

Effect of Parents' Spiritual Health on Children's Mental Health

Fatemeh Gholampour Nagharchi (MA student)^{1*}

1. Payame Noor University, Sari, Iran.

ABSTRACT

Article Type: Review Paper
Background and aim: Children grow physically and mentally in the shadow of their parents' affection and education. One of the most important duties of parents is to take care of their children's health. As important as it is to pay attention to the physical health of children, it is equally important to pay attention to their mental health. One of the most important factors for children's mental health is parents who have sufficient health themselves. One of the most important dimensions of parents' health is their spiritual health. In this context, the current study investigated the effect of parents' spiritual health on children's mental health.
Materials and methods: This study was conducted using a descriptive-analytical method through a library study of scientific resources and articles published in reliable scientific databases such as Iran Medex, Magiran, SID as well as the Google Scholar search engine, verses of the Qur'an and related narratives.
Findings: The results indicated that the spiritual health of parents had a great effect on increasing the mental health of children.
Conclusion: Better mental health can be achieved in the shadow of mental health, and as children go through the stages of physical and mental development in the shadow of parenthood, parents who are spiritually healthy can raise children with better mental health. Consequently, the success of families in maintaining the mental health of their children is possible in the shadow of the spiritual health of the parents.
Keywords: Spiritual health, Parental influence, Mental health, Children

Cite this article: Gholampour Nagharchi F. Effect of Parents' Spiritual Health on Children's Mental Health. Islam and Health Journal. 2021; 6(2): 108-116.



© The Author(s).

Publisher: Babol University of Medical Sciences

*Corresponding Author: Fatemeh Gholampour Nagharchi

Address: Payame Noor University, Sari, Iran.

E-mail: fatemehgholampour12@gmail.com

تأثیر سلامت معنوی والدین بر سلامت روان فرزندان

فاطمه غلامپور نقارچی (MA student)*¹

۱. دانشگاه پیام نور، ساری، ایران.

چکیده

نوع مقاله:	سابقه و هدف: فرزندان در سایه مهر و محبت والدین و با تربیت و پرورش درست است که به رشد و تکامل جسمی و روحی می‌رسند. یکی از وظایف مهم والدین، توجه به سلامت فرزندان است. به همان میزان که توجه به سلامت جسم در فرزندان مهم است، توجه به سلامت روان آنها نیز اهمیت دارد. یکی از مهمترین عوامل موثر در سلامت روان فرزندان، داشتن والدینی است که خود از سلامت کافی برخوردار باشند. یکی از ابعاد مهم سلامت والدین، سلامت معنوی آنهاست. در این راستا، مقاله حاضر به بررسی تأثیر سلامت معنوی والدین بر سلامت روان فرزندان می‌پردازد.
مقاله مروری	
دریافت:	مواد و روش‌ها: این مطالعه با روش توصیفی-تحلیلی و از طریق مطالعه کتابخانه‌ای منابع علمی و مقالات منتشر شده در پایگاه‌های معتبر علمی مانند SID, Magiran, Iran Medex و نیز موتور جستجوی Google Scholar و همچنین آیات قرآن و روایات مرتبط صورت گرفته است.
۱۴۰۱/۴/۵	
ویرایش:	یافته‌ها: یافته‌ها نشان داده است که سلامت معنوی والدین تأثیر بسیار زیادی در افزایش سلامت روان فرزندان دارد.
۱۴۰۱/۸/۱۷	
پذیرش:	نتیجه‌گیری: در سایه سلامت معنوی می‌توان به سلامت روان بالاتری دست یافت و از آنجایی که فرزندان در سایه تربیت والدین مراحل تکامل جسمی و روانی را طی می‌کنند، والدینی که خود از سلامت معنوی برخوردار باشند می‌توانند فرزندان با سلامت روان بالاتر تربیت نمایند؛ در نتیجه موفقیت خانواده‌ها در حفظ سلامت روان فرزندان، در سایه سلامت معنوی والدین امکان‌پذیر است.
۱۴۰۱/۸/۲۱	
انتشار:	واژگان کلیدی: سلامت معنوی، تأثیر والدین، سلامت روان، فرزندان
۱۴۰۱/۸/۲۴	

استناد: فاطمه غلامپور نقارچی. تأثیر سلامت معنوی والدین بر سلامت روان فرزندان. نشریه اسلام و سلامت. ۱۴۰۰؛ ۶(۲): ۱۱۶-۱۰۸.



© The Author(s)

Publisher: Babol University of Medical Sciences

مقدمه

در میان عوامل مختلفی که در شکل‌گیری شخصیت افراد تأثیر دارند، نقش خانواده از دیرباز مورد توجه بوده است (۱). خانواده به عنوان مهمترین نهاد اجتماعی، نقش محوری در تربیت فرزندان دارد. یکی از عوامل موثر بر بهزیستی روانشناختی انسان‌ها، درک آنها از ویژگی‌های خانواده اصلی خود می‌باشد. تجربه‌هایی که افراد در خانواده اصلی کسب می‌کنند، شکل‌دهنده رفتارها و روابط بین‌فردی و همچنین پیش‌بینی‌کننده کیفیت زندگی آینده آنها می‌باشد (۲). زیرا خانواده مهمترین عامل سازنده شخصیت فرزندان است، کودکان سال‌های اول عمر را در بین خانواده می‌گذرانند (۳). از این رو عملکرد سالم خانواده باعث می‌شود تا فرزندان، هویت مثبتی به‌دست آورند، استقلال خود را افزایش دهند و احتمال بروز اختلالات روانشناختی و مشکلات رفتاری در آنها کمتر گردد. خانواده سالم، اعضای سالم‌تری نیز از نظر ویژگی‌های روانشناختی پرورش می‌دهد (۲).

از وظایف مهم والدین، ایجاد زمینه رشد فرزندان چه از لحاظ جسمی و چه از لحاظ روانی است. رشد روحی و روانی فرزندان در مرتبه بالاتری نسبت به رشد جسمانی قرار دارد (۳). کودکان در زندگی به حمایت، راهنمایی و مدیریت والدین برای توانمند شدن نیاز دارند. توانمندی در کودک به عملکرد جسمی و روانی او مرتبط است (۴)؛ لذا تلاش برای ایجاد روحیه‌ای شاد و روانی سالم برای توانمندی کودکان، از اهمیت به‌سزایی برخوردار است. زندگی شادمانی حقیقی صورت نمی‌پذیرد، مگر در سایه ایمان به خداوند و امید به لطف و رحمت خالق مهربان (۳). معنویت می‌تواند تأثیر مثبتی بر رضایت از زندگی افراد داشته باشد و بر بهزیستی روانی آنها بیفزاید. زندگی خوب فقط نتیجه رضایت جسمی و عاطفی نیست، زندگی فضیلت‌مند مستلزم رسیدن به معنای عمیق‌تری از زندگی است. ساحت معنوی و روحانی می‌تواند در برگزیده هدف و معنایی فراتر از نیازهای شخصی باشد (۴).

در زمینه سلامت روان تحقیقات متعددی انجام شده است (۵) و جدیدترین بعد سلامت، که موجب افزایش عملکرد روانی افراد می‌شود، سلامت معنوی معرفی شده است (۶). همچنین بسیاری از صاحب‌نظران رابطه ایمان و احساس امنیت و آرامش روانی را تایید کرده‌اند (۵). در واقع والدینی که خود از سلامت معنوی برخوردار باشند از دوران کودکی، نقش خدا و اعتقاد به مبدأ و معاد را نیز در ذهن فرزند خود شکل می‌دهند و فطرت خداجوی کودک را شکوفا می‌کنند. این کودک به موجودی برتر ایمان پیدا می‌کند، خداپرستی، توکل، صداقت و عزت نفس در او شکل می‌گیرد و به تعبیر ساده‌تر سلامت روان در این فرزندان افزایش می‌یابد (۱).

دانشمندان در سال‌های اخیر به این موضوع اذعان داشته‌اند که تعریف سلامت دارای نقیصه‌ای بزرگ بوده است؛ زیرا تأکید بیش از حد بر جنبه‌های مادی موجب غفلت از بعد اساسی و مهم دیگر، یعنی بعد معنوی و روحانی سلامت گردیده است (۵). فردی که معنا و مفهومی در زندگی ندارد، نمی‌تواند فلسفه حیات را درک نموده و در نتیجه احساس ناامنی می‌کند. به همین دلیل، در سال‌های اخیر معنویت و مراقبت معنوی به عنوان عاملی مهم و تأثیرگذار برای ارتقای سلامت روان، مورد توجه قرار گرفته است (۷). از آنجایی که مهمترین و سنگین‌ترین رسالت تربیت فرزند، به عهده‌ی والدین می‌باشد، از این رو والدین باید با بهره‌گیری از ابزار مختلف، در این میدان وسیع، قدم بردارند و نیازهای روحی، عاطفی، اخلاقی و اجتماعی فرزندان را تأمین نمایند. پدر و مادر، اگر در روابط خود دارای ثبات نظر، آرامش روحی و دوستی باشند و هرگونه کینه و خشونت را از خود دور سازند، می‌توانند بیشترین تأثیر را در ایجاد آرامش روحی فرزند و دل‌بستگی او به خانه و خانواده، داشته باشند (۱).

در پژوهشی نقش والدین در ارتقای سلامت معنوی کودکان مورد بررسی قرار گرفت که نتایج این پژوهش نشان داد والدین به عنوان نخستین و مهمترین مربیان هدایت‌گر و پرورش‌دهنده فطرت فرزندان، در جهت حفظ، نگهداری و حمایت از روح و روان آنها، در کنار تأمین رفاه، می‌توانند معرفت و تقویت فرهنگی را نیز با آموزش تدریجی و سالم‌سازی محیط داشته باشند و در ارتقا و پرورش سلامت معنوی فرزندان، نقش محوری ایفا نمایند (۸). در پژوهش دیگری مولفه‌های اثرگذار سلامت معنوی بر سلامت انسان مورد بررسی قرار گرفت که نتایج این پژوهش نشان داد ارتقای سلامت معنوی در افراد در سلامت عمومی، بهبود روند بیماری‌ها و سلامت روان می‌تواند تأثیرگذار باشد (۹).

در تحقیقی ملاک‌های سلامت معنوی از منظر قرآن بررسی گردید و نتایج نشان داد انسان هر چه بیشتر از سلامت معنوی برخوردار باشد میزان تحقق ملاک‌های یاد شده در قرآن در وی بیشتر است (۱۰). در پژوهشی نیز نقش والدین در پرورش عزت نفس و سلامت معنوی فرزندان بررسی گردید و نتایج نشان داد والدین با بکارگیری راهبردهایی که از اهداف اخلاقی - تربیتی اسلام می‌باشد، مانند محبت کردن، انتخاب نام نیک و احترام گذاشتن، می‌توانند موجب ارتقای سلامت معنوی کودکان گردند (۳).

نتایج تحقیقات دیگری نیز نشان داده بین سلامت روان و سلامت معنوی همبستگی معناداری وجود دارد و ارتقای سلامت معنوی در سلامت روانی، کیفیت زندگی و رضایت از زندگی انسان مؤثر است (۱۰). در همین راستا اژدری فرد و همکاران، برومندزاده و ثانی آموزش‌هایی با محوریت معنویت را در افزایش سلامت عمومی، سلامت روان و کاهش اضطراب و افسردگی مؤثر دانستند (۱۱). در یک پژوهش دیگری نیز محققان ارتباط گرایش مذهبی با سلامت روان را مورد بررسی قرار داده‌اند (۱۲). در پژوهشی سلامت معنوی والدین و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان مورد بررسی قرار گرفت و نتایج این تحقیق نشان داد بین سلامت معنوی والدین و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان رابطه‌ی معناداری وجود دارد (۱۳).

با توجه به اهمیت موضوع، پژوهش حاضر نیز همگام با سایر پژوهش‌ها، به بررسی تأثیر سلامت معنوی والدین بر سلامت روان فرزندان پرداخته است. از این رو پژوهش حاضر درصدد پاسخ به این سؤال است که: آیا سلامت معنوی والدین بر سلامت روان فرزندان مؤثر است یا خیر؟

تعریف سلامت معنوی:

اهمیت معنویت و سلامت معنوی در چند دهه اخیر به صورت روزافزون مورد توجه روانشناسان و متخصصان روان قرار گرفته است. امروزه مردم بیش از پیش به معنویت و مسائل معنوی گرایش پیدا کرده‌اند. به همین دلیل بررسی علمی معنویت یکی از مباحث مهم در بهداشت جسمی و روانی گردیده است (۱۴). انسان دارای ابعاد مختلفی است و جدیدترین بعد سلامت انسان‌ها که باعث افزایش عملکرد روانی افراد می‌شود، سلامت معنوی است. برخی محققان بر این باورند که فقدان سلامت معنوی موجب می‌شود تا سایر ابعاد سلامتی فرد نیز نتواند عملکرد حداکثری مورد نظر خود را داشته باشند و در این صورت نمی‌توان به سطوح بالای کیفیت در زندگی دست یافت (۶). در تعاریف سلامت معنوی اغلب به دویعدی بودن معنویت اشاره شده است. بعد اول معنویت مذهبی است که در آن مفهوم فرد از وجود مقدس به سبک مذهبی بیان می‌شود و بعد دوم معنویت وجودی است که در آن تجربیات روانشناختی خاصی ارتباطی با وجود مقدس ندارد، مد نظر می‌باشد (۱۵). سلامت معنوی انسان‌ها را باید بر مبنای فرایندی از کنش متقابل انسان در جهان و یک قدرت برتر و مقدس تعریف کرد (۱۶). اعتقاد به خداوند و داشتن حس رضایت از رابطه با خداوند، هدفمندی و داشتن معنا در زندگی به عنوان دو بعد سلامت معنوی معرفی شده است (۲). در تعریف سنتی، معنویت بر مذهب و دین تأکید دارد؛ در صورتی که در سال‌های اخیر معنویت به صورت گسترده‌تری تعریف شده است و همه جنبه‌های زندگی و تجربه بشری را در برمی‌گیرد (۱۴). برخی معتقدند ابعاد معنویت شامل تلاش برای معنا و هدف، تفوق و برتری (مثل احساس این که انسان بودن فراتر از وجود مادی ساده است)، اتصال (مثل اتصال به دیگران)، طبیعت یا الوهیت و ارزش‌ها (مانند عشق، دلسوزی و عدالت) می‌باشد. در حالی که معنا و هدف در زندگی، خودآگاهی، اتصال به خود، دیگران و یک واقعیت برتر نیز از اجزای سلامت معنوی به حساب می‌آیند (۱۷). «سلامت معنوی وضعیتی دارای مراتب گوناگون است که در آن متناسب با ظرفیت‌ها و قابلیت‌های فرد، بینش‌ها، گرایش‌ها و توانایی‌های لازم برای تعالی روح که همان تقرب به خدای متعال است، فراهم می‌باشد (۳). سلامت روحی یا سلامت معنوی، سلامت شخصی است و با مفهوم تعالی نفس مرتبط است که منعکس‌کننده سیستم ارزشی فرد می‌باشد و ممکن است مربوط به عقیده‌ای در مورد پدیده‌ای ماورایی یا طبیعی باشد (۱۸). در واقع سلامت معنوی شامل ثبات در زندگی، ارتباط نزدیک با خویش، خدا، جامعه و محیط، تناسب و معنی و هدف داشتن در زندگی و صلح می‌باشد (۶).

تعریف سلامت روان:

سلامت در لغت به معنی تندرستی و عاری بودن از عیب و آفت است (لغت‌نامه دهخدا). در اصطلاح به کسی که بیماری جسمی نداشته باشد سالم می‌گویند؛ اما امروزه نتایج پژوهش‌ها نشان داده است که ریشه بسیاری از ناراحتی‌های جسمی، نابسامانی‌های فکری و روحی می‌باشد. از این رو کسی سالم است که از سلامت روح و روان نیز برخوردار باشد (۱۹). سلامت روانی (mental health) در روان‌شناسی، آسایش و سلامت روانی، از لحاظ توانایی‌های ذهنی، توانایی مدارا با مسائل روزمره، و برقراری روابط پایدار تعریف می‌شود. لوپسون و همکارانش در سال ۱۹۶۲ سلامتی روان را این‌گونه تعریف کرده‌اند: «سلامتی روان عبارت است از این که فرد چه احساسی نسبت به خود، دنیای اطراف، محل زندگی و اطرافیان دارد و مخصوصاً با توجه به مسئولیتی که در مقابل دیگران دارد، چگونگی سازش وی با خود و شناخت موقعیت مکانی و زمانی خویش حائز اهمیت است». در واقع شخصی که بتواند با محیط خود و اطرافیان و به طور کلی، اجتماع سازگار شود، از نظر بهداشت روانی بهترین است (۲۰). سلامت روان به معنای تعادل و انسجام فراگیر در همه ابعاد جسمانی و نفسانی انسان است که تعقل و اندیشیدن، آگاهی، هدف‌داری، انصاف، عدالت، امانت‌داری، حقیقت‌جویی و تسلیم در برابر آن، رشد مستمر و آرامش از جمله علائم سلامت روان است و در مقابل، بیماری روانی خارج شدن از حد اعتدال است که نادانی، عصبانیت، دنیاطلبی، ظلم و تعدی، ضعف اراده و سستی، اضطراب، ترس، خودپسندی، حسد، کینه‌ورزی و ... از نشانه‌های عدم سلامت روان می‌باشد (۲۱). قرآن کریم جهالت را به عنوان پایه و اساس بیماری‌های دل و روان معرفی می‌کند و درمان آن را نیز بر کسب آگاهی و دانش به ویژه علوم توحیدی استوار می‌داند (۳).

تأثیر سلامت معنوی بر سلامت روان از منظر آموزه‌های دینی:

پژوهشگران به این نتیجه رسیده‌اند که اصول مشترکی در دستورات مذهبی بین ادیان عمده جهان وجود دارد که از سلامت پیروان آن محافظت می‌کند، این اصول مشترک ریشه در معنویت ادیان دارد. در طول تاریخ، انبیاء الهی و پیشوایان همواره در تلاش برای راهنمایی انسان به سوی شخصیت و جامعه‌ای سالم بوده‌اند (۵). ادیان، رسالت خود را نجات انسان‌ها از وضعیت بحرانی به وضعیت آرمانی و مطلوب معرفی کرده‌اند و این‌گونه به نظر می‌رسد که نقش ادیان از منظر دینی، نجات بشر است (۲۲). وانگ و همکاران با مرور ۲۰ مقاله به ارتباط میان سطح بالاتر مذهبی بودن و معنویت در نوجوانان با سلامت روانی بهتر اشاره کرده‌اند. تا جایی که کیم و اسکوتیول در مطالعه‌ای تقویت معنویت را به عنوان راهکاری برای ارتقای سلامت روان در نوجوانان معرفی می‌کنند (۱۱). دیدگاه قرآن کریم که سخنی الهی است نیز اهمیتی ویژه‌ای دارد، زیرا تغییر بنیادی که قرآن به لحاظ شخصیتی در پیروان واقعی‌اش به وجود آورد در میان مکاتبی که در طول تاریخ ظهور داشته‌اند، بی‌نظیر است (۲۳). از منظر اسلام نیز انسان، دارای دو بعد جسمی و روحی و مادی و معنوی است. اسلام، خواهان سلامت و بهداشت هر دو بعد انسان است (۲۲). در فرهنگ قرآن واژگان روح (حجر: ۲۹، مجادله: ۲۲)، قلب (بقره: ۱۰، فتح: ۴)، نفس (بقره: ۲۳۳، لقمان: ۳۴)، فواد (نجم: ۱۱، ابراهیم: ۳۷)، صدر (اسرا: ۵۱، اعراف: ۴۳) همان روان است. در واقع با توجه به تعاریف سلامت و روان می‌توان گفت مفهوم سلامت روان در اسلام و قرآن همان تندرستی روح است؛ به تعبیر ساده داشتن آرامش روحی همان سلامت روان است (۱۹). در قرآن کریم و

روایات، دستورالعمل‌ها و توصیه‌های بسیاری، در مورد چگونگی عملکرد درست در حفظ سلامتی جسم و به دنبال آن به دست آوردن سلامتی روح و روان بیان شده است، که به نکات بهداشتی در زندگی فردی و اجتماعی پرداخته است و عمل به این توصیه‌های بهداشتی را ضامن سلامت فردی و اجتماعی می‌داند. همچنین در سیره و سنت، ملاک یک حرام یا یک مستحب و یا یک مکروه، زیان رساندن یا مفید بودن و یا مفید نبودن است و هر چیزی که زیان دارد قطعاً حرام است (۲۴). بهداشت روان نیز به معنای سالم نگه داشتن روان از هرگونه آسیب روانی است و هدف اصلی آن پیشگیری از به وجود آمدن ناراحتی‌های روانی می‌باشد (۲۵). جسم و روح به یکدیگر وابسته هستند و فشارهای زیاد روحی و روانی موجب بیماری‌های جسمی می‌شود؛ لذا لازم است به روح و روان انسان نیز همانند جسم توجه شود تا از ابتلا به اختلال و بیماری حفظ شود (۲۶). از این رو راهکارهای مختلفی نیز جهت رسیدن به آرامش روح و روان در دین مبین اسلام مطرح می‌گردد مانند: امیدواری، مثبت‌اندیشی، غایت‌نگری، درک قوه اختیار و درک حضور خالق (۱۹). ملاک‌های قرآن برای سلامت معنوی را نیز: ارزشمند دانستن عمر، پذیرش و رد گزاره‌ها با دلیل، پذیرش گزاره‌های مفید و رد گزاره‌های غیرمفید، یادگیری گزاره‌های مربوط، ایمان داشتن و کفر نداشتن، اعتقاد به توحید و پرهیز از شرک، اعتقاد به بازیچه بودن زندگی دنیا و حیات حقیقی آخرت، برابر و مثل هم دانستن انسان‌ها، برادر دانستن مؤمنان با هم، گمان بد نداشتن به دیگران و آیه دانستن طبیعت، حب خدا در دل داشتن، آرامش با یاد خدا، شادی نکردن به سبب دستاوردها و محزون نشدن به سبب از دست دادن داشته‌ها، دوست داشتن ستایش برای کارهایی که انجام نداده است، دوست داشتن مردم، همدلی، حسادت نداشتن، کینه نداشتن، هم‌جهت بودن خواست انسان با خواست خدا، آخرت‌خواهی و دل بستن به دنیا، خیرخواهی برای انسان‌های دیگر، دروغ نبستن به خدا، اذیت نکردن خدا و پیامبر، مسخره نکردن و با القاب بد صدا نزدن، اشاعه ندادن فحشا، قول درست، بندگی کردن و اطاعت فرمان‌ها، باز نداشتن مردم از راه خدا، مدیریت قوا، نفاق نداشتن، فتنه نکردن برای انسان‌ها، حفظ مال مردم، نکشتن انسان‌ها، آزار نرساندن به انسان، عدالت ورزیدن، حمایت‌گری، آباد کردن زمین، فساد نکردن در زمین، اسراف و تبذیر نکردن، نکشتن و آزار نرساندن به حیوانات و کمک به آنها، می‌توان عنوان نمود (۱۰). دانشمندان علوم تجربی بر این باورند که علایق مذهبی و باورهای دینی در کاهش یا حتی رفع بیماری‌های مختلف روحی و جسمی تأثیر زیادی دارد. برخی از روان‌شناسان نیز برای درمان بیماری‌ها گرایش به معنویت را توصیه می‌کنند (۲۷).

دین و باورهای مذهبی به زندگی انسان‌ها معنا می‌بخشد و به انسان آرامش روانی می‌دهد؛ زیرا زندگی بدون اعتقاد به مذهب و باورهای قلبی و ایمانی در بعد مادی خلاصه شده و در هر فراز و نشیبی به شدت تحت تأثیر قرار می‌گیرد و بر روح و روان انسان فشار وارد می‌سازد (۲۸). خداوند درباره‌ی سلامت در سوره‌ی مائده می‌فرماید: «خدا هر که را از خشنودی او پیروی کند، به وسیله‌ی آن [قرآن] به راه‌های سلامت رهنمون می‌شود و به توفیق خویش آنان را از تاریکی‌ها به سوی روشنایی بیرون می‌برد و به راه راست هدایتشان می‌کند. در آیات متعددی در قرآن، خداوند به سلامت فردی و اجتماعی و بهداشت جسمی و روحی انسان‌ها اشاره کرده است که توجه به آنها می‌تواند راه‌های درمان و دستورالعمل‌های بهداشتی در مقابله با آسیب‌های جسمی و روانی باشد (۲۸).

همچنین در آیه‌ی ۲۹ سوره‌ی حشر، «سلام» را به‌عنوان یکی از نام‌های خداوند آورده است. بر اساس این آیه، خداوند هم سلامت است، یعنی از هرگونه نقص و عیبی میرا است؛ هم سلامت‌بخش؛ زیرا هر آنچه از خدا ناشی می‌شود بی‌عیب و نقص؛ و خیر و سلامت است (۲۹). قرآن و برنامه‌های نورانی و حیات‌بخش آن جامعه بشر را به راه‌های تأمین سلامت رهنمون می‌سازد (۲۵).

ازمنظر قرآن کریم تنها با پیروی از برنامه‌ی خداوند می‌توان از سلامت و آرامش روان (فقدان ترس و غمگینی) برخوردار شد (۳۰). چنان‌که در چند آیه از قرآن نیز به آن اشاره شده است؛ مانند آیه ۶۲ سوره یونس که فرموده: «أَلَا إِنَّ أَوْلِيَاءَ اللَّهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ آگاه باشید که بر دوستان خدا نه بیمی است و نه آنان اندوهگین می‌شوند. و در سوره اسرا آیه ۸۲ می‌فرماید: و تنزل من القرآن ما هو شفاء و رحمة للمؤمنین و لا یزید الظالمین إلا خساراً؛ ما از قرآن آنچه را برای مومنان مایه درمان و رحمت است نازل می‌کنیم، ولی ستمکاران را جز خسارت نمی‌افزاید).

شناخت کامل انسان فقط توسط خالقش امکان‌پذیر است و دین نقش اساسی در زندگی افراد دارد. خداوند در قرآن در آیه ۱۲ سوره احزاب، قلب بیمار و منحرف از حالت فطری خود را جایگاه صفات و عواطف منفی و اختلال‌های روانی معرفی می‌نماید (وَ إِذْ يَقُولُ الْمُنَافِقُونَ وَالَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ مَا وَعَدَنَا اللَّهُ وَرَسُولُهُ إِلَّا غُرُورًا). مطالب بیان شده نشان می‌دهد مذهب به زیستن و مردن انسان معنا می‌بخشد، موجب امیدواری می‌شود و خوش‌بینی افراد را افزایش می‌دهد، به افراد مذهبی نوعی احساس کنترل و کارآمدی می‌بخشد که ریشه‌ی خدایی دارد و می‌تواند کاهش یافتگی کنترل شخصی را جبران نماید. نوعی سبک زندگی سالم‌تر برای افراد تجویز می‌کند که بر سلامت روانی تأثیر مثبت بسیاری دارد (۱۲).

تأثیر سلامت معنوی والدین در سلامت روان فرزندان:

همه‌ی روان‌شناسان بر این عقیده هستند که کودکان به موازات نیازهای زیستی و جسمی، به‌ویژه در سنین نخستین، نیازمند ارتباطات عاطفی و پذیرش از جانب دیگران هستند و برآورده کردن این نیازها، موجب ایجاد آرامش، امنیت خاطر، تعادل روانی و دستیابی به اعتماد به نفس در کودکان است (۳۱). در این زمینه نقش خانواده و والدین بسیار قابل توجه است. خانواده به‌عنوان مهمترین بنیاد اجتماعی، نقش مهمی در تربیت و هدایت کودکان دارد. کودک محصول این نهاد مقدس، در سایه مهر و عطوفت والدین و با تربیت و پرورش صحیح است که به رشد و تکامل و تعالی جسمی و روحی می‌رسد (۳۲). داشتن ارتباط عاطفی با فرزند موجب می‌شود که وی با والدین خویش صمیمی باشد، به آنان اعتماد کند و آنان را پناهگاه خویش در بحران‌های

زندگی بداند. خداوند در قرآن کریم، خطاب به پیامبرش می‌فرماید: «فَمَا رَحِمَهُ مِنَ اللَّهِ لَئِنَّ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ؛ به دلیل رحمت خدا بود که تو با آنان ارتباطی صمیمی و مهرآمیز پیدا کردی، اگر یک فرد خشن و گستاخ بودی، هر آینه هیچ کس دور تو جمع نمی‌شد.» (۳۱). معمولاً کودک سخن گفتن، آداب معاشرت، رعایت نظم یا بی‌نظمی، امانت‌داری یا خیانت، راستگویی یا دروغ‌گویی، خیرخواهی یا بدخواهی را در محیط خانه می‌آموزد (۲۸).

پدر و مادر، اگر در روابط خود دارای ثبات نظر، آرامش روحی و محبت باشند و کینه و خشونت را از خود دور سازند، بیشترین کمک را در ایجاد آرامش روحی فرزند و دل‌بستگی او به خانه و خانواده می‌کنند. دلیل پیدایش بسیاری از کودکان منحرف و کسانی که در بزرگسالی به جرم‌های مختلف رو می‌آورند، نبود آرامش در خانواده‌های آنها می‌باشد (۳۱). در مورد تاثیر والدین بر انحرافات کودکان، پیامبر اکرم (ص) می‌فرماید: «مَا مِنْ مَوْلُودٍ يُوَلَّدُ عَلَى الْفِطْرَةِ فَأَبَوَاهُ يَهُودَانِهِ وَنَصْرَانِهِ وَيُمَجْسَانِهِ؛ هر فرزندی بر فطرت توحید و خدایپرستی متولد می‌شود و این پدر و مادر او هستند که او را یهودی یا مسیحی و یا زردشتی سوق می‌دهند (و او را از راه فطرت دور می‌سازند) (۳۳).

لیکن چنین به نظر می‌رسد که این والدین هستند که به فطرت خداشناسی کودک جهت می‌دهند؛ فطرتی که نه ساخته محیط است و نه وراثت، بلکه یک امر سرشتی و یک ندای فطری است که با خلقت بشر آفریده شده، در نتیجه بر آیینی که گرایش دارند، کودکان را می‌توانند هدایت کنند (۳۲). پیامبر اکرم (ص) در ضمن سفارش‌هایی به امام علی (ع) فرمود: «يَا عَلِيُّ لَعَنَ اللَّهُ وَالِدِينَ حَمَلًا وَلَدِيهَمَا عَلَى عَقُوقِهِمَا؛ یا علی! بَلِّغِ الْمَوْلِدِينَ مِنَ الْعُقُوقِ لَوْلَدِهِمَا مَا يَلِزَمُ الْوَالِدَ لَهْمَا مِنْ عَقُوقِهِمَا؛ ای علی! خدا لعنت کند پدر و مادری را که فرزندان خویش را بد تربیت کنند و موجبات عاق خود را فراهم نمایند. ای علی! همان‌گونه که فرزند عاق والدین می‌شود، والدین نیز عاق فرزند خواهند شد (۳۴).

ایمان و باورهای دینی، علاوه بر تاثیر در زندگی خصوصی همسران، در تربیت دینی فرزندان نیز تاثیر بسیاری دارد، به‌ویژه شرک و بی‌ایمانی مادر در سرنوشت فرزندان بسیار موثر است؛ و همانند شعله سوزانی است که سعادت دنیا و آخرت مادر و فرزندان را به آتش می‌کشد (۳۵). از این رو، قرآن کریم، ازدواج با زنان مشرک را مجاز نمی‌داند و یادآور می‌شود فقط زمانی می‌توان با آنان ازدواج کرد که ایمان بیاورند. همچنین به زنان مسلمان نیز فرمان می‌دهد که با مردان مشرک ازدواج نکنند؛ مگر اینکه ایمان بیاورند. «وَلَا تَنْكِحُوا الْمُشْرِكِينَ حَتَّى يُؤْمِنُوا وَآمَنَ مُؤْمِنُهُ خَيْرٌ مِنْ مُشْرِكِهِ وَ لَوْ أَحَبَّ بَيْنَكُمُ وَ لَأَ تَنْكِحُوا الْمُشْرِكِينَ حَتَّى يُؤْمِنُوا وَ لَعَبْدٌ مُؤْمِنٌ خَيْرٌ مِنْ مُشْرِكٍ» و با زنان مشرک ازدواج نکنید تا زمانی که ایمان بیاورند. قطعاً کنیز باایمان از زن آزاد مشرک بهتر است، هر چند شما را خوش آید و زنان باایمان را به ازدواج مردان مشرک در نیاورید تا زمانی که ایمان بیاورند مسلماً برده باایمان از مرد آزاد مشرک بهتر است هر چند شما را خوش آید (۳۶).

مواد و روش‌ها

این مطالعه با روش توصیفی-تحلیلی و از طریق مطالعه کتابخانه‌ای منابع علمی و مقالات منتشر شده در پایگاه‌های معتبر علمی مانند Iran Medex، SID، Magiran و نیز موتور جستجوی Google Scholar و همچنین آیات قرآن و روایات مرتبط صورت گرفته است.

یافته‌ها

از آنجایی که دین به همهی نیازهای خانواده در جهت رسیدن به رشد و شکوفایی توجه داشته است، به تربیت اعضای خانواده نیز توجه ویژه دارد (۳۱). با توجه به نقش سرنوشت‌ساز خانواده در رشد و تعالی فرزندان است که بحث حقوق کودکان در اسلام مطرح می‌شود تا به خانواده‌ها یادآور شود که کودکان حقوقی دارند و باید در رفع نیازهای آنها کوشید. از جمله حقوق کودکان که بر عهده خانواده‌هاست تأمین سعادت دنیایی و آخرتی آنان است که این امر میسر نمی‌گردد؛ مگر از راه انتقال مفاهیم دینی. آیات و روایات فراوانی متذکر این معنی شده در عین حال در سیره عملی پیامبر (ص) و ائمه (ع) جلوه‌های فراوانی از این موارد را مشاهده می‌کنیم (۳۷).

همچنین در آیات و روایات متعدد به والدین توصیه شده تا با احیای فطرت و شخصیت و سوق دادن طفل به صفات پسندیده، سالم‌سازی محیط و تغذیه پاک، بستری مناسب در جهت بهره‌مندی از سلامت معنوی، با هدف رشد و تعالی روحی و روانی برای فرزندان فراهم کنند. از این رو والدین باید با مسؤولیت‌پذیری، این وظیفه مهم و حساس را به درستی بگیرند و با آگاهی و فرزندپروری شایسته، فرزندان خود را در مسیر سعادت و کمال قرار دهند (۳۲). فطرت حسی در درون هر انسانی است که او را به سوی خداوند و تعالی می‌کشاند و تنها کسی می‌تواند از ظرفیت‌های فطرت در مسیر تکامل بهره گیرد که از سلامت معنوی برخوردار باشد. با توجه به این که دل و درک معنوی و درونی انسان، خاستگاه مشترک فطرت و سلامت معنوی می‌باشد، با پیرایش و نورانی ساختن دل، مقابله با عوامل بازدارنده و بهره‌مندی از سلامت معنوی، زمینه برای شکوفایی فطرت و کمال و تعالی انسان فراهم می‌شود (۳۸). پژوهش‌ها نشان داده است که رابطه بین خدا و داشتن نگرش‌های مذهبی و رابطه آن با سلامت روانی، که اعتقاد و نگرش مثبت به نیروی فراتر از تمام نیروهای هستی، اضطراب، افسردگی، ترس و ... را از انسان دور و نشاط، سلامت جسم و روان، شادکامی و نیکبختی را به جای آن می‌نشانند. از این

رو، مدت‌هاست که تصور می‌شود بین مذهب و سلامت روان ارتباط مثبتی وجود دارد (۳۹). پابندی و اجرای صحیح احکام و آموزه‌های دین اسلام می‌تواند سلامت روحی و جسمی را برای هر فردی به دنبال داشته و موجب افزایش احساس امنیت و توانایی مقابله با مشکلات روانشناختی و جسمانی گردد (۲۵). زیرا شیوه‌های مقابله، توانایی‌های شناختی و رفتاری هستند که فرد مضطرب به منظور کنترل نیازهای ویژه درونی و در مقابله مذهبی، افراد از منابع مذهبی متعددی استفاده می‌کنند که از آن جمله می‌توان به توکل به خداوند، زیارت ائمه (ع)، نماز، قرآن و غیره اشاره نمود (۳۹).

قرآن کریم که خود را هدایت‌گر انسان به سوی رستگاری معرفی می‌کند، انسان را دارای دو بُعد مادی و معنوی می‌داند و از آنجا که سلامت روان، بیانگر نوعی تعادل روانی است، تمامی جنبه‌های وجودی انسان و هماهنگی میان نیازهای او را در بر دارد. در این زمینه قرآن، فردی را سالم می‌داند که بین نیازهای جسمی، روانی و معنوی تعادل ایجاد کند و در نگاه قرآن، مقربان از بالاترین مراتب سلامت روانی و معنوی برخوردارند (۲۳).

پژوهش‌ها نشان می‌دهد بین عملکرد والدین و سلامت روان فرزندان رابطه بسیار زیادی وجود دارد (۴۰). والدینی که خود از سلامت معنوی برخوردار باشند از دوران کودکی، نقش خدا و اعتقاد به مبدأ و معاد را در ذهن فرزند خود شکل می‌دهند و فطرت خداجوی کودک را شکوفا می‌کنند. این کودک به موجودی برتر ایمان پیدا می‌کند؛ خداپرستی، توکل، صداقت و عزت نفس در او شکل می‌گیرد و به تعبیر ساده‌تر سلامت روان در این فرزندان افزایش می‌یابد (۳).

بحث و نتیجه‌گیری

با توجه به مطالب مطرح شده در تحقیق حاضر، آموزه‌های دینی تأثیر زیادی بر سلامت روان و راه‌های رسیدن به آن دارد؛ زیرا یکی از اهداف مهم ادیان الهی، تأمین سلامت روان در انسان‌ها می‌باشد. به همین جهت در آموزه‌های دینی، به سلامت معنوی و سلامت روان بسیار توجه گردیده است؛ زیرا رسیدن به کمال، هدف نهایی انسان‌ها در دین معرفی شده است. برخورداری از سلامت معنوی مقدمه‌ای برای رسیدن به کمال انسانی می‌باشد. از این رو توصیه‌های زیادی جهت ایجاد و حفظ سلامت معنوی برای انسان‌ها ارائه گردیده است و در سایه سلامت معنوی می‌توان به سلامت روان بالاتری نیز دست یافت. این نتایج با یافته‌های یعقوبی و همکاران (۱۲)، شریفی و همکاران (۱۱)، مهدوی نور و همکاران (۱۰)، صف آرا و همکاران (۹)، خجسته (۱۸) همخوانی دارد.

از آنجایی که فرزندان در سایه تربیت والدین، مراحل تکامل جسمی و روانی را طی می‌کنند، والدینی که خود از سلامت معنوی برخوردار باشند می‌توانند فرزندان را با سلامت روان بالاتر تربیت نمایند و این مطلب با یافته‌های غلامپور و فلاح زاده (۱۳)، گلی (۳)، مقدادی و جوادپور (۸) همسو می‌باشد. با توجه به مطالعات صورت گرفته، این‌طور می‌توان نتیجه گرفت که سلامت معنوی موضوع بسیار بااهمیتی است؛ اما به‌نظر می‌رسد پژوهش‌های زیادی در این موضوع صورت نگرفته است؛ لذا با توجه به شرایط مذهبی و فرهنگی کشورمان شایسته است تحقیقات بیشتری در زمینه سلامت معنوی صورت گیرد و تأثیرات آن در بخش‌های مختلف زندگی از جمله سلامت روان، مخصوصاً به صورت تحقیقات کیفی بیشتر مورد توجه قرار گیرد. همچنین پیشنهاد می‌گردد، والدین جهت رسیدن به سلامت معنوی تلاش بیشتری نمایند و با مطالعه و کسب آگاهی بیشتر از آموزه‌ها و توصیه‌های دینی بتوانند سلامت معنوی بالاتری بدست آورند.

به درمانگران و مشاوران نیز پیشنهاد می‌شود از روش‌های مختلف جهت افزایش سلامت معنوی والدین استفاده نمایند تا از تأثیرات مثبت آن بر سلامت روان فرزندان بتوان بهره برد. همچنین پیشنهاد می‌شود در مدارس، کارگاه‌هایی به منظور افزایش سلامت معنوی والدین برگزار شود و از تأثیرات مثبت آن بر سلامت روان فرزندان، آگاهی بیشتری به والدین داده شود. امید است والدین بتوانند در سایه معنویت، فرزندان را با سلامت روان بالاتر تربیت نمایند.

تضاد منافع: نویسنده مقاله تضاد منافی دربارهی این پژوهش گزارش نکرده است.

References

1. Gholampour Naqharchi F, Fallahzadeh Roshan M. The effect of virtual education on improving the performance of students and families . The First International Conference on Educational Sciences, Psychology, Sports Sciences and Physical Education. Sari: Adib University of Sari; 2021.
2. Sotoudeh H, Shakerinia I, Ghasemi R, Kheirati M, Hoseini M. The role of family health and spiritual health in well-being Psychology of Nurses. Quarterly Journal of Medical History. 2015; 7(25): 161-84.
3. Goli M. Parents' role on fostering of children and their spiritual health from Islamic view. J Med History. 2016; 7(25): 101-28.
4. Hopper JE. Ways to Boost Happiness, Self-Confidence, and Children's Success. Tehran: danghe; 2017.
5. Bitarafan F, Seddiqi Arfaei F. Spiritual health from the perspective of the Quran and Sahifa Sajjadih. Marefat. 2014; 205: 39-56.
6. Talebian F, Amouzad Mahdirejei H, Araghian Mojarad F, Yaghoubi T. Spiritual health of nurses' resilience missing link in the Corona pandemic: Findings of a conceptual review articlen. RJMS. 2021; 28(5): 60-71.
7. Emami T, Abbasi Vaskasi F. Effectiveness of spiritual care-based intervention on reducing anxiety and reducing rumination in patients with generalized anxiety disorder. Islam and Health Journal. 2021; 6(1): 91-8.
8. Meghdadi MM, Javadpour M. The Parents Role in Promoting the Spiritual Health of Children in Islam. Med History J. 2017; 8(29): 83-117.
9. Safara M, Ghasemi-Yazdabadi M, Heyrat A, Rezaeinasab A. Reexamining the Influential Components of Spiritual Health in Human Health. Journal of Pizhūhish dar dīn va Salāmat. 2022; 8(1): 130-46.
10. Mahdavinoor SH, Mahdavinoor SMM. Criteria for spiritual health in five realms of man based on the teachings of the Qur'an. Journal of Pizhūhish dar dīn va Salāmat. 2021; 7(4): 114-30.
11. Sharifi A, Shokravi A. Effect of Spiritual-Based Educational Intervention on the Mental Health of Student Health Ambassadors. Journal of Education and Community Health. 2020; 7(3): 177-86.
12. Yaqoubi A, Aroti A, Cheghini A, Mohamadzade S. Meta-analysis of the relationship between religious orientation and mental health. Educational Measurement Quarterly. 2014; 6(21): 113-29.
13. Gholampour Nagharchi F, Fallahzadeh Roshan M. The effect of parents' spiritual health on students' academic performance. 1st International Conference on Psychology, Social Sciences, Educational Sciences and Philosophy. Rahedanesh Institute of Higher Education: Babol; 2022.
14. Dehshiri G, Sohrabi F, Jafari I, Najafi M. A Study of Psychometric Properties of Spiritual Welfare Scale among Students. Psychological Studies. 2008; 4(3): 129-44.
15. Safaei I, Karimi L, Shamosi N, Ahmadi Tahor M. The Relationship Between Spiritual Well-Being and Mental Health in Students. Sabzevar University of Medical Sciences. 2010; 17(4): 274-80.
16. Abbasi M, Azizi F, Shamsi E, Naseri Rad M, Akbari M. Conceptual Definition and Implementation Of Spiritual Health: a Methodological Study. Medical Ethics. 2012; 6(20): 11-44.
17. Omidvar S. Spiritual Health, Concepts and Challenges. Specialized Quarterly of Interdisciplinary Quranic Researches. 2008; 1(1): 5-17.
18. Khohasteh S. The relationship Between Internet Addiction and Mental Health and Spiritual Health Secondary Students. Medical Journal of Mashhad University of Medical Sciences. 2019; 61(1): 58-68.
19. Moghadam M. An Analysis of Motivational Strategies for Mental Health in Islamic Teachings. Scientific -Specialized Journal for Qur'anic and Hadith Sciences. 2021; 2(4): 80-104.

20. Milani Far A, Rasolian A, Jodaki H. Review of Laws Related to Medical Malpractice in Iran. *Iranian Forensic Medicine* Fall 2010; 56: 215-24.
21. Amid H. *Amid Persian Dictionary*. Tehran: Amir Kabir; 2020.
22. Nikzad A. Factors and Obstacles to the Health of the Soul from the Perspective of Islam. *Babol University of Medical Sciences. Islam and Health Journal*. 2015; 2(2): 7-15.
23. Tabibi A, Zamanian Najafabadi F. Mental Health Development Strategies from the Perspective of the Qur'an. *Islam and Health Journal*. 2020; 5(1): 63-75.
24. Motahari M. *Collection of 22 Works (Wisdom and Advice, Moral Philosophy, Education in Islam, Practical Wisdom)*. Tehran: Sadra; 1978; 689.
25. Motamedi V, Dargahi A, Vaziri Y, Abbasi M, Poursadeghian M. Study of Islamic Instructions on the Health of Soul and Body. *Islam and Health Journal*. 2019; 4(1): 46-52.
26. Sayed Nari TS, Ranjbaran Z S, Ghasempeyvandi M. Components of Body and Soul Health In Practical Behavior of Hazrat Zahra (SalAmollAh'alayh). *Islam and Health Journal*. 2020; 5(1): 7-17.
27. Javan R, Rajabi Sanajerdi A, Selmabadi M, Esmaeili M. The role of spirituality in the family mental health basket. *The First National Conference on Islam and Mental Health*. 2015 May.
28. Seifuri V, Ismaili M. Mental health from the perspective of the Quran. *Bayyenat*. 2009; 63(3): 188-214.
29. Esmaeili M, Fani M, Karamkhani M. The Conceptual Framework of Spiritual Health in Islamic Resources (the Quran and Nahjul-Balagha). *Journal of Research on Religion and Health*. 2017; 3(1): 91-101.
30. Ebrahimi A, Nazari A, Hasani J. Psychopathology from the Perspective of Quran: Thematic Analysis. *Islam and Health Journal*. 2015; 2(3): 15-24.
31. Malek Abad Z, Naghipour W A. Religion Interpretation of The Role of the Family in the Mental Health of Society With Emphasis on Sexual Education of Children. *Taha Heritage*. 2013; 1: 117-42.
32. Meghdadi M, Javadpoor M. The Role of Parents in Promoting the Spiritual Health of Children in Islam. *Quarterly Journal of Medical History*. 2016; 8(23): 83-117.
33. *Nahj-Al-Balaghah*, Translated by Mohammad Dashti, Qom: Amiralmomenin Institute, 1996. [In Persian]
34. Majlesi MB. *Bihar al-Anvar*. Vol. 74, p. 60.
35. Ghasemi M. *The Golden Age of Education up to Seven Years Old*. Qom: Noor Al-Zahra - Peace Be Upon Him; 2016. 79-80.
36. Holy Quran; Surah Baqarah, Verse 221.
37. Shakeri Nia I. Religion, the need of yesterday, today and tomorrow of man. Article presented in the conference on religion and the world from the perspective of Imam. *Isfahan University of Medical Sciences*; 1995.
38. Abolghasemi M. The Role of Spiritual Health in the Flourishing of Nature. *Journal of Medical Ethics*. 2019; 13(44): 1-10.
39. Yadollahpour MH, Seyedi J, Rezaii R, Borhani M, Bakhtiyari A. A Study of the Verses of the Holy Quran in the Field of Three Main Dimensions of Health: Physical, Mental and Social. *Journal of Islam and Health*. 2015; 1(3): 56-48.
40. Rahiminejad A, Paknejad M. The Relationship Between Family Function and Psychological Needs With Adolescents' Mental Health. *Family Research*. 2013; 10(1): 99-111.