

نقش مادر در سلامت روانی خانواده از دیدگاه اسلام

معصومه میرزایی^۱

چکیده

موضوع این مقاله نقش مادر در سلامت روانی خانواده از دیدگاه اسلام است. هر یک از اعضای خانواده جایگاه و نقشی بزرگ دارند. اگر به هر دلیلی یکی از آنها نباشد خانه یک چیزی کم دارد. وجود یک مادر در خانواده نیز بسیار مهم است. نقش تربیتی مادر برای خانواده بسیار مهم است اما علاوه بر آنها مادر نیز به علت عواطف و احساسات خاص خود می تواند در سلامت روانی خانواده خود بسیار اثرگذار باشد. برخی از این خصوصیات در متون دینی و سیره اهل بیت(ع) اشاره شده اند. این مقاله، از روش آمیزه ای و به کمک اسناد نوشتاری و سامانه های رایانه ای و نرم افزارهای علمی و روش داده پردازی توصیفی و تحلیلی بهره برده است و با رجوع به قرآن، روایات، نقش مادر در سلامت روانی خانواده از دیدگاه اسلام ذکر شده را مورد بررسی قرار می دهد. ضرورت این مقاله در صورت اجرایی شدن شامل: تقویت ایمان به باری تعالی، افزایش تولی، افزودن توکل بر خدا، افزایش معاد باوری است که باعث ایفای نقش مادر در تنظیم سلامت روانی خانواده از دیدگاه اسلام است.

کلیدواژه: اسلام، خانواده، سلامت روانی، مادر، نقش

۱. طلبه سطح دو مدرسه علمیه فاطمیه

مقدمه

محیط خانه اصلی ترین آموزشگاه برای فرد است در این بین مادران، تضمین کننده سلامت خانواده هستند و به طور معمول مدیریت و برنامه ریزی سلامت خانواده را هم به عهده دارند و به عنوان اساسی ترین عناصر بنیادین جامعه نقش بسزایی را در شکل گیری شخصیت و رفتاری جامعه دارند پس سلامت روان مادر امنیت و اهمیت بیشتری دارد.

با توجه به نقش های مختلف مادران از جمله دوران بارداری، دوران شیردهی و پس از زایمان و حتی در دوران نوجوانی هم شرایط مادران باهم متفاوت است و نیازهای جسمی آنان متفاوت می باشد. سلامت مادران یکی از اولویت های اساسی سلامت جامعه و اهداف توسعه هزاره سوم است. عوامل مختلفی طی دوره های زندگی مادران بر سلامت آنها تأثیرگذار هستند. در کل فرایند توانمندسازی مادران باید به گونه ای باشد که مادران بتوانند علاوه بر سلامت خود باعث افزایش و بهبود خانواده شوند.

سلامت روانی در خانواده، نتیجه بسیار شیرینی دارد و منجر به گرمی و ازدیاد محبت در خانواده و سلامت اخلاقی اعضای خانواده خواهد شد. یکی از گل واژه هایی که در ازدواج جایگاه ویژه دارد، «مادر» است.

تجربه ثابت کرده است که بهترین درمان بسیاری از مشکلات حاد و لاینحل، مادر است.

تحقیقات نشان داده است که اغلب مشکلات زندگی مشترک در نقش مادر در سلامت روانی خانواده، مربوط به چند سال اول آن است. چنانچه در این ایام، این مشکلات را مادر به عنوان همسر در تنظیم سلامت روانی در خانواده تاب آورد و با ممارست و تمرین، این صبوری را به یک توانایی تبدیل کنید، قادر خواهید بود بنای خوشبختی خود را تا ثریا بالا ببرید؛ بی آنکه بیم از فرو ریختن آن داشته باشید.

مادر بر آرامش خانواده موثر است و خانه هم مدیر و مدبر می خواهد و مدیریت داخلی خانه بر عهده مادر است و اگر مدیر در سلامت روانی خانواده از دیدگاه اسلام صبر داشته باشد آن خانواده، مستحکم می شود.

طبق بررسی‌های انجام شده در رابطه با برخی از عناوینی که در این مقاله مورد استفاده قرار گرفته است مقاله وجود دارد، ولی بصورت موضوعات فرعی هر کدام جنبه‌هایی را مورد بررسی قرار داده اند. در این زمینه مقالاتی نوشته شده که به بررسی برخی از آن‌ها می‌پردازیم:

۱. مقاله «تأثیر آموزش بهداشت روانی مادر-کودک بر اضطراب و سلامت روان مادران باردار نخست‌زا»، اثر حمید نجمه و همکاران، نشریه: مجله دانشکده پرستاری و مامایی ارومیه - ۱۳۹۷ به چاپ رسید. پیش زمینه و هدف: هدف: اگرچه بارداری یک حادثه فیزیولوژیک برای مادر در نظر گرفته شده است، ولی تغییرات جسمی و هورمونی ممکن است سبب تغییرات خلق و خو، بی‌ثباتی احساسات و هیجانات گذرا شود. از این رو به بررسی تأثیر آموزش بهداشت روانی مادر-کودک بر اضطراب و سلامت روان مادران باردار نخست‌زا در بیمارستان نفت اهواز پرداخته شده است. جامعه آماری پژوهش نیز شامل کلیه زنان باردار نخست‌زای مراجعه کننده به مراکز بهداشتی درمانی بیمارستان نفت شهر اهواز در زمستان ۱۳۹۴ بوده است. از میان افرادی که دارای ملاک‌های ورود (۱۲ تا ۳۲ هفته بارداری و نخست‌زا) و داوطلب شرکت در جلسات آموزش بهداشت روانی بودند خواسته شد تا آزمون اضطراب بارداری را تکمیل کنند. از بین داوطلبین مراجعه کرده تعداد ۲۴ نفر که نمره بالاتر از یک انحراف معیار از میانگین در آزمون اضطراب بارداری داشتند و از لحاظ سن، وضعیت اجتماعی-اقتصادی، عدم ابتلا به بیماری‌های حاد جسمانی و روانی و سایر متغیرهای مورد نظر در پژوهش کاملاً همگون بودند، انتخاب و به طور تصادفی به گروه آزمایش و گروه کنترل تقسیم شدند. یافته‌ها: تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان داد که میان گروه آزمایش و کنترل از لحاظ اضطراب بارداری و سلامت روان، تفاوت معنی‌داری وجود دارد. میزان اضطراب بارداری گروه آزمایش در مرحله پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون و گروه کنترل به طور معنی‌داری کاهش اما میزان سلامت روان افزایش یافت. بحث و نتیجه‌گیری: آموزش بهداشت روانی مادر-کودک بر اضطراب و سلامت روان (و همه ابعاد آن) در زنان باردار تأثیر مثبت و معناداری دارد.

اما این مقاله فاقد بررسی تأثیر نقش مادر در سلامت روانی خانواده از دیدگاه اسلام است.

۲. مقاله «نقش خانواده در بهداشت روانی از دیدگاه قرآن» نوشته تعدادی از نویسندگان، در مجله پاسدار اسلام، شماره ۲۷۲، مرداد ۱۳۸۳ به چاپ رسید. نویسنده نوشته: از آن جایی که توجه هر

جامعه به مسایل بهداشت روانی، رابطه مستقیمی با رشد و اعتلای اجتماعی آن جامعه دارد، از این رو ارایه خدمات بهداشت روانی که هدف آن سالم سازی محیط روانی است، از اهمیت بسیاری برخوردار است. بهسازی محیط از انحرافات و نابهنجاری مختلف و گوناگون می تواند انسان را از گرفتار شدن به تضاد رفتاری و تناقض روانی باز دارد. تصحیح گفتار و رفتار و هماهنگی میان آن ها که از سوی الگوها به افراد جامعه پذیر (کودک تا جوان) القا می شود می تواند کمک شایانی در بهداشت روانی جامعه ایفا کند.

اما این مقاله به نقش مادر در سلامت روانی خانواده توجه نکرده و این خلاء محسوس است.

نوآوری تحقیق « نقش مادر در سلامت روانی خانواده از دیدگاه اسلام» در این است که به تاثیر مادر در تنظیم نقشش در سلامت روانی خانواده در آرامش و خوشبختی و نیکی و سلامتی اخلاقی و معنوی در خانواده با رویکردی قرآنی و روایی می پردازد که هیچ کدام از تحقیقات مذکور به این بُعد نپرداخته اند و این مقاله از این منظر، بکرو جدید می باشد.

در پاسخ سوال باید گفت: که مادر در تنظیم سلامت روانی خانواده در همه امور زندگی و استحکام خانواده جایگاه والا و ارزشمندی دارد و باعث آرامش روحی و روانی و... می شود.

۲. مفهوم شناسی

۲-۱. خانواده

خانواده در لغت عبارتست از: خاندان، دودمان، یگانه سازمان اجتماعی که بادوام و همگانی است و از دیرباز در زندگی بشرهای ماقبل تاریخ وجود داشته و حتی قبل از عبادتگاه و دولت و هر سازمانی که برای تمرکز فعالیت آدمی بوجود آمده است، اهل خانه، اهل البیت، مجموعه افراد دارای پیوند سببی یا نسبی که در زیر یک سقف زندگی می کنند.^۱

۱. معین، فرهنگ فارسی معین، ذیل واژه خانواده، ص ۲۸۷.

۲. دهخدا، فرهنگ فارسی، ذیل واژه خانواده، ج ۵، ص ۱۸۹.

خانواده متشکل از افرادی است که از طریق پیوند زناشویی، هم‌خونی یا پذیرش فرزند با یکدیگر به‌عنوان زن، مادر، پدر و شوهر، برادر، خواهر، فرزند در ارتباط متقابل هستند، فرهنگ مشترک پدید می‌آورند و در واحد خاص زندگی می‌کنند.^۱

خانواده یکی از نظام‌های اولیه جوامع بشری است که باوجود تحولات اساسی، در اهداف کارکردهای خود ثابت مانده و هنوز در همه جوامع، اهمیت اساسی دارد. خانواده، مناسب‌ترین نظام برای تأمین نیازهای مادی و روانی بشر بوده و بهترین بستر را برای تأمین امنیت و آرامش روانی اعضا پرورش نسل جدید و اجتماعی کردن فرزندان و برآورده ساختن نیازهای عاطفی افراد فراهم نموده است.^۲

امروزه واژه خانواده چندین معنا دارد:

«در مکتب اسلام نیز خانواده به‌عنوان کهن‌ترین اجتماع انسان شمرده می‌شود زیرا از آغاز آفرینش انسان به‌صورت زوجی از زن و مرد در قالب خانواده قدم به گیتی نهاده است. خانواده در دیدگاه اسلام واحد بنیادین و مهمی محسوب می‌شود که زن و مرد و فرزندان را در گروهی هم‌بسته و مأمونی مقدس جمع می‌کند و ارزش‌هایی چون صمیمیت و همدلی را بر آنان حاکم می‌گرداند.»

در تعریف خانواده سالم باید گفت: خانواده‌ای است که به طور بنیادین از سلامت و آرامش روانی و معنوی هر یک از اعضای خانواده حمایت می‌کند.

در خانواده سالم به هریک از اعضا امکان رشد و بالندگی داده می‌شود. بنابراین تا حد امکان شرایط مادی و وسایل رفاهی هر عضو خانواده در فضایی از تشویق، حمایت، عشق و محبت که لازمه موفقیت هستند فراهم می‌شود و جالب اینکه اعضای خانواده این «تا حد امکان» را درک می‌کنند و بیش از توان مالی خانواده انتظاری ندارند.

۱. مطیع، جامعه‌شناسی مفاهیم کلیدی، ص ۱۴۸.

۲. سالاری، درآمدی بر نظام خانواده در اسلام، ص ۱.

۳. کدخدایی، عوامل استحکام خانواده در قرآن و روایات، ص ۸ و ۹.

در کلمات اولیای دین در ازای اجرای وظایف خانوادگی وعده پاداش داده شده است. توجه به این پاداش‌ها و نعمت‌هایی که فرد در جهان آخرت به آنها دست می‌یابد و سبب آسایش وی در زندگی اخروی می‌شود، در فرد برای انجام دادن کار انگیزه ایجاد می‌کند و او را برای فعالیت و کسب نعمت‌ها و پاداش و سلامت روانی تشویق می‌نماید.

وقتی که عضو خانواده در قرآن کریم می‌خواند: «شما و همسرانتان در نهایت شادمانی وارد بهشت می‌شوید. سینی‌هایی از طلا و جام‌هایی در برابر آنها می‌گردانند و در آنجا آنچه دل‌ها بخواهد و چشم‌ها از آن لذت ببرد، موجود است و شما در آن جاودانید، و این همان بهشتی است که به پاس اعمالی که انجام می‌دادید، وارث آن شده‌اید.»

زن برای رفتار مناسب و متعادل و سلامت روانی، شوق و انگیزه مضاعف می‌یابد و رفتارهای بهنجار کارآمدی خانواده را تضمین خواهد کرد.^۲

در فرهنگ قرآنی معاد باوری که از ویژگی‌های خانواده‌های مثبت و مادران موثر در خانواده به شمار می‌آید چون موجب تغییر نوع نگاه انسان و خانواده به زندگی و هدف از آن، معنادار و هدفمند ساختن زندگی، امنیت و آرامش روانی، کنترل غرایز و پرورش فضیلت‌های اخلاقی، انجام دادن اعمال صالح و پرهیز از اعمال ناشایست و افزایش سلامت روانی است.

نتیجه

موضوع این تحقیق نقش مادر در سلامت روانی خانواده از دیدگاه اسلام است. هر یک از اعضای خانواده جایگاه و نقشی بزرگ دارند. اگر به هر دلیلی یکی از آنها نباشد خانه یک چیزی کم دارد. وجود یک مادر در خانواده نیز بسیار مهم است. نقش تربیتی مادر برای خانواده بسیار مهم است اما علاوه بر آنها مادر نیز به علت عواطف و احساسات خاص خود می‌تواند در سلامت روانی خانواده خود بسیار اثرگذار باشد.

۱. زخرف: ۷۰-۷۲.

۲. صفورائی، نقش اعتقادات، بینش‌ها و باورهای دینی، ص ۶۳.

تجربه ثابت کرده است که بهترین درمان بسیاری از مشکلات حاد و لاینحل، مادر است. البته در انتظار گذر زمان ماندن، امری طاقت فرساست و اینجاست که سلامت روانی خانواده به عنوان یک انگیزه و پشتوانه ی قوی برای تحمل این امر دشوار، به کار می آید.

بررسی های انجام شده نشان از این است که اغلب مشکلات زندگی مشترک در سلامت روانی، مربوط به چند سال اول آن است. چنانچه در این ایام، این مشکلات را مادر به عنوان همسر در سلامت روانی خانواده تاب آورد و با ممارست و تمرین، این صبوری را به یک توانایی تبدیل کنید، قادر خواهید بود بنای خوشبختی خود را تا ثریا بالا برید؛ بی آنکه بیم از فرو ریختن آن داشته باشید.

پیشنهاد می شود که در زمینه های ذیل مقاله یا پایان نامه تحقیق و نوشته شود:

۱. نقش مادر در سلامت روانی خانواده از دیدگاه نهج البلاغه؛
۲. نقش مادر در سلامت روانی خانواده از دیدگاه صحیفه سجادیه؛
۳. نقش مادر در سلامت روانی خانواده در سیره اهل بیت (علیهم السلام)؛
۴. نقش مادر در سلامت روانی خانواده از دیدگاه دانشمندان اخلاق؛
۵. نقش مادر در سلامت روانی خانواده از دیدگاه دانشمندان تربیت.

نوآوری تحقیق « نقش مادر در سلامت روانی خانواده از دیدگاه اسلام» در این است که به تاثیر مادر در تنظیم نقشش در سلامت روانی خانواده در آرامش و خوشبختی و نیکی و سلامتی اخلاقی و معنوی در خانواده با رویکردی قرآنی و روایی می پردازد که هیچ کدام از تحقیقات مذکور به این بُعد نپرداخته اند و این تحقیق از این منظر، بکرو جدید می باشد.

دستاوردها و نتایج تحقیق نقش مادر در سلامت روانی خانواده از دیدگاه اسلام عبارتند از:

تقویت ایمان به باریتعالی، افزایش تولی، افزودن توکل بر خدا، افزایش معاد باوری.

منابع

❖ قرآن مجید.

الف) منابع فارسی

۱. اسحاقی، حسین، مسئله شناسی فرهنگی، تهران: مرکز پژوهشهای اسلامی صدا و سیما، ۱۳۸۴.
۲. اسماعیل زاده و دیگران، علی اصغر، خانواده سالم و آموزش های فرآموز، تهران: جامعه و فرهنگ، ۱۳۹۰.
۳. تعدادی از نویسندگان، «تعریف بهداشت روان»، وب مرکز بهداشت شهرستان شیراز، ۱۴۰۰.
۴. تعدادی از نویسندگان، «رفتارهای جنسی ناسالم و پرخطر کدامند؟»، پورتال بیتوته، ۱۳۸۸.
۵. تعدادی از نویسندگان، «نقش باورهای دینی در رفع نگرانی ها»، انتشارات زائر، ۱۳۸۷.
۶. تعدادی از نویسندگان، «معادباوری، مفهوم، ضرورت، تاریخچه»، مجله ارمان، شماره ۶، تیر ۱۳۸۸.
۷. حیدری، نجمه و دیگران، «توکل؛ لوازم و موانع آن در روایات»، مجله معرفت، شماره ۱۹۱، ۱۳۹۲.
۸. دهخدا، علی اکبر، فرهنگ دهخدا، تهران: موسسه انتشارات و چاپ دانشگاه تهران، ۱۳۷۷.

۹. رفیع پور، فرامرز، **آنا تومی جامعه یا سنه الله: مقدمه‌ای بر جامعه‌شناسی کاربردی**، شرکت سهامی انتشار، ۱۳۹۲.
۱۰. سالاری فر، محمدرضا، **درآمدی بر نظام خانواده در اسلام**، تهران: سمت، ۱۳۸۴ش.
۱۱. _____، **خانواده در نگرش اسلام و روان‌شناسی**، قم: پژوهشکده حوزه و دانشگاه و سمت، ۱۳۸۵.
۱۲. سبحانی تبریزی، جعفر، **سیمای انسان کامل در قرآن: تفسیر سوره فرقان**، قم: بوستان کتاب، ۱۳۸۷.
۱۳. شعاری‌نژاد، علی‌اکبر، **فرهنگ علوم رفتاری**، تهران: مؤسسه انتشاراتی امیرکبیر، ۱۳۷۵.
۱۴. صفورائی، محمد مهدی، «**نقش اعتقادات، بینش‌ها و باورهای دینی**»، قم: مجله معرفت، شماره ۱۶۳، تیر ۱۳۹۰.
۱۵. عمید، حسن، **فرهنگ عمید**، انتشارات امیرکبیر، تهران، ۱۳۷۱.
۱۶. کجباف، محمد، «**رفتارشناسی جنسی در اندیشه دینی**»، مجله مطالعات راهبردی زنان، شماره ۲۷، ۱۳۸۴.
۱۷. کدخدایی، حمیده، **عوامل استحکام خانواده در قرآن و روایات**، سپاهان شهر: حوزه علمیه حکیمه، ۱۳۹۵.
۱۸. محمدی ری شهری، محمد، **دانشنامه قرآن و حدیث**، قم: موسسه فرهنگی دار الحدیث، ۱۳۹۰.
۱۹. _____، **میزان الحکمه**، قم: مکتبه الاعلام الاسلامیه، ۱۳۶۲.
۲۰. مطیع، ناهید، **جامعه‌شناسی (مفاهیم کلیدی)**، بی جا: آوای نور، ۱۳۸۴.
۲۱. معین، محمد، **فرهنگ معین**، تهران: مؤسسه انتشاراتی امیرکبیر، ۱۳۸۸.
۲۲. مکارم شیرازی و دیگران، ناصر، **تفسیر نمونه**، قم: دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۷۰ش.

۲۳. _____، اخلاق در قرآن، قم: مدرسه الامام علی بن ابیطالب، ۱۳۷۸ ش.

(ب) منابع عربی

۲۴. الآمدی، عبدالواحد، غررالحکم و دررالکلم، تحقیق السید مهدی الرجائی، قم: مؤسسه دارالکتاب الاسلامی، ۱۴۲۹ ق.

۲۵. طباطبایی، محمدحسین، المیزان فی تفسیرالقرآن، بیروت: موسسه الاعلمی للمطبوعات، بی تا.

۲۶. کلینی، محمد، کافی، تهران: دارالکتاب الإسلامی، ۱۳۶۵.

۲۷. مجلسی، محمدباقر، بحار الانوار لدرر اخبار الائمة الاطهار، بیروت: دار احیاء التراث العربی، ۱۴۰۳ هـ. ق.