

بسم الله الرحمن الرحيم



شورای عالی حوزه علمیه قم

مرکز مدیریت حوزه های علمیه خاوران

مدرسه علمیه بقیه الله الاعظم (عج)

شهرستان بهارستان

«تأثیر چالشهای خانواده بر سلامت جسمی و روانی زنان»

پژوهشگر

فاطمه سادات موسوی

پاییز ۱۴۰۳

«تأثیر چالش‌های خانواده بر سلامت جسمی و روانی زنان»

فاطمه سادات موسوی^۱

چکیده

ضرورت تحقیق: خانواده قدیمی‌ترین نهاد اجتماعی در تمام طول تاریخ بشر بوده است و مؤثرترین عامل تربیت و سلامت روحی روانی و جسمی فرزندان، همسر و جامعه زنان می‌باشد و اولین شرط داشتن جامعه ای سالم و پویا در گرو نقش آفرینی سازنده زنان در خانواده است.

اهمیت و اهداف: زنان نیمی از جمعیت جامعه را تشکیل می‌دهند اما هنوز هم با مشکلاتی دست و پنجه نرم میکنند که جز از راه آگاه سازی و تلاش جمعی گشایشی در آن ممکن نخواهد بود از این رو هدف اصلی این نوشتار بررسی تأثیر چالش‌های خانواده بر سلامت جسمی و روانی زنان می‌باشد.

روش تحقیق: مقاله حاضر با روش توصیفی تحلیلی با استفاده از روش کتابخانه ای بررسی میکند که آیا خانواده در جلوگیری از آسیب‌های جدی به زنان می‌تواند نقشی داشته باشد؟ چالش‌های خانواده بر سلامت جسمی و روانی زنان چه تأثیری دارد؟ و راهکارهای مقابله و کنترل چالش‌های پیش رو چیست؟

کلیدواژه‌ها: خانواده، چالش، زن، جامعه

^۱ طلبه سطح دو. حوزه بقیه الله الاعظم عجل الله تعالی فرجه الشریف. fama1719096@gmail.com

مقدمه

انسان موجودی اجتماعی است که پیش از هر چیز به خانواده نیاز دارد، چنان که برای تحقق بخشیدن به فرایند رشد و تکامل خویش به ارتباط با دیگران نیازمند است و رشد، شکوفایی و تکامل او در گرو ارتباط با دیگران و سختیها و مشکلات این مسیر می باشد؛ چرا که راه کمال بی پایان است. و در هر مرحله از مراحل زندگی و رشد، یک سلسله نیازهای ویژه درونی وجود دارد که خود را در عمل ارتباط با دیگران نشان داده و انعکاسی از نیاز درونی انسان نسبت به خواسته ها و ایده آل های او است. در خانواده است که نقاط ضعف و قوت شخصیت انسان بدون هیچ گونه ترس یا ملاحظه ای آشکار می شود. خانواده در فرهنگ اسلامی و اساساً هر جامعه ای اهمیت بسیار زیادی دارد. خانواده یک واحد اجتماعی است که هدف از آن در نگاه قرآن، تأمین سلامت روانی برای سه دسته است؛ زن و شوهر، پدر و مادر و فرزندان. همچنین هدف، ایجاد آمادگی برای برخورد و رویارویی با پدیده های اجتماعی اس. تعریف چالش مقاله حاضر بر اساس پژوهش متخصصان علوم اجتماعی زنان انجام شده و به معرفی چالش های پژوهش علوم اجتماعی زنان از منظر آنان پرداخته است از جمله: مقاله چالشهای روزمره زندگی زنان حاشیه نشین شهر تهران نوشته زهرا میرحسینی و همکاران، بررسی رابطه مهارت حل مسئله و احساس امنیت در بین زنان نوشته سیروس احمدی و الهام فرهادی بررسی شده است. وجه تمایز نوشتار حاضر با مقالات دیگر در این است که در این نوشتار بعضی از چالشهای پیش روی زنان با علل و بعضی راهکارهای حل آنان را بررسی شده است. این مقاله که بصورت توصیفی-تحلیلی می باشد، با استفاده از مقالات معتبر و اسناد کتابخانه ای به بررسی اهمیت و جایگاه و حقوق اجتماعی زنان در جامعه از منظر اسلام پرداخته شده است. براین اساس مقاله پیش رو با روش توصیفی تحلیلی و گردآوری کتابخانه ای به بررسی مطالب زیر پرداخته و در صدد پاسخگویی به این سوال اصلی بوده است :

۱_ چالش های خانواده بر سلامت جسمی و روانی زنان چه تاثیری دارد؟ ۲_ چگونگی نقش خانواده در پیش گیری و کمترشدن شدت آسیب بر سلامت جسمی و روانی زنان در اسلام. ۳_ راهکارهای مقابله و کنترل چالش های پیش رو در اسلام چیست.

و با توجه به این موضوع که تحقیق و پژوهش در این باب از ملزومات زندگی زنان جامعه بشری است، این مقاله را تنظیم کرده تا به هدف اصلی که روشنگری است و درک بهتر جایگاه زنان است برسیم.

انشاءالله

۱_ چالش‌های خانواده بر سلامت جسمی و روانی زنان چه تاثیری دارد؟

از نظر روانی، زن دارای عواطفی رقیق و قلبی مهربان و دارای غریزه پرستاری و مهرورزی و صلح جویی و به طور طبیعی یک زن سالم بدور از پرخاش، جنگ و خصومت است. از این رو وجود او می‌تواند تعدیل‌کننده احساسات خشونت بار و جنگجویانه مرد در بیرون و در خانه باشد. سلامت روان در زنان موجب شادی و نشاط و بالا رفتن حس اعتماد به نفس در آنان میشود، فقدان آن اضطراب، استرس، دلهره و ناامیدی از زندگی را به همراه خواهد داشت.

آنچه در اینجا توجه به آن بسیار حائز اهمیت است، این است که چگونه باید از این منبع بسیار با ارزش حفاظت کرد و در رشد و گسترش آن کوشید تا خرابی و فساد در آن راه نیابد و نسل بشری متضرر نگردد؟

ویل دورانت نیاز اصلی زن در زندگی زناشویی را مورد محبت و توجه مرد واقع شدن می‌داند و در این باره می‌نویسد: «زن وقتی زنده است که معشوق باشد و توجه به او مایه حیات اوست.» و در جای دیگر می‌نویسد: «می‌گویند زنان بیشتر به دنبال ستایش‌ها و تحسین‌های مطلق و مبهم مردانند و بیشتر می‌خواهند که مردان به خواست آنها توجه کنند و این امر از میل آنها به لذت جنسی بیشتر است؛ در خیلی از موارد لذت محبوب بودن آنها را بیشتر خرسند می‌سازند»^۲

در مقابل، اگر زنان مورد بی‌مهری و بی‌توجهی قرار گیرند و یا تحقیر شوند، بیش از دیگران در معرض ناراحتی‌ها و مشکلات روانی قرار می‌گیرند و سلامت روانی خود را از دست می‌دهند. آنان زمانی می‌توانند این نیاز را در خود تأمین کنند که ارزش واقعی خود را به عنوان یک انسان از دست ندهند. مسئله مهم این است که زن از چه راهی می‌تواند ارزش واقعی خود را حفظ کند؟ اسلام و سایر ادیان الهی بهترین عامل حفظ ارزش زن را «حجاب» می‌دانند. بی‌تردید حجاب و خودداری‌های ظریفانه زن، او را در نظر مرد محبوب می‌کند و مرد را آماده فداکاری و جان‌فشانی برای او می‌کند. در واقع نقش مهم حجاب برای زن، حفظ جایگاه معشوقیت اوست.

فلسفه پوشش و منع کامیابی جنسی از غیر همسر شروع، از نظر اجتماع خانوادگی این است که همسر قانونی شخص، از لحاظ روانی، عامل خوشبخت کردن او به شمار می‌رود؛ در حالی که در

^۲ دورانت، ویلیام جیمز. (۱۴۰۱)، لذات فلسفه، ترجمه عباس زریاب خویی، چاپ سی و چهارم، تهران، انتشارات علمی و فرهنگی

در بعد فردی سلامت روانی، ازدواج زمینه مناسبی را برای ارضای نیازهای فیزیولوژیک و روانی فرد فراهم می کند. یکی از این نیازهای فیزیولوژیک، نیاز به برقراری رابطه جنسی است. ازدواج بهترین بستر برای ارضای نیازهای جنسی است و برقراری رابطه جنسی در چارچوب خانواده، مناسب ترین و مطلوب ترین الگوی رفتار جنسی محسوب می شود. به طور کلی ارضای نیاز جنسی، به ارتقای سطح سلامت روانی فرد کمک می کند و بی توجهی به این نیاز، در فردی که به طور مداوم در معرض تحریکات جنسی قرار داشته باشد، منجر به احساس تنیدگی و فشار روانی می شود.

ولی شیوه ارضای این نیاز و بهنجار و اخلاقی بودن آن، در تامین سلامت روانی فرد بسیار حائز اهمیت است. به گونه ای که در بیشتر جوامع امروزی، روابط جنسی بهنجار، در محدوده ازدواج و در چارچوب نظام خانواده تعریف شده است و لذا کمترین پیامد روانی تجارب جنسی خارج از محدوده خانواده، ایجاد اضطراب و احساس گناه در فرد است. همچنین طبق بررسی های انجام شده توسط «استون»، در کتاب «پاسخ به مسائل جنسی و زناشویی»، برخلاف تصور ابتدایی و ظاهری برخی افراد، روابط جنسی پیش از ازدواج، بستر مناسبی برای اجرای بهتر روابط زناشویی ایجاد نمی کند و در عین حال در طولانی مدت فرد را دچار کاهش علاقه و تمایل نسبت به طرف مقابل می سازد.

ازدواج علاوه بر ارضای نیازهای زیستی، در ارضای نیازهای روانی و عاطفی افراد نیز موثر است. دوست داشته شدن و مورد تمجید قرار گرفتن در روابط میان همسران، عزت نفس آن ها را افزایش می دهد و به شادکامی و ارتقای سطح رضایت از زندگی آن ها کمک می کند. همچنین احساس همدلی و درک در میان همسران، میزان فشار روانی حاصل از رویدادی استرس زای زندگی را برای هر یک از آن ها کاهش می دهد. همچنین ازدواج، مردان را مقتدرتر می کند و آینده شغلی بهتری را برای آن ها رقم می زند. تحقیقات نشان می دهد که مردان متاهل نسبت به مردان مجرد طول عمر بیشتری دارند.

البته زنان در مقایسه با مردان، از ازدواج بهره های روانی بیشتری می برند، به طوری سطح کلی شادمانی و رضایت از زندگی زنان بیش از مردان به رضایت زناشویی آن ها بستگی دارد، به طوری که یک مطالعه فراتحلیلی که بر روی ۹۳ پژوهش انجام شده است، نشان داده است که ازدواج موفق در میان عوامل دیگر موثر بر رضایت از زندگی، بیشترین میزان شادی و رضایت را برای زنان به دنبال داشته است.

۶. تولد فرزند و تاثیر آن بر سلامت روانی همسران

تولید فرزند، مخصوصاً فرزند اول، رویدادی تنش‌زا برای زنان محسوب می‌شود و آن‌ها را وادار می‌کند که علاوه بر نقش‌های پیشین خود، نقش جدید مادری را نیز بپذیرند. پذیرش این نقش در ماه‌های اولیه پس از تولد فرزند، زن را دچار تعارض نقش می‌کند، به طوری که بسیاری از همسران جوان، گزارش می‌کنند که با تولد اولین فرزند خود، تغییرات منفی‌ای را در عزت نفس و روابط زناشویی خود احساس می‌کنند. ممکن است با تولد اولین فرزند، روابط منعطف پیشین بین همسران، به روابطی ایستا و خشک تبدیل شود ولی این مرحله حالت گذرا و موقتی دارد به طوری که «سالوادور منوچین»، بنیانگذار رویکرد خانواده درمانی ساختاری، به خانواده درمانگران هشدار می‌دهد که درد سرهای فرزندپروری را با آسیب‌شناسی خانواده اشتباه نگیرند و توجه داشته باشند که خانواده‌های بهنجار و سالم نیز، هم‌زمان که با تغییر و تحولات زندگی انطباق پیدا می‌کنند، ممکن است دچار اضطراب، پریشانی و آشفتگی شوند و در این مراحل گذار، تنها باید به این خانواده‌ها کمک کرد تا با ایجاد تغییر در ساختار خانواده‌شان بتوانند با موقعیت‌های جدید ایجاد شده، کنار بیایند. با وجود تمام مشکلات ذکر شده، بررسی‌ها نشان می‌دهد که متاهلان دارای فرزند، از متاهلان بدون فرزند، شادتر هستند. همچنین بررسی‌های دیگری در حوزه روان‌شناسی خانواده نشان داده است که تجربه مادر شدن، عزت نفس فرد را افزایش می‌دهد. و عشق ورزیدن به فرزند و برقراری تماس جسمانی با او، خلق والدین را بالا می‌برد. در مقابل، ناباوری به عنوان یکی از تلخ‌ترین تجربه‌های زندگی افراد، اتفاقی بسیار استرس‌زا برای همسران محسوب می‌شود و با طیف گسترده‌ای از آسیب‌های روان‌شناختی از جمله کاهش سطح عزت نفس، افزایش تنیدگی و اضطراب، افسردگی، خشم، احساس ناکارآمدی و مشکلات زناشویی همراه است. البته پژوهش‌ها نشان می‌دهد که زنان در این رابطه بیشتر از مردان آسیب می‌بینند و سلامت روانی آن‌ها بیشتر تحت تأثیر قرار می‌گیرد.^{۲۶}

نتیجه گیری :

چالش‌های خانواده می‌توانند اثرات عمیق و گسترده‌ای بر سلامت جسمی و روانی اعضای خانواده بگذارند. مشکلاتی همچون اختلافات زناشویی، بحران‌های مالی، بیماری‌های مزمن و فشارهای ناشی از نقش‌ها و انتظارات، می‌توانند به شدت بر وضعیت روانی و جسمی اعضا تأثیرگذار باشند. این چالش‌ها از طریق ایجاد استرس و فشار روانی مداوم می‌توانند به تضعیف سلامت روانی و ایجاد مشکلات جسمی منجر شوند. و به‌طور کلی، چالش‌های خانواده تأثیرات گسترده‌ای بر سلامت جسمی و روانی اعضا دارند و در صورتی که به‌درستی مدیریت نشوند، می‌توانند منجر به مشکلات جدی شوند. از این رو، تلاش برای حل اختلافات، افزایش حمایت‌های عاطفی و استفاده از راهکارهای روان‌شناختی می‌تواند به حفظ سلامت خانواده و بهبود کیفیت زندگی اعضای آن کمک شایانی کند.

منابع :

قران کریم

۱. آبراکرامی، نیکولاس ۱۳۸۸. درآمدی بر جامعه شناسی، مترجم: جلیلی، هادی. تهران: نشر نی
۲. باباپور، زهرا. گودرزی، مهرآذین. نقش زنان در سلامت جسم و روان خانواده از منظر قرآن و عترت
۳. بلالی، اسماعیل. محبی، سیده فاطمه و حسینی، شیما سادات. ۱۳۹۶. واکافی کیفی چالشهای ایفای هم زمان نقش های دانشجویی و خانوادگی. نشریه علمی-پژوهشی مطالعات راهبردی زنان
۴. تکویر / ۸ و جعفر سبحانی، فروغ ابدیت، ج ۱، ص ۴۸
۵. جوادی آملی، ۱۳۸۳. زن در آینه جلال و جمال. قم: اسراء
۶. دورانت، ویلیام جیمز. (۱۴۰۱)، لذات فلسفه، ترجمه عباس زریاب خوئی، چاپ سی و چهار، تهران، انتشارات علمی و فرهنگی
۷. راه و رسم زندگی، آلکسیس کارل، ص ۸۱
۸. ساروخانی، باقر، مقاله. پژوهشی پیرامون اشتغال زن در تهران
۹. سایت سراج اندیشه. پایگاه اطلاع رسانی علمی آموزشی
۱۰. شکیبایی، معصومه؛ هدایتی، فاطمه؛ عدلی، مریم؛ غلامی، فرود، مروری بر علل و پیامدهای فرار از منزل در دختران. مقاله. بهار ۱۳۹۶
۱۱. ص ۹-۱۶ و سعید محسنی، نفقه زوجه در حقوق ایران با مطالعه تطبیقی در حقوق فرانسه، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه امام صادق ۷
۱۲. طیبی نیا، موسی و احمدی، حبیب. (۱۳۹۲). مدل یابی معادلات ساختاری حجاب و عفاف، مجله علمی پژوهشی زن و جامعه
۱۳. علامه امینی، فاطمه الزهرا، ص ۹۴
۱۴. علی محمدی، کاظم، رئیس خانه یا کارمند اداره؟ خانه داری یا اشتغال زنان؛ کدام یک؟، نشر موسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی. ۱۳۹۴

۱۵. فرهادیان، فاطمه. پیامدهای منفی اشتغال زنان. پایگاه اطلاع رسانی حوزه. مجله
۱۶. کرد زنگنه، جعفر. قاسمی اردهایی، علی. مقاله پیامدهای طلاق برای زنان مطلقه با تاکید بر تفاوت‌های اجتماعی-جمعیتی مرتبط با آن: مطالعه ای در شهر اهواز
۱۷. محمدباقر مجلسی، بحارالانوار، ۱۴۰۳، ج ۱۰۰، ص ۲۲۲
۱۸. محمدباقر مجلسی، بحارالانوار، ج ۹۳، ص ۳۲۴
۱۹. محمدخانی. شهرام. عوامل روانی اجتماعی موثر در فرار دختران از خانه. فصلنامه علمی پژوهشی رفاه اجتماعی ۱۳۸۶ ص ۱۴۹
۲۰. مرتضی مطهری، تعلیم و تربیت در اسلام، ۱۳۶۷، ص ۳۸۹
۲۱. مطهری، مرتضی. (۱۳۸۵). مجموعه آثار، ج ۱۹، تهران، انتشارات صدرا
۲۲. میرزا حسین نوری، مستدرک الوسائل، ج ۱۴، ص ۱۵۳
۲۳. نهج الفصاحه، ح ۱۵۲۰ و ۱۴۷۷ و ۱۷۲۸
۲۴. وسائل الشیعه، ح ۲۷۳۰۶ و ۲۷۳۱۴ و نهج الفصاحه، ح ۲۴۸۱
۲۵. www.asriran.com