

« امنیت اخلاقی خانواده و نقش آن در سلامت روان زنان از منظر اسلام »

رویا پاک مهر^۱

چکیده

ما در این مقاله با عنوان « امنیت اخلاقی خانواده و نقش آن در سلامت روان زنان از منظر اسلام » به دنبال این هستیم که با تحقیق و پژوهش در این زمینه ، راهکارهایی برای بهبود سلامت روان زنان با توجه به وجود امنیت اخلاقی در خانواده با تکیه بر احادیث و آیات قرآن کریم و روایات دینی ارائه دهیم . شاید بتوان این گونه بیان نمود که «امنیت اخلاقی» ، یک دغدغه بزرگ و مهم می باشد که همه مذاهب الهی و حتی مکاتب نوظهور امروزی به دنبال آن بوده و هستند. «امنیت» دارای معانی بسیاری می باشد از جمله یعنی داشتن آرامش نسبی و احساس خطر نکردن. امنیت اجتماعی، شامل مواردی همچون امنیت احترام و آبرو، امنیت جانی، امنیت مالی، امنیت مسکن ، شغل و امنیت اخلاقی می باشد. « امنیت اخلاقی » یکی از مهمترین مباحث اخلاقی در عصر حاضر بوده و هست . جایگاه و اهمیت امنیت اخلاقی در زندگی اجتماعی تا بدانجاست که حتی عمل کردن به قوانین و مقررات اجتماعی نیز بدون پشتوانه اخلاق ممکن نیست و اخلاق، بهترین ضامن اجرای قوانین و مقررات است. از این رو، امنیت اخلاقی، از مهمترین هدفهای مبعوث گردیدن پیامبران به شمار می رود و بدون آن، نه دین برای مردم مفهومی خواهد داشت و نه دنیای آنها به سامان می رسد. الگوبرداری زنان از سیره ائمه معصومین (ع) مهمترین راه و روشی می باشد که زنان با حفظ آن می توانند در امنیت اخلاقی خانواده و جامعه و در نهایت سلامت روان خود و اعضای خانواده سهیم باشند.

روش انجام این تحقیق از نوع « توصیفی » می باشد.

واژگان کلیدی : زنان، امنیت اخلاقی، جامعه، قرآن و روایات، سلامت روان ، خانواده

^۱: سطح دو ، مدرسه علمیه زینبیه

مقدمه

شاید بتوان این گونه بیان داشت که در همه ی ادیان الهی مخصوصاً دین مقدس اسلام با توجه به آیات قرآن کریم و روایات بزرگان دین ، امنیت به معنای عام کلمه و امنیت اخلاقی به معنای خاص آن ، یکی از نیازهای اصلی همه ی افراد جامعه و مخصوصاً زن ها می باشد . امنیت دارای ابعاد مختلفی مثل امنیت جانی و روانی ، اقتصادی، سیاسی و ... می باشد ، اما به نظر می رسد که یکی از مهم ترین ابعاد آن امنیت اخلاقی است . امنیت اخلاقی به این معناست که افراد خانواده یا جامعه از جهت مسائل اخلاقی ایمن باشند، یعنی همانطور که جان انسان ها در امنیت است و کسی حق خدشه وارد کردن به آن را ندارد، افراد خانواده و جامعه باید از جهت اخلاقی نیز ایمنی کامل داشته باشند. البته شکی نیست که اخلاق در ادیان و مکاتب مختلف به شکل های مختلف مطرح می شود و هر مکتب و دینی نگرش خاصی در مورد اخلاق دارد، از این جهت امنیت اخلاقی نیز مصداق های گوناگون می یابد. اخلاق در اصطلاح عالمان این فن، برگرفته از همان معنای لغوی است. از دیدگاه آنان «خلق» در اصطلاح ملکه ای نفسانی است که به اقتضای آن، فعلی به سهولت و بدون نیاز به فکر کردن از انسان صادر می شود. ملکه آن دسته از کیفیات نفسانی است که به کندی از بین می رود و در برابر دسته دیگری از آن به نام حال، به سرعت زوال می پذیرد . سلامت روان زنان ، متأسفانه در کشور ما ایران مورد بی مهری قرار گرفته است و به خاطر همین قضیه ، نظام بهداشت و درمان ، مجبور به تحمل هزینه های سرسام آوری بابت این موضوع می باشد .

تبیین مساله و ضرورت انجام این تحقیق : ما در این مقاله برآنیم تا با بررسی برخی از موارد اخلاقی که رعایت کردن آنها می تواند در سلامت روح و روان زنان ، نقش موثری داشته باشد بتوانیم قدمی هرچند ناچیز در راه استحکام بنیان خانواده ها و سلامت روان زنان کشورمان برداریم .

همچنین به دنبال پاسخ به این سوال اساسی هستیم که « آیا امنیت اخلاقی و پایبندی به اخلاقیات در خانواده می تواند در سلامت روحی و روانی زنان ، تاثیر داشته باشد یا نه ؟ »

مطابق یافته های این پژوهش ، بین جنبه های مختلف امنیت اخلاقی در خانواده و سلامت روان زنان در جامعه رابطه مثبت وجود دارد . یعنی هر قدر که پایبندی به اخلاقیات و اصول اخلاقی در خانواده بیشتر باشد به همان میزان زنان آن خانواده ها از سلامت روان بیشتری برخوردارند و برعکس ؛ هر قدر پایبندی به اخلاقیات و اصول اخلاقی در خانواده ها کمتر باشد ، به همان میزان زنان آن خانواده ها از سلامت روح و روان کمتری برخوردارند.

پیشینه پژوهش : موضوع این مقاله از آن جمله موضوعاتی است که افراد زیادی در این زمینه به تحقیق و پژوهش پرداخته اند که البته به طور مستقیم در باب این موضوع سخنی به میان نیآورده اند . برای نمونه :

- سیده فاطمه نظرپور ، دانشجوی کارشناسی ارشد مطالعات زنان، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی دانشگاه شهید مدنی آذربایجان ، یک مقاله را با عنوان « بررسی شاخص های سلامت روانی زنان از منظر زندگی اسلامی ، روان شناسی و امنیت اجتماعی » در سال ۱۳۹۷ به رشته تحریر درآورده که پس از تایید کمیته علمی چهارمین کنفرانس ملی توانمندسازی جامعه در حوزه علوم انسانی پذیرفته شده است.

- فرج الله هدایت نیا ، عبدالله جوان و نفیسه سادات فاضلیان ، دانشجویهای دکتری مطالعات زنان ، گرایش حقوق زن در اسلام، دانشگاه ادیان و مذاهب قم ، با تالیف مقاله ای با عنوان « بررسی حق سلامت روانی زوجه در قرآن و احادیث فقهی با تاکید بر آثار تربیتی » به بررسی این موضوع پرداخته اند.

اخلاق محوری و سلامت روان زنان

در دین مقدس اسلام ، همواره تاکید بر این شده است که زن باید از سلامت روحی و روانی کامل برخوردار باشد تا بتواند از عهده انجام وظایف و مسئولیت های سنگینی که بر دوش او قرار دارد برآید . یکی از مهم ترین مسائلی که می تواند نقش بسزایی در سلامت روح و روان یک زن داشته باشد امنیت اخلاقی در خانواده و همین طور در جامعه می باشد که در این مقاله سعی داریم تا به مواردی از این مبحث بپردازیم.

یکی از وظایف اصلی زوجه ، آرامش بخشی به زوج است . باید اذعان کرد خداوند متعال ، طبیعت زوجه را طوری به گونه ای خلق نموده که سهم بیشتری از رفتارهای مطبوعی چون مهربانی، نازک دلی، ملاطفت، همدردی و ایثارگری داشته باشند ، به عبارت دیگر موجودی اینچنین باید از خشونت و دیدگاه خشک منطقی که تنها به منافع خویش می اندیشد و اوصافی این چنینی که سبب فاصله گرفتن دیگران از انسان می شود ؛ سهم کمتری داشته باشد.^۱ بنابراین ، با وجود ویژگی های مهم نام برده شده، در وجود زوجه باید دانست که زوج برای شکوفا

^۱ پناهی ، ۱۳۹۳ ، سبک زندگی ، ص ۷۰

کردن این استعدادهای ذاتی زوجه و برای برقراری آرامش او چه وظایفی را باید انجام بدهد . یکی از مهم ترین وظایف در این زمینه ، ایجاد محیط امن و توأم با آرامش برای زوجه است، به عبارت دیگر زوجه باید آرامش دریافت کند که آرامش بدهد . بنا بر تعبیر قرآن که « زن ، آرامش دهنده ی مرد است . » باید در محیطی امن و به دور از تنش زندگی کند. در واقع در محیط امن خانه باید منتظر امنیت و آرامش بود و گرنه از محیط متشنج نمی توان انتظاری به جز تشنج داشت .

علاوه بر ایجاد محیط امن و مملو از آرامش ، یکی دیگر از وظایف زوج ، برای تامین آسایش زوجه ، تلاش برای تامین سلامت روانی زوجه است ؛ زیرا آرامش ، ارتباط مستقیمی با سلامتی روانی زنان دارد و بیماری علاوه بر جسم ، روح و روان آنان را پریشان می سازد . در همین ارتباط ، پیشوایان دین اسلام می فرمایند : « در زندگی بدون سلامتی روحی ، خیری نیست . »^۱

زنان حدود نیمی از افراد جامعه را تشکیل می دهند و در عین حال ، پرورش دهنده ی افراد جامعه هستند . با توجه این که سلامت روان به عنوان یک تعیین کننده اجتماعی موثر بر سلامت قادر است در تعاملی چشمگیر با بهزیستی و بهره وری در جامعه ، نه تنها سلامت روان را در زنان تبیین نموده بلکه به عنوان یک واسطه ، اثرات سایر تعیین کننده ها را بر سلامت روان زنان تسهیل نماید ؛ و از طرفی هیچ وضعیت بهداشتی دیگری از لحاظ شیوع ، تداوم و وسعت مانند مشکلات روانی مطرح نمی باشد^۲ .

از نظر بسیاری از روان شناسان و کارشناسان حوزه تربیت ، امنیت اخلاقی به دو صورت برای افراد یک خانواده حاصل می شود؛ مورد اول این که مسائل اخلاقی در جامعه رعایت شود تا فرد در معرض اعمال غیر اخلاقی مثل

^۱ شیخ صدوق ، ۱۴۱۳ ق ، من لا یحضره الفقیه ، ج ۶ ، ص ۳۷۰

^۲ نظرپور ، سیده فاطمه ، پایان نامه دوره کارشناسی ارشد

خیانت ، تجاوز ، دروغ، مسائل جنسی و غیره قرار نگیرد که در روحیه او تأثیر منفی گذاشته و او را به سوی بی اخلاقی سوق دهد . دوم اینکه فرد از گونه ای مصونیت درونی برخوردار شود تا مسائل غیر اخلاقی بر او اثر نکند یا کمتر تأثیرگذار باشد. از این جهت امنیت اخلاقی دو بعد دارد؛ بعد فردی و بعد اجتماعی ، که هر یک به نوبه خود در شکل گیری امنیت اخلاقی در خانواده و در جامعه تأثیر گذار است . یکی از مهم ترین اثرات وجود امنیت اخلاقی در خانواده ها ، تأثیر آن بر سلامت روان زنان می باشد که در دین اسلام ، نیز بسیار بر این موضوع تأکید شده است و روایات و احادیث متعددی در این زمینه نقل شده است که بیانگر همین موضوع می باشد .

زنان به واسطه نقش محوری و اساسی که در خانواده ایفا می کنند ، در حفظ سلامت جسمی و روانی اعضا ، بسیار تأثیر دارند. بدون تردید هر اقدامی برای حفظ و ارتقای سلامت روان زنان ، در سلامت تمام مردم جامعه موثر خواهد بود. با توجه به مسئولیت های متعدد زنان در خانواده و اجتماع انجام حمایت های همه جانبه از زنان اهمیت بالایی دارد . در مورد سلامت روان یا بهداشت روان ، تعریفات متعددی بیان شده است که به یک تعریف از آنها اشاره می گردد:

سلامت روانی ، به معنای سلامت فکر است و منظور ، نشان دادن وضع مثبت و سلامت روانی است که می تواند به ایجاد تحرک ، پیشرفت و تکامل فردی ، ملی و بین المللی کمک کند ؛ زیرا وقتی سلامت روانی شناخته شد برای دست یابی به آن اقدام می شود و راه تکامل فردی و اجتماعی باز می گردد.^۱

برخی نیز در تعریف سلامت روان گفته اند : از دیدگاه اسلامی ، انسانی که خود آگاهانه با تمامی هستی ارتباطی زنده و پویا و متکامل دارد ، انسانی است از لحاظ روانی سالم . عالی ترین الگوی انسان های سالم، انبیا و اولیای الهی هستند.^۲

^۱ گروهی از نویسندگان ، ۱۳۸۵ ، ص ۱۷۰ ، به نقل از کتاب اصول بهداشت روانی ، ص ۱۳

^۲ احمدی ، علی اصغر ، روان شناسی شخصیت از دیدگاه اسلامی ، ۱۳۸۸ ، ص ۲۰۳

آموزه های دینی و نقش آن در سلامت روان زنان

لزوم توجه بیشتر به آموزه های دینی و تقویت ابعاد معنوی ، همواره به عنوان یکی از راهکارهای بهبود سلامت روان زنان مطرح بوده است . الگوی تصعیدی - معنوی تعامل همسران و نقش آن در سلامت روانی زنان و انسجام خانواده از جمله موارد مطرح شده است . علت اصلی مشکلات خانوادگی در درصد از موارد ، نداشتن الگوی درست زندگی است که باعث رفتارهای بی معنا و بیشتر فردگرایانه در خانواده ، محرومیت تعامل مثبت، عدم تعادل و سردرگمی ، در روابط خانوادگی می شود . تعاملات خوب و سازنده بین زوجین ، زمانی واقعی و پایدار است که تصعیدی و بر مبنای قدرت دهی دریافت مهر باشد . هرچه دریافت مهرورزی زنان از سوی همسرشان به صورت داوطلبانه بیشتر می شود ، سلامت روانی زنان نیز ارتقا می یابد که به تصدیق قدرت و اقتدار همسرانشان از سوی آنان می انجامد . همچنین هرچه میزان خشونت و ضعف ادراک شده زنان از همسرانشان بیشتر می شود ، سلامت روانی آنها، کاهش می یابد که به تمایل بیشتر زنان به تضعیف همسرانشان منجر می گردد .

توکل بر خدا و نقش آن در سلامت روان زنان

یکی دیگر از مفاهیم اخلاقی در فرهنگ اسلامی که در تامین سلامت روانی زنان و جلوگیری از آشفتگی نقش دارد، مفهوم « توکل » است . توکل ، عبارت است از « اعتماد کردن و مطمئن بودن دل بنده در تمامی امور خود به خداوند و حواله کردن تمامی امور خود به پروردگار و بی نیاز شدن از همه قوای دیگر و تکیه بر قدرت و قوت الهی . »

این مفهوم بر این باور اساسی استوار است که در جهان هستی ، غیر از خدای یگانه ، مؤثر دیگری وجود ندارد و همه قدرت ها و گردش ها به خدا منتهی می گردد . « لا حول و لا قوه الا بالله العلی العظيم »

اگر انسان معتقد باشد که سرچشمه تمام قدرت ها خداست و بدون اذن و خواست او کمترین تغییری در عالم به وجود نمی آید و خواست و مشیت الهی در همه جهان هستی جریان دارد و بالاتر از قدرت خداوند قدرتی نیست و تمام خیر و خوبی نزد او و در دست اوست ، در رحله ی بعد به این باور می رسد که پس باید به چنین قدرتی اعتماد کرد و تکیه زد و امیدوار بود و از او بخواهد که ثمرات و آثار تلاش را بر آن مترتب کند و بدین وسیله به آرامش و سلامت روح و روان دست یابد .^۱

ارائه راهکار و پیشنهادات

رعایت شئون اسلامی و اصول اخلاقی در خانواده توسط افراد یک خانواده می تواند نقش بسزایی در سلامت روان زنان داشته باشد ، زیرا هر چقدر این مسائل بیشتر رعایت شود ، استرس و فشار ناشی از عدم انجام این کارها از دوش زنان برداشته می شود و آنان می توانند با خیالی آسوده و با فراغ خاطر به انجام وظایف و مسئولیت های سنگین خود در قابل خانواده بپردازند.

^۱ سوره آل عمران ، آیه ۶

اصلی ترین قدم برای ارتقای سلامت روان زنان این است که برای زنان همانند مردان حق و حقوقی عادلانه قائل شویم و به آن احترام بگذاریم. یادگیری مهارت هایی که بتوان در محیط منزل به امر تولید پرداخت، به نحوی که به ایجاد هویت مستقل بینجامد می تواند برای بسیاری از زنان کمک کننده باشد. کاهش فشارهای ناشی از کارهای روزمره، می تواند اولین دستاوردهای این امر باشد. حضور در انجمن ها، خیریه ها، سازمان های مردم نهاد، شرکت در جلسات دوستانه هفتگی و ... می تواند هدفمندی و انگیزه به زندگی زنان بدهد و آنان را از رخوت و احساس بی ثمری نجات دهد.

حضور بیشتر زنان در انجمن های اولیا و مربیان در مدارس نسبت به مردان نشانه ی خوبی است که اگر فضاهای مناسبی در اختیار زنان قرار داشته باشد، آنها فعالانه و با پشتکار فراوان از آن استقبال می کنند.

نتیجه گیری :

همان گونه که در متن این پژوهش به طور مختصر بیان شد، عوامل اخلاقی فراوانی موجب فروپاشی بنیان خانواده ها گردیده و باعث می گردد تا اعضای یک خانواده رنگ آرامش و آسایش را به خود نبینند و زندگی شیرین خود را هر روز تلخ تر ببینند. با مطالعه این مطالب و بهره جستن از فرامین و رهنمودهای بزرگان دین و قرآن کریم می توان تا حدودی این معطل بزرگ را از بین برد و کمک به دوام و استحکام خانواده ها نمود. بنابراین می توان این

گونه بیان داشت که دین مقدس اسلام همواره همه انسان ها را به سوی پیوند های خانوادگی و آرامش در زندگی هدایت می کند و ما را به سوی خوشبختی واقعی سوق می دهد .

عوامل متعددی که در این مقاله به صورت فهرست وار بیان گردیده ، تنها گوشه ای از این عوامل و دلایل فروپاشی خانواده ها می باشد که می توان گفت مهم ترین عوامل می باشند که با کمک گرفتن از کتاب ها و نوشته های روان شناسان و نویسندگان بزرگوار تالیف شده است .

منابع و مآخذ :

۱. قرآن کریم ، ترجمه مهدی الهی قمشه ای ، تهران، گلبان ، ۱۳۸۰
۲. نهج البلاغه ، ترجمه دشتی ، محمد، انتشارات قدس ، قم ، ۱۳۸۲
۳. احمدی ، علی اصغر ، روان شناسی شخصیت از دیدگاه اسلامی ، تهران، انتشارات امیرکبیر، چاپ هفتم، ۱۳۸۸
۴. پناهی ، علی احمد ، سبک زندگی ، ۱۳۹۳ ، قم ، موسسه پژوهشی امام
۵. سالاری فر ، محمدرضا ، خشونت خانگی علیه زنان ، ، تهران ، ۱۳۸۷ ، انتشارات گلبرگ
۶. شجاعی ، محمد ، درّ و صدف ، نشر محبی ، چاپ هشتم ، ۱۳۸۸
۷. شهید ثانی ، زین الدین بن علی ، ۱۳۸۷ ش ، مسالک الافهام ، قم ، موسسه معارف اسلامیه

۸. شیخ صدوق ، ابوجعفر محمد بن علی ، من لا یحضره الفقیه ، ۱۴۱۳ ق ، ج ۶ ، انتشارات حوزه علمیه قم
۹. عاملی ، شیخ حرّ ، وسائل الشیعه، موسسه آل البیت ، ۱۴۰۹ ق ، قم
۱۰. کاتوزیان ، ناصر ، دوره حقوق مدنی خانواده ، ۱۳۹۹ ، تهران ، گنج دانش
۱۱. مطهری ، مرتضی ، مساله حجاب ، انتشارات صدرا ، ۱۳۸۸ ، تهران
۱۲. مطهری ، مرتضی ، نظام حقوقی زن در اسلام ، تهران ، انتشارات صدرا ، ۱۳۷۹
۱۳. مهدی زاده ، حسین ، حجاب شناسی ، انتشارات مرکز مدیریت حوزه علمیه قم ، چاپ دوم ، ۱۳۸۲
۱۴. مصطفوی ، حسن ، التحقیق فی کلمات القرآن ، مرکز نشر آثار علامه مصطفوی ، شهریور ۱۳۸۵