

تأثیر آموزه‌های تربیتی رضوی بر سلامت روانی خانواده

علی حیاتی

مقدمه

خانواده، نقش مهم و مؤثری در تربیت انسان دارد. شخصیت آدمی عمدتاً در سنین کودکی و از طریق آموزش‌های والدین و دیگر اعضای خانواده شکل می‌گیرد.

اغلب مردم جوامع صنعتی غرب و احتمالاً بیشتر مردم جهان، زندگی خانوادگی را مهم‌ترین جنبه زندگی خود می‌دانند. اسکات و پرین در نخستین گزارش مرکز تحقیقات تغییرات اجتماعی خرد، به این نکته اشاره می‌کنند که «رویدادهای خانوادگی تا حد زیادی مهم‌ترین جنبه زندگی مردم شمرده می‌شود.» هم‌چنین گزارش برخی مراکز معتبر اروپایی نشان می‌دهد که درصد بالایی از مردم اتحادیه اروپا، زندگی خانوادگی را ارزش‌مندترین جنبه زندگی خود می‌دانند.

به طور کلی، والدین فرزندان خود را با آموزش‌های مستقیم و غیرمستقیم تربیت می‌کنند. فرزندان، بسیاری از الگوهای رفتاری، خصوصیات اخلاقی، انگیزه‌ها و نگرش‌ها و ارزش‌های والدین خود را از طریق فرآیندهای تقلید و همانندسازی کسب و زمان بسیاری را برای مشاهده رفتار والدین و الگوبرداری از آن صرف می‌کنند.

انسان موجودی چند بُعدی است و خداوند متعال برای تکمیل هر بُعد از ابعاد وجودی وی نیازها و تمایلاتی قراردادده است. از جمله ابعاد وجودی انسان می‌توان به بُعد «روانی» او اشاره کرد. بُعد روانی و سلامت آن از نظر اسلام و به ویژه در فرهنگ انسان‌ساز شیعه، بسیار حائز اهمیت است. انسان دارای روان سالم می‌تواند از عهده تکالیف فردی و اجتماعی خود برآید و منشأ خدمات ارزنده اجتماعی و انسانی گردد. برعکس فردی که فاقد «سلامت روانی» است، نمی‌تواند به مراتب رشد و تعالی خود در مسیر زندگی فردی و اجتماعی دست یازد. از طرف دیگر، انسان موجودی اجتماعی است و بنا به اعتقاد صاحب‌نظران، شخصیت او علاوه بر وراثت، تحت تأثیر محیط است.

خانواده اولین محیطی است که شخصیت انسان در آن شکل می‌گیرد. «سلامت روانی» به عنوان یک متغیر وابسته، تحت تأثیر متغیرهای مستقل متعددی در محیط خانواده است که هرکدام می‌توانند در تقویت یا تضعیف آن نقش داشته باشند. محیط مناسب خانواده می‌تواند سلامت روانی اعضای آن را ارتقاء بخشد، در حالی که محیط نامناسب، سدی در برابر رشد و تعالی آن خواهد بود. شاکله وجودی انسان و اساس خصوصیات روانی وی، از ابتدای کودکی - به خصوص در سال‌های اولیه عمر - در خانواده پی‌ریزی می‌شود. علاقه فراوان به فراگیری و انعطاف‌پذیری عمیق در برابر تأثیرات رفتار و عکس‌العمل‌های والدین و اطرافیان، ویژه مرحله خردسالی و قبل از ورود به دبستان است. به همین دلیل، همه معلومات، عادت‌ها، عکس‌العمل‌ها و ویژگی‌های شخصیتی که در این دوران تحصیل می‌گردد، به طور ریشه‌دار و مستحکم و عمیق، در روح کودک باقی می‌ماند و بنای اصلی شخصیت و شاکله وجودی او را تشکیل می‌دهد.

در نظام تربیتی خانواده، به منظور رشد همه جانبه اعضا، باید میان کلیه عاملان تربیتی و تعلیمی، هم‌دلی، هم‌فکری، همکاری و هماهنگی وجود داشته باشد. رشد سالم و مطلوب در یک فضای روانی سالم و هماهنگ صورت می‌گیرد. در خانواده‌هایی که بین پدر و مادر هماهنگی‌های ضروری در امر تربیت و تعلیم فرزندان وجود ندارد و میان اعضای آن رابطه پرتنش وجود دارد، (مثلاً مادر، پدر را تحقیر می‌کند، پدر با مادر مخالفت می‌کند و روابط بین فرزندان سرشار از تعارض‌ها و کشاکش‌های روانی است) اعضا نمی‌توانند به حیات سالم خود ادامه دهند، بلکه دچار اضطراب و ناامنی می‌شوند و سلامت روانی آنان تهدید می‌گردد.

شیوه‌های تربیتی والدین در چگونگی شکل‌گیری «سلامت روانی» اعضای خانواده تأثیر مستقیم دارد. بر اساس نظریه شناختی، طرح‌واره‌های ناکارآمد و نادرست، بیشتر در دوران کودکی و نوجوانی و خصوصاً از طریق محیط خانواده و هم‌سالان آموخته و درونی می‌گردند. در این میان نقش والدین بسیار مهم است. معمولاً والدین ترسو فرزندان ترسو، و مضطرب و والدین جسور فرزندان بی‌باک و باجرات و جسارت پرورش می‌دهند. شاید علت این امر، شکل‌گیری طرح‌واره‌ها و در امتداد آن باورها و فرض‌های ناکارآمد کودکان در اثر یادگیری محیطی از والدین است. این یادگیری می‌تواند بر اساس نظریه‌های مختلف هم‌چون یادگیری مشاهده‌ای یا شرطی‌سازی‌های کلاسیک و فعال توجیه گردد. والدین معمولاً به تدریج و در طول سال‌ها، به خصوص سال‌های ابتدایی زندگی کودک، در تمام جنبه‌های زندگی وی به صورت تدریجی و

ضمنی اثر می‌گذارند و آرام آرام دنیا را به عنوان مکانی ترس‌ناک و پر از نگرانی‌ها و یا مکانی مطمئن و بدون دلهره برای کودک ترسیم می‌کنند. کودکان هر چه که بزرگ‌تر می‌شوند، تغییر این برداشت‌ها از محیط اطراف‌شان سخت‌تر می‌گردد، زیرا به مرور با شخصیت آنها آمیخته و عجین می‌گردد.^۱

در سیره عملی و فرهنگ تربیتی ائمه، مضامین و نکته‌های فراوانی نهفته است. این گنجینه تربیت معنوی، موهبت الهی و زمینه پیوند آسمانی انسان‌هاست، زیرا تاکنون مکاتب مختلف بشری، هیچ مدل کامل تربیتی را برای تربیت انسان‌ها ارائه نکرده‌اند. نقص مهم مکاتب تربیتی برخاسته از تفکر اندیشمندان بشری این است که هرکدام از آنها به یک بُعد از ابعاد وجودی انسان توجه ویژه کرده‌اند و از پرداختن به سایر جنبه‌های وجودی او غافل بوده‌اند. به همین سبب انسان تربیت شده در سایه اندیشه تربیتی برخاسته از تفکر بشری، از رسیدن به کمال واقعی عاجز است. تنها مکتب تربیتی که می‌تواند انسان را به کمال واقعی برساند، مدل و الگوی تربیتی مبتنی بر تعالیم اسلامی و الهی است. نمونه‌های واقعی این مدل تربیتی، پیامبران و ائمه معصومین علیهم السلام هستند.

این گنجینه عظیم تربیتی، بسان دریایی است که هر کس به فراخور شایستگی و بضاعت فکری خویش می‌تواند از آن، بهره گیرد.

محقق در این مقاله بنا به فرصت و بضاعت علمی خویش، به مطالعه موردی روی ۱۰۷ نفر از دانشجویان دانشگاه فرهنگیان استان زنجان، در خصوص تأثیر آموزه‌های فرهنگ رضوی بر «سلامت روانی» اعضای خانواده پرداخته است. از آن‌جا که مؤلفه‌های تأثیرگذار بر «سلامت روانی» اعضای خانواده، متعدد بوده‌اند، لذا محقق در این پژوهش به مطالعه و بررسی نقش هفت مؤلفه «صبر»، «توکل»، «فضای معنوی خانواده»، «توسل به ائمه اطهار علیهم السلام»، «رعایت حقوق دیگران»، «افزایش علم و آگاهی» و «صله رحم» - که همگی برگرفته از احادیث حضرت امام رضا علیه السلام درباره «سلامت روانی» است - پرداخته است. این تحقیق، اثر هر کدام از مؤلفه‌های فوق را در «سلامت روانی» اعضای خانواده، بررسی

^۱ جمشید محمدی، نقش علائم اختلالات روانی و رضایت از زندگی والدین در تبیین اختلالات روانی دانش‌آموزان (پایان‌نامه ارشد)، ص ۱۳۱.

کرده و به این سؤال اصلی پاسخ داده است که «مؤلفه‌های هفت‌گانه فوق چه نقشی در سلامت روانی افراد خانواده دارد و اولویت‌بندی این مؤلفه‌ها در جامعه مورد مطالعه چگونه است؟»

ضرورت پژوهش

این پژوهش به دلایل زیر دارای اهمیت است و مطالعه آن ضروری به نظر می‌رسد:

۱. کسب آگاهی از میزان توجه به موضوع «سلامت روانی» خانواده در فرهنگ رضوی؛
۲. توجه بیشتر اعضای خانواده به ویژه والدین به بحث «سلامت روانی» خانواده؛
۳. ارائه راه‌کارهای تقویت «سلامت روانی» خانواده مبتنی بر فرهنگ رضوی؛
۴. فرهنگ‌سازی برای ارتقای «سلامت روانی» خانواده در سایه تعالیم اسلامی و فرهنگ رضوی به عنوان یکی از دغدغه‌های جدی صاحب‌نظران حوزه «سلامت روانی» خانواده؛
۵. به چالش کشیدن موضوع «سلامت روانی» خانواده به عنوان یکی از مسائل و دغدغه‌های جدی امروز در همه جوامع بشری.

اهداف پژوهش

الف. هدف اصلی

بررسی تأثیر آموزه‌های تربیتی مبتنی بر فرهنگ رضوی بر سلامت روانی اعضای خانواده.

ب. اهداف فرعی

۱. شناسایی نقش «صله رحم» در «سلامت روانی» اعضای خانواده؛
۲. شناسایی نقش «توکل» در «سلامت روانی» اعضای خانواده؛
۳. شناسایی نقش «صبر و شکیبایی» در «سلامت روانی» اعضای خانواده؛
۴. شناسایی نقش «توسل» به ائمه اطهار در «سلامت روانی» اعضای خانواده؛
۵. شناسایی نقش «علم‌آموزی و افزایش آگاهی» در «سلامت روانی» اعضای خانواده؛

۶. شناسایی نقش «رعایت حق الناس» در «سلامت روانی» اعضای خانواده؛

۷. شناسایی نقش «فضای معنوی خانواده» در «سلامت روانی» اعضای آن؛

۸. اولویت‌بندی نقش هریک از عوامل فوق بر اساس میزان اثرگذاری بر «سلامت روانی» اعضای خانواده در جامعه مورد مطالعه.

روش پژوهش

پژوهش حاضر از انواع تحقیقات توصیفی است که با ترکیبی از دو روش بررسی اسنادی (کتابخانه‌ای) و پیمایش، صورت گرفته است. از روش اسنادی برای مطالعه منابع احادیث حضرت امام رضا علیه السلام استفاده شده و درباره چند مورد از آموزه‌های مورد نظر این پژوهش، احادیثی استخراج و دسته‌بندی شده است. در روش پیمایش، محقق با طراحی پرسش‌نامه‌ای توجه به مؤلفه‌های هفت‌گانه ذکر شده درخصوص سلامت روانی اعضای خانواده، به مطالعه میدانی پرداخته است.

ابزار گردآوری داده‌ها

در بخش اول پژوهش که عبارت از بررسی اسنادی است، از روش فیش‌برداری استفاده شده است. در بخش دوم پژوهش، پرسش‌نامه‌ای شامل چهارده سؤال بسته پاسخ^۱، در خصوص سلامت روانی افراد خانواده بر اساس مؤلفه‌های هفت‌گانه صله رحم، توکل، صبر، توسل به ائمه اطهار علیهم السلام، علم‌آموزی، فضای معنوی خانواده و رعایت حقوق دیگران، با استفاده از مقیاس چهار گزینه‌ای لیکرت، تنظیم گردیده است.

به منظور بررسی روایی این ابزار، از دیدگاه متخصصان و کارشناسان امر استفاده و پایایی پرسش‌نامه نیز پس از اجرای آزمایشی آن بر روی سی نفر، با استفاده از ضریب آلفای کرانباخ مقدار ۰/۸۱ محاسبه شده است.

جامعه نمونه و روش نمونه‌گیری

^۱ سؤال بسته: سؤالی که پاسخ یک کلمه‌ای دارد.

الف. جامعه مورد مطالعه در این پژوهش در قسمت بررسی اسنادی عبارت است از کلیه منابع، متون و کتاب‌هایی که مرتبط با موضوع مورد مطالعه. بدیهی است که در این بخش، نمونه‌گیری خاصی مد نظر نبوده و محقق با توجه به فرصت و بضاعت علمی خود به بررسی تعدادی از این منابع بسنده نموده است.

ب. جامعه مورد مطالعه در قسمت پیمایشی پژوهش عبارت است از کلیه دانشجویان مشغول به تحصیل در دانشگاه فرهنگیان استان زنجان در سال تحصیلی صلی الله علیه و آله ۲- ۹۱ که تعداد آنها ۷۰۰ نفر برآورد گردید. از این تعداد بر اساس جدول مورگان، ۱۰۳ نفر به عنوان نمونه تعیین و با روش خوشه‌ای جهت مطالعه انتخاب گردیدند. از ۱۲۰ پرسش‌نامه توزیع شده، ۱۰۷ مورد بدون خدشه و قلم‌خوردگی، جمع‌آوری و مورد تجزیه و تحلیل آماری قرار گرفت.

تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش

تجزیه و تحلیل کلیه داده‌های پژوهش که به وسیله پرسش‌نامه گردآوری شده بود، به کمک نرم افزار spss انجام شده است. برای تجزیه و تحلیل داده‌های تحقیق از شاخص‌های آمار توصیفی، شامل فراوانی، درصد، میانگین، انحراف استاندارد و خطای انحراف استاندارد و هم‌چنین شاخص‌های آمار استنباطی شامل آزمون تی تک نمونه‌ای و مقایسه میانگین گروه‌ها، استفاده گردیده است.

۱. مفهوم‌شناسی

الف. مفهوم خانواده

صاحب‌نظران درباره مفهوم «خانواده»، تعاریف زیادی را ارائه کرده‌اند که در ادامه، ابتدا به چند مورد از آنها اشاره می‌کنیم و سپس به تعریف خانواده از دیدگاه قرآن کریم می‌پردازیم:

- خانواده تشکیل شده است از گروهی از آدم‌ها که از راه خون، زناشویی و یا فرزندپروری با یکدیگر ارتباط می‌یابند و طی یک دوره زمانی نامشخص باهم زندگی می‌کنند.

- خانواده عبارت است از گروهی از افرادی که از طریق پیوند زناشویی، هم‌خونی یا پذیرش، با یکدیگر به عنوان شوهر، زن، مادر، پدر، برادر، خواهر و فرزند در ارتباط متقابل اند، فرهنگ مشترکی پدید آورد، در واحد خاصی زندگی می‌کنند.^۱

- سازمان ملل متحد (۱۹۹۴) نیز خانواده را چنین تعریف می‌کند: خانواده یا خانوار به گروه دو یا چند نفره‌ای اطلاق می‌شود که باهم زندگی می‌کنند، درآمد مشترک برای غذا و سایر ضروریات زندگی دارند و از طریق خون، فرزندخواندگی یا ازدواج با هم نسبت دارند. در یک خانواده، ممکن است یک یا چند خانواده زندگی کنند. تمام خانوارها، هم‌خانواده نیستند.^۲

مفهوم خانواده از منظر قرآن: در قرآن کریم هرگاه واژه «اهل» به نام افراد نسبت داده شود و یا به آن ضمیری اضافه گردد که به اشخاص باز گردد، بار معنایی خانواده را خواهد داشت، هرچند در برخی از این موارد، مراد از «اهل» و مضاف‌الیه آن، «خاندان» است. بنابراین با نظر داشت کاربرد «اهل» در آیات قرآن، می‌توان به ترکیب اعضای خانواده به صورت زیر دست یافت:

- همسر(زن): آیات ۳۲ و ۳۳ سوره مبارکه عنکبوت و آیه ۴۰ سوره مبارکه هود؛

- زن و مردی که باهم زندگی می‌کنند: آیه ۳۲ سوره مبارکه عنکبوت؛

- فرزندان خانواده: آیات ۴۵ و ۴۶ سوره مبارکه هود آیه ۱۲۱ سوره مبارکه آل عمران؛

- همسران فرزندان: آیه ۴۰ سوره مبارکه هود و آیه ۶۵ سوره مبارکه یوسف؛

- برادران و خواهران: آیات ۲۹ و ۳۰ سوره مبارکه طه.^۳

ب. مفهوم سلامت روانی

^۱ باقر ساروخانی، درآمدی بر دایرة المعارف علوم اجتماعی.

^۲ فرزانه نجاریان، عوامل مؤثر در کارآیی خانواده (پایان‌نامه ارشد)، ص ۱۹.

^۳ مجتبی فرهنگیان و گندم‌کار، خانواده، مسجد و نماز، ص ۱۱۳ - ۱۱۶.

یکی از مهم‌ترین عناصر سلامت انسان، سلامت روانی اوست. برخی از صاحب‌نظران معتقدند سلامت روانی به معنای «ادراک مثبت فرد از رویدادها و شرایط زندگی» است.^۱

کوزما و استونز، سلامت روانی را مترادف با شادی و خشنودی از زندگی در نظر گرفته‌اند. به نظر آنها، سلامت روانی عبارت از تعادل بین هیجان مثبت و منفی است.^۲

در فرهنگ پزشکی کمپل، سلامت روانی چنین تعریف شده است: «افراد به‌هنجار از نظر روانی کسانی هستند که با خود و محیط اطراف‌شان هماهنگ و سازگار هستند و با مقتضیات فرهنگی یا قوانین اجتماع خود هماهنگی پیدا می‌کنند. این افراد ممکن است واجد انحراف طبی یا بیماری باشند، ولی تا هنگامی که بیماری مزبور، استدلال، قضاوت، توانایی هوشی، توانایی سازگاری شخصی و اجتماعی آنها را مختل نکرده است، از نظر روانی، سالم یا به‌هنجار محسوب می‌شوند.»^۳

رایف و همکاران نیز الگویی چند بعدی از سلامت روانی را مفهوم‌سازی و عملیاتی کرده‌اند. در این الگو، سلامت روانی ماهیت مثبت عملکردی دارد و متشکل از عناصر مختلفی از جمله پذیرش خود، رابطه مثبت با دیگران، خودپیروی و استقلال، خودمختاری، غلبه بر محیط، هدف‌مندی در زندگی و رشد شخصی است.^۴

سلامتی از دیدگاه سازمان بهداشت جهانی عبارت است از برخورداری از بهزیستی کامل جسمی، روانی و اجتماعی و نه صرفاً فقدان بیماری یا ناتوانی.^۵

۲. بنیان‌های نظری پژوهش

۱ جمشید محمدی، نقش علایم اختلالات روانی و رضایت از زندگی والدین در تبیین اختلالات روانی دانش‌آموزان (پایان‌نامه ارشد)، ص ۱۶.

۲ همان.

۳ همان، ص ۱۷.

۴ جمشید محمدی، نقش علایم اختلالات روانی و رضایت از زندگی والدین در تبیین اختلالات روانی دانش‌آموزان (پایان‌نامه ارشد)، ص ۱۶.

۵ همان، ص ۱۶.

توکل: توکل، سپردن کار به دیگری است و توکل بر خداوند تکیه کردن و واگذاری همه امور به علة العلل و مسبب الاسباب است، با این عقیده که وکیل با آگاهی و علم مطلق خود، توانایی آن را دارد که از موکل خویش بهترین نگاهبانی را انجام دهد. توکل، عبارت از اعتماد و اطمینان قلبی بنده در جمیع امور خود به خدا، حواله کردن همه کارهای خود به او و تکیه نمودن بر حول و قوه الهی است.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله فرمود:

از جبرئیل علیه السلام پرسیدم: توکل چیست؟ پاسخ داد: آگاهی به این واقعیت که مخلوق، نه زیان می‌رساند و نه عطا و منعی دارد و این که چشم از دست و سرمایه مردم برداری. هنگامی که بنده‌ای چنین شد جز برای خدا کار نمی‌کند و به غیر او امیدی ندارد و اینها همگی حقیقت و مرز توکل اند.^۱

قرآن کریم، توکل را یکی از توانایی‌های انسان موحد می‌داند و می‌فرماید (إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ)^۲.

در حدیثی از رسول خدا صلی الله علیه و آله می‌خوانیم: «مَنْ سَرَّهَ أَنْ يَكُونَ أَقْوَى النَّاسِ فَلْيَتَوَكَّلْ عَلَيَّ اللَّهُ»^۳؛ کسی که دوست دارد قوی‌ترین مردم باشد بر خدا توکل کند.

امام صادق علیه السلام نیز می‌فرماید: «إِنَّ الْغِنَى وَالْعِزَّ يَجُولَانِ، فَإِذَا ظَفَرَا بِمَوْضِعِ التَّوَكُّلِ أَوْطَنَاهُ»^۴؛ توان‌گری و عزت پیوسته در حرکت‌اند، هنگامی که به محل توکل برسند، آن‌جا را وطن خود انتخاب می‌کنند.

یعنی قلبی که کانون توکل بر خداست، هم احساس بی‌نیازی از غیر او می‌کند و هم احساس عزت و قدرت، چراکه تکیه بر قدرتی کرده که بالاتر از همه چیز است؛ تکیه‌گاهی بی‌نیاز از همه کس و همه چیز و قدرتی شکست‌ناپذیر.

^۱ همان.

^۲ آل عمران، آیه ۱۵۹.

^۳ مشکاة الأنوار، ص ۵۲.

^۴ اصول کافی، ج ۲، ص ۶۵.

در حدیث دیگری همین معنا، با تعبیر لطیف دیگر از امام باقر علیه السلام نقل شده است: «مَنْ تَوَكَّلَ عَلَيَّ اللَّهُ لَا يُغْلَبُ وَ مَنْ أَعْتَصَمَ بِاللَّهِ لَا يُهْزَمُ»^۱؛ کسی که بر خدا توکل کند، مغلوب نمی‌شود و کسی که به دامن لطف خداوند چنگ بزند، شکست نمی‌خورد.

از امام رضا علیه السلام درباره حقیقت توکل، سؤال شد. ایشان فرمود: «أَنْ لَا تَخَافَ أَحَدًا إِلَّا اللَّهَ»؛ این که جز خدا از کسی ترسی.

توسل: از جمله مظاهر توسل به اهل بیت علیهم السلام زیارت قبور مطهر ایشان است و این مسئله در روایات متعدّد، مورد تأکید قرار گرفته است.

امام رضا علیه السلام می‌فرماید: «مَنْ زَارَ قَبْرَ الْحُسَيْنِ عَلَيْهِ السَّلَامِ بِشَطِّ الْفُرَاتِ، كَانَ كَمَنْ زَارَ اللَّهَ فَوْقَ عَرْشِهِ»^۲؛ هر مؤمنی که قبر امام حسین علیه السلام را کنار شط فرات در کربلا زیارت کند، همانند کسی است که خداوند متعال را بر فراز عرش زیارت کرده باشد.

آن حضرت در روایت دیگری می‌فرماید: «إِنَّ زِيَارَتِي تَعْدِلُ عِنْدَ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ أَلْفَ حَجَّةٍ»^۳؛ ثواب زیارت قبر من معادل با یک هزار حج است.

حضرت علی علیه السلام در خطبه دوم نهج البلاغه در خصوص جایگاه والای ائمه می‌فرماید: «بِهِمْ أَمَامٌ انْحِنَاءٌ ظَهْرُهُ وَ أَذْهَبَ ارْتِعَادَ فَرَائِصِهِ»؛ به واسطه امامان، انحرافات از دین زدوده می‌شود و مسیر کمال به درستی طی می‌گردد.

امام رضا علیه السلام می‌فرماید:

«إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ اتِّقَاكُمْ وَ أَعْلَمَكُمْ بِالتَّقِيهِ. فَقِيلَ لَهُ: يَا بَنَ رَسُولِ اللَّهِ! إِلَى مَتَى؟ قَالَ: إِلَى يَوْمِ الْوَقْتِ الْمَعْلُومِ وَ هُوَ يَوْمٌ خَرُوجِ قَائِمِنَا، فَمَنْ تَرَكَ التَّقِيهِ قَبْلَ خُرُوجِ قَائِمِنَا فَلَيْسَ مِنَّنَا»^۴؛ همانا گرامی‌ترین شما نزد

^۱ مشكاة الأنوار، ص ۵۱.

^۲ میرزا حسین نوری، مستدرک الوسائل، ج ۱۰، ص ۲۵۰.

^۳ همان، ص ۳۵۹.

^۴ مهدی قربانی، هزار و یک حدیث رضوی، ج ۱، ص ۱۰۴.

خدا، باتقواترین و پای بندترین شما به تقیه است. عرض شد: ای پسر پیامبر خدا! تا کی؟ فرمود: تا روزگار آن زمان معین و آن روزگار قائم ماست، پس هر که پیش از قیام قائم ما، تقیه را ترک کند از ما نیست.

امام رضا علیه السلام در خصوص غیبت امام زمان (عج) می فرماید: گویی شیعیان را می بینم که در روزگار از دست دادن سومین فرزند از نسل من، در پی یافتن آسایش برمی آیند، اما نمی یابند. از ایشان سؤال می شود: چرا ای فرزند رسول خدا؟ حضرت در پاسخ می فرماید: چون امامشان از دیدگان آنها غایب می شود. بار دیگر از علت غیبت سؤال می شود که می فرماید: برای آن که هرگاه شمشیر برکشد، بیعت احدی را به گردن نداشته باشد.^۱

اهل بیت پیامبر علیهم السلام در علم و حلم برابرند و بین آنان تفاوتی نیست. ما در زندگی روزمره مان از فیوضات آنان بهره مند می گردیم و در تمامی لحظات زندگی دست مساعدت به سوی ایشان دراز کرده، آنان را وسیله و واسطه کسب فیض و یاری از حضرت حق قرار می دهیم. در خصوص برابر بودن اهل بیت، در حدیثی از امام رضا علیه السلام آمده است: «ما خانواده ای هستیم که کوچک های ما وارث بزرگ ترهای ما هستند و با هم برابریم، مانند پرهای تیرکمان با یکدیگر.»^۲

فضای معنوی خانواده: دوری جستن از صفات رذیله ای مثل بخل، حسد، بی وفایی و دروغ گویی که باعث فاصله گرفتن انسان از معنویت و افتادن در دام ناآرامی روحی می شود، از سفارشات امام رضا علیه السلام می باشد.

آن حضرت می فرماید: «لَيْسَ لِبَخِيلٍ رَاحَةٌ وَ لَا لِحَسُودٍ لَذَّةٌ وَ لَا لِمُلُوكٍ وَفَاءٌ وَ لَا لِكَذُوبٍ مَرْوَةٌ»^۳؛ بخیل را آسایشی نیست و حسود را خوشی و لذتی نیست و زمامدار را وفایی نیست و دروغ گو را مرّوت و مردانگی نیست.

از سوی دیگر، صفات عالیّه انسانی نظیر بخشش، شکرگزاری و صبر که باعث نزدیکی انسان به معنویت و رسیدن به آرامش روحی - روانی می شود نیز از توصیه های حضرت است. در روایت می خوانیم:

^۱ صدوق، کمال الدین، ج ۲، ص ۴۸۰.

^۲ مهدی قربانی، هزار و یک حدیث رضوی، ج ۱، ص ۱۰۴.

^۳ تحف العقول، ص ۴۵۱.

سُئِلَ عَلَيْهِ السَّلَامُ عَنْ خِيَارِ الْعِبَادِ؟ فَقَالَ عَلَيْهِ السَّلَامُ: الَّذِينَ إِذَا أَحْسَنُوا اسْتَبَشَرُوا وَإِذَا أَسَاؤُوا اسْتَغْفَرُوا وَإِذَا أُعْطُوا شَكَرُوا وَإِذَا أُتْبِلُوا صَبَرُوا وَإِذَا غَضِبُوا عَفَوْا؛^۱ از امام رضا علیه السلام درباره بهترین بندگان سؤال شد. فرمود: آنان که هرگاه نیکی کنند، خوشحال شوند و هرگاه بدی کنند، آمرزش خواهند و هرگاه عطا شوند، شکر گزارند و هرگاه بلا بینند، صبر کنند و هرگاه خشم کنند، درگذرند.

رضایت به رزق اندک نیز یکی از سفارشات امام رضا علیه السلام برای رهایی از آسیب‌های روانی است. «مَنْ رَضِيَ عَنِ اللَّهِ تَعَالَى بِالْقَلِيلِ مِنَ الرِّزْقِ رَضِيَ اللَّهُ مِنْهُ بِالْقَلِيلِ مِنَ الْعَمَلِ»^۲؛ هر کس به رزق و روزی کم از خدا راضی باشد، خداوند از عمل کم او راضی باشد.

علم‌آموزی و افزایش آگاهی: امام رضا علیه السلام درباره فراگیری و تعلیم علوم اهل‌بیت علیهم السلام می‌فرماید:

رَحِمَ اللَّهُ عَبْدًا أَحْيَاءَ أَمْرَنَا. قِيلَ: كَيْفَ يُحْيِي أَمْرَكُمْ؟ قَالَ عَلَيْهِ السَّلَامُ: يَتَعَلَّمُ عُلُومَنَا وَيَعْلَمُهُ النَّاسُ»^۳؛ رحمت خدا بر کسی باد که امر ما را زنده نماید. سؤال شد: چگونه؟ حضرت پاسخ داد: علوم ما را فراگیرد و به دیگران پیاموزد.

صبر و بردباری: صبر همان استقامت در برابر مشکلات و حوادث گوناگون است که بر سه قسم تقسیم شده است: صبر بر اطاعت، صبر بر معصیت و صبر بر مصیبت.

در حدود هفتاد آیه از قرآن کریم در مورد صبر سخن گفته شده است: (وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ)^۴ از شکیبایی و نمازیاری جوید و به راستی این [کار] گران است، مگر بر فروتتان.

^۱ تحف العقول، ص ۴۴۵.

^۲ وسائل الشیعة، ج ۲۱، ص ۵۳۰.

^۳ بحار الأنوار، ج ۲، ص ۳۰.

^۴ بقره، آیه ۴۵.

از حضرت رضا علیه السلام روایت شده: «لَا يَكُونُ الرَّجُلُ عَابِدًا حَتَّى يَكُونَ حَلِيمًا، وَإِنَّ الرَّجُلَ كَانَ إِذَا تَعَبَّدَ فِي بَنِي إِسْرَائِيلَ لَمْ يَعُدَّ عَابِدًا حَتَّى يَصُمْتَ قَبْلَ ذَلِكَ عَشْرَ سِنِينَ»^۱؛

امام باقر علیه السلام فرمود: «كَانَ عَلِيُّ بْنُ الْحُسَيْنِ عَلَيْهِ السَّلَامُ يَقُولُ: أَنَّهُ لَيَعْجِبُنِي الرَّجُلُ أَنْ يَدْرِكَهُ حِلْمُهُ عِنْدَ غَضَبِهِ»^۲؛ امام سجّاد علیه السلام می فرمود: من خوشم می آید از مردی که هنگام خشم، بردباری اش او را دریابد.

امام باقر علیه السلام هم چنین می فرماید: «إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ يُحِبُّ الْحَيَّيَّ الْحَلِيمَ»^۳؛ به راستی خدای عزّ و جلّ (انسان) با حیای بردبار را دوست دارد.

امام صادق علیه السلام از رسول خدا صلی الله علیه و آله روایت می کند: «مَا أَعَزَّ اللَّهُ بِجَهْلٍ قَطُّ وَلَا أَدَلَّ بِحِلْمٍ قَطُّ»^۴؛ خداوند هرگز با نادانی کسی را عزیز نکرده و به سبب بردباری احدی را خوار ننموده است.

امام صادق علیه السلام فرمود: «كَفَى بِالْحِلْمِ نَاصِرًا وَقَالَ: إِذَا لَمْ تَكُنْ حَلِيمًا فَتَحَلَّمْ»^۵؛ بردباری برای یاری انسان، کافی است و نیز فرمود: اگر بردبار نیستی، خودت را بردبار نشان ده.

امام علی علیه السلام فرمود: «مَوْعِيتُ صَبْرٍ دَرِّ بَرَابَرِ إِيْمَانٍ، هَمَانْتَدُ مَوْعِيتِ سِرِّ نَسَبَتِ بِهٖ بَدَنٌ أَسْت.»^۶ امام صادق علیه السلام می فرماید: «کسی که به بلایی مبتلا شود و صبر پیشه کند، پاداش هزار شهید را دارد.»

یکی از عوامل مهم در حفظ روحیه امیدواری، کاهش درد و رنج سختی است. به فرموده امام صادق علیه السلام: «هیچ چیز به اندازه صبوری، رنج گرفتاری ها را کاهش نمی دهد.» امام صادق علیه السلام داستان غم انگیز حضرت یوسف علیه السلام را یادآور می شود که با صبر و شکیبایی توانست در شرایط سخت زندان روحیه امیدواری خود را حفظ کند، سپس می فرماید: «نتیجه صبر، پیروزی است، پس شما نیز شکیبا

۱ اصول کافی، ج ۲، ص ۱۱۱ و وسائل الشیعة، ج ۱۵، ص ۲۶۵.

۲ اصول کافی، ج ۲، ص ۱۱۲ و وسائل الشیعة، ج ۱۵، ص ۲۶۵.

۳ اصول کافی، ج ۲، ص ۱۱۲ و بحار الأنوار، ج ۶۸، ص ۴۰۴.

۴ اصول کافی، ج ۲، ص ۱۱۲ و وسائل الشیعة، ج ۱۵، ص ۲۶۶ و بحار الأنوار، ج ۶۸، ص ۴۰۴ ح ۱۵.

۵ اصول کافی، ج ۲، ص ۱۱۲ و بحار الأنوار، ج ۶۸، ص ۴۰۴ ح ۱۶.

باشید تا موفق شوید.) پیامبر صلی الله علیه و آله نیز بر این اصل تکیه دارد که: «الصبر يُتَوَقَّعُ الْفَرَجَ»؛ به وسیله صبر، امید گشایش است.

انسان ذاتاً عجول است. به محض این که چیزی را دید، می خواهد و همین که به چیزی امید بست، به انتظار می نشیند. آنچه مهم است، تحمل تپش های پراضطراب انتظار و از یاد نبردن طلوع خورشید است. امام علی علیه السلام می فرماید: «من صبر نال المني»؛ هر کس شکیبایی ورزید، به آرزویش می رسد.^۱

رعایت حق الناس: حق الناس در منابع و متون اسلامی، چه در قرآن و چه در روایات و کتب فقهی جایگاه خاصی دارد، به طوری که اقامه قسط و عدل و برقراری عدالت اجتماعی از عمده ترین اهداف بعثت پیامبران است. قرآن کریم می فرماید: (لَقَدْ أَرْسَلْنَا رُسُلَنَا بِالْبَيِّنَاتِ وَأَنْزَلْنَا مَعَهُمُ الْكِتَابَ وَالْمِيزَانَ لِيَقُومَ النَّاسُ بِالْقِسْطِ)^۲؛ به راستی [ما] پیامبران خود را با دلایل آشکار روانه کردیم و با آنها کتاب و ترازو را فرود آوردیم تا مردم به انصاف برخیزند.

در جای دیگر می فرماید: (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَأْكُلُوا أَمْوَالَكُم بَيْنَكُم بِالْبَاطِلِ)^۳؛ ای کسانی که ایمان آورده اید! اموال یکدیگر را از طرق نامشروع و غلط و باطل نخورید.

یعنی هرگونه تصرف در مال دیگری که بدون حق و بدون مجوز منطقی و عقلانی بوده باشد، ممنوع شناخته شده است.

قرآن کریم، به هنگام نکوهش از قوم یهود و ذکر اعمال زشت آنان می فرماید: (... وَأَكَلِهِمْ أَمْوَالَ النَّاسِ بِالْبَاطِلِ...)؛^۴ آنان در اموال مردم بدون مجوز و به ناحق، تصرف می کردند.

بنابراین هرگونه تجاوز، تقلب، غش، معاملات ربوی، رشوه، خرید و فروش اجناسی که فایده منطقی و عقلانی در آنها نباشد و خرید و فروش وسایل فساد و گناه، تحت این قانون کلی قرار دارد.

۱ عیون الحکم والمواعظ، ص ۴۲۸.

۲ حدید، آیه ۲۵.

۳ نساء، آیه ۲۹.

۴ همان، آیه ۱۶۱.

در کتب روایی نیز توجه فراوانی به حقّ الناس شده است. حضرت علی علیه السلام می‌فرماید: «أَمَّا الظُّلْمُ الَّذِي لَا يُتْرَكُ، فَظُلْمُ الْعِبَادِ بَعْضُهُمْ بَعْضًا»^۱؛ «اما ظلمی که بخشوده نمی‌شود، ظلمی است که بعضی از بندگان خدا بر بعض دیگر می‌کنند.»

در روایت دیگری آن حضرت حتی ادای حق الناس را از حق الله مهم‌تر دانسته، می‌فرماید: «جَعَلَ اللَّهُ سُبْحَانَهُ حُقُوقَ عِبَادِهِ مُقَدِّمَةً عَلَى حُقُوقِهِ، فَمَنْ قَامَ بِحُقُوقِ عِبَادِ اللَّهِ كَانَ ذَلِكَ مُؤَدِّيًا إِلَى الْقِيَامِ بِحُقُوقِ اللَّهِ»^۲؛ خداوند حقوق بندگان را مقدم بر حقوق خود قرار داده و کسی که حقوق بندگان را رعایت کند، حقوق الهی را نیز رعایت خواهد کرد.

صله رحم: در فرهنگ عمید می‌خوانیم: «صلة رحم نوعی ارتباط محسوب می‌شود، به معنای اتحاد و پیوستگی خویشاوندان و نیکی و احسان درباره خویشان و نزدیکان است و صله یعنی پیوستن چیزی به چیز دیگر.»^۳

مهم‌ترین مصداق مردم‌داری، صله رحم است. کسی که به خویشاوندان خود بها می‌دهد، افراد دیگر جامعه نیز برایش ارزشمندند. قطع صله ارحام، گناه کبیره است و خداوند تعالی در آیه ۲۳ سوره محمد صلی الله علیه و آله قطع رحم‌کنندگان را لعنت می‌فرستد.^۴

از نظر امام رضا علیه السلام صله رحم یکی از مقولاتی است که می‌تواند در بهبود معاشرت و برخورد با مردم موثر واقع شود. احادیث فراوانی از آن حضرت در باب صله رحم آمده که از آن میان به سه مورد اشاره می‌گردد:

«صِلْ رَحِمَكَ وَ لَوْ بِشَرْبَةِ مِنْ مَاءٍ وَ أَفْضَلُ مَا تُوَصَّلُ بِهِ الرَّحِمُ كَفِّ الْأَذَى عَنْهُ»^۵؛ پیوند خویشاوندی را برقرار کنید گرچه با جرعه آبی باشد و بهترین پیوند خویشاوندی، خودداری از آزار خویشاوندان است.

^۱ نهج البلاغة، خطبه ۱۷۵.

^۲ عیون الحکم والمواعظ، ص ۲۲۳.

^۳ حسن عمید، فرهنگ فارسی عمید، ص ۸۲۷.

^۴ مریم شعبانی، مردم‌داری و خدمت به مردم در سیره و سخنان امام رضا علیه السلام.

^۵ ابن شعبه حرّانی، تحف العقول، ص ۴۴۵.

«تَزَاوَرُوا تَحَابُّوا وَ تَصَافَحُوا وَ لَا تَحَاشَمُوا»^۱؛ به دیدن یکدیگر روید تا یکدیگر را دوست داشته باشید و دست یکدیگر را بفشارید و به هم خشم نگیرید.

«مَنْ فَرَجَ عَنْ مُؤْمِنٍ فَرَجَ اللَّهُ عَنْ قَلْبِهِ يَوْمَ الْقِيَمَةِ»^۲؛ هر کس اندوه و مشکلی را از مؤمنی برطرف نماید، خداوند در روز قیامت اندوه را از قلبش برطرف سازد.

امام صادق علیه السلام نیز به یارانش می‌فرمود: «اتَّقُوا اللَّهَ وَ كُونُوا إِخْوَةً بَرَّةً، مُتَحَابِّينَ فِي اللَّهِ، مُتَوَاصِلِينَ مُتَرَاحِمِينَ، تَزَاوَرُوا وَ تَلَاَقُوا وَ تَذَاكُرُوا أَمْرًا وَ أَحْيَا»^۳؛ از خدا پروا کنید (تقوا و اجتناب از محرّمات پیشه کنید) و برادران نیک رفتاری باشید، در راه خدا به همدیگر دوستی کنید، با هم پیوند داشته باشید، نسبت به یکدیگر مهربانی نمایید، به زیارت و دیدار هم بروید، برنامه ما را به هم یادآوری کرده، آن را زنده بدارید.^۴

از امام صادق علیه السلام درباره مفهوم «آنچه را خدا به پیوستنش فرمان داده» که در آیه ۲۷ سوره بقره آمده، پرسیده شد. ایشان فرمود: «مراد از امر خدا، صلّه رحم است و تأویل دیگر آیه، ارتباط شما با امامان معصوم است.»

امام سجاد علیه السلام نیز در نصیحت خویش به فرزندان، آنها را از هم‌نشینی با چند گروه منع می‌کند که یکی از آنها، کسی است که روابط خویشاوندی را قطع کرده است، زیرا آنان در آیات قرآن مشمول لعنت الهی قرار گرفته‌اند: «بپرهیز از هم‌نشینی با قاطع رحم که من او را در سه جای قرآن، لعنت شده یافتیم.»

۳. یافته‌های پژوهش

الف. یافته‌های حاصل از تجزیه و تحلیل توصیفی داده‌ها

جدول شماره ۱: چگونگی توزیع جمعیت نمونه بر اساس جنسیت

۱ بحار الأنوار، ج ۷۸، ص ۳۵۶.

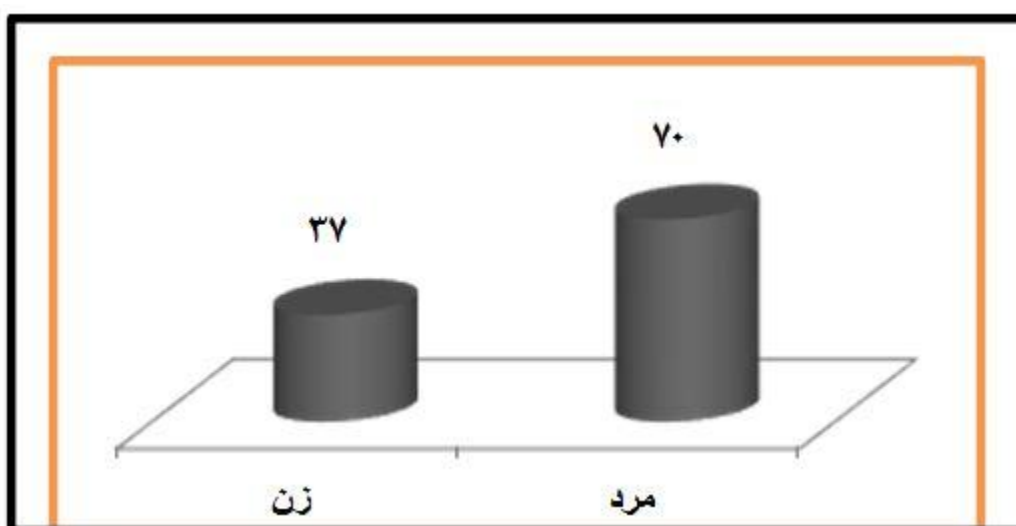
۲ اصول کافی، ج ۳، ص ۲۶۸.

۳ اصول کافی، ج ۲، ص ۱۷۵ و وسائل الشیعة، ج ۱۲، ص ۲۲.

۴ احمدی و همکار، ۱۳۹۰؛ صص ۹۷ - ۹۸.

جنسیت	فراوانی	درصد
مرد	70	65.4
زن	37	34.6
جمع	107	100.0

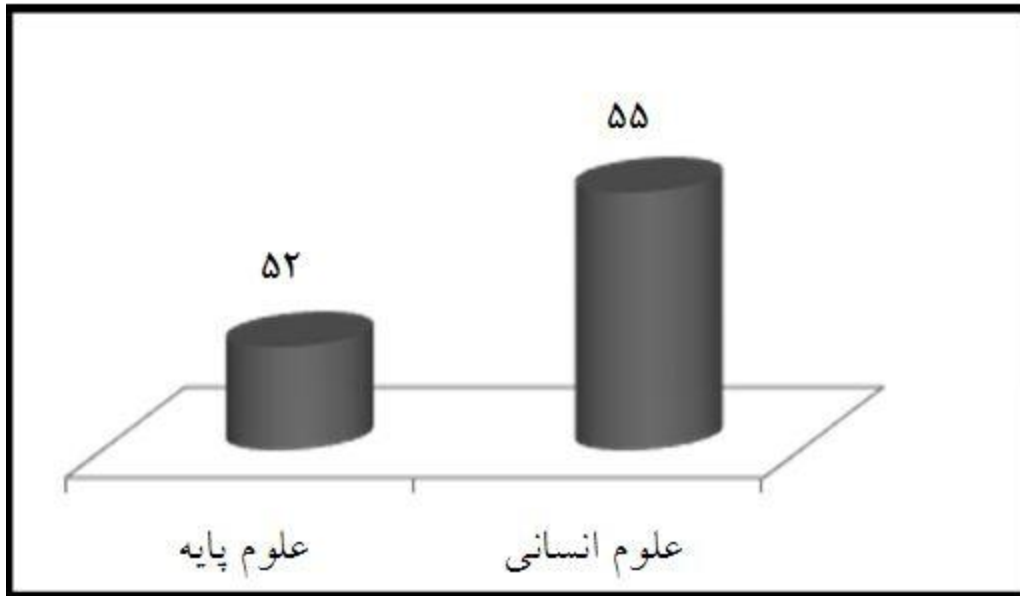
نمودار شماره ۱: چگونگی توزیع جمعیت نمونه بر اساس جنسیت



جدول شماره ۲: چگونگی توزیع جمعیت نمونه بر اساس رشته تحصیلی

رشته تحصیلی	فراوانی	درصد
علوم پایه	52	48.6
علوم انسانی	55	51.4
جمع	107	100.0

نمودار شماره ۲: چگونگی توزیع جمعیت نمونه بر اساس رشته تحصیلی



ب. یافته‌های حاصل از تجزیه و تحلیل استنباطی داده‌ها

۱. بررسی نقش صله رحم در سلامت روانی اعضای خانواده

سؤال پژوهشی شماره ۱: «صله رحم» چه نقشی در سلامت روانی اعضای خانواده دارد؟

جدول شماره ۳: داده‌های توصیفی و تحلیلی آزمون سؤال پژوهشی اول

متغیر مورد بررسی	میانگین مشاهده شده	میانگین مورد انتظار (مقدار آزمون)	قدر مطلق اختلاف میانگین	انحراف معیار	قدر مطلق مقدار T	درجه آزادی	سطح معنی داری
صله رحم	3.95	2.5	1.45	1.20	12.52	106	0.00

توضیح و تفسیر: با توجه به این که متغیر مستقل صله رحم و متغیر وابسته سلامت روانی اعضای خانواده در سطح سنجش فاصله‌ای می‌باشند، بنابراین جهت آزمون میزان تأثیرگذاری متغیر مستقل بر وابسته، از آزمون T تک نمونه‌ای استفاده و در آن به مقایسه دو میانگین مشاهده شده و میانگین استاندارد (مقدار آزمون) پرداخته شده است.

با توجه به داده‌های جدول فوق، آزمون مربوط با مقدار T معادل ۱۲/۵۲، درجه آزادی ۱۰۶ و با انحراف معیار ۱/۲۰ در سطح زیر ۰/۰۱. معنادار است، بنابراین با اطمینان بالای ۹۹ درصد می‌توان گفت که متغیر مستقل صله رحم در افزایش سلامت روانی اعضای خانواده مؤثر است؛ به عبارت بهتر، نقش متغیر مستقل صله رحم در افزایش سلامت روانی اعضای خانواده، مورد تأیید قرار می‌گیرد.

۲. بررسی نقش توکل در سلامت روانی اعضای خانواده

سؤال پژوهشی شماره ۲: «توکل» چه نقشی در سلامت روانی اعضای خانواده دارد؟

جدول شماره ۴: داده‌های توصیفی و تحلیلی آزمون سؤال پژوهشی دوم

متغیر مورد بررسی	میانگین مشاهده شده	میانگین مورد انتظار (مقدار آزمون)	قدر مطلق اختلاف میانگین	انحراف معیار	قدر مطلق مقدار T	درجه آزادی	سطح معنی داری
توکل	1.15	2.5	1.34	0.36	37.77	106	0.00

توضیح و تفسیر: از آن‌جا که متغیر مستقل توکل و متغیر وابسته سلامت روانی اعضای خانواده در سطح سنجش فاصله‌ای می‌باشند، بنابراین جهت آزمون میزان تأثیرگذاری متغیر مستقل بر وابسته، از آزمون T تک نمونه‌ای استفاده و در آن به مقایسه دو میانگین مشاهده شده و میانگین استاندارد (مقدار آزمون) پرداخته شده است. با توجه به داده‌های جدول فوق، آزمون مربوط با مقدار T معادل ۳۷/۷۷، درجه آزادی ۱۰۶ و با انحراف معیار ۰/۳۶ در سطح زیر ۰/۰۱. معنادار است، بنابراین با اطمینان بالای ۹۹ درصد می‌توان گفت که متغیر مستقل توکل بر خداوند متعال در امور زندگی بر افزایش سلامت روانی اعضای خانواده مؤثر است.

۳. بررسی نقش صبر در سلامت روانی اعضای خانواده

سؤال پژوهشی شماره ۳: «صبر» چه نقشی در سلامت روانی اعضای خانواده دارد؟

جدول شماره ۵: داده‌های توصیفی و تحلیلی آزمون سؤال پژوهشی سوم

متغیر مورد بررسی	میانگین مشاهده شده	میانگین مورد انتظار (مقدار آزمون)	قدر مطلق اختلاف میانگین	انحراف معیار	قدر مطلق مقدار T	درجه آزادی	سطح معنا داری
صبر	1.87	2.5	0.62	0.87	7.33	106	0.00

توضیح و تفسیر: از آن جا که متغیر مستقل صبر و متغیر وابسته سلامت روانی اعضای خانواده در سطح سنجش فاصله‌ای می‌باشند، بنابراین جهت آزمون میزان تأثیرگذاری متغیر مستقل بر وابسته، از آزمون T تک نمونه‌ای استفاده و در آن به مقایسه دو میانگین مشاهده شده و میانگین استاندارد (مقدار آزمون) پرداخته شده است. با توجه به داده‌های جدول فوق، آزمون مربوطه با مقدار T معادل $7/33$ ، درجه آزادی 106 و با انحراف معیار $0/87$ در سطح زیر $0/01$ معنادار است، بنابراین با اطمینان بالای 99 درصد می‌توان گفت که متغیر مستقل صبر در امور زندگی بر افزایش سلامت روانی اعضای خانواده مؤثر است.

۴. بررسی نقش توسل به ائمه اطهار علیهم السلام در سلامت روانی اعضای خانواده

سؤال پژوهشی شماره ۴: «توسل» به ائمه اطهار چه نقشی در سلامت روانی اعضای خانواده دارد؟

جدول شماره ۶: داده‌های توصیفی و تحلیلی آزمون سؤال پژوهشی چهارم

متغیر مورد بررسی	میانگین مشاهده شده	میانگین مورد انتظار (مقدار آزمون)	قدر مطلق اختلاف میانگین	انحراف معیار	قدر مطلق مقدار T	درجه آزادی	سطح معنا داری
توسل	5/85	2.5	3/35	2.33	14.89	106	0.00

توضیح و تفسیر: با عنایت به این که متغیر مستقل توسل و متغیر وابسته سلامت روانی اعضای خانواده در سطح سنجش فاصله‌ای می‌باشند، بنابراین جهت آزمون میزان تأثیرگذاری متغیر مستقل بر وابسته، از آزمون T تک نمونه‌ای استفاده و در آن به مقایسه دو میانگین مشاهده شده و میانگین استاندارد (مقدار آزمون) پرداخته شده است. با توجه به داده‌های جدول فوق، آزمون مربوطه با مقدار T معادل $14/89$ ، درجه آزادی 106

۱۰۶ و با انحراف معیار ۲/۳۳ در سطح زیر ۰/۰۱. معنا دار است، بنابراین با اطمینان بالای ۹۹ درصد می‌توان گفت که از نظر افراد جامعه مورد مطالعه «توسل» به ائمه اطهار در امور زندگی بر افزایش سلامت روانی اعضای خانواده مؤثر است.

۵. بررسی نقش علم و آگاهی در سلامت روانی اعضای خانواده

سؤال پژوهشی ۵: «علم‌آموزی و افزایش آگاهی چه نقشی در سلامت روانی اعضای خانواده دارد؟»

جدول شماره ۷: داده‌های توصیفی و تحلیلی آزمون سؤال پژوهشی پنجم

متغیر مورد بررسی	میانگین مشاهده شده	میانگین مورد انتظار (مقدار آزمون)	قدر مطلق اختلاف میانگین	انحراف معیار	قدر مطلق مقدار T	درجه آزادی	سطح معنا داری
علم و آگاهی	1.35	2.5	1.14	0.58	20.18	106	0.00

توضیح و تفسیر: از آن جا که متغیر مستقل علم‌آموزی و متغیر وابسته سلامت روانی اعضای خانواده در سطح سنجش فاصله‌ای می‌باشند، بنابراین جهت آزمون میزان تأثیرگذاری متغیر مستقل بر وابسته، از آزمون T تک نمونه‌ای استفاده و در آن به مقایسه دو میانگین مشاهده شده و میانگین استاندارد (مقدار آزمون) پرداخته شده است. با توجه به داده‌های جدول فوق، آزمون مربوطه با مقدار T معادل ۲۰/۱۸، درجه آزادی ۱۰۶ و با انحراف معیار ۰/۵۸ در سطح زیر ۰/۰۱. معنا دار است، بنابراین با اطمینان بالای ۹۹ درصد می‌توان گفت که علم‌آموزی و افزایش آگاهی بر افزایش سلامت روانی اعضای خانواده مؤثر است.

۶. بررسی نقش رعایت حقّ الناس در سلامت روانی اعضای خانواده

سؤال پژوهشی شماره ۶: «رعایت حقّ الناس» چه نقشی در سلامت روانی اعضای خانواده دارد؟»

جدول شماره ۸: داده‌های توصیفی و تحلیلی آزمون سؤال پژوهشی ششم

متغیر مورد بررسی	میانگین مشاهده شده	میانگین مورد انتظار (مقدار آزمون)	قدر مطلق اختلاف میانگین	انحراف معیار	قدر مطلق مقدار T	درجه آزادی	سطح معناداری
رعایت حق الناس	2.71	2.5	0.21	0.93	2.41	106	0.017

توضیح و تفسیر: از آن جا که متغیر مستقل: رعایت حق الناس و متغیر وابسته سلامت روانی اعضای خانواده در سطح سنجش فاصله ای می باشند، بنابراین جهت آزمون میزان تأثیرگذاری متغیر مستقل بر وابسته، از آزمون T تک نمونه ای استفاده و در آن به مقایسه دو میانگین مشاهده شده و میانگین استاندارد (مقدار آزمون) پرداخته شده است. با توجه به داده های جدول فوق، آزمون مربوطه با مقدار T معادل $2/41$ ، درجه آزادی 106 و با انحراف معیار $0/93$ در سطح زیر $0/05$ معنادار است، بنابراین با اطمینان بالای 95 درصد می توان گفت که: رعایت حق الناس بر افزایش میزان سلامت روانی اعضای خانواده مؤثر است.

۷. بررسی نقش فضای معنوی خانواده در سلامت روانی اعضای آن

سؤال پژوهشی علیه السلام: «فضای معنوی» خانواده چه نقشی در سلامت روانی اعضای آن دارد؟

جدول شماره ۹: داده های توصیفی و تحلیلی آزمون سؤال پژوهشی هفتم

متغیر مورد بررسی	میانگین مشاهده شده	میانگین مورد انتظار (مقدار آزمون)	قدر مطلق اختلاف میانگین	انحراف معیار	قدر مطلق مقدار T	درجه آزادی	سطح معناداری
فضای معنوی خانواده	10.28	2.5	7.78	3.49	23.08	106	0.000

توضیح و تفسیر: از آن جا که متغیر مستقل فضای معنوی و متغیر وابسته سلامت روانی اعضای خانواده در سطح سنجش فاصله ای می باشند، بنابراین جهت آزمون میزان تأثیرگذاری متغیر مستقل بر وابسته، از آزمون

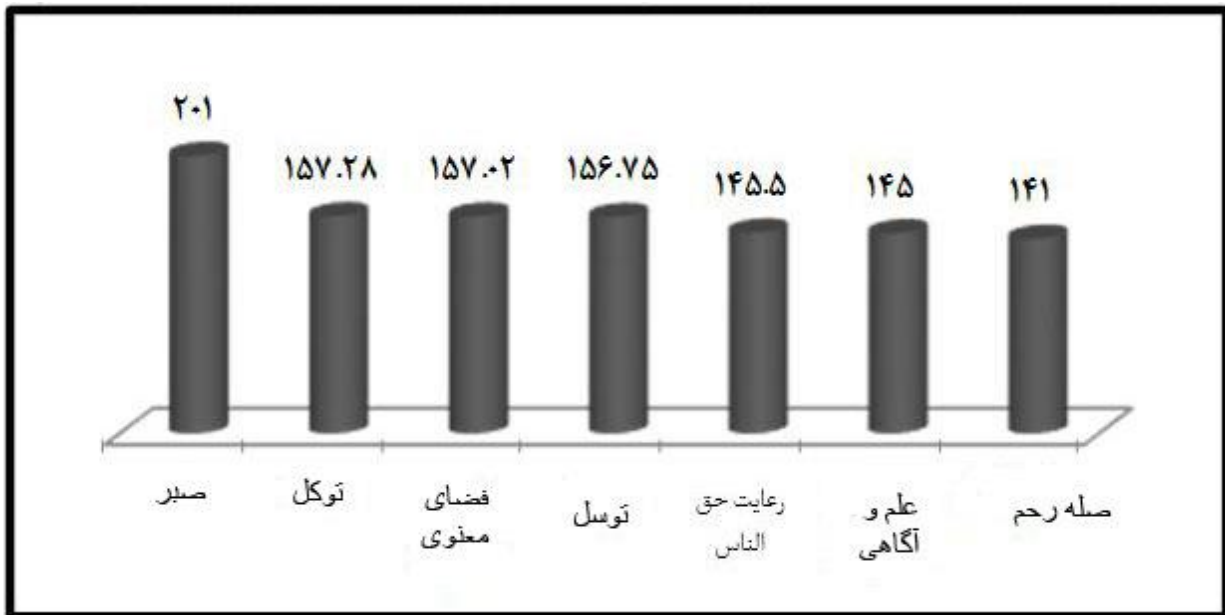
T تک نمونه‌ای استفاده و در آن به مقایسه دو میانگین مشاهده شده و میانگین استاندارد (مقدار آزمون) پرداخته شده است. با توجه به داده‌های جدول فوق، آزمون مربوطه با مقدار T معادل $23/08$ ، درجه آزادی 106 و با انحراف معیار $3/49$ در سطح زیر 0.1 معنادار است، بنابراین با اطمینان بالای 95 درصد می‌توان گفت که فضای معنوی خانواده بر افزایش میزان سلامت روانی اعضای آن مؤثر است.

۸. اولویت‌بندی عوامل هفت‌گانه مورد بررسی بر اساس میزان اثرگذاری آنها بر سلامت روانی اعضای خانواده
سؤال پژوهشی شماره ۸: اولویت‌بندی عوامل فوق بر اساس میزان اثرگذاری آنها بر سلامت روانی اعضای خانواده چگونه است؟

جدول شماره ۱۰: داده‌های توصیفی و تحلیلی آزمون سؤال پژوهشی هشتم

ردیف	متغیرهای مورد بررسی استخراج شده از آموزه‌های فرهنگ رضوی	مجموع میانگین مشاهدات
1	صبر در برابر مشکلات	201
2	توکل بر خدا در امور زندگی	149
3	فضای معنوی خانواده	157.28
4	توسل به ائمه اطهار	156.57
5	رعایت حق الناس	145.5
6	افزایش علم و آگاهی	145
7	انجام صله رحم	141

نمودار شماره ۳: داده‌های توصیفی و تحلیلی آزمون سؤال پژوهشی هفتم



توضیح و تفسیر: هم‌چنان که داده‌های جدول و نمودار فوق نشان می‌دهند، در جامعه مورد مطالعه در این پژوهش که جمعی از دانشجویان دانشگاه فرهنگیان استان زنجان بوده است، اولویت‌بندی هفت متغیر مورد بررسی در پژوهش، به صورت بالا بوده است که در آن متغیر صبر در برابر مشکلات زندگی دارای اولویت اول و به ترتیب توکل، فضای معنوی خانواده، توسل به ائمه اطهار علیهم السلام، رعایت حقوق دیگران (حق الناس)، افزایش علم و آگاهی و صله رحم در اولویت‌های بعدی قرار دارند.

تبیین یافته‌ها، نتیجه‌گیری و ارائه مدل مفهومی

از آن‌جا که در پژوهش حاضر، تأثیر همه متغیرهای هفت‌گانه مورد بررسی بر متغیر وابسته سلامت روانی خانواده مورد تأیید قرار گرفته است و همه مؤلفه‌های مربوطه نیز برگرفته از احادیث گهربار امامان معصوم علیهم السلام به ویژه حضرت امام رضا علیه السلام می‌باشند، چنین نتیجه‌گیری می‌شود که با تربیت خانواده در سایه فرهنگ رضوی می‌توان سلامت روانی اعضای خانواده را افزایش داد و هرچه از این گنجینه عظیم تربیتی فاصله بگیریم، به همان اندازه سلامت روانی خانواده را به خطر انداخته‌ایم.

در سیره عملی زندگی نبی مکرم اسلام صلی الله علیه و آله و حضرات معصومین علیهم السلام به نهاد مقدس خانواده توجه ویژه گردیده است. سلامت روانی که در این پژوهش به عنوان متغیر وابسته مورد مطالعه قرار گرفته است، در تبیین بسیاری از متغیرهای دیگر در حوزه مسائل

خانوادگی، به عنوان متغیر مستقل عمل نموده، بسیاری از جنبه‌های دیگر زندگی را تحت تأثیر قرار می‌دهد. اگر اعضای خانواده‌ای از سلامت روانی مطلوبی برخوردار نباشند، نقش‌ها و کارکردهای خود را در درون سیستم خانواده به درستی انجام نخواهند داد. در نتیجه همه روابط فردی و بین فردی اعضای خانواده دچار آشفتگی خواهد شد. تحقیقات متعددی این واقعیت را نشان می‌دهند؛ به عنوان مثال یافته‌های تحقیق محمدی ۱۳۹۰ نشان داد که والد یا والدین افسرده نمی‌توانند وظایف والدینی خود را به طور صحیح و مؤثر انجام دهند، زیرا والدین افسرده، وقت کمی برای نظارت بر رفتارهای فرزندان‌شان دارند، تعاملات مثبت کمی با فرزندان‌شان دارند و نظم و انضباط متناقض و متضاد بیشتری در خانه نسبت به والدین غیرافسرده به اجرا می‌گذارند.

در خصوص متغیر «صبر» در خانواده، خداوند در آیه ۱۹ سوره نساء می‌فرماید: «... و با زنان‌تان به نیکی رفتار کنید و اگر از آنان خوش‌تان نیامد (بردار باشید و زود تصمیم نگیرید، زیرا) چه بسا چیزی را خوش نمی‌دانید و خدا در آن مصلحت و خیر فراوان قرار داده است.»

همین‌طور رسول مکرم اسلام صلی الله علیه و آله فرموده است: «بدانید هر مردی که به امید پاداش الهی در برابر بد اخلاقی همسرش شکیبایی ورزد، خداوند در آخرت، ثواب شاکران را به او عطا خواهد کرد.» از امام باقر علیه السلام روایت شده است: «هرکس بد اخلاقی همسرش را هرچند به اندازه یک کلمه تحمل کند، خداوند او را از آتش رها می‌سازد.»^۱

با توجه به این‌که متغیر صبر در خانواده در بین هفت متغیر مورد بررسی در این پژوهش در اولویت اول تأثیرگذاری در سلامت روانی اعضای خانواده قرار گرفته، می‌توان چنین استنباط نمود که افراد مورد مطالعه به خوبی اهمیت واژه صبر را در زندگی دریافته‌اند. چه بسا نداشتن صبر در زندگی عامل به وجود آمدن هزاران مشکل و مسئله دیگر است. با اندکی صبر می‌توان ریشه بسیاری از ناملایمات و ناآرامی‌ها را در زندگی، خشک و زندگی آرامی را تجربه نمود.

قرآن کریم در حدود هفتاد آیه در مورد صبر سخن گفته است. در آیه ۶۵ سوره بقره می‌فرماید: (وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ)؛ از شکیبایی و نمازیاری جوید و به راستی این

^۱ بقره، آیه ۱۵۳.

[کار] گران است، مگر بر فروتتان. در آیه ۱۵۳ همین سوره نیز می‌خوانیم: (يا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ)؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید! از صبر و نماز یاری جوید به راستی که خدا با صابران است.

امام رضا علیه السلام درباره اهمیت صبر فرموده است:

لَا يَكُونُ الْمُؤْمِنُ مُؤْمِنًا حَتَّى تَكُونَ فِيهِ ثَلَاثُ خِصَالٍ: سُنَّةٌ مِنْ رَبِّهِ وَ سُنَّةٌ مِنْ نَبِيِّهِ. وَ سُنَّةٌ مِنْ وَلِيِّهِ. فَأَمَّا السُّنَّةُ مِنْ رَبِّهِ فَكَيْفَ تَمَانٍ سِرِّهِ، وَ أَمَّا السُّنَّةُ مِنْ نَبِيِّهِ فَمُدَارَاةُ النَّاسِ، وَ أَمَّا السُّنَّةُ مِنْ وَلِيِّهِ فَالصَّبْرُ فِي الْبُؤْسَاءِ وَ الضَّرَاءِ؛^۱ مؤمن، مؤمن واقعی نیست، مگر آن‌که سه خصلت در او باشد: سنتی از پروردگارش و سنتی از پیامبرش و سنتی از امامش. اما سنت پروردگارش، پوشاندن راز خود است؛ اما سنت پیغمبرش، مدارا و نرم‌رفتاری با مردم است؛ اما سنت امامش، صبر کردن در زمان تنگ‌دستی و پریشان‌حالی است.

امام علی علیه السلام نیز درباره اهمیت صبر می‌فرماید: «موقعیت صبر در برابر ایمان همانند موقعیت سر نسبت به بدن است.» خداوند به صابران و عده یاری و همراهی را داده است: (إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ)^۲ و انسانی که خدا با اوست، در نهایت سلامتی روحی و روانی قرار دارد. زیرا خدا در آیه ۲۸ سوره مبارکه رعد می‌فرماید: (إِلَّا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ) در نتیجه کسی که از ملکه صبر برخوردار باشد، در اوج آرامش و سلامت روانی قرار دارد.

نکته قابل توجه دیگر در آیات فوق، قرار گرفتن واژه «صبر» در کنار «نماز» است. در منابع دینی از نماز به عنوان «ستون دین» یاد شده است و تقارن صبر و نماز، اهمیت موضوع صبر را دو چندان می‌کند.

آرامش یکی از گم‌شده‌های انسان امروزی است. مکاتب فکری بشری در هر دوره تاریخی به یکی از ابعاد وجودی انسان تأکید نموده و از دیگر زوایای زندگی او غافل مانده‌اند. به همین سبب نتوانسته‌اند انسان را به آرامش روانی و سعادت واقعی برسانند.

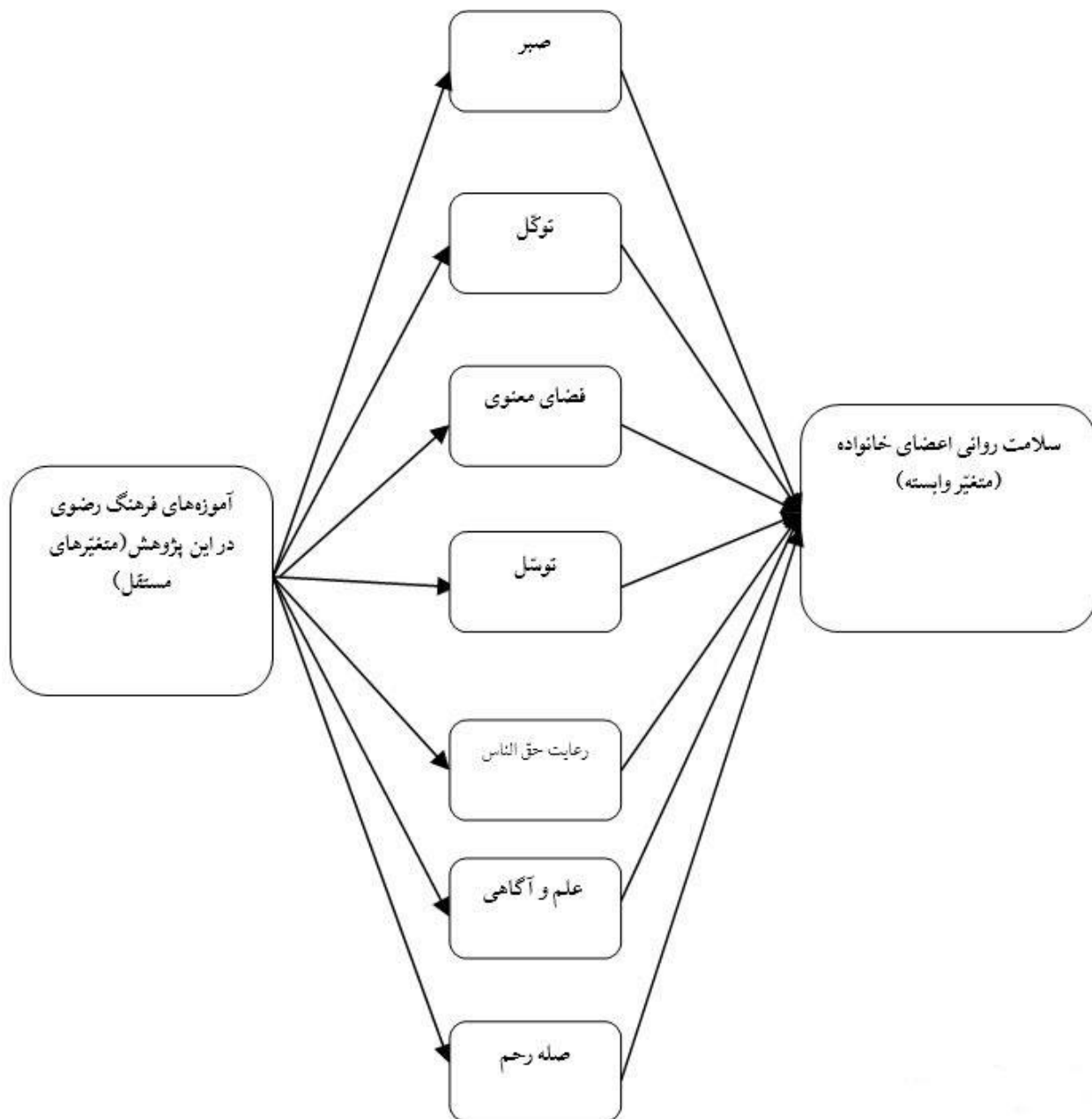
۱ اصول کافی، ج ۲ ص ۲۴۱ ح ۳۹.

۲ بقره، آیه ۱۵۳.

یکی از مشکلات روحی - روانی انسان امروزی که ریشه همه مشکلات بعدی او در زندگی است، فاصله گرفتن از معنویت و اسیر شدن در دام نظم افراطی دنیای مادی است. این پدیده اگرچه زائیده تفکر جوامع غیرمذهبی است، اما به دلیل ارتباط نزدیک جوامع بشری، توانسته است کم و بیش همه انسانها را تحت تأثیر قرار دهد. هرچند ناآرامی‌های روانی انسان، در حوزه مسائل فردی است، ولی از آنجا که انسان موجودی اجتماعی است و همیشه با محیطی که در آن قرار گرفته در کنش متقابل است، جامعه را نیز تحت تأثیر قرار می‌دهد.

خانواده اولین نهاد اجتماعی است که انسان از آن تأثیر می‌پذیرد و بر آن تأثیر مستقیم می‌گذارد، لذا انسان ناآرام و فاقد سلامت روانی، در وهله اول، سلامت روانی اعضای خانواده را تهدید می‌کند و در مراتب بعدی کل جامعه را. نهاد خانواده در زمینه‌های گوناگون، مورد توجه جدی تعالیم اسلامی است. تنها مکتبی که به همه ابعاد خانواده پرداخته و مدل آرامش واقعی را برای اعضای آن ترسیم نموده است، مکتب انسان‌ساز اسلام و تعالیم پرمحتوای زندگی ائمه اطهار علیهم السلام است. آرامش و سلامت روانی انسان در گرو داشتن خانواده سالم می‌باشد. این پدیده، زمانی رخ خواهد داد که خانواده تحت تربیت تعالیم حیات بخش اسلام و سیره ائمه معصومین علیهم السلام باشد.

۴. مدل مفهومی پژوهش



۵. پیشنهادها

براساس یافته‌های حاصل از این پژوهش، پیشنهادهای کاربردی زیر در دو بخش ارائه می‌گردد:

الف. برای والدین

۱. والدین برای بهره‌مندی فرزندان خود از گنجینه عظیم تربیتی ائمه اطهار علیهم السلام، از دوره نوزادی و حتی پیش از آن اقدام نمایند.

۲. بنا به عقیده بسیاری از صاحب نظران و پژوهش گران علوم دینی، صبر در برابر مشکلات و ناملايمات زندگي، يك مهارت است و فرزندان بايد اين مهارت را از دوره نوزادي و در خانواده، به طور عملي ياد بگيرند.
۳. بهترين راه براي داشتن خانواده سالم و داراي سلامت رواني بالا، كمك گرفتن از معنويت و به ويژه سيرة عملي امامان معصوم عليهم السلام است.
۴. از زيارت امام رضا عليه السلام، توسل به آن حضرت برخورداري از نعمت وجودي ايشان كه خداوند به ما ايرانيان ارزاني داشته است، براي و گرفتن روحيه معنوي و هم چنين آشنائي با فرهنگ مقدس رضوي، غفلت نكنيم.
- ب. براي مسئولان و نهادهاي فرهنگي - مذهبي
۵. براي بهره مندي از فرهنگ تربيتي ائمه اطهار عليهم السلام، كارگاههاي عملي آموزش مهارت هاي زندگي مبتني بر فرهنگ رضوي براي عموم مردم به ويژه زوج هاي جوان برگزار گردد.
۶. جزوه هاي آموزشي به زبان ساده و داراي مضامين تربيتي برگرفته از فرهنگ رضوي و علوي، در اختيار خانواده ها و نيز در مكان هاي عمومي قرار داده شود.
۷. مقالات و آثار علمي در فراخوان هاي با موضوع خانواده، به صورت گروهي و خانوادگي خواسته شود.

صفحه سفيد

منابع

- قرآن كريم

- نهج البلاغه

- صحيفه سجاديه

- برناردز، جان، درآمدي بر مطالعات خانواده، ترجمه حسين قاضيان، نشر ني، تهران ۱۳۸۴.

- جعفری، قاسم و احمدی، محمدسعید، تهیه و تدوین برنامه آموزشی مهارت‌های زندگی براساس آموزه‌های دینی برای دانش آموزان مقطع متوسطه، اداره کل آموزش و پرورش استان زنجان، ۱۳۹۱.
- دلاور، علی، روش تحقیق در روان‌شناسی و علوم تربیتی، نشر ویرایش، تهران ۱۳۸۳.
- دواس، دی‌ای، پیمایش در تحقیقات اجتماعی، ترجمه هوشنگ ناییبی، چاپ هشتم: نشرنی، تهران ۲۰۰۹.
- دهخدا، علی‌اکبر، لغت‌نامه دهخدا، موسسه انتشارات و چاپ دانشگاه تهران، تهران ۱۳۷۹.
- ساروخانی، باقر، درآمدی بر دایرة المعارف علوم اجتماعی، چاپ اول: انتشارات کیهان، تهران ۱۳۷۰.
- سرایی، حسن، مقدمه‌ای بر نمونه‌گیری در تحقیق، چاپ پنجم: سمت، تهران ۱۳۸۸.
- شعبانی، مریم، تأملی بر ضرورت امام و حجت الهی در سیره رضوی علیه السلام، ۱۳۹۲.
- صدوق، محمد بن علی بن حسین بن بابویه، عیون اخبار الرضا علیه السلام، ترجمه محمدتقی اصفهانی، انتشارات علمیه، بی‌جا بی‌تا.
- صدوق، محمد بن علی بن حسین بن بابویه، کمال‌الدین، چاپ دوم: دارالکتب الاسلامیه، تهران (۱۳۹۵) ق.
- عمید، حسن، فرهنگ فارسی عمید، چاپ بیستم: امیر کبیر، تهران ۱۳۸۰.
- عیسی‌زاده، عیسی، خانواده قرآنی، چاپ اول: بوستان کتاب، قم ۱۳۹۰.
- فرهنگیان، مجتبی و همکار، خانواده، مسجد و نماز، دفتر مطالعات قم، قم ۱۳۸۹.
- قربانی، مهدی، هزار و یک حدیث رضوی، چاپ دوم: قاف مشهدالرضا، مشهد ۱۳۸۹.
- کلینی، اصول کافی، چاپ چهارم: دارالکتب الاسلامیه، تهران ۱۳۶۵.
- کوئن، بروس، درآمدی بر جامعه‌شناسی، ترجمه محسن ثلاثی، چاپ اول: فرهنگ معاصر، تهران ۱۳۷۰.
- مجلسی، محمد باقر، بحار الأنوار، المكتبة الإسلامية، تهران ۱۳۸۶.

- محمدی، جمشید، نقش علائم اختلالات روانی و رضایت از زندگی والدین در تبیین اختلالات روانی دانش آموزان (پایان نامه ارشد)، دانشگاه تهران ۱۳۹۰.

- مرادی، خدیجه، بررسی عوامل مؤثر بر گرایش دانش آموزان مقطع متوسطه به نماز، اداره کل آموزش و پرورش استان زنجان، ۱۳۹۰.

- نجاریان، فرزانه، عوامل مؤثر در کارایی خانواده (پایان نامه ارشد)، دانشگاه آزاد اسلامی ۱۳۷۵.

- نوری، میرزا حسین، مستدرک الوسائل ومستنبط المسائل، مؤسسة آل البيت، قم ۱۴۰۷ق.