

تأثیر سکوت بر پرخاشگری و کیفیت زندگی زوجین

شیما جعفری^۱، حسن حیدری^۲، حسین داودی^۳

۱- دانشجوی کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی خمین

۲- دانشیار گروه مشاوره و روانشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمین

۳- استادیار گروه مشاوره و روانشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمین

چکیده

دین اسلام با برخورداری از منابع غنی متصل به وحی و احادیث ائمه اطهار (ع)، برنامه تربیتی همه جانبه ای به آدمیان عرضه می کند. یکی از دستورات عملی های کاربردی که دین اسلام آن را به خوبی تبیین می کند، «سکوت» است. پژوهش حاضر بر موضوع جایگاه سکوت در تربیت رفتار زوجین در هنگام پرخاشگری متمرکز است و تاثیر آن را بر کیفیت زندگی زوجین بررسی می کند؛ به همین منظور ابتدا توضیحاتی در مورد خشم و پرخاشگری، کیفیت زندگی و سکوت بیان می کند و سپس با تکیه بر احادیث مربوط به سکوت، جایگاه سکوت را در این دو موضع تبیین می نماید. پژوهش حاضر بر موضوع جایگاه سکوت در کنترل رفتار زوجین در هنگام خشم متمرکز است؛ به همین منظور، با مراجعه به قرآن و کتب روایی، معنای سکوت روشن شد و در نهایت، با تحلیل اطلاعات به دست آمده، جایگاه این مهم در کنترل خشم و پرخاشگری و نیز اثر آن بر کیفیت زندگی زوجین روشن گردید. نتایج این پژوهش نشان می دهد سکوت و خاموشی معادل واژه صمت، به معنای عفت کلام است و در روایات دینی اسلامی، سکوت با مؤلفه هایی همچون عقل ورزی، تفقه و حلم رابطه مستقیمی دارد. در نهایت این نتیجه به دست آمد که در روابط کنونی بین زوجین، به دلیل مشغله های گوناگون زندگی ماشینی و سطوح مختلف کیفیت زندگی هم در اجتماع و هم در بین خانواده ها، زمانی برای تفکر و تعقل بر روی رفتار وجود ندارد و یکی از راه های بسیار موثر و کاربردی برای برطرف کردن این خلأ که یکی از دلایل پرخاشگری و کاهش سطح کیفیت زندگی زوجین می شود، سکوت کردن در هنگام خشم و پرخاشگری بوده و فرصتی فراهم می کند در راستای به کار بردن دیگر روش های کنترل پرخاشگری.

واژگان کلیدی: سکوت، خشم، پرخاشگری، کیفیت زندگی