستند، لحن، بیان، تن صدا، تماس چشمی و سایر نشانه‌های غیرکلامی به شنونده کمک می‌کنند تا معنا و مفهوم کلمات را بهتر درک کند. آشنایی با مهارت‌های ارتباطی غیرکلامی و نقش مهم زبان بدن

به ما این امکان را می‌دهد که تأثیر کلام خود را بر دیگران افزایش دهیم و ارتباط بهتری با آنها برقرار کنیم (کاهانی و غنوی، ۱۳۹۱).

در ادبیات روانشناختی از مواردی به‌عنوان مهارت‌های ارتباط مؤثر بیان شده است، اما آموزه‌های نهج البلاغه، به‌عنوان یکی از منابع غنی اسلامی، می‌تواند به‌عنوان راهنمایی ارزشمند برای ارتقای مهارت ارتباطات در خانواده‌ها مورد توجه قرار گیرد. این تحقیق تلاش دارد تا با بررسی و تحلیل آموزه‌های نهج البلاغه، الگوی مؤثری برای تقویت ارتباطات عمیق در خانواده‌ها تدوین کند. به‌طور خاص، این مطالعه به بررسی تأثیر اصول اخلاقی، روحی و اجتماعی نهج البلاغه بر ارتقای روابط خانوادگی و ایجاد فضایی از محبت و ارتباط عمیق، پرداخته است.

بیان مسئله

بسیاری از تعارض‌ها و اختلاف‌های انسان از آنجا سرچشمه می‌گیرند که افراد متفاوت دیدگاه‌های متفاوتی نسبت به یک موضوع دارند و معمولاً در هر اختلافی هریک از طرفین فکر می‌کنند که درست می‌گویند و حق با آنهاست و این دیگری است که اشتباه می‌کند (بهاری، ۱۳۸۴: ۵). فرد باید یاد بگیرد داشتن اختلاف نظر کاملاً طبیعی است و این مهارت را کسب کند که دیدگاه خود را تنها دیدگاه، یا بهترین و مناسب‌ترین دیدگاه ندارند و توانایی دیدن این موضوع از زاویه دید دیگران را نیز داشته باشد. آن وقت است که ارتباط بین فردی مؤثرتر و سالم‌تری برقرار می‌شود (جانسون، ۲۰۰۳). بنابراین، ضروری است مهارت ارتباط مؤثر به‌عنوان عاملی برای تقویت بنیان خانواده بررسی شود.

پژوهش‌های مختلفی در زمینه اهمیت مهارت‌های ارتباطی در خانواده انجام شده است. به‌عنوان مثال، تحقیقات انجام شده توسط غفاری اصل گنجینه و همکاران (۱۴۰۲) نشان داده است که خانواده‌هایی که در آنها رابطه انعطاف پذیر وجود دارد، دارای سطوح بالاتری از رضایت زناشویی و کمتری از تنش‌های خانوادگی هستند. همچنین، مطالعه‌ای توسط هریس و همکاران (۲۰۲۰) به بررسی تأثیر مهارت‌های ارتباطی بر سلامت روان در خانواده‌ها پرداخته و نشان داده است که ارتباطات مثبت می‌تواند به کاهش استرس و افزایش حمایت عاطفی در خانواده‌ها کمک کند. همچنین، رحیمیان بوگر (۱۳۹۲) در پژوهش خود با عنوان «مطالعه اثربخشی آموزه‌های نهج البلاغه بر ارتقای سلامت

روان دانشجویان» به این نتیجه دست یافت که آموزش راهنمایی‌های نهج البلاغه به روش گروهی، روشی مؤثر برای بهبود سلامت روانی دانشجویان است. با توجه به پژوهش انجام شده توسط ترکاشوند (۱۳۹۸) و همکاران، سیره تربیتی امام علی (علیه السلام) به تمامی ابعاد ابعاد زندگی، اعم از اعتقادی، عبادی، اخلاقی، اجتماعی، سیاسی، زیستی، اقتصادی، حرفه‌ای، زیبایی‌شناختی، علمی و فناورانه توجه داشته است. ایشان به عنوان الگویی کامل، قول، فعل و تقریرشان می‌تواند مبنایی برای شکل‌گیری سبک زندگی در جامعه باشد. این پژوهش همچنین پیشنهاد می‌کند که با الهام از دیدگاه‌های روانشناسی مانند دیدگاه آدلر و با تکیه بر سیره امام علی (علیه السلام)، می‌توان نگرش‌های اساسی فرد نسبت به هستی، خود و دیگران را برای دستیابی به یک سبک زندگی مطلوب مبتنی بر آموزه‌های اسلامی تصویر کرد.

با وجود تحقیقات متعدد در خصوص روش‌های ایجاد ارتباط مثبت و قوی میان اعضای خانواده، هنوز نیاز به پژوهشی تخصصی و عمیق وجود دارد که با توجه به بافت فرهنگی و مذهبی جامعه ما، و با تمرکز بر مهارت ارتباطات بین فردی، به تحلیل و استخراج مهارت‌هایی از نهج البلاغه بپردازد که بتواند به تقویت این ارتباطات کمک کند. امام علی (علیه السلام) در نهج البلاغه به اهمیت ارتباط صحیح و مهرورزی در خانواده و جامعه تأکید فراوانی دارند. این ارتباطات نه تنها به تقویت پیوندهای خانوادگی کمک می‌کند، بلکه به سلامت روانی و اجتماعی افراد نیز می‌انجامد. امام علی (علیه السلام) در این راستا در کتاب نهج البلاغه ترجمه دشتی ذکر کرده اند: «وَعَلَيْكُمْ بِالتَّوَّاضُّعِ وَالتَّبَاذُلِ وَإِيَّاكُمْ وَالتَّذَابُرِ؛ بر شما باد به پیوستن به یکدیگر و بخشش هم مبادا از هم روی گردانید و پیوند دوستی را از بین ببرید» (نامه، ۴۷). که به ما می‌آموزد که باید به یکدیگر نزدیک شویم و در محبت و بخشش نسبت به هم کوشش کنیم و از جدایی و دوری از یکدیگر پرهیز کنیم. از نظر امام علی (علیه السلام)، ارتباط مؤثر در خانواده ضروری است تا بنیان جامعه و روابط بین فردی نیز اصلاح گردد. ایشان می‌فرمایند: «وَأَعْلَمُ أَنَّ الرِّعْيَةَ طَبَقَاتٍ لَا يَصْلُحُ بَعْضُهَا إِنَّا بِنَعْضٍ؛ یعنی مردم از گروه‌های مختلفی تشکیل شده‌اند که اصلاح هریک جز با همکاری و ارتباط با دیگران ممکن نیست» (نامه، ۵۳). این بیان به روشنی نشان می‌دهد که اسلام بر روابط اجتماعی و نیازمندی افراد به یکدیگر تأکید دارد و از کناره‌گیری و انزوا نهی می‌کند. همچنین، امام علی (علیه السلام) در نهج البلاغه به اهمیت رفتار شایسته اشاره می‌کنند: «خَالِطُوا النَّاسَ مُخَالَطَةً إِنْ مِثْمَ مَعَهَا بَكُؤًا عَلَيْكُمْ وَإِنْ عِشْتُمْ حَتَّى إِيَّاكُمْ»؛ این جمله به ما می‌آموزد که باید به گونه‌ای رفتار کنیم که در صورت مرگ ما، بر ما بگریند و در زندگی،

به معاشرت با ما علاقه‌مند باشند. بنابراین، اهمیت ارتباط صحیح در آموزه‌های امام علی (علیه السلام) به وضوح قابل مشاهده است (جعفری و همکاران، ۱۳۹۵). پس ضروری است از آنها برای تقویت بنیان خانواده بهره جست. لذا سؤال اصلی این است که چگونه می‌توان آموزه‌های نهج البلاغه را به صورت نظام‌مند در فرایند ارتباطی خانواده‌ها به کار گرفت، تا به بهبود روابط و کاهش تنش‌ها کمک کند؟ هدف این مطالعه، شناسایی ابعادی برای تقویت مهارت‌های ارتباطی از آموزه‌های نهج البلاغه و ارائه آن برای خانواده‌ها به منظور تقویت این مهارت‌هاست. این پژوهش می‌تواند به‌عنوان یک منبع مرجع برای مشاوران خانواده و محققان در حوزه علوم اجتماعی و انسانی مورد استفاده قرار گیرد و به ارتقای کیفیت زندگی خانوادگی کمک کند.

روش

به منظور تدوین مدل تقویت مهارت‌های ارتباطی در خانواده، مبتنی بر آموزه‌های نهج البلاغه، از روش‌شناسی تحقیق کیفی و به‌خصوص روش داده‌نیاد بهره گرفته شد. در ابتدا، خطبه‌ها، نامه‌ها و حکمت‌های امام علی براساس متن نهج البلاغه مورد تحلیل محتوای کیفی قرار گرفتند. داده‌هایی که از این متن‌ها استخراج شدند، نشانگر مهارت‌های ارتباطی بودند و به دقت شناسایی گردیدند. سپس، با استفاده از کدگذاری، این داده‌ها به مفاهیم قابل فهم تبدیل شدند. در مرحله بعد، از طریق کدگذاری محور، مفاهیمی که دارای معناهای مشترک بودند، در یک مقوله تجمیع شدند. از میان مقوله‌های به دست آمده، یک مقوله محوری انتخاب گردید. در نهایت، با استفاده از کدگذاری انتخابی، ارتباط بین مقوله‌ها برقرار شد و این مقوله‌ها برای تدوین مدل نهایی با یکدیگر ترکیب شدند. جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی خطبه‌ها، نامه‌ها و حکمت‌های مرتبط با امام علی (علیه السلام) براساس متن نهج البلاغه می‌باشد.

یافته‌ها

در این پژوهش، هر مفهوم از گزاره‌ای منتخب از متن خطبه‌ها، نامه‌ها و حکمت‌ها استخراج شده است. در مجموع، ۳۰ کد شناسایی شد که با استفاده از کدگذاری باز به ۳۰ مفهوم تبدیل گردید. این مفاهیم

سپس به کمک کدگذاری محوری به ۱۰ مقوله اصلی تقسیم‌بندی شدند. جدول شماره ۱، داده‌های استخراج‌شده حاصل از کدگذاری باز را نشان می‌دهد:

جدول ۱: مفهوم‌سازی داده‌ها (خطبه‌ها، نامه‌ها و حکمت‌ها) با استفاده از کدگذاری باز

ردیف	آموزه‌ها	شماره سند	معنا	مفهوم
نوع سند: خطبه‌ها				
۱	«وَقَدْ عَزَفَ حَقُّهَا رِجَالٌ مِّنَ الْمُؤْمِنِينَ الَّذِينَ لَا تَشْغَلُهُمْ عَنْهَا زِينَةُ مَتَاعٍ وَلَا فُرَّةٌ عَيْنٍ، مِنْ وَلَدٍ وَلَا مَالٍ»	خطبه ۱۹۹	همانا کسانی از مؤمنان حق نماز را شناختند که زیور دنیا از نماز بازشان ندارد و روشنایی چشمشان، یعنی اموال و فرزندان، مانع نمازشان نشود. آنکه به خدای متعال ایمان دارد و خود را در محضر او می‌بیند، بی‌گمان پابند آداب اخلاقی و رفتار انسانی می‌گردد.	پایبندی به اخلاق نیکو در همه حال، به علت علم خداوند به اعمال و نیت انسان
۲	«فصبرت و فی العین قدی و فی الحلق شجا»	خطبه ۳	شکیبایی پیشه کردم در حالی که گویی در چشمم خاشاک بود و استخوان راه گلویم را بسته بود.	صبر در هنگام چالش‌ها و مشکلات
۳	«لَيْتَأَسَّ صَغِيرُكُمْ بِكَبِيرُكُمْ، وَلْيُرَافَ كَبِيرُكُمْ بِصَغِيرُكُمْ»	خطبه ۱۶۶	کوچک‌تران شما باید به بزرگ‌تران اقتدا کنند، و بزرگ‌ترهای شما باید به کوچک‌ترها مهربان باشند.	اهمیت مهرورزی
۴	«إِنَّ الْوَفَاءَ تَوْأَمُ الصَّدَقِ وَ لَا أَعْلَمُ جُنَّةً أَوْقَى مِنْهُ»	خطبه ۴۱	وفا همزاد درستی است من سپری بازدارنده‌تر از وفای به عهد سراغ ندارم	ضرورت وفاداری

۵	«وَقَدْ أَرْعَدُوا وَأَبْرَقُوا وَمَعَ هَدًى الْأَمْرَيْنِ الْفُشْلُ وَ لَسْنَا نُرْعَدُ حَتَّى نُوَقَعَ وَلَا نُسِيلُ حَتَّى نُمْطَرُ»	خطبه ۹	چون رعد خروشدند و چون برق درخشیدند، اما کاری از پیش نبردند و سرانجام سست گردیدند، ولی ما این‌گونه نیستیم تا عمل نکنیم، رعد و برقی نداریم و تا نباریم سبیل جاری نمی‌سازیم	عملگرایی در وعده‌ها
۶	«فَأَحْسَنُھُمْ حَالًا مَنْ وَجَدَ لِقَدَمِیْهِ مَوْضِعًا ... تَأْتِیْکُمْ مَرْمُومَةً مَرْحُولَةً»	خطبه ۱۰۱	نیکو حال‌ترین انسان در آن روز کسی است که برای ایستادن جای پای پیدا کند ... این فتنه‌ها همچون شتر مهار زده‌ای به سوی شما می‌آیند که جهاز بر پشتش گذاشته شده	استواری و دوری از دامن زدن به فتنه‌ها
۷	«وَلَمْ یَجْزِ عَظَمَ أَحَدٍ مِنَ الْأُمَمِ إِلَّا بَعْدَ أَزْلِ وَبَلَاءٍ»	خطبه ۸۸	خدا هرگز استخوان شکسته ملت‌ی را بازسازی نفرمود مگر پس از آزمایش و تحمل مشکلات	تحمل مصائب و مشکلات به‌عنوان آزمایش الهی
۸	«وَالسَّعِيدُ مَنْ وَعِظَ بِغَيْرِهِ»	خطبه ۸۵	و سعادتمند انسانی است که از دیگری پند گیرد	پندگیری از کردار دیگران
۹	«... يَا أَيُّهَا النَّاسُ طُوبَى لِمَنْ سَعَلَ عَيْبَهُ عَنْ عُيُوبِ النَّاسِ»	خطبه ۱۷۵	خوشا به حال کسی که به عیب خود مشغول باشد و به عیوب دیگران توجهی نداشته باشد	نادیده گرفتن عیوب دیگران
۱۰	«وَكُونُوا مِنْ خِيَارِھِمْ عَلَى حَذَرٍ»	خطبه ۷۹	و از خوبان زنان بر حذر باشید	دقت در انتخاب و روابط

نوع سند: نامه‌ها				
۱	«وَلَا تَمْلِكُ الْمَرْأَةُ مِنْ أَمْرِهَا مَا جَاوَزَ نَفْسَهَا فَإِنَّ الْمَرْأَةَ رِيحَانَةٌ وَ لَيْسَتْ بِقَهْرْمَانَةٍ وَلَا تَعْدُ بِكَرَامَتِهَا نَفْسَهَا»	نامه ۳۱	اموری که درخور توان زنان نیست به دستشان مسپار، زیرا زن گلی است ظریف نه خادم و کارپرداز. احترامش را مراعات کن،	توجه به ظرافت زن و اهمیت حفظ احترام
۲	«وَلَا يَكُنْ أَهْلَكَ أَشَقَى الْخَلْقِ بِكَ»	نامه ۳۱	مبادا خانواده‌ات بدبخت‌ترین مردم به خاطر تو باشند	اهمیت به خانواده
۳	«وَعَلَيْكُمْ بِالتَّوَّاضُعِ ... وَ إِيَّاكُمْ وَ التَّذَابُرَ وَ التَّقَاطُعَ»	نامه ۴۷	بر شما باد به پیوند با هم ... و پرهیزید از دوری و قطع رابطه با هم.	ضرورت صله رحم
۴	«لَا يَصْلُحُ بَعْضُهَا إِلَّا بِبَعْضٍ وَلَا غَنَىٰ بَعْضُهَا عَنْ بَعْضٍ»	نامه ۵۳	که هر گروه جز به گروه دیگر اصلاح نمی‌شود، و با داشتن گروهی از گروه دیگر بی‌نیازی نیست.	اهمیت همکاری و تعامل
۵	«... فَإِنَّ حُسْنَ الظَّنِّ يَقْطَعُ عَنْكَ نَصَبًا طَوِيلًا ...»	نامه ۵۳	خوش‌بین شوی، که این خوش‌بینی رنج طولانی مشکلات را از تو برمی‌دارد.	خوش‌بینی به یکدیگر
۶	«أَطْرَحْ عَنْكَ وَارِدَاتِ الْهَمُومِ بِعَزَائِمِ الصَّبْرِ وَ حُسْنِ الْبَقِيَّةِ»	نامه ۳۱	غم و اندوه را با نیروی صبر و نیکویی یقین از خود دور ساز.	اهمیت صبر
۷	«سَعَ النَّاسُ بِوَجْهِكَ وَ مَجْلِسِكَ وَ حُكْمِكَ وَ إِيَّاكَ وَ الْغَضَبَ فَإِنَّهُ طَيْرَةٌ مِنَ الشَّيْطَانِ»	نامه ۸۸	در برخورد با مردم و در نشستن با ایشان و داوری میان آنان گشاده‌رو باش، از خشم حذر کن، که آن سبک‌سری و انگیزه شیطانی است.	خوش‌رویی و پرهیز از خشم

۸	«حَافِظُوا عَلَى صِلَةِ الرَّحِمِ، فَإِنَّهَا تُؤَثِّرُ فِي السَّعَادَةِ»	نامه ۱۱۲	به پیوندهای خویشاوندی توجه کنید زیرا این پیوندها تأثیر زیادی بر سعادت دارند.	ضرورت صله رحم جهت سعادت
۹	«الْعَائِلَةُ بِذُرَّةٍ لِلْمُجْتَمَعِ، فَأَحْرَصْ عَلَى تَغْذِيَّتِهَا»	نامه ۱۳۵	خانواده بذر جامعه است بنابراین باید به پرورش و تغذیه آن اهمیت بدهید.	ضرورت حفظ و توجه به بنیان خانواده
۱۰	«يَا بَنِيَّ، كُنْ لِأَهْلِكَ مِثَالًا جَمِيلًا»	نامه ۱۶۴	ای پسر من برای خانواده‌ات الگوی خوبی باش.	اهمیت خوش خلقی و خوب بودن به عنوان الگوگیری
نوع سند: حکمت‌ها				
۱	«لَيْسَ الْخَيْرُ أَنْ يَكْثَرَ مَالَكَ وَ وَلَدَكَ، وَلَكِنَّ الْخَيْرَ أَنْ يَكْثُرَ عِلْمُكَ، وَ أَنْ يَعْظُمَ حِلْمُكَ»	حکمت ۹۴	خوبی آن نیست که مال و فرزندان بسیار شود، بلکه خیر آن است که دانش تو فراوان و بردباری تو بزرگ و گران مقدار باشد.	اهمیت بزرگواری و صبر
۲	«الْحِدَّةُ ضَرْبٌ مِنَ الْجُنُونِ لِأَنَّ صَاحِبَهَا يَنْدُمُ فَإِنْ لَمْ يَنْدَمْ فَجُنُونُهُ مُسْتَحْكِمٌ»	حکمت ۲۵۵	تندخویی نوعی از دیوانگی است، زیرا تندخو، پشیمان می‌شود و اگر پشیمان نشود دیوانگی‌اش استوار است	اهمیت پرهیز از غضب
۳	«وَ رَضِيَ بِالذُّلِّ مَنْ كَشَفَ عَنْ ضَرْهِ وَهَانَتْ عَلَيْهِ نَفْسُهُ مَنْ أَمَرَ عَلَيْهَا لِسَانُهُ»	حکمت ۲	و کسی که سختی خود را فاش کرد راضی به پستی شد، و آدمی که زبانش را بر خود امارت داد بی‌مقدار گشت.	اهمیت کنترل زبان و بیان احساسات و مشکلات به شکل مناسب
۴	«وَالْبَشَاشَةُ حِبَالَةُ الْمَوَدَّةِ»	حکمت ۲	گشاده‌رویی دام محبت است	ضرورت خوش‌رویی و محبت
۵	«وَلَا قَرِينَ كَحُسْنِ الْخُلُقِ، وَلَا مِيزَاتٍ كَالْأَدَبِ»	حکمت ۱۰۸	و همشینی چون حسن خلق، و میراثی مانند ادب نیست	ضرورت خوش‌رویی و محبت و حفظ ادب

۶	«اَخْضِدِ الشَّرَّ مِنْ صَدْرٍ غَيْرِكَ بِقُلْعِهِ مِنْ صَدْرِكَ»	حکمت ۱۶۸	بدی را با کندن از سینه خود از سینه دیگران برکن.	دوری از رفتارهای منفی و ترویج نیکی
۷	«لَا تَتَطَنَّ بِكَلِمَةٍ خَرَجَتْ مِنْ أَحَدٍ سَوَاءً، وَأَنْتَ تَجِدُ لَهَا فِي الْخَيْرِ مُحْتَمَلًا»	حکمت ۳۵۰	به سخنی که از کسی صادر می‌شود تا جایی که برای آن محمل خیر می‌یابی گمان بد مبر.	دوری از قضاوت نادرست
۸	«مَا أَحْسَنَ صَلَةَ الرَّجِمِ»	حکمت ۸۷	چقدر خوب است که پیوند خویشاوندی حفظ شود	ضرورت صله رحم
۹	«وَ اخْذِرِ الْعُسْفَ وَالْحَيْفَ»	حکمت ۴۶۶	و از سخت‌گیری و ستم کردن حذر کن	دوری از سخت‌گیری و اهمیت آسان‌گیری در روابط
۱۰	«الاحترامُ هو الأساسُ لكلِّ عِلَاقَةٍ»	حکمت ۱۲۰	احترام اساس هر رابطه‌ای است.	ضرورت احترام

مقوله علی: به شرایطی اطلاق می‌شود که از عوامل اصلی و ایجادکننده پدیده مورد مطالعه (ارتقا مهارت ارتباط بین زوجین) هستند (محب‌زادگان و همکاران، ۱۳۹۲). بدین صورت که از جدول فوق مفاهیمی که یک معنا را داشتند جدا کرده و مفهوم و مقوله‌ای از آن استخراج گردید که به تقویت ارتباط بین زوجین می‌انجامد. مفاهیم مشترک و مقوله‌های مربوطه، در جدول شماره ۲ نشان داده شده است:

جدول ۲: مفاهیم و مقوله مربوط به شرایط علی

مقوله	مفاهیم با بار معنایی مشترک
بهره‌گیری از اخلاق نیکو و محبت در همه حال	پابندی به اخلاق نیکو در همه حال، به علت علم خداوند به اعمال و نیت انسان، اهمیت مهرورزی، بی‌توجهی به عیوب همدیگر، خوش‌بینی به هم، خوش‌رویی، اهمیت خوش‌خلقی و خوب بودن، اهمیت بزرگواری، بیان احساسات به شکل مناسب، ضرورت خوش‌رویی و محبت، دوری از رفتارهای منفی، ترویج نیکی، خوش‌رویی و حفظ ادب، خوب بودن به جهت الگوگیری
صبر و حمایت خانواده	صبر در مواجهه با چالش‌ها و مشکلات، استواری، تحمل مصائب به‌عنوان آزمایش الهی، صبوری، اهمیت حفظ ادب، پرهیز از غضب، دوری از قضاوت نادرست، دوری از سخت‌گیری و ضرورت آسان‌گیری.

خانواده‌باوری	توجه به خانواده و در اولویت قرار دادن آنها و محبت به آنها، ضرورت حفظ و توجه به بنیان خانواده برای رشد جامعه، اهمیت دادن به خانواده
وفای به عهد	اهمیت وفاداری، عملگرایی در وعده‌ها
تحلیل مسائل	اهمیت تامل و تفکر
احترام	اهمیت حفظ احترام، دوری از دامن زدن به فتنه‌ها و حفظ حرمت
ضرورت توجه و تعامل	تعامل و همکاری اعضا
برقراری صله رحم و حفظ آداب و رسوم	حفظ ارتباطات خویشاوندی وسیله انسجام اجتماعی و عاطفی، صله رحم در خانواده باعث ایجاد احساس شادی است. رعایت آداب و رسوم خانوادگی وسیله ایجاد احترام

پدیده محوری: حادثه یا وقوع اصلی به وضعیتی اشاره دارد که یک‌سری کنش‌ها یا تعاملات برای کنترل یا مدیریت آن وجود دارد و به این موضوع مرتبط است (همان). پدیده محوری این تحقیق تقویت ارتباط مؤثر زوجی می‌باشد که مشخصات آن در جدول شماره ۳ ارائه شده است:

جدول ۳: مفاهیم مربوط به مقوله محوری

مقوله	مفاهیم دارای بار معنایی مشترک
ارتباط مؤثر	خودنگهبانی، گفتن محبت‌آمیز به اعضا، خداترسی، درک دیگر اعضا و احترام به آنها، توجه ویژه به خانواده، همفکری تا ایجاد تفاهم، کنترل خشم، حفظ ارتباطات خویشاوندی، صبر در حل چالش‌ها، حل چالش‌ها به صورت سازنده، تحکیم روابط به وسیله اعتماد بین اعضا، رعایت آداب و رسوم خانوادگی

شرایط زمینه: حاکی از ویژگی‌های خاصی است که به یک مفهوم دلالت دارند (همان). جدول ۴ زمینه‌های مربوط به تحقیق را نمایش می‌دهد:

جدول ۴: مفاهیم و مقوله‌های مرتبط با شرایط زمینه‌ای

مقوله‌ها	مفاهیم دارای بار معنایی مشترک
وجود ارتباطات و معاشرت خویشاوندی	حفظ ارتباطات خویشاوندی منجر به انسجام عاطفی رعایت آداب و رسوم خانوادگی منجر به احترام. صله رحم در خانواده منجر به احساس خوشبختی و شادی.
وجود نظارت همه جانبه بر انسان	توصیه و امر به خیرخواهی و خوش‌رویی، محرومیت از رحمت به خاطر وانهادن اخلاق نیکو. ناظر بودن خدا.

شرایط میانجی (مداخله‌گر): شرایط عمومی و گسترده‌ای هستند که بر نحوه تعامل تأثیر می‌گذارند.

شرایط میانجی در جدول زیر نشان داده شده است:

جدول ۵: مفاهیم و مقوله‌های مرتبط با شرایط میانجی

مقوله‌ها	مفاهیم دارای بار معنایی مشترک
دوری از رذایل اخلاقی	نکوهش اخلاق تند، نکوهش تبعیض، مذمت ایجاد چالش، دوری از فریبکاری، مذمت عدم توجه به خانواده
الگوپذیری	الگوگیری از نیاکان، الگوگیری از امام
بلوغ فکری	به‌کارگیری فکر و اندیشه، زنده کردن عقل با دانش و تفکر، خوش‌بینی، دوری از قضاوت و تأکید بر تعقل

راهنم‌ها: به معرفی راهکارهایی می‌پردازد که به منظور مدیریت و مواجهه با پدیده مورد بررسی

طراحی شده‌اند. هدفش اداره پدیده‌ای است که مورد مطالعه می‌باشد (همان). استراتژی‌های راهنم در

جدول زیر ذکر شده‌اند:

جدول ۶: مفاهیم و مقوله‌های مرتبط با راهبردها

مقوله‌ها	مفاهیم دارای بار معنایی مشترک
اصول و ارکان ارتباطات علوی	پندگیری، دقت در انتخاب، تقسیم کار، داشتن ارتباط دوستانه و آسان‌گیری در خانواده، رعایت احترام متقابل، ارزیابی گفتار و اعمال، همدلی، شکل‌دهی توافق نظر، اعتماد در بین اعضا خانواده، ارزیابی گفتار و اعمال، همفکری خانوادگی، رعایت اصل صبر و سازندگی، توجه ویژه به خانواده، رفاقت با خانواده، بیان احساسات به صورت کلامی، حفظ ادب در زمان بروز اختلاف نظر، داشتن ارتباط دوستانه

پیامدها: نتایج تعاملات کنشی و واکنشی تحت شرایط خاصی در ارتباط با پدیده مورد بررسی قرار دارند (همان، ص ۱۳). جدول ۷ مفاهیم و دسته‌بندی‌های مرتبط با این پیامدها را نمایش می‌دهد:

جدول ۷: مفاهیم و مقوله‌های مرتبط با پیامدها

مقوله‌ها	مفاهیم دارای بار معنایی مشترک
وفای به عهد و پیمان	وفای به پیمان، توصیه به وفاداری، نكوهش خیانت در عهد و پیمان، عقد پیمان با وفاداران، عملگرایی در وعده‌ها
رفاقت و همدلی پویا در زندگی	تقویت پیوند روابط در صورت ایجاد مسئله، صبر در مواجهه با مشکلات، اولویت رفاقت‌ها رفاقت کردن با خانواده، توصیه به رفاقت با همسر، توجه ویژه دادن به خانواده
خوش رفتاری در خانواده	ضرورت داشتن اخلاق خوب و رفتار مثبت، حفظ احترام رمز پایداری روابط، حفظ ادب در نامالیمات، استفاده از کلمات مثبت
غنی سازی گفتار و رفتار از محبت	تأکید بر محبت و مودت بین زوجین، تأکید بر آوردن کلام آغشته به عشق، تأکید بر محبت به خانواده به علت حمایتگر بودن، تأکید بر محبت میان زوجین برای ایجاد شادی و موفقیت، تأکید بر محبت برای استحکام رابطه و پایداری آن
احترام و درک متقابل	توجه به احترام به خانواده و رفتارکردن براساس محبت و احترام برای نزدیکی به یکدیگر، تأکید بر احترام برای ایجاد روابط محکم و سالم
اهمیت به خانواده برای رشد و پیشرفت جامعه	توصیه به اولویت قرار دادن خانواده، توصیه به پرورش خانواده برای رشد و پیشرفت جامعه
اهمیت ارتباطات و پیوند خانوادگی و صله رحم	ضرورت حفظ ارتباطات خانوادگی، تأکید و توصیه بر صله رحم، توصیه به حفظ آداب و رسوم و اجرای آنها

نتیجه‌گیری

نهج البلاغه منبعی غنی برای یادگیری مهارت‌های زندگی و مواجهه مؤثر با چالش‌هاست. مطالعه این کتاب می‌تواند به روان‌شناسی کمک شایانی کند به طوری که در حکمت ۱۹۷، اشاره شده است: «دل‌ها همانند جسم خسته می‌شوند و برای نشاط به سخنان تازه و حکیمانه نیاز دارند». مهارت‌های زندگی بر اساس نیاز در موقعیت‌های خاص به کار می‌روند و هر کدام به ما توانایی‌های ویژه‌ای می‌بخشند تا واکنش‌های مناسبی نشان دهیم. برای داشتن زندگی موفق، ضروری است که این مهارت‌ها را فراگیریم. نهج البلاغه به عنوان منبعی ارزشمند، راهکارهایی برای بهبود کیفیت زندگی و ارتقای سلامت روان ارائه می‌دهد. آموزه‌های آن با عقل و منطق همخوانی دارند و شامل راهبردهای زیبایی در زمینه مهارت‌های زندگی، ارتباط مؤثر، مدیریت خشم و تصمیم‌گیری هستند. با تمرکز بر راهکارهایی برای افزایش مهارت ارتباط مؤثر نتایج نشان می‌دهد، وفای به عهد یکی از اصول اساسی در هر رابطه‌ای به ویژه در خانواده است. هنگامی که اعضای خانواده به وعده‌های خود عمل کنند این عمل نشان‌دهنده محبت و تعهد به یکدیگر است. این احساسات مثبت موجب تقویت پیوندهای عاطفی می‌شود. به علاوه می‌توان به اهمیت تقویت رفاقت با همسر و صبر و سازش در مواجهه با چالش‌ها پرداخت. این موارد نه تنها به استحکام روابط خانوادگی کمک می‌کند بلکه به حفظ اخلاق نیکو و خوش رفتاری در ناملایمات نیز می‌انجامد. افزایش محبت به خانواده و ترویج ابراز محبت کلامی، از جمله اقداماتی است که می‌تواند فضای مثبت و گرم‌تری را در خانواده ایجاد کند. تقویت درک یکدیگر و احترام گذاشتن به نظرات و احساسات طرف مقابل، از ضروریات ارتباط سالم خانوادگی است. دادن اولویت و امنیت ویژه به خانواده، به هدف رشد و پیشرفت جامعه، نشان‌دهنده اهمیت خانواده به عنوان بنیان اساسی جامعه است. همچنین، تقویت ارتباطات خانوادگی و حفظ صله رحم در ایجاد حس تعلق و حمایت متقابل میان اعضای خانواده نقش بسزایی دارد. ترویج ایستادگی در مواقع دشوار و استفاده از صبر به عنوان وسیله‌ای برای درک متقابل، می‌تواند به حل مشکلات و چالش‌ها کمک کند. تقویت اعتماد به یکدیگر و رسیدن به تفاهم از راه همفکری، به عنوان دو عنصر کلیدی در ایجاد یک رابطه پایدار و سالم، باید در کانون توجه قرار گیرد. بنابراین آموزه‌های نهج البلاغه به عنوان یک منبع غنی و معتبر، نقش قابل توجهی در تقویت مهارت‌های ارتباطی در خانواده ایفا می‌کند. در بررسی نتایج پژوهش‌های گذشته، نتایج مروتی و رضایی (۱۳۹۲)

تأکید بر اهمیت ارتباط صادقانه و دوسویه دارد، که با رویکرد این پژوهش در بهبود روابط خانوادگی همخوانی دارد و نشان می‌دهد که این نوع ارتباطات می‌تواند به ارتقای مشارکت اجتماعی و رشد جامعه کمک کند. رحیمیان بوگر (۱۳۹۲) نیز با بررسی تأثیر آموزه‌های نهج البلاغه بر سلامت روان دانشجویان، به این نکته اشاره دارد که آموزش این رهنمودها به شیوه‌های گروهی می‌تواند مهارت‌های ارتباطی را بهبود بخشد که با اهداف پژوهش همخوانی دارد.. لذا آموزه‌های نهج البلاغه و آموزش مهارت‌های زندگی به‌عنوان ابزارهای مکمل، می‌توانند به تقویت مهارت‌های ارتباطی در خانواده‌ها کمک کنند و این نتیجه با تمامی مطالعات مذکور هماهنگ است. در نهایت، با پیروی از اصول مدل پژوهش، می‌توان به پرورش مهارت زندگی ارتباط مؤثر در روابط بین فردی، و در سایه آن پرورش مهارت‌های تصمیم‌گیری، حل مسئله، مدیریت هیجانات، در خانواده و در نتیجه ساختن جامعه‌ای سالم و متعهد کمک کرد که در آن روابط خانوادگی قوی و محبت‌آمیز، اساس و بنیان پیشرفت‌های اجتماعی باشد.



منابع

- بهاری، سیف‌الله، و شفیق‌پور، محمدرضا (۱۳۸۴). تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر سلامت روانی دانشجویان، فصلنامه علوم تربیتی و زمینه‌های وابسته، دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن دوره اول، شماره اول، (۲۵-۳۸). <http://noo.rs/L0CjU>
- ترکاشوند، سینا، صالحی، اکبر، و کشاورز، سوسن. (۱۳۹۸). تبیین سیره تربیتی امام علی (علیه السلام) جهت ارائه الگویی برای سبک زندگی اسلامی-ایرانی. پژوهشنامه نهج البلاغه، ۷(۲۸)، ۳۹-۵۶. <https://sid.ir/paper/402239/fa>
- جعفری، زهرا، و یارمحمدی واصل، مسیب (۱۳۹۵). رهیافت‌هایی از مهارت‌های زندگی در نهج البلاغه. فصلنامه پژوهشنامه نهج البلاغه، ۴(۱۵)، ۹۹-۱۱۶. https://nab.basu.ac.ir/article_1643.html
- دشتی، محمد (۱۳۸۳). ترجمه نهج البلاغه. قم: مؤسسه فرهنگی تحقیقاتی امیرالمؤمنین. <https://www.gisoom.com/book/1185468/%DA%A9%D8%AA%D8%A7%D8%A8-%D9%86%D9%87%D8%AC-%D8%A7%D9%84%D8%A8%D9%84%D8%A7%D8%BA%D9%87>
- رحیمیان بوگر، اسحق (۱۳۹۲). مطالعه اثربخشی آموزه‌های نهج البلاغه بر ارتقای سلامت روان دانشجویان. پژوهشنامه نهج البلاغه، ۱(۱)، ۷۵-۸۴. <https://sid.ir/paper/238725/fa>
- غفاری اصل گنجینه، صفورایی پاریزی، محمد مهدی، عبدی، زرین سهراب. (۱۴۰۲). پیش‌بینی رضایت زناشویی بر اساس انعطاف‌پذیری خانواده با نقش میانجی مرزهای خانواده. پژوهشنامه اسلامی زنان و خانواده، ۱۱(۳)، ۳۱-۵۴. <https://sid.ir/paper/1128806/fa>
- فتی، لادن، و موتابی، فرشته (۱۳۹۱). مجموعه مهارت‌های زندگی. نشر میانکوشک. <https://www.gisoom.com/book/11256716>
- فاطمی، سیدمسعود، داوودی، ریحانه، فشارکی، محمد، و گل‌افشانی، اصغر (۱۳۹۰). ارتباط مهارت‌های زندگی با همسرآزاری. رفاه اجتماعی، ۱۱(۴۳)، ۵۱-۶۹. <https://sid.ir/paper/56934/fa>

- کاهانی، امیر حسین، و غنوی، سونیا (۱۳۹۱). اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباط مؤثر بر عزت نفس دختران دچار ناتوانی حسی-حرکتی. مجله پژوهش در علوم توانبخشی، سال هشتم، شماره ۲.

۱۷۰-۱۵۵. <https://civilica.com/doc/1593533>

- مروتی، سهراب، و رضایی، زهرا (۱۳۹۲). شاخص‌های ارتباط مطلوب با زمامدار در نهج البلاغه.

فصلنامه پژوهشنامه نهج البلاغه. ۱۱(۱)، ۲۵-۳۷. https://nab.basu.ac.ir/article_417.html

- محب‌زادگان، یوسف، پرداخت‌چی، محمدحسن، قهرمانی، محمد، و فراستخواه، مقصود (۱۳۹۲).

تدوین الگویی برای بالندگی اعضای هیئت علمی با رویکرد مبتنی بر نظریه داده‌بنیاد. پژوهش و

برنامه‌ریزی در آموزش عالی، ۱۹(۱)، ۱-۲۵. <https://share.sid.ir/paper/67852/fa?media=1>

References

- Atilgan Ezozkan. (2013). The Effect of Communication Skills Interpersonal Problem Solving Skills on Social Self-Efficacy.
- Bahari, Seyfollah, Shafighpour, Mohammad Reza (2005). The impact of life skills training on the mental health of students. Journal of Educational Sciences and Related Fields, Islamic Azad University, Rudhen Branch, First Period, No. 1. [in Persian]
- Dashti, Mohammad (2004). Translation of Nahj al-Balaghah. Qom: Amir al-Mu'minin Cultural and Research Institute. [in Persian]
- Fati, Ladan, Motabi, Fereshteh (2012). A collection of life skills. Mian Kooshak Publication. [in Persian]
- Fati, Ladan, Murtabi, Fareshteh (2012). A Collection of Life Skills Books. Meyan-koshak Publications.
- Fathami, Seyyed Masoud, Davoodi, Reyhaneh, Fesharaki, Mohammad, and Gol Afshani, Asghar (2011). *The relationship between life skills and spousal abuse*, 11(43), 51-69. [in Persian]
- Harris, L., Thompson, K., & Brown, J. (2020). The role of communication skills in family mental health: A comprehensive review. *Family Relations*, 69(2), 234-248.
- Herzon, J. (2002). What is Life Skills Education? Washington, DC: Office of Juvenile Justice and Delinquency Prevention.
- Jafari, Zahra and Yarmohammadi Vassel, Masiab (2016). Approaches to life skills in Nahj al-Balaghah. *Journal of Nahj al-Balaghah Research*, 4(15), 116-99. [in Persian]

- Kahani, Amir Hossein, Ghanavi, Sonia (2012). The effectiveness of training effective communication skills on the self-esteem of girls with sensory-motor disabilities. *Journal of Research in Rehabilitation Sciences*, 8, No. 2. [in Persian]
- Moheb Zadehan, Youssef, Paydarchi, Mohammad Hassan, Ghahramani, Mohammad, and Farastkhah, Maqsoud (2013). Designing a model for the growth of faculty members based on grounded theory. *Research and Planning in Higher Education*, 25-1. [in Persian]
- Morovati, Sohrab and Rezaei, Zahra (2013). Indicators of desirable communication between the people and the ruler in Nahj al-Balaghah. *Journal of Nahj al-Balaghah Research*, 1(1), 25-38. [in Persian]
- Noor Mohammadi, Gholamreza (2011). Social life skills, Qom, Ma'arif Publication. [in Persian]
- Rahimian Bouger, Ishaq (2013). Study of the effectiveness of Nahj al-Balaghah teachings on the improvement of students' mental health. *Journal of Nahj al-Balaghah Research*, Year 1, No. 1, 75-84. [in Persian]
- UNICEF (1997). Life Skills Psychological and social competencies for healthy living. www.lifeskillbasededucation.
- Mosayeb, Yarmohammadi Vassel, Fatemeh Ghanadi, and Faezeh Ghafari (2020). Resilience skills and their characteristics from the perspective of Imam Ali (AS) in Nahj al-Balaghah. *Journal of Nahj al-Balaghah Research*, 8, No. 31, 150-129. [in Persian]