

راهکارهای تحکیم بنیان خانواده

حمیده محدثی^{۱*}، دکتر محمد یوسفی اصل^۲

تاریخ دریافت ۸۹/۲/۲ تاریخ پذیرش ۸۹/۵/۵

چکیده

پیش زمینه و هدف: خانواده اولین پایگاه بستر ساز رشد جسمی، روانی و اجتماعی شدن هر فرد در جامعه می‌باشد. خانواده‌هایی که به حقوق و مسئولیتها جاهل بی‌اعتنا باشند زمینه ساز آسیبها ی گوناگون اجتماعی، روانی از قبیل خشونت، اعتیاد، فرار و رفتارهای ناپه‌نجا بوده و در نتیجه تربیت نسل آینده دچار بحران خواهد گردید.

مواد و روش کار: حاصل تحقیقات متعدد و گسترده بطیگر وجود رابطه‌ی غنی قابل انکار بین داشتن ایمان دینی خانواده و تقویت سلامتی روحی و روانی، پاکدامنی، پایداری ازدواج، کاهش جرم و اعتیاد می‌باشد، چنانچه دین اسلام رعایت ارزشها ی اخلاقی در محیط خانواده و داشتن رابطه‌ی صمیمی و تربیت فرزندان صالح را جزء عبادات دانسته و هرگونه بد رفتاری و ضایع نمودن حقوق خانواده را موجب دوری از رحمت الهی می‌داند.

یافته‌ها: قوام و دوام هر جامعه وابسته به استحکام خانواده‌هاست و آگاهی از دستورات تربیتی اسلام و پای بندی به اخلاق حسنه در محیط خانواده مهمترین قدم در رسیدن به این اهداف مقدس می‌باشد. مقاله حاضر قدمی کوچک در تبیین رابطه دیندار ی با رعایت حقوق خانواده و تحکیم مبانی آن می‌باشد.

کلید واژه‌ها: خانواده، اسلام، مهارت زندگی

فصلنامه دانشکده پرستاری و مامایی ارومیه، دوره هشتم، شماره چهارم، زمستان ۱۳۸۹، ص ۲۷۵-۲۷۰

آدرس مکاتبه: ارومیه، کیلومتر ۱۱ جاده سرو، پردیس نازلو، دانشکده پرستاری و مامایی تلفن: (+۹۸)۹۱۴۳۴۱۳۲۴۲

Email: h.Mohaddesi.han@gmail.com

مقدمه

ریشه‌های اساسی رشد یا پسا فتادگی اجتماعی، صعود ها و سقوطها، ساماننداری و یا نابسامانی اجتماعی و ... را باید در خانواده جستجو کرد (۱).

بر اساس نظریه دورال (۱۹۹۷) تحول خانواده از روند خاص پیروی می‌کند، بر اساس این تئوری نخستین مرحله زندگی مشترک دوره استقرار خانواده نامیده می‌شود و معمولاً ۵-۲ سال طول می‌کشد و فرصت خوبی برای سازگاری زوج با زندگی دو نفری، عمیقتر شدن شناخت آن ها از یکدیگر و آموختن زندگی مشترک محسوب می‌شود (۲).

خانواده مهمترین نهاد اجتماعی و مقدسترین، عزیزترین و پایدارترین بستر تربیت و تندرستی انسانی است. خانواده از آن جهت که زیر بنا و ریشهی همه ن هادهای اجتماعی است، قدرتمندترین کانون اثرگذاری و موثرترین مرکز برای ساماندهی یا نابسامانی اجتماعی و عامل تشکیل و سیستمدهی به جامعه می‌باشد. شکی نیست که سلامت جامعه به سلامت خانواده بستگی دارد و اهمیت تأثیر خانواده بر رشد فردی به قدری است که تاکنون هیچ ن هادی نتوانسته است جای آن را بگیرد.

^۱ مربی و عضو هیأت علمی دانشکده پرستاری و مامایی ارومیه

^۲ دانشیار گروه معارف اسلامی و عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی ارومیه (نویسنده مسئول)

جهت تهیه فایل **WORD** این مقاله به سایت **DaneshResan.com** مراجعه نمایید و عنوان مقاله را جستجو کنید
بیش از ۲ میلیون مقاله فارسی در این سایت موجود میباشد

آگاهی و استفاده از شیوه‌های صحیح تبادل عاطفی از سرد شدن کانون خانوادگی جلوگیری می‌کند که مهمترین شیوه‌ها ی تبادل عاطفی عبارتند از:

مراقبت و رسیدگی زوجین به همدیگر (در غذا، بهداشت و نظافت، آرایش، معاشرت و برخورد تمجید و تحسین از کارها ی یکدیگر، تقویت روحیه هم، حمایت از یکدیگر به هنگام نیاز و...) مدارا کردن و معاشرت نیکو با یکدیگر، خوش رفتاری در تبادل عاطفی و ارضای میل جنسی، اعتدال در خانواده ضروری است و وابستگی و اتکای عاطفی زیاد می‌تواند مخرب باشد (۱۵-۱۱).

نقش زن در استحکام خانواده از طریق محبت و عشق چه بسا بیش از مرد است. خلقت با عشق و رحمت آغاز شد و به‌عنوان کارسازترین نیرو، تحمل سختی‌های مراحل وصال را فراهم آورد و پیوست قلوب و پیوند سرنوشت انسان‌ها را که به دنبال پیمان زناشویی ایجاد می‌گردد، میسر ساخت، ازدواج تجلی زیباترین عرصه‌ی معنویت، صمیمیت، ایثار، عاطفه و محبت گردید و ندای ملکوتی یکی شدن و کامل شدن جلوه‌گر شد (۹۰۴).

زن نقش مهمی را در بنیان خانواده و جامعه دارد، خانواده سالم اساس جامعه بهنجار است و زن بهنجار است که خانواده سالم را تشکیل می‌دهد (۱۴،۱۵).

یکی از اصول مهم و زیربنای خانواده متعادل، پویا و سرزنده "امید به آینده" می‌باشد، چنانکه پیامبر اکرم(ص) می‌فرماید: "امید و آرزو، برای امت من رحمت است و اگر امید نبود، مادر فرزندان را شیر ری‌داد و باغبان درختی ری‌کاشت." این امید مانع بروز ناسازگاری و بگو مگوهای خانوادگی است و باعث می‌شود که زن و شوهر سختی‌ها و ناملایمات را یکی پس از دیگری پشت سر می‌گذارند تا به آینده ای روشن دست یابند (۴).
اهم نیازهای زن و مرد در خانواده عبارتند از:

- نیاز به درک شدن از نظر روحی، عاطفی و اجتماعی
- نیاز به کسب احترام (محترم بودن) (مورد احترام بودن)

سلامت و تعادل انسان در سلامت و تعادل خانواده است. خانواده سالم و متعادل در معرض متلاشی شدن نیست، در آن جنگ اعصاب نیست، هرکس می‌کوشد که با عمل به وظایف خود بلکه فداکاری و ایثار بر رونق و گرمی محیط خانوادگی بیفزاید (۳).
پر واضح است که اگر خانواده از سلامت کافی برخوردار نباشد، افراد بیمارگونه‌ی خانواده نیز پس از ورود به جامعه و کنش متقابل اجتماعی یا سایرین، بیماری خویش را به دیگران سرایت داده، ساختار جامعه را از هم فرو می‌پاشد و اگر خانواده‌های یک جامعه بهنجار و متعادل باشند، جامعه نیز از سلامت واقعی برخوردار خواهد بود (۴).

مفهوم خانواده سالم همچون شخصیت سالم، تامل برانگیز است، با شخصیت سالم مفاهیمی همچون سلامت روان تداعی می‌شود و با خانواده سالم، مولفه‌هایی نظیر پیوندهای محکم میان اعضا، ارتباطات انسانی پویا و بالنده، هدف‌ها و آرمان‌های مشترک به ذهن آدمی خطور می‌کند. پیامبر اکرم(ص) در این رابطه می‌فرماید: نیکوترین مردم از جهت ایمان خوش اخلاقترین آن‌ها است و کسانی که لطف و محبت بیشتری به خانواده‌شان دارند و من از همه شما به خانواده‌ام با محبت‌تر هستم (۹-۵).

مرد مانند کوهسار است و زن به منزله چشمه و فرزندان به منزله گل و گیاه‌ها، چشمه باید باران کوهسار را دریافت و جذب کند تا بتواند آن را به‌صورت آب صاف و زلال بیرون دهد و گل و گیاه‌ها و سبزه‌ها را شاداب و خرم نماید. اگر باران به کوهسار نیارد، با وضع کوهسار طوری باشد که چیزی جذب زمین نشود، خشک و گل و گیاه‌ها می‌میرند پس همانطوری که رکن حیات دشت و صحراء، باران و بالاخص باران کوهستانی است رکن حیات خانوادگی عطوفت زوجین به هم می‌باشد که هم زندگی خود آنان و هم زندگی فرزندان را صفا و جلا و خرمی می‌دهد (۱۰،۴).

تبادل عاطفی بین زن و شوهر یکی از ویژگی‌ها ی خانواده متعادل اسلامی و عامل موثر در هم نوایی و سازگاری زوجین است.

- ۳) نیاز به برخورد مثبت و گرم (عاطفی و عاشقانه)
- ۴) نیاز به دریافت پیام‌های صمیمیت و مثبت
- ۵) نیاز به کاهش استرس و فشارهای روانی
- ۶) نیاز به رشد و شکوفایی روانی
- ۷) نیاز به محبت و عشق
- ۸) نیاز به همکاری و همدلی
- ۹) نیاز به حمایت و پشتیبانی (۱۸،۱۷،۹).
- یکی دیگر از عوامل مهم و موثر در استحکام خانواده وجود ارتباط سالم بین اعضای خانواده است که شناخت ساختار یک ارتباط سالم و هدفمند در سطح خانواده می‌تواند در رشد هر چه بهتر جایگاه فردی و اجتماعی انسان تاثیر بسزایی داشته باشد و هم از آن روست که سعی می‌شود که از کوچکترین کنش ها و واکنش‌های ارتباطی موثر در خانواده غافل نباشیم (۱۹،۲۰).
- خانواده وقتی خوشبخت و مستحکم است که مسائل مادی را فقط یکی از مسائل مطرح و قابل حل در خانواده بداند و به این درک رسیده باشد که این امر تاثیر عمیقی بر روابط دو طرف نخواهد داشت (۱۲).
- یکی دیگر از مسائل مربوط به تحکیم بنیان خانواده استفاده از رسانه می‌باشد. اگر انسجام و وحدت اعضای خانواده را مهمترین مولفه کارآمدی خانواده محسوب کنیم، بیشترین آسیب، استفاده افراطی از تلویزیون یا هر رسانه دیگر خواهد بود. چون فرصت گفت و گو روابط بین اعضای خانواده را کاهش می‌دهد.
- اشتغال زنان در محیط خارج از منزل اگر در کارکرد تربیتی خانواده مشکل آفرین باشد عامل تهدید کننده در تحکیم بنیان خانواده خواهد بود (۲۳،۲۲).
- تحکیم باورهای دینی در خانواده تاثیر بسزایی در تقویت خانواده و ایفای کارکردهای آن دارد. اساسیترین باور ها ی دینی خداپرستی و توحید، اعتقاد به زندگی پس از مرگ و باور به رسالت انبیا، و جانشینان آن‌ها است. باور داشتن و پایبندی به این امور،
- زندگی را از فضای مادی و دنیوی بیرون آورده و به سوی معنویت سوق می‌دهد. ترویج معنویت در اعضای خانواده، به‌ویژه والدین می‌تواند خانواده‌ها را از بحران‌های زیادی نجات دهد (۲۴،۲۵).
- به خاطر نماز و باورهای دینی انسان بیدار م‌ی‌شود و از عالم خودخواهی، غرور و خودبینی رها می‌شود و در عالم وجود محو می‌شود (۲۵).
- فردی که به مبداء و معاد اعتقاد دارد اعمال و افکار خود را کنترل نموده و دنبال هوس‌های نفسانی نمی‌رود و از نظر او عبادت و انجام فرائض دینی از جمله عواملی هستند که باعث تحکیم و سلامت خانواده می‌شود. چهار رکن اصلی در تحکیم خانواده را می‌توان در:
- ۱) داشتن معیشت متعادل و متعارف
 - ۲) نظم و مدیریت
 - ۳) تعهد و توجه بین اعضا
 - ۴) توافق هنجاری
- دانست (۲۴،۲۲).
- تحقیقات نشان داده‌اند که ایمان دینی در متن خانواده میزبان تاثیرات مثبت است و این نتایج سودمند شامل تقویت سلامتی، آموزشی، درآمد، پاکدامنی، پایداری ازدواج، کاهش جرم و اعتیاد، افزایش سلامت روانی و شادمانی می‌شود (۱۵،۲۶).
- اسلام رعایت ارزش‌های اخلاقی را بهترین وسیله برای حسن رابطه بین زن و شوهر و استحکام خانواده می‌داند. پیامبر اکرم(ص) فرموده‌اند: کاملترین مردم از جهت ایمان کسی است که اخلاقیش بهتر باشد و بهترین شما کسانی هستند که با همسران خود خوش رفتار باشد (۲۷،۶،۵).
- کودکان نیز از عوامل مهم در استحکام خانواده و موجب آرامش روانی افراد آن هستند (۲۸).
- اگر بخواهیم توجه ویژه‌ای به عوامل موثر در تحکیم خانواده بکنیم باید دوگونه از عوامل را مدنظر داشته باشیم:

- (۱) عوامل قبل از ازدواج
- (۲) عوامل بعد از ازدواج
- در رابطه با عوامل قبل از ازدواج، موارد همتایی و تناسب در ازدواج مطرح می‌باشد که در زمینه‌های:
- (۱) همتایی دینی و ایمانی
 - (۲) همتایی فکری و فرهنگی
 - (۳) همتایی اخلاقی
 - (۴) تناسب در تحصیلات
 - (۵) تناسب در زیبایی
 - (۶) تناسب سنی
 - (۷) تناسب مالی
 - (۸) تناسب خانوادگی
 - (۹) تناسب اجتماعی و...
- قابل بحث و گفتگو می‌باشد (۵ و ۹).
- در رابطه با عوامل بعد از ازدواج به عوامل تحکیم عشق در خانواده بایستی توجه شود:
- (۱) کفویت (همتراز بودن): اسلام محبت عمیق و صمیمی زوجین را محترم شمرده و به آن توصیه می‌کند.
 - (۲) رعایت حقوق و انجام تکالیف متقابل: برآورده کردن خواسته‌های قلبی طرفین و رعایت احترام متقابل یکی از تدابیر مهم برای حفظ شادابی و نشاط روحی زن و شوهر در کانون خانوادگی است.
 - حسن عاطفی یکی از مهمترین کارکرد های خانواده است. بپتزدید اگر کارکرد های خانواده تضعیف شود، روابط افراد خانواده نیز کاهش یافته و خانواده تحکیم خود را از دست م ی‌دهد (۲۳، ۱۸).
- رابطه‌ی دو همسر یک رابطه مشترک عاطفی و نوعی از خود گذشتگی دوطرفه است.
- اگر بنیاد خانواده مستحکم باشد و جوان ها به موقع ازدواج کنند و به کانون گرم خانواده دل بسته باشند بهطور محسوس از فسادها و ولگردی‌ها، بیبند و باری‌ها، طغیان‌ها و قتل‌ها و سرقت‌ها و جنایت‌ها، ناامنی‌ها و تجاوزها و انحراف‌ها، اعتیادها و خودکشی‌ها کاسته خواهد شد، زیرا چنانکه آمار نشان می‌دهد اکثر این امور از کسانی سر می‌زند که از وجود کانون گرم خانواده محرومند (۲۰، ۲۹).
- در بررسی عوامل و زمینه‌های ناسازگاری در خانواده به این موضع خواهیم رسید که یکسری از عوامل مربوط به قبل از ازدواج (مشخص نبودن فلسفه ازدواج برای زن و مرد، عدم آگاهی به رموز زندگی مشترک، ازدواج تحمیلی، مهریه سنگین، عدم آشنایی به خصوصیات یکدیگر، عدم وجود تناسب‌ها و کفو بودن و...) بوده و یکسری عوامل و اختلافات بعد از ازدواج (بر اخلاقی، بدبینی، زندگی مختلط، نگاه‌های آلوده، بیحجابی و بدحجابی، زینت و آرایش، توقعات و انتظارات بیجا، ضعف دین و ایمان، عدم توجه هر یک از زوجین به یکدیگر، گناه و نافرمانی خداوند، عیبجویی از همسر، جنسیت فرزندان، بزرگ بینی مشکلات زندگی، عدم تامین نیازهای فطری و بیولوژیکی و...) باعث ناسازگاری می‌شود که این ناسازگاری‌ها بلاشک پیامدهایی منفی و ویرانگر را به دنبال خواهد داشت:
- (۱) در بعد خانوادگی (پرخاشگری، اعتیاد، ترک زندگی و فرار، خودسوزی و خودکشی، طلاق).
 - (۲) بعد رفتاری (بیماری روانی، بیماری‌های جسمانی)
 - (۳) فرزندان (خلاء عاطفی، بیپناهی و بیسرپرستی، افت تحصیلی، بزهکاری و نگرانی آینده)
 - (۴) بعد اجتماعی (۲۰، ۷).
- به خانوادها‌ی مستحکم می‌گوییم که توان حل مشکلات خود را داشته باشد، خانوادها‌ی سالم است که بتواند مسائل و تعرضات خود را با گفتگو و مذاکره بین اعضاء برطرف کند و چون گفتوگو

- ارتباط و مذاکره
 - حساس بودن نسبت به حوزه‌های مطلوب متغیر
 - غلبه بر حسادت
 - خوشبین بودن رد قضاوت نسبت به دیگران
 - اجتناب از سرزنش کردن و تفکر منفی به موقع و بهجا استفاده شود (۲۰۰۹).
- بالاتر برای ایجاد، حفظ و استمرار یک خانواده مستحکم و پایدار، موفق و با طراوت باید هر یک از زوجین تلاش کند، بیندیشد، وقت بگذارد، احساس مسئولیت کند و موانع برقراری ارتباط را از میان بردارد و در مقابل به عوامل کمک کننده در برقراری ارتباط توجه و عمل کند. به بیان دیگر عالم بودن و عامل بودن به عوامل و علل برقراری ارتباط سالم جهت پایگاه رشد انسانی و توسعه پایدار در جهت تکامل، بقاء نسل.
- مبنای تفاهم است بهطور عموم اختلافات در چنین خانواده ها بی کاهش پیدا خواهد کرد.
- توانمندسازی مردم بهخصوص اقشار نیازمند و در معرض خطر و آسیب، طرح آموزش مهارت‌های زندگی، ایجاد گروه‌های همیاران سلامت روان و اجتماعی و پایگاه سلامت اجتماعی از راهکار های مهم در تقویت و استحکام بنیان خانواده خواهد بود (۲۲،۲۳).
- داشتن مهارت‌های اجتماعی، بلوغ عاطفی، بلوغ اجتماعی و موقعیت مختلف اجتماعی در تحکیم خانواده بسیار موثر است.
- از مهارت‌های مهم مقابله با اختلافات زناشویی مثل:
- مشخص کردن هدف خود در رابطه نزدیک
 - مسئولیت‌پذیری فعالانه
 - ارزیابی میزان رضایت خود
 - ارزیابی مجدد انتظارات خود

References:

1. Zinati A. The philosophy of marriage in Islam and Christianity. Social and Cultural Council of Women J 2005; 7(27): 197-227. (Persian)
2. Mazaheri H. Moral lessons for families in Islam. Qom: Shafagh Pub; 1993. (Persian)
3. Behnoudi Z. Family health management: family development theory. Tehran: Boshra Publications; 2002. P: 1-20. (Persian)
4. Majlesi M. Behar-al-Anvar. Beirut: Al-Vafa Foundation; 1983. P: 387. (Vol 68). (Persian)
5. Sheikh bin al-Hassan M, al-Aamili H. Wasael ush-Shia. 1st Ed. Qom: Al-al-Beit Le-Ehya-al-Torath Foundation; 1986. P.153. (Vol 12). (Persian)
6. Sheikh bin al-Hassan M, al-Aamili H. Wasael ush-Shia. 1st Ed. Qom: Al-al-Beit Le-Ehya-al-Torath Foundation; 1986. P.77. (Vol 20). (Persian)
7. Majlesi M. Behar-al-Anvar. Beirut: Al-Vafa Foundation; 1983. P.364. (Persian)
8. Mahmoudian H, Sharafi M-R, Khoshbin S, Ahmadi A. Family knowledge. Tehran: Samt Publication; 2004. P. 97,116,109, 134. (Persian)
9. Motahhari M. Rights of women in Islam. Tehran: Sadra Publication; 1990. (Persian)
10. The Holy Quran. Sura: Rome, Ayah: 21.
11. Al-Hassan M. Vasael-o-Shia. 1st Ed. Qom: Al-al-Beit Le-Ehya-al-Torath; 1986. P. 23. (Persian)
12. Majlesi M. Behar-al-Anvar. Beirut: Al-Vafa Foundation; 1983. P.98. (Vol 10). (Persian)
13. Balali A. The relationship between religion and family in the West. Social and Cultural Council of Women J 2005; 7(27):257-74. (Persian)
14. Raisipor K. Role of women in family development. Tehran: National Seminar on the Status of Women in Health System; 2005. P. 73-4. (Persian)
15. Beheshti A. Problems in training. Tehran: Amirkabir Publication; 2004. P. 191-8. (Persian)

16. Mostagimi M. Two sides of love and marriage. Social and Cultural Council of Women J 2005; 27(4): 228-56. (Persian)
17. The holy Quran. Sura: Bagharah, Ayah: 187.
18. Alclinka K. Life skills. Tehran; Sepand Publication: 2004. P. 9-45. (Persian)
19. Majlesi M. Behar-al-Anvar. Beirut: Al-Vafa Foundation; 1983. P. 59. (Vol 43). (Persian)
20. Ziebainejad MR, Sobhani MT. An introduction to female characters in Islamic. 4th Ed. Tehran: Studies and Research Office of Publications; 2004. (Persian)
21. Beheshti A. Problems of family life. Tehran: Amirkabir Publication; 2005. P. 32,120-1. (Persian)
22. Zolghadr M. Health and religion. A Seminar on Religious Trainings and Physical Health; 2005. (Persian)
23. Akbari M. Sweet life; moral stories for young couples. Tehran: Pardisan Publication; 2000. P: 58. (Persian)
24. Amini I. Choosing a spouse. Tehran: Parent-Teacher Organization Association Publishing; 2000. (Persian)