

نقش سلامت روان مادر در تربیت دینی کودک

فاطمه اصغری^۱

چکیده

سلامت روان به نحوه تفکر افراد کنترل رفتار و تنظیم احساسات گفته می‌شود و شامل رفاه روانی اجتماعی و عاطفی است سلامت روان بر طرز فکر و احساس و نحوه برخورد تأثیر دارد و در ارتباط با دیگران و کمک کردن و مدیریت استرس کمک میکند تربیت اخلاقی تربیتی نیاز جایگاه ویژه‌ای برخوردار است و یکی از مهم‌ترین نظام‌های تربیتی است که مادر با استفاده از آموزه‌های دینی، اخلاق و معنوی به تربیت فرزندان خود می‌پردازد. اگر مادری از سلامت روان برخوردار نباشد و تربیت دینی نداشته باشد نمی‌تواند به تربیت فرزند و شکوفایی و موفقیت او بپردازد؛ زیرا این مادر است که در لحظه‌لحظه‌های زندگی کودک حتی قبل از تولد همراه اوست و رفتار مادر و اندیشه‌اش و حتی رفتار دیگران با مادر تأثیر مستقیم بر رفتار و اندیشه کودک دارد؛ ولی اگر کودکی در سال‌های ابتدایی زندگی خود با قرآن و آموزه‌های دینی آشنا شود از سلامت روان و سازگاری اجتماعی برخوردار می‌شود و در زندگی خویشتن‌دار می‌شود؛ چون در دین اسلام به تمامی ابعاد زندگی انسان‌ها توجه شده و راهکارهای تربیتی زیادی ارائه شده است. مادری که از سلامت روانی برخوردار است و از تربیت دینی بهره‌مند شده می‌تواند فرزندان را تربیت کند که آرامش، اعتماد به نفس و تقوای الهی داشته باشند و بحران هویت، اضطراب، افسردگی و بسیاری از اختلالات روانی را نداشته باشد و در زندگی هدفمند بوده و بر مشکلات غلبه پیدا کند. مادر برای داشتن فرزند صالح اول باید خودسازی کرده و تقوای الهی داشته باشد و فرزندان خود را با خدا و معصومین (علیه‌السلام) آشنا کند.

در این پژوهش که به شیوه کتابخانه‌ای و مراجعه به مقالات و تحقیق‌های چاپ شده گردآوری شده است سعی می‌شود به بررسی نقش سلامت روان مادر در تربیت دینی فرزند پرداخته شود و از نتایج به دست آمده به این نتیجه می‌رسیم که سلامت روان مادر و برخورداری او از تربیت دینی

باعث تربیت فرزندانی شایسته و نمونه شود و باتربیت چنین فرزندانی جامعه روزبه‌روز شکوفاتر و پیشرفته‌تر می‌شود و انسان‌ها در کنار هم زندگی آرام و بهتری خواهند داشت.

واژگان کلیدی: سلامت روان، مادر، تربیت دینی، کودک.

مقدمه

یکی از عوامل مهم پیشرفت و شکوفایی انسان، خانواده است. طبق نتایج علوم روان‌شناسی بسیاری از اختلالات روانی انسان، ریشه در کودکی و تربیت وی در خانواده است؛ بنابراین بحث از سلامت روانی اعضای خانواده یکی از مباحث و مطالعات مهم در علوم انسانی است.

در این میان مادر به‌عنوان اینکه تعامل بیشتری با کودک خود دارد، داشتن معیارهای تعریف شده در وی امری مهم و اساسی است؛ زیرا هرگونه اختلال در امر تربیت، تبعات جبران‌ناپذیری در سرنوشت انسان ایجاد خواهد نمود. با توجه به اینکه در منابع دینی به نقش مادر در تربیت انسان اهمیت زیادی قائل شده است به‌تبع آن به سلامت روان مادر نیز توصیه‌ها و نکاتی را لحاظ نموده است.

مطالعه درباره مسئله حاضر قدمتی به طول حیات انسان دارد؛ چرا که تعلیم و تربیت در فطرت انسان سرچشمه می‌گیرد.

در رابطه با منابع بررسی شده در مسئله پژوهش حاضر می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

۱. مقاله‌ی «نقش زنان در سلامت جسم و روان خانواده از منظر قرآن و عترت»،

نویسنده: زهرا باباپور، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بندرعباس، ۱۴۰۱ ه.ش

در این مقاله، نویسنده به این نتیجه دست‌یافته است که خانواده‌ای که می‌خواهد صاحب فرهنگ و تمدن والایی باشد باید در مسیر سلامت جسم روان پیش‌تاز باشد. در این پژوهش مطلق آثار سلامت روان زنان در خانواده را مورد بررسی قرار داده است و درباره نقش آن برای تربیت کودک به‌صورت تخصصی، مختصر اشاره شده است.

۲. مقاله‌ی «اثربخشی آموزش مدیریت رفتار کودکان به مادران بر سلامت روان مادران و نشانگان اختلال نارسایی توجه بیش‌فعالی در کودکان»، پدیدآور: فرزانه لطفعلیان، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، ۱۳۹۳ ه.ش.

۳. پیش‌بینی سلامت روان مادران کودکان عقب‌مانده ذهنی براساس تأثیر بهزیستی معنوی و راهبردهای خود تنظیمی»، پدیدآور: رقیه میرزایی ملاباشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اردبیل، دانشکده علوم انسانی، ۱۴۰۰ ه.ش.

با بررسی در پیشینه‌های فوق؛ بیشتر پژوهش‌های صورت گرفته در این مسئله به نحو تحقیق میدانی و محدود به موقعیت خاصی نگارش یافته شده است و روش گردآوری و تجزیه و تحلیل تحقیقات بیشتر با رویکرد روان‌شناسی بوده است. ولی پژوهش حاضر باهدف رویکرد قرآنی و دینی درصدد بیان اهمیت جایگاه سلامت روان مادر در تعلیم و تربیت کودک است.

۱. تربیت دینی کودک

۱-۱. تربیت دینی

تربیت دینی؛ یعنی تربیت بر اساس دین. به عبارت دیگر؛ اهداف، اصول و روش‌های تربیتی که از دین گرفته شده است. اسلام تنها دین جامع و دارای نظام تربیتی است؛ زیرا هیچ مسئله تربیتی نیست که اسلام درباره آن راهنمایی نداشته باشد و فقط اسلام دارای اهتمام تربیتی جامع است.^۱ تربیت دینی باعث نظم و زمینه رشد آنچه در فطرت انسان است. سبک زندگی اسلامی یکی از بهترین روش برای تربیت دینی کودکان است؛ زیرا آموزه‌های این مکتب، انسان را به سعادت و کامیابی می‌رساند.

در آموزه‌های دینی برای والدین به جهت مسئولیت‌هایشان سفارش‌هایی شده است. در حدیثی از پیامبر اکرم (صلی‌الله علیه و آله) چنین آمده است: «اگر پدر و مادر بسم‌الله الرحمن الرحیم را به فرزند خود یاد دهند خداوند آتش جهنم را از آنها دور خواهد کرد.»^۲ براین اساس، این تربیت دینی، عامل کنترل‌کننده و بازدارنده وجدان اخلاق است.

۳

یکی از وظایف مهم دینی والدین، تربیت دینی کودک است که باید بر مبنای منابع اسلامی باشد. برای تربیت دینی کارکردهایی لازم است. مانند؛ اصالت خانواده، پرهیز از هر کاری که باعث تزلزل شود، باید اعتدال در زندگی جریان داشته باشد و تلاش شود

^۱. فقیهی، رابطه تربیت دینی کودک با سبک زندگی اسلامی، ص ۲.

^۲. طبرسی، مکارم الاخلاق، ج ۱، ص ۹۰.

^۳. حیدری و همکاران، تدوین الگوی جامع تربیت دینی کودک براساس اندیشه تربیتی ابن سینا، ص ۲۷.

که از افراط و تفریط دور باشد؛ زیرا هر دو از رذایل اخلاقی هستند.^۱ این تربیت دین است که در اخلاق مردم دخالت و همه را به اصلاح دعوت می‌کند. اگر در دنیا فضیلت، کمال و سعادت است، مدیون تربیت دینی است که انبیا از طرف خداوند برای بشریت هدیه آورده و اگر ملّتی این تربیت دینی را رها کند در مفاسد اخلاقی غرق می‌شوند.^۲

بهترین ارث پدر برای فرزندان، تربیت دینی است، امام سجاد (علیه السلام) تربیت را از مهم‌ترین تکالیف والدین می‌داند و در قرآن هم یکی از وظایف انبیا الهی، تربیت دینی مردم است.^۳ لذا برای تربیت دینی یک کودک هر یک از پدران و مادران قبل از ازدواجشان باید همسر مناسبی جهت تربیت دینی یک فرزند صالح انتخاب کنند.^۴

تربیت دینی، حق کودک است. این تربیت نزد خداوند آن قدر گرامی است که در آیاتی از قرآن کریم به آن اشاره کرده است.^۵ علاوه بر قرآن، در روایات آمده است تربیت کودک باید بیست سال قبل از تولد کودک انجام شود؛ یعنی فردی که می‌خواهد در آینده صاحب فرزندی شود اول باید به تربیت خویش بپردازد، در حرام و حلال مراعات لازم را داشته باشد، با خدا ارتباط قلبی پیدا کند، واجبات و محرمات را رعایت کند، علاوه بر آن برای کسب فضیلت‌های اخلاقی تلاش کند و برای داشتن فرزندان سالم و صالح که بتوانند برای جامعه سودمند باشد از خداوند منان خواستار باشد؛ لذا تربیت فرزند قبل از تولد صورت می‌گیرد. مادر در هنگام وضع حمل کودکش باید با دعا، ذکر، توکل برای داشتن فرزندی صالح اقدام کنند و در خوراکش هم وقت داشته باشد اینکه چه می‌خورد و خوراکش از راه حلال به دست آید و خود خوراک هم حلال باشد؛ چرا که حلال، طیب و طاهر بودن لقمه در تربیت دینی کودک تأثیرات فراوانی دارد و یا هنگام معاشرت زن و مرد، باید نام خدا برده شود تا شیطان در آن نطفه مداخله نکند؛ زیرا حساس‌ترین لحظات سرنوشت‌ساز هر فرد در زمان انعقاد نطفه است. بعد از تولد هم خانه

^۱. جواد آملی، سروش هدایت، ج ۲، ص ۱۵۲.

^۲. همو، تفسیر تسنیم، ج ۱۰، ص ۲۲۷.

^۳. همو، جامعه در قرآن، ص ۲۵.

^۴. کاویانی، پژوهش‌های اسلامی جنسیت و خانواده، ص ۳۰.

^۵. جواد آملی، تفسیر تسنیم، ج ۱۱، ص ۷۴.

جنسی با نامحرم اتفاق می‌افتد. در این صورت است که مقام آنان از حیوانات هم پست‌تر می‌شود.^۱

گذشته از این، خوراک مادران هم در شکل دهی رفتار فرزند اثرگذار است. ائمه معصومین (علیهم‌السلام) نسبت به خوراک مادران باردار سفارش‌هایی کرده‌اند، اینکه مادر هنگامی که باردار است میوه به بخورد تا فرزندش خوش صورت و خوش سیرت شود.^۲ و در جای دیگر حضرت پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله) می‌فرمایند: «به زن باردار در آخرین روزهای بارداری خرما بخورانید تا فرزندش بردبار و شجاع گردد.»^۳ لذا مادران باید دقت داشته باشند که چه چیزی می‌خورند. آیا این خوراکی که تناول می‌کنند حلال است یا حرام چه خاصیتی دارد، یا از تمام ویتامین‌ها استفاده می‌کنند یا نه؛ زیرا برخی خوردنی‌ها مضر هستند اگر مادر در خوردن آن‌ها زیاده روی کند ممکن است کودک از لحاظ روحی و روانی و یا حتی جسم آسیب ببیند و برخی خوردنی‌ها حرام است و یا مشکوک به حرام هستند نباید خورده شوند؛ زیرا تأثیر منفی در رفتار کودک می‌گذارد.

حضرت فاطمه زهرا (سلام علیها) که مادری نمونه برای امت اسلامی معرفی شده است خود از مادری باگذشت و پدری چون حضرت محمد مصطفی (صلی الله علیه و آله) به وجود آمده است. او که مکتب نرفته و دانش علمی و عملی خویش را غیر از وحی پدر بزرگوارشان که کتاب و استادی ندیده، معجزه آسا صاحب مصنف فاطمی می‌شود که از اخبار غیبی مطلع است.^۴ پس برای داشتن فرزند صالح، اول باید پدران و مادران خود صالح باشند. مادرانی می‌توانند نگهبان ولایت فاطمی باشند که بر محور دوستی اهل بیت (علیهم‌السلام) مشتاق اجرای دستورات آنان باشند و فرزندان خود را آنگونه که آنان سفارش کرده‌اند تربیت کنند.^۵

^۱. جواد آملی، تفسیر تسنیم، ج ۱۷، ص ۲۷۳.

^۲. مجلسی، حلیه المتقین، ص ۹۲.

^۳. طبرسی، مکارم الاخلاق، ص ۱۶۹.

^۴. جواد آملی، تفسیر تسنیم، ج ۲، ص ۱۴۵.

^۵. همان، ص ۱۴۹.

قطعاً مادران در سعادت فرزندان نقش والایی دارند؛ پس برای اینکه زنان از انزوا دور شده و در تربیت کودکان اثر مثبت داشته باشند، لازم است که پیشرفت علمی و عملی داشته و هر چیزی که در تأمین زندگی سعادت‌مندانه مؤثر است برخوردار گردند.^۱

براین اساس، فرزند را باید طوری تربیت کرد که نه منزوی و خجالتی باشد و نه خیلی گستاخ؛ زیرا در هر صورت به خود و جامعه آسیب وارد می‌کند. برای داشتن تربیت صحیح، مادران وظیفه دارند که در اجتماع و در مناسبات دینی شرکت کنند و کودکان را با عبادات و مراسم دینی به تدریج آشنا کنند. پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله) تأکید می‌کنند که والدین به ویژه مادران باید از کودکی فرزندان را به عبادت عادت دهند.^۲

وقتی مادران نماز را اول وقت بخوانند و مراقبه داشته باشند کودک نیز به نماز اول وقت گرایش پیدا می‌کند؛ چرا که کودکان فطرتی سالم و پاک دارند و قلبشان آماده‌ی ارتباط با خداوند را دارد. وظیفه والدین است که فرزندان خود را از هفت سالگی به نماز خواندن تمرین دهند تا وقتی به تکلیف رسیدند با جان و دل به نماز عادت کنند و با آن خوگیرند.^۳ این مادران هستند که می‌توانند تربیت دینی را برای فرزندان خود آموزش دهند و باید به این توجه داشته باشند که کوتاهی در این امر مهم پیامدهای نامطلوبی به همراه خواهد داشت. این مادر است که ویژگی‌های نیک را در وجود فرزند پدید می‌آورد. کودکان از والدین خود تقلید می‌کنند و یاد می‌گیرند در برابر صحنه‌های گوناگون چه عکس‌العملی نشان دهند. از آن‌ها یاد می‌گیرند که چگونه بر خود مسلط باشند و در برابر خشم یا دیگر احساسات ناشایست چگونه بر آن غلبه کنند.^۴

۴-۲ نقش محبت در تربیت

مادر با ابراز محبت و علاقه به فرزند خود می‌تواند رابطه خوبی با او برقرار کند و طبق فطرت و سرشتش با او رفتار کند. انسان‌ها فطرتاً محبت و مهربانی را دوست دارند و این از مهمترین و زیبا ترین نعمات الهی است و خداوند محبت پدر و مادر را در دل فرزندان قرار داده و مادر می‌تواند بوسیله این دوستی فرزند خود موعظه کند و فرزند به مخالفت با او

^۱. همان، ص ۱۵۱.

^۲. ابوداود، سنن ابوداود، حدیث ۴۹۵.

^۳. جوادى آملی، جرعه‌ای از صهبای حج، ص ۲۲۲.

^۴. مصباح، نقش والدین در تربیت دینی کودک از نظر پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله) و امام صادق (علیه السلام)، ص ۷.

نمی‌پردازد. جایگاه عواطف در قلب انسان است و از دیدگاه علامه طباطبایی (ره) عواطف به عنوان یکی از مولفه های شخصیت انسان است برخی از عواطف نتیجه و اثر منفی بر عملکرد افراد دارد مانند بخل ، دروغ ، حسادت و ولی برخی از عواطف نتیجه و اثر مثبتی دارد مثل عفو ، نفاق ، ایثار و....

حضرت علی (علیه السلام) می‌فرمایند ((من احب شیئا لهجه بذکره)) هر چیزی را که دوست بدارد به یاد آن حریص می‌شود.

نتیجه‌گیری

از مجموعه آیات و روایاتی که بررسی شد میتوان فهمید که مادر نقش مهمی در تربیت و پرورش کودک دارد و مادری که خودسازی کرده و خود به فرامین الهی و سفارشات پیامبران و امامان عمل میکند و دارای تربیت دینی است میتواند فرزندی صالح و با تقوا پرورش دهد چون در دین اسلام راهکار های بسیار زیادی برای درست تربیت کردن فرزند وجود دارد و برای هر مشکلی چندین راه چاره قرار داده شده است و مادر آگاه و با ایمان می‌تواند با استفاده از این دستورات، مسایل و مشکلات مربوط به تربیت فرزند خود را حل کند از سوی دیگر در زمان بارداری میوه ها و خوردنی های حلال و پاکیزه در زیبایی و خصوصیات او مانند برد باری، شجاعت، صداقت، ایمان و ... اثر میگذارد و بعد از تولد هم حالات روحی و معنوی مادر در فرزند ادامه مییابد و مادر میتواند با الگو قرار دادن اعمال خود مثل نماز خواندن، روزه گرفتن، راستگویی، بخشش و ... تاثیر زیادی در فرزند خود داشته باشد و مادر در همه مراحل تربیت باید با مهربانی و شفقت با فرزند خود رفتار کند تا فرزند حرف های او را قبول کند و انجام دهد و هدف ما از تربیت پرورش فرزندی صالح و با تقوا است.

حضرت علی (علیه السلام) به امام حسن (علیه السلام) می‌فرمایند ((دل نوجوان مانند زمین خالی است که هر بذری در آن کاشته شود می‌روید.))^۱ (نهج البلاغه)

فهرست منابع و مأخذ

* قرآن کریم

*. نهج البلاغه

۱. ابوداود، سليمان بن اشعث، سنن ابوداود، قاهره- مصر، دارالحديث، ۱۴۲۰.
۲. اميني، ابراهيم، اسلام و تعليم و تربيت، قم، بوستان كتاب، ۱۳۸۷.
۳. جوادى آملی، عبدالله، تفسير تسنيم، ج ۱۰ و ۱۷، قم، اسراء، ۱۳۹۱.
۴.، جامعه در قرآن، قم، اسراء، ۱۳۹۰.
۵.، جرعه‌ای از صهبای حج، قم، اسراء، ۱۳۹۲.
۶.، حق و تکلیف در اسلام، چاپ اول، قم، اسراء، ۱۳۸۴.
۷.، زن در آینه جلال و جمال، قم، اسراء، ۱۳۷۸.
۸.، سروش هدایت، ج ۲، قم، اسراء، ۱۳۸۶.
۹.، مبادی اخلاق در قرآن، قم، اسراء، ۱۳۸۸.
۱۰.، نظارت در قرآن تفسير موضوعی، قم، نشر اسراء، ۱۳۸۶.
۱۱.، وحی نبوت در قرآن، چاپ اول، قم، اسراء، ۱۳۸۱.
۱۲. حرعاملی، محمد بن حسن، وسائل الشيعه، ج ۲۱، چاپ دوم، قم، دفتر انتشارات اسلامی، ۱۳۹۴.
۱۳. دهنوی، حسین، شمیم مهر: پرسش و پاسخ تربیت کودک و نوجوان گفت و گوی رادیویی قم، خادم الرضا (علیه السلام)، ۱۳۸۴.
۱۴. طبرسی، حسن بن فضل، مکارم الاخلاق، الشریف الرضی، قم، ۱۳۷۰.
۱۵. مجلسی، محمدباقر، حلیه المتقین، قم، مسجد مقدس جمکران، ۱۳۸۸.
۱۶. مکارم شیرازی، ناصر، تفسیر نمونه، تهران، دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۷۴.
۱۷. اکبر هاشمی رفسنجانی، فرهنگ قرآن

مقالات

۱. برگه اطلاعات سلامت روان، سازمان منطقه‌ای بهداشت جهانی اروپا، ۶۰۱۸.
۲. تراشیون، آداب شیردادن در اسلام، پرسمان کودک، ۱۳۹۴/۶/۱۱.
۳. حافظی، علیرضا، «بررسی لحاظ شدن مؤلفه‌های تربیت دینی در مجلات رشد کودک: مطالعه‌ای براساس تحلیل محتوا»، تربیت اسلامی، ش ۲۴، ۱۳۹۶.

۴. حیدری و همکاران، ناهید، سعید، علی، «تدوین الگوی جامع تربیت دینی کودک براساس اندیشه تربیتی ابن سینا»، اسلام و پژوهش‌های تربیتی، ش ۲، ۱۳۹۹.
۵. فقیهی، علینقی، «رابطه تربیت دینی کودک با سبک زندگی اسلامی»، پژوهش‌نامه تربیت تبلیغی، ش ۱، ۱۳۹۲.
۶. کاویانی، محمود، «پژوهش‌های اسلامی جنسیت و خانواده»، مطالعات زنان، ش ۹، ۱۴۰۱.
۷. مصباح، معصومه، «نقش والدین در تربیت دینی کودک از نظر پیامبراکرم (صلی الله علیه و آله) و امام صادق (علیه السلام)»، فصلنامه‌ی علمی پژوهشی تربیت اسلامی، ش ۲، ۱۳۹۶.
۸. مکی آیادی، ملاک‌های سلامت روان، <https://schealth.sums.ac.ir/ZJWC>.