

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



پژوهشکده انوار طاهّا

فصلنامه دانش و خانواده

سال اول، شماره اول، پاییز ۱۳۹۹

صاحب امتیاز: پژوهشکده انوار طاهّا
مدیر مسئول: محمد نصیری
سر دبیر: علی نقی فقیهی

هیئت تحریریه

سید هاشم حسینی بوشهری، سید منذر حکیم، علی
نقی فقیهی، حمید محمودیان عطاآبادی، محمد مهدی
عباسی آغوی، ابراهیم نیک‌صفت، محمد داوودی،
محمد رضا سالاری فر، علی حسین‌زاده

مدیر اجرایی: محمد ترابی فر
ویراستار: نجمه باقریان
صفحه‌آرا: معصومه نوروزی

EISSN: 4807-2645

سایت مجله: <http://joraf.ir>

رایانامه: jo.anvartaha@gmail.com

آدرس: قم، خیابان شهدا (صفائیه)، کوچه ۲۸ (بیگدلی)،

پلاک ۱۴۹، پژوهشکده انوار طاهّا

تلفن: ۰۲۵۳۷۷۳۱۵۹۴

چاپخانه: چاپ دیجیتال فرزندگان دانش‌پویان نامدار (قم)

— راهنمای نگارش و تدوین —

۱. چنانچه مقاله‌ای مستخرج از پایان‌نامه تحصیلی یا طرح پژوهشی خاصی باشد، نویسنده موظف است اطلاعات دقیق پایان‌نامه یا طرح مربوطه را ذکر کند. در غیر این صورت در هر مرحله‌ای که نشریه‌ی «دین و خانواده» متوجه عدم اطلاع‌رسانی نویسنده شود، مطابق مقررات برخورد می‌کند.

۲. نویسندگان باید فقط از طریق بخش ارسال مقاله سامانه نشریه «دین و خانواده» جهت ارسال مقاله اقدام کنند، به مقالات ارسالی از طریق ایمیل یا ارسال نسخه چاپی ترتیب اثر داده نخواهد شد. برای ارسال مقاله، نویسنده مسئول باید ابتدا در بخش «ارسال مقاله» اقدام به ثبت‌نام در سامانه نشریه نماید.

۳. نویسندگان باید همه مراحل ارزیابی مقاله را صرفاً از طریق صفحه شخصی خود در سامانه مجله دنبال نمایند.

انواع مقالات

۱) نشریه «دین و خانواده» صرفاً مقالات پژوهشی اصیل را می‌پذیرد.

۲) نشریه «دین و خانواده» از پذیرش مقالات ترجمه‌ای معذور است.

ساختار مقالات

توجه: تا زمانی که ساختار مقاله، استانداردهای اولیه مورد نظر مجله «دین و خانواده» را که در ذیل آمده است، نداشته باشد، مقاله جهت ارزیابی به داوران ارسال نمی‌گردد. بنابراین، نویسندگان لازم است دقیقاً ساختار مقالات خود را منطبق با قواعد مجله تنظیم نمایند.

* از کاربرد واژه‌های اختصاری در عنوان مقاله و چکیده خودداری گردد. در صورت لزوم باید ابتدا عبارت کامل «واژه اختصار» آمده و بعد، واژه اختصار درج شود.

۱) درج چکیده برای همه انواع مقالات ارسالی به مجله الزامی است. تعداد واژه‌های چکیده باید بین ۱۵۰ تا ۲۵۰ کلمه باشد.

۲) درج کلیدواژه برای همه انواع مقالات ارسالی به مجله الزامی است. تعداد کلیدواژه‌ها باید بین ۴ تا ۱۰ کلیدواژه باشد.

۳) حجم مقاله حداکثر ۶۵۰۰ کلمه باشد.

۴. مشخصات فردی نویسندگان

۵. «نویسنده مسئول» در آثاری که بیش از یک نویسنده دارند باید حتماً مشخص باشد. عبارت (نویسنده مسئول) جلوی نام نویسنده مورد نظر درج شود

فرستنده مقاله به عنوان نویسنده مسئول در نظر گرفته می‌شود و کلیه مکاتبات و اطلاع‌رسانی‌های بعدی با وی صورت می‌گیرد. هنگام ارسال مقاله باید نامه‌ای مبنی بر تأیید «نویسنده مسئول» با امضای کلیه نویسندگان مقاله به مجله ارسال شود

وابستگی سازمانی نویسندگان باید دقیق و مطابق با یکی از الگوهای ذیل درج شود:

۱) اعضای هیات علمی: رتبه علمی (مربی، استادیار، دانشیار، استاد)، دانشکده، دانشگاه، شهر، کشور، پست الکترونیکی

۲) دانشجویان: دانشجوی (کارشناسی، کارشناسی ارشد، دکتری)، رشته‌ی تحصیلی، دانشگاه، شهر، کشور، پست الکترونیکی

۳) افراد و محققان آزاد: مقطع تحصیلی (کارشناسی، کارشناسی ارشد، دکتری) رشته تحصیلی، سازمان محل خدمت، شهر، کشور، پست الکترونیکی

۶. بخش تقدیر و تشکر: پیشنهاد می‌شود از مؤسسه‌های همکار و تأمین‌کننده اعتبار بودجه‌ی پژوهش نام برده شود. از افرادی که به نحوی در انجام پژوهش مربوطه نقش داشته، یا در تهیه و فراهم نمودن امکانات مورد نیاز تلاش نموده‌اند و نیز از افرادی که به نحوی در بررسی و تنظیم مقاله زحمت کشیده‌اند، با ذکر نام، قدردانی و سپاس‌گزاری شود. کسب مجوز از سازمان‌ها یا افرادی که نام آن‌ها برای قدردانی ذکر می‌شوند؛ الزامی است.

۷. فرمت استناددهی:

روش استناددهی نشریه «دین و خانواده» APA است. نویسندگان موظفند همه‌ی استنادهای درون‌متنی و پایان اثر را دقیقاً بر اساس این الگو درج نمایند.

فصل‌نامه دین و خانواده به موجب ماده ۱۳ قانون مطبوعات، مصوب ۱۳۶۴/۱۲/۲۸
 مجلس شورای اسلامی، در تاریخ ۱۳۹۷/۷/۲ به شماره ثبت ۸۲۹۴۴ پروانه انتشار
 دریافت نمود و به استناد مصوبه ۵۷۳ مورخه ۱۳۸۷/۴/۱۶ شورای عالی حوزه‌های
 علمیه، در جلسه مورخ ۱۴۰۱/۱۲/۲ شورای اعطای مجوزها و امتیازهای علمی، به
 شماره ۱۵۳۱، حائز رتبه علمی- ترویجی گردید.

فهرست مطالب

- ۵ اثربخشی معنویت درمانی گروهی مبتنی بر خانواده بر کاهش علائم افسردگی و نشخوار فکری
 طلاب زن حوزه علمیه معصومیه خرم‌آباد (۱۳۹۸)
 صبا حسنوندی، زهرا تنها، راضیه جلیلی
- ۲۱ اثربخشی معنادرمانی گروهی بر سرکوبی هیجان و سلامت مذهبی دانشجویان دختر
 دچار نشانگان ضربه عشق
 محمدجواد آقاجانی، بهمن اکبری، طاهر تیزدست، زهرا فروغی کلدره، سارا صبحی
- ۳۹ بررسی راهکارهای ایجاد شادی در خانواده براساس سبک زندگی اسلامی
 حمیدرضا سهرابی، فرزانه عسکری طیبی
- ۶۹ نقش معادباوری در تشکیل نهاد خانواده از منظر قرآن کریم
 عبدالرضا سلیمانی بآبادی، حسن اسلام‌پور کریمی
- ۸۷ پیش‌بینی نگرش به روابط قبل از ازدواج براساس ابعاد شخصیت و جهت‌گیری مذهبی در پسران دانشجو
 اعظم نوروزی، عبدالله شفیع‌آبادی، سهراب عبدی زرین
- ۱۰۳ ارتباط انگیزه‌های دینی با بخشش در خانواده‌های روستایی
 احمد عباسی دره‌بیدی، سیداحمد محمودیان

The Effectiveness of Family-Based Spiritual Group Therapy on Reducing Depression Symptoms and Rumination among Female Clergies of Masoumiyeh Seminary in Khorramabad (2019)¹

Saba Hasanvandi

Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Humanistic Sciences,
Khorram Abad Branch, Islamic Azad University, Khorram Abad, Iran
(Corresponding Author). Hasanvandi2010@yahoo.com

Zahra Tanha

Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Humanistic Sciences,
Khorram Abad Branch, Islamic Azad University, Khorram Abad, Iran.
Abdollah.bagheri@ymail.com

Raziye Jalili

Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Humanistic Sciences,
Khorram Abad Branch, Islamic Azad University, Khorram Abad, Iran.
R.jalili2014@gmail.com

Abstract

The present study aims to investigate the reduction of depression symptoms and rumination among female clergies through a family-based spiritual group therapy. The statistical population of this study includes all women with depression studying in Masoumiyeh Seminary in Khorramabad in 2019. The research sample consists of 38 students, who are randomly assigned in two experimental and control groups by voluntary sampling method. The research design is quasi-experimental with pretest-posttest and follow-up. Both groups complete the Beck Depression Inventory (BDI-II) (1996) and Nolen-Hoeksema rumination Inventory (1991) in the pretest-posttest and one-month follow-up stages. Findings show that family-based spiritual group therapy makes a significant difference in the post-test and follow-up stages. According to the findings of this study, paying attention to the spiritual dimension in the family, as one of the mental health dimensions, can be useful in raising the mental health indices of female clergies, in particular, and all women, in general. Therefore, the use of family-based spiritual therapies can be effective and applicable in public health protocols of educational and scientific centers.

Keywords: Spiritual Therapy, Family, Depression, Rumination, Female Clergies, and Masoumiyeh Seminary of Khorramabad.

اثر بخشی معنویت درمانی گروهی مبتنی بر خانواده بر کاهش علائم افسردگی و نشخوار فکری طلاب زن حوزه علمیه معصومیه خرم آباد (۱۳۹۸)^۱

صبا حسونندی

استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، واحد خرم‌آباد، دانشگاه آزاد اسلامی، خرم‌آباد، ایران
(نویسنده مسئول). Hasanvandi2010@yahoo.com

زهرا تنها

استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، واحد خرم‌آباد، دانشگاه آزاد اسلامی، خرم‌آباد،
ایران. Abdollah.bagheri@ymail.com

راضیه جلیلی

استادیار، گروه علوم تربیتی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، واحد خرم‌آباد، دانشگاه آزاد اسلامی، خرم‌آباد،
ایران. R.jalili2014@gmail.com

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی کاهش علائم افسردگی و نشخوار فکری طلاب زن از طریق برنامه آموزش گروهی معنویت درمانی مبتنی بر خانواده بود. جامعه آماری این پژوهش شامل همه زنان مبتلا به افسردگی مشغول به تحصیل در حوزه علمیه معصومیه شهرستان خرم‌آباد در سال ۱۳۹۸ بودند. نمونه پژوهش شامل ۳۸ طلبه بود که با روش نمونه‌گیری داوطلبانه به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل تعیین شدند. طرح این پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون و پیگیری بود. هر دو گروه در مراحل پیش‌آزمون - پس‌آزمون و پیگیری یک ماهه پرسش‌نامه‌های افسردگی بک (۱۹۹۶) و نشخوار فکری نونن - هکسما و مورو (۱۹۹۱) را تکمیل کردند. یافته‌ها نشان داد که برنامه آموزشی معنویت درمانی مبتنی بر خانواده تفاوت معناداری در مراحل پس‌آزمون و پیگیری ایجاد کرده است. با توجه به یافته‌های این پژوهش، توجه به بعد معنوی در خانواده، به عنوان یکی از ابعاد سلامت روان، می‌تواند در بالا بردن شاخص‌های سلامت روان زنان طلبه به صورت خاص و کل زنان مفید باشد. از این رو، استفاده از برنامه‌های درمانی معنویت محور مبتنی بر خانواده در پروتکل‌های سلامت عمومی مراکز آموزشی و علمی می‌تواند کارآمد و کاربردی باشد.

کلیدواژه‌ها: معنویت درمانی، خانواده، افسردگی، نشخوار فکری، طلاب زن، حوزه علمیه معصومیه خرم‌آباد.

۱. مقدمه

افسردگی^۱ یکی از شایع‌ترین اختلالات خلقی است و دوره‌های افسردگی اساسی درمان نشده، معمولاً ۶ ماه یا بیشتر طول می‌کشند. اختلالات خلقی را که افسردگی یکی از طبقات آن است، می‌توان به بهترین وجه با عبارت *نشانگان (سندرم) توصیف کرد* (و نه به عنوان بیماری‌های مجزا)، چون این اختلالات از گروهی نشانه و علامت ترکیب یافته‌اند که هفته‌ها تا ماه‌ها طول می‌کشند و معمولاً با الگویی دوره‌ای یا چرخه‌ای تظاهر می‌یابند (سادوک و سادوک^۲، ۲۰۰۳، ج ۲، ص ۳۴). افسردگی تأثیر وسیعی بر وضعیت اجتماعی، شغلی و اقتصادی افراد افسرده دارد و زندگی فردی و اجتماعی آن‌ها را تحت تأثیر قرار می‌دهد. همچنین، روابط بین فردی و خانوادگی فرد را نیز به شدت متأثر می‌سازد (گالدیس، گاش، دیسهاک و کریس- کریستوف^۳، ۱۹۹۹، ص ۱۲). افسردگی با داشتن تابلوی بالینی خاص خود نشانه‌هایی از قبیل خلق پایین، نوسان خلقی، کاهش لذت، افکار خودکشی، کاهش میل جنسی و کاهش اشتها و وزن را به همراه دارد (سادوک و سادوک، ۲۰۰۳، ج ۲، ص ۳۴). برخی از مطالعات نشان می‌دهند که خلق غمگین و اختلال افسردگی با پاسخ‌های نشخواری مرتبط است (نولن- هوکسما^۴، ۲۰۰۰، ص ۴۵)، به گونه‌ای که نشخوار فکری^۵ چگونگی پاسخ افراد به خلق افسرده را تعیین می‌کند، یعنی، افرادی که با پاسخ‌های نشخواری با خلق افسرده مواجه می‌شوند، مدت زمان بیشتری خلق افسرده دارند (طیب‌زاده و سپهریان آذر، ۱۳۹۶، ص ۴۰).

نشخوار فکری واژه عمومی است که به چند نوع تفکر اشاره می‌کند و غالباً به عنوان افکار سمج، چرخان و افسرده شناخته می‌شود که غالباً پاسخی به خلق پایین است (چسین^۶ و همکاران، ۲۰۱۶، ص ۲). طبق دیدگاه روان‌شناختی، نشخوار فکری به عنوان افکاری شناخته می‌شود که در پاسخ به هدف ناکام بروز می‌کند و راهی برای دستیابی به هدف محسوب می‌شود و موجب ناامیدی و افسردگی می‌شود (نولن- هوکسما، ۲۰۰۰، ص ۵۶). ولز و

-
1. Depression
 2. Sadock, Sadock
 3. Gladis, Gosch, Dishuk, Crits-Christoph
 4. Nolen-Hoeksema & Rector
 5. Rumination
 6. Chesin

پایاجورجیو^۱ نشخوار فکری را شیوه مقابله هیجان‌مدار در مقابله با شروع خلق افسرده در پی عدم دستیابی به شادکامی می‌دانند که مقدمه‌ای برای ورود به دوره‌های ناامیدی و نگرانی محسوب می‌شود. مسئله مهم چگونگی برخورد با خلق افسرده و نشخوارهای فکری متعاقب آن است که با برخی روش‌های درمانی قابل بهبودی است (۲۰۰۴، ص ۶۷).

تاکنون روش‌های رفتاری^۲ (پاسیار، بخشایش و سعیدمنش، ۱۳۹۷، ص ۳؛ درایزن و هولون^۳، ۲۰۱۰، ص ۴)، شناختی^۴ (برندون و گوایدیانو^۵، ۲۰۰۸، ص ۱؛ ولیان و همکاران، ۱۳۹۶، ص ۸)، و هم اکنون درمان‌های موج سوم مانند درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد^۶ (کانتر، باروچ و گاینر^۷، ۲۰۰۶، ص ۳۰) به عنوان درمان‌های مفید در کاهش علائم افسردگی و نشخوار فکری به کار رفته و در مطالعات مختلفی اثربخشی آنها تأیید شده است. هر کدام از این درمان‌ها درصدد کاهش علائم افسردگی و بهبود روابط بین فردی و خانوادگی افراد دارای علائم افسردگی هستند. در کنار درمان‌های ذکر شده، یکی از بسته‌های درمانی، معنویت درمانی مبتنی بر خانواده^۸ است (حسینی، دیویدسون، صالحی و فلاحی، ۲۰۱۲، ص ۲۳). چرا که خانواده به عنوان بنیانی مهم می‌تواند تمرکز بسیاری از اهداف درمانی باشد. معنویت درمانی مبتنی بر خانواده بر این فرض استوار است که ابعاد متعالی در زندگی انسان منجر به بهبود خلق می‌شود و ارتباط نزدیک با پروردگار در این بهبودی نقش دارد (هاستینگز^۹، ۲۰۱۶، ص ۴۵).

در معنویت درمانی از ظرفیت‌های وجودی، گرایش‌ها، انگیزه‌های الهی و فضیلت‌های اخلاقی استفاده می‌شود. این فنون می‌تواند جنبه رفتاری، شناختی، فراشناختی، عاطفی و اخلاقی داشته باشد و در رفتارهایی مانند توکل، صبر، نماز، دعا، نیایش و غیره تجلی می‌یابند (لیند، سندل‌باچ، استین، ۲۰۱۱، به نقل از: نیاز آذری، عبدالحی، ذبیحی حصاری و عاشوری، ۱۳۹۶، ص ۱۱-۲۰).

1. Wells & Papageorgiou
2. Behavioral
3. Driessen & Hollon
4. Cognitive
5. Brandon, Gaudiano
6. Acceptance and commitment therapy
7. Kanter, Baruch, & Gayner
8. Spiritual Therapy Based Family (STBF)
9. Hastings

برخی درمان‌های روان‌شناختی بر این اصل مبتنی هستند که مشکلات انسان به دلیل چند بعدی بودن، ریشه در مسائل معنوی دارند و می‌توان از مذهب به عنوان ابزاری کارآمد استفاده کرد (لیم، سیم، رنجان، سام و کواچ^۱، ۲۰۱۴، ص ۳۴). همان‌طور که سازمان جهانی بهداشت^۲، سلامتی را نبود بیماری نمی‌داند، بلکه سلامتی عبارت است از برخورداری از آسایش کامل جسمی، روانی و اجتماعی و نه فقط نداشتن بیماری و نقص عضو. به‌طور کلی افرادی که گرایشات معنوی دارند در هنگام رویارویی با آسیب، پاسخ‌های بهتری به وضعیتی که در آن هستند می‌دهند، فشار را بهتر تحمل کرده و از سلامتی بهتری برخوردارند (بیرامی، موحدی و موحدی، ۱۳۹۳، ص ۳؛ خدابخشی، رحیمی‌کیا و جعفری، ۱۳۹۳، ص ۴؛ نادری و روشنی، ۱۳۸۹، ص ۳). همسو با سلامت معنوی، کارکرد خانواده به عنوان اولین پایگاه ایمن برای فرد، در سلامت روانی و جسمانی افراد نقش مهمی را بازی می‌کند (فرگوسن و وودوارد^۳، ۲۰۰۲، ص ۳).

نظریه خانواده درمانی مینوچین^۴ (۱۳۹۸)، بدکارکردی فرد را ناشی از کارکرد معیوب خانواده قلمداد می‌کند. به عبارت دیگر، برای حل مشکلات فردی باید به دنبال حل مشکلات خانوادگی رفت. آدرمن^۵ (آدرمن، ۲۰۰۰، ص ۳) نیز بر این باور است وجود خانواده دارای کارکرد سالم در ارزیابی مثبت شناختی و نیفتادن در دام تفکر نشخواری مفید است. در مواقع تنش‌زا این خانواده است که با ظرفیت‌های خود به فرد در مقابله موثر کمک می‌کند. واضح است که خانواده بدکارکرد نمی‌تواند در ارزیابی مقابله سازگارانه فرد نقش موثری ایفا کند.

آموزش گروهی معنویت مبتنی بر خانواده از چند جنبه اهمیت دارد (بوالهیری، نظیری و زمانیان، ۱۳۹۱، ص ۳۴). به این صورت که لیست انتظار طولانی برای آموزش کاهش می‌یابد و در نتیجه درمانگر می‌تواند از زمان خود بهتر استفاده کند (نیاز آذری، عبدالحی، ذبیحی حصاروی و عاشوری، ۱۳۹۶، ص ۱۱-۲۰). همچنین به منظور رفع محدودیت‌های روان درمانی فردی از جمله هزینه بالا، کمبود درمانگران با کفایت و آموزش دیده و همچنین میزان زمان مورد نیاز و با در نظر گرفتن مزیت‌های روان درمانی گروهی مانند انسجام گروهی، بینش و یادگیری‌های ناشی از

-
1. Lim, Sim, Renjan, Sam, Quah
 2. WHO
 3. Fergusson, Woodward
 4. Minuchin
 5. Udermann

تعامل، عمومیت به معنای داشتن درد مشترک و تسهیل تخلیه هیجانی، این رویکرد به صورت گروهی مورد استفاده قرار گرفت (صاحبی و جمعه‌پور، ۱۳۷۹، ص ۶).

نیاز آذری و همکاران (۱۳۹۶) در مطالعه‌ای با عنوان بررسی عملکرد خانواده و سلامت معنوی در زنان مبتلا و درمان یافته از سرطان پستان با هم‌تایان غیرمبتلا نشان دادند که پیامد عملکرد خانواده و سلامت معنوی به صورت مستقیم و غیرمستقیم بر سلامت روان بیماران مبتلا به سرطان پستان و تسریع در روند بهبودی جسمانی اثرگذار بوده است (ص ۱۱-۲۰).

نظر به این که افسردگی می‌تواند مشکلات فراوانی برای افراد افسرده ایجاد کند، تهیه برنامه‌های درمانی که بتوانند علایم افسردگی را کاهش دهد، بیش از پیش احساس می‌شود. با توجه به مطالب مطرح شده معنویت نقش بسزایی در سلامت روان ایفا می‌کند. از این رو، هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی معنویت درمانی گروهی مبتنی بر خانواده در کاهش علائم افسردگی و نشخوار فکری طلاب زن شهرستان خرم‌آباد بود. به منظور رفع محدودیت‌های روان درمانی انفرادی از جمله هزینه بالا، کمبود درمانگران با کفایت و آموزش دیده و همچنین، میزان زمان مورد نیاز و با در نظر گرفتن مزیت‌های روان درمانی گروهی مانند انسجام گروهی، بینش و یادگیری‌های ناشی از تعامل، عمومیت به معنای داشتن درد مشترک و تسهیل تخلیه هیجانی، این رویکرد درمانی به صورت گروهی مورد استفاده قرار گرفت (صاحبی و جمعه‌پور، ۱۳۷۹، ص ۴).

۲. روش‌شناسی پژوهش

این پژوهش از نوع نیمه آزمایشی همراه با پیش‌آزمون- پس‌آزمون و پیگیری است. جامعه آمار شامل کلیه طلاب زن مشغول به تحصیل در سال ۱۳۹۸ بود. به منظور انتخاب نمونه با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس، از طریق فراخوان همکاری در حوزه علمیه معصومیه شهرستان خرم‌آباد، از کسانی که مایل به شرکت در این طرح پژوهشی بودند، دعوت به عمل آمد که به منظور گرفتن تست و انجام مصاحبه تشخیصی به محقق مراجعه کنند. ۹۰ نفر، در آزمون افسردگی بک (بک، استیر و براون، ۱۹۹۶، ص ۴) شرکت کردند. از این تعداد ۴۸ نفر واجد شرایط شرکت در درمان بودند. ملاک‌های ورود شامل متأهل بودن، دامنه سنی ۱۸ تا ۳۶ سال، نبود بیماری کم‌کاری تیروئید، عدم سایکوز^۱ و عدم اعتیاد به مواد مخدر بود. ۴۸ نفر از افرادی که در

آزمون افسردگی بک و مصاحبه تشخیصی دارای نمره مساوی یا بالاتر از نمره برش (یعنی نمره ۱۳) بودند به صورت تصادفی در گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند. در نهایت بنا بر دلایلی از قبیل اتمام تحصیل، تغییر محل سکونت، کمبود وقت و عدم تمایل به شرکت در پژوهش، گروه آزمایش به ۲۰ نفر و گروه کنترل به ۱۸ نفر (مجموعاً ۳۸ نفر) کاهش یافت. ۵ نفر از گروه آزمایش شامل طلاب ۲۲ و ۲۳ ساله و ۵ نفر از گروه کنترل شامل طلاب ۲۳ و ۲۵ و ۲۶ ساله بودند که هر ۱۰ نفر از مطالعه کنار گذاشته شدند. شرکت‌کنندگان گروه آزمایش در ۸ جلسه ۸۰ دقیقه‌ای معنویت درمانی مبتنی بر خانواده شرکت کردند. بسته معنویت درمانی گروهی توسط کجباف، رضوانی و عاشوری طراحی شده است (کجباف، رضوانی و عاشوری، ۱۳۹۲، ص ۵۶). گفتنی است این بسته درمانی با محتوای خانواده درمانی اسلامی در آمیخته شده و در نهایت، بسته‌ای متشکل از معنویت درمانی و خانواده درمانی اسلامی حاصل گردید و در این پژوهش از این بسته بهره گرفته شد. پرسشنامه‌های افسردگی و نشخوار فکری قبل و بعد از جلسات به شرکت‌کنندگان داده شد. در جلسات معنویت درمانی مبتنی بر خانواده از دو روش آموزشی شامل پیش فرض‌های زندگی معنوی و راهبردهای معنوی استفاده گردید. به منظور رعایت اصول اخلاقی به شرکت‌کنندگان اطمینان داده شد که اطلاعات آن‌ها به صورت کاملاً محرمانه باقی خواهد ماند و ایشان اختیار کامل دارند که در پژوهش شرکت نکنند یا در هر مرحله بخواهند، مختارند از ادامه حضور در پژوهش انصراف دهند. همچنین، بعد از پایان پیگیری جلسات درمانی، به منظور رعایت اصول اخلاقی ۴ جلسه درمانی برای شرکت‌کنندگان گروه کنترل در نظر گرفته شد. در ادامه، محتوای جلسات معنویت درمانی مبتنی بر خانواده به صورت مشروح توضیح داده می‌شود.

جدول ۱. محتوای جلسات معنویت درمانی مبتنی بر خانواده
(برگرفته از کجباف، رضوانی و عاشوری، ۱۳۹۲)

جلسه	محتوای جلسه
جلسه اول	معارفه و خوش‌آمدگویی، ایجاد امید و روابط همدلانه با اطرافیان به خصوص اعضای خانواده، مفهوم‌سازی مشکلات براساس مدل معنویت درمانی مبتنی بر خانواده
جلسه دوم	تبیین پیش‌فرض اول (واقعیت نجات‌بخش) و دوم (احساسات خوشایند و ناخوشایند وابسته به پدیده‌ها نیستند، بلکه وابسته به نگرش‌ها و احساسات درونی‌اند)، انسان معنوی، ارتقای نیت و هدفمندی رفتارها، تصویرسازی مثبت نسبت به خدا
جلسه سوم	تبیین پیش‌فرض سوم (اصل عمل) و پیش‌فرض چهارم (تقسیم‌پذیری)
جلسه چهارم	تبیین پیش‌فرض پنجم (جهان اخلاقی)، نقش دعا در زندگی و تعالی انسان، افزایش کیفیت تعاملات خانوادگی، تعامل با فرزند و همسر براساس مبانی اسلامی

جلسه	محتوای جلسه
جلسه پنجم	تبیین پیش فرض ششم (آینده کاملاً در اختیار ما نیست)، توضیح راهبردهای ذکر، توکل و امید به خدا
جلسه ششم	تبیین پیش فرض هفتم (انسان دائماً در حال ارتباط با خداوند است)، توصیف و تبیین معنوی و وحدت‌بخش اتفاقات و وقایع زندگی، تبیین اصول ارتباطی بر مبنای تعالیم الهی
جلسه هفتم	تبیین پیش فرض هشتم (انسان معنوی با صفات خود زندگی می‌کند نه با اموال و دارایی‌هایش) و پیش فرض نهم (رسیدن به زندگی معنوی نیازمند انفاق، گذشت، بخشش و محبت ورزیدن است)
جلسه هشتم	پیش فرض دهم (درک معنای سختی‌ها و مشقت‌ها، مسئولیت‌پذیری نسبت به خدا، خود و دیگران و هستی)، خلاصه‌ای بر محتوای کل جلسات

۲-۱. ابزار

الف) نسخه بالینی مصاحبه بالینی ساختاریافته برای اختلالات محور یک در

(SCID-I/CV) DSM-IV¹

یک ابزار معیار شده برای ارزیابی اختلالات اصلی روان‌پزشکی بر پایه تعریف‌ها و معیارهای DSM-IV می‌باشد که برای هدف بالینی و پژوهشی تنظیم شده است (فرست، اسپیتزر، گیبون و ویلیامز^۲، ۱۹۹۷). اجرای SCID-I/CV به قضاوت بالینی مصاحبه‌کننده درباره پاسخ‌های مصاحبه‌شونده نیاز دارد، بنابراین، مصاحبه‌کننده باید در مورد آسیب‌شناسی روانی، دانش و تجربه کافی داشته باشد.

SCID-I دو نسخه دارد: نسخه SCID-I/CV که بیشتر تشخیص‌های روان‌پزشکی را پوشش می‌دهد و برای کاربرد در محیط‌ها و پژوهش‌های بالینی تنظیم شده است و نسخه پژوهشی SCID-I/RV کامل‌تر و طولانی‌تر که تشخیص‌ها و نیز زیرنوع‌های تشخیصی و معیارهای شدت و سیر اختلالات را نیز پوشش می‌دهد.

اعتبار و پایایی این ابزار در پژوهش‌های گوناگون، قابل قبول گزارش شده است (مارنات^۳، ۲۰۰۳، ج ۱، ص ۵۶۷). برای مثال، در پایایی تشخیصی بین ارزیاب‌ها، کاپای^۴ بالای ۰/۷

1. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders-IV

2. First, Spitzer, Gibbon, Williams

3. Marnat

4. Kappa

گزارش شده است (طیب‌زاده و سپهریان آذر، ۱۳۸۸). بنا بر پژوهش مارنات^۱ اعتبار این ابزار به وسیله متخصصان تأیید و پایایی بازآزمایی با فاصله یک هفته ۰/۹۵ گزارش شد (مارنات، ۲۰۰۳، ج ۱، ص ۵۶۷). در این پژوهش، پایایی تشخیصی بین ارزیاب‌ها، کاپای ۰/۷ به دست آمد.

ب) پرسشنامه افسردگی بک^۲

این پرسش‌نامه شکل بازنگری شده پرسشنامه افسردگی بک است که جهت سنجش شدت افسردگی طراحی شده است (بک، استیر و براون^۳، ۱۹۹۶، ص ۴۵). ویرایش دوم این پرسش‌نامه، تمامی عناصر افسردگی را براساس نظریه شناختی افسردگی نیز پوشش می‌دهد. این نسخه نیز همانند نسخه اولیه از ۲۱ ماده تشکیل شده است که آزمودنی برای هر ماده، یکی از چهار گزینه که نشان‌دهنده شدت افسردگی است را انتخاب می‌کند. اعتبار سازه این پرسش‌نامه مورد بررسی قرار گرفته است و مولفه‌های عاطفی، شناختی و جسمانی شناسایی شده‌اند. ثبات درونی این پرسش‌نامه ۰/۷۳ تا ۰/۹۲ با میانگین ۰/۸۶ و ضریب آلفا برای هر گروه بیمار ۰/۸۶ و غیر بیمار ۰/۸۱ گزارش شده است (حسنوندی، ۱۳۸۸). همچنین، میزان آلفای کرونباخ ۰/۸۶ می‌باشد (بک، استیر و براون، ۲۰۰۰، ص ۴۵). در این پژوهش میزان آلفای کرونباخ ۰/۸۹ محاسبه شده است.

ج) پرسش‌نامه نشخوار فکری

این پرسش‌نامه توسط نولن-هوکسما و مورو^۴ (۱۹۹۱، ص ۵۶) جهت ارزیابی نشخوار فکری ساخته شده است. این مقیاس ۲۲ ماده دارد که ماده‌های آن روی یک مقیاس ۴ نقطه‌ای از تقریباً هرگز تا تقریباً همیشه نمره‌گذاری می‌شود. این پرسش‌نامه در ایران توسط منصورى مورد بررسی قرار گرفته و روایی آن مورد تأیید است (منصوری، ۱۳۸۸، ص ۴۵). نمره کل نشخوار فکری از طریق جمع ماده‌ها محاسبه می‌شود. شواهد مربوط به روایی محتوا در اختیار اساتید و کارشناسان مربوطه قرار گرفته و معتبر شناخته شده است. با استفاده از آلفای کرونباخ دامنه‌ای از ۰/۸۸ تا ۰/۹۲ نشان داده شده است که نشان‌دهنده پایایی درونی بالای آن بوده و همبستگی درون طبقه‌ای آن با پنج بار اندازه‌گیری (همبستگی ۰/۷۵) نیز بالا بوده است (پاپاجورجیو و ولز، ۲۰۰۴،

-
1. Marnat
 2. Beck Depression Inventory (BDI-II)
 3. Beck, Steer, Brown
 4. Morrow

ص ۳۴). همچنین، همبستگی بازآزمایی برای مدت بیشتر از ۱۲ ماه ۰/۶۷ گزارش شده است (منصوری، ۱۳۸۸، ص ۱۲) و در بررسی اولیه نیز آلفای کرونباخ برابر ۰/۹۰ به دست آمد (نولن - هوکسما و مورو، ۱۹۹۱، ص ۳۴). در این پژوهش اعتبار پرسش‌نامه برای کل مقیاس از طریق نمره یکی از ماده‌های مقیاس که محتوای آن با تعریف مقیاس هماهنگی داشت با جمع نمره باقیمانده ماده‌های مقیاس همبسته شد که حاکی از روایی رضایت بخش مقیاس بوده و نیز پایایی پرسش‌نامه از طریق آلفای کرونباخ ۰/۸۶ محاسبه شده است.

۲-۲. روش تجزیه و تحلیل داده‌ها

برای تحلیل توصیفی داده‌ها، شاخص‌های میانگین و انحراف استاندارد و در تحلیل استنباطی پس از بررسی مفروضه‌های زیربنایی آزمون‌های تحلیل کوواریانس چند متغیره و تحلیل واریانس چند متغیره به کار رفت. مفروضه‌های زیربنایی تحلیل کوواریانس عبارت بودند از آزمون لوین، هم خطی متغیرها و همگنی شیب‌های رگرسیون و نرمال بودن داده‌ها که برای انجام تحلیل واریانس از طریق آزمون شاپیر و ویلک بررسی شد. همچنین بررسی پیش فرض‌های تحلیل کوواریانس نشان داد مجاز به استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیری می‌باشیم. با توجه به طرح پژوهش و تعداد محدود آزمودنی‌ها و به منظور افزایش توان آزمون، سطح معناداری برای آلفا ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

۳. یافته‌ها

از نظر بررسی متغیرهای جمعیت‌شناختی، میانگین سنی طلاب خانم گروه آزمایش ۲۴/۸۶ سال (انحراف استاندارد ۲/۲ سال) و میانگین سنی گروه کنترل ۲۵/۲ سال (انحراف استاندارد ۲/۵ سال) بود. میانگین سنی شرکت‌کنندگان هر دو گروه با سطح معنی‌داری ($P < 0.235$) در یک محدوده سنی قرار دارند. جدول ۱ میانگین و انحراف معیار نمره افسردگی و نشخوار فکری را در گروه آزمون و شاهد، در مرحله پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری نشان می‌دهد.

جدول ۲. میانگین و انحراف معیار نمره افسردگی و نشخوار فکری در مراحل پیش آزمون - پس آزمون و پیگیری

مرحله	متغیر	گروه	تعداد	میانگین	انحراف معیار	P
پیش آزمون	افسردگی	آزمایش	۲۰	۱۸/۴	۷/۶	۰/۰۰۵
		کنترل	۱۸	۲۱/۵۶	۸/۲	۰/۰۸۷
	نشخوار فکری	آزمایش	۲۰	۵۳/۲۳	۱۷/۸۳	۰/۰۰۳
		کنترل	۱۸	۴۱/۱۲	۱۰/۲۳	۰/۳۳۴

مرحله	متغیر	گروه	تعداد	میانگین	انحراف معیار	P
پس‌آزمون	افسردگی	آزمایش	۲۰	۶/۹۸	۷/۸۱	۰/۰۰۶
		کنترل	۱۸	۲۲/۳۴	۸/۲۳	۰/۲۳۱
	نشخوار فکری	آزمایش	۲۰	۳۶/۹	۹/۱۶	۰/۰۰۷
		کنترل	۱۸	۴۳/۱۲	۱۲/۱۲	۰/۱۱۳
پیگیری	افسردگی	آزمایش	۲۰	۱۱/۲۳	۳/۳۴	۰/۰۰۸
		کنترل	۱۸	۲۲/۲۳	۵/۶۲	۰/۶۵۰
	نشخوار فکری	آزمایش	۲۰	۴۱/۱۲	۸/۱۲	۰/۰۰۸
		کنترل	۱۸	۴۶/۴۵	۸/۵۴	۰/۹۸۷

این اطلاعات حاکی از بالا بودن نمرات افسردگی و نشخوار فکری گروه آزمون در مرحله‌ی پیش‌آزمون نسبت به مراحل پس‌آزمون و پیگیری است. نمرات افسردگی و نشخوار فکری گروه کنترل در مراحل پس‌آزمون و پیگیری در مقایسه با مرحله پیش‌آزمون کاهش نشان نمی‌دهد. نتایج حاصل از تحلیل کوواریانس چندمتغیری در جدول ۳ درج شده است.

جدول ۳. نتایج حاصل از تحلیل کوواریانس چند متغیره بر میانگین نمره‌های پس‌آزمون علائم افسردگی و نشخوار فکری

متغیر وابسته	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی‌داری
علائم افسردگی	۱۰۷۷/۶۹	۱	۱۰۷۷/۶۹	۲۲/۸۳۱	< 0/001
نشخوار فکری	۸۸۷/۶۵	۱	۸۸۷/۶۵	۱۳/۱۲۲	< 0/001

**P< 0/001

با توجه به مندرجات جدول ۳ در ستون مربوط به سطح معنی‌داری مشاهده می‌شود که تفاوت بین گروه آزمایشی و گروه کنترل، از لحاظ متغیر علائم افسردگی در سطح $P < 0/001$ و از لحاظ متغیر نشخوار فکری در سطح $P < 0/001$ معنی‌دار است. بر این اساس، می‌توان گفت معنویت درمانی مبتنی بر خانواده باعث کاهش علائم افسردگی و نشخوار فکری در طلاب زن در مرحله پس‌آزمون شده است. نتایج تحلیل واریانس چندمتغیری در مرحله‌ی پیگیری در جدول ۴ درج شده است.

جدول ۴. نتایج حاصل از تحلیل کوواریانس چندمتغیره بر میانگین نمره‌های علائم افسردگی و نشخوار فکری در مرحله پیگیری

متغیر وابسته	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی‌داری
علائم افسردگی	۶۰۸/۲۲۱	۱	۶۰۸/۲۲۱	۲۰/۸۱۴	< 0/001
نشخوار فکری	۵۷۶/۱۶	۱	۵۷۶/۱۶	۸/۲۷۷	< 0/003

**P< 0/001

با توجه به جدول ۴ در ستون مربوط به سطح معنی‌داری مشاهده می‌شود که تفاوت بین گروه آزمایشی و گروه کنترل، از لحاظ متغیر علائم افسردگی در سطح $P < 0/001$ و از لحاظ متغیر نشخوار فکری در سطح $P < 0/003$ معنی‌دار است. بر این اساس، می‌توان گفت معنویت درمانی مبتنی بر خانواده باعث کاهش علائم افسردگی و نشخوار فکری در طلاب زن در مرحله پیگیری شده است.

۴. نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش گروهی معنویت درمانی مبتنی بر خانواده بر کاهش علائم افسردگی و نشخوار فکری طلاب خانم حوزه علمیه معصومیه شهرستان خرم‌آباد در سال ۱۳۹۸ بود. نتایج حاصل از تحلیل کوواریانس چندمتغیره نشان داد معنویت درمانی مبتنی بر خانواده باعث کاهش علائم افسردگی و نشخوار فکری در طلاب زن در مرحله پس‌آزمون و پیگیری شده است. نتایج این پژوهش با نتایج پژوهش‌های کجباف، رضوانی و عاشوری (۱۳۹۲، ص ۵۶)، بواله‌ری، نظیری، و زمانیان (۱۳۹۱، ص ۳۴)، همسو است.

بواله‌ری و همکاران (۱۳۹۱)، طی پژوهشی نشان دادند معنویت درمانی گروهی منجر به کاهش علائم افسردگی می‌گردد. در این پژوهش محتوای جلسات معنویت درمانی با گرایش به خانواده و برقراری تعاملات سالم گره خورده است، از این رو، به نظر می‌رسد یکی از دلایل اثربخشی بسته درمانی مذکور، ادغام معنویت درمانی با خانواده درمانی است. همچنین، به باور آدرمن (۲۰۰۰) مهم‌ترین عامل مربوط به تأثیر ویژه معنویت درمانی مبتنی بر خانواده بهبود نگرش و تفسیر فرد نسبت به زندگی و نشانه‌های بیماری‌زا است. اهمیت عوامل فشارزا از طریق ارزیابی‌های شناختی تعیین می‌شود که تحت تأثیر باورها و ارزش‌های فردی مانند کنترل فردی و باورهای معنوی است. براساس این دیدگاه می‌توان گفت باورهای معنوی فرد بسیاری از ارزیابی‌های شناختی مهم را در فرآیند مقابله متأثر می‌سازد. از آنجایی که افراد دارای علائم افسردگی عمدتاً ارزیابی‌های شناختی معیوبی دارند و همواره ارزیابی‌های شخصی و نادرستی از حوادث پیرامون دارند، سبک تأمل معنوی همراه با آمیزه‌ای از خانواده درمانی می‌تواند به آن‌ها در بهبود چرخه ارزیابی شناختی و تفکرشان کمک‌کننده باشد.

آموزش پیش فرض‌های معنویت درمانی مانند پیش فرض اول (واقعیت نجات‌بخش) و پیش فرض دوم (نگاه مثبت به مسائل زندگی و ارتقاء نیت‌ها و هدف‌ها در آن) باعث می‌شوند که فرد به مرگ مانند نجات از زندگی دنیوی و رسیدن به سعادت اخروی بنگرد، نگاه مثبت‌تری نسبت به

زندگی داشته باشد و کمتر خود را به دلیل مسائل زندگی سرزنش کند که این عوامل همگی دست به دست هم داده و می‌تواند نشخوارهای فکری و خودسرزنش‌گری را در افراد دارای نشانه‌های افسردگی کنترل کند (نیاز آذری و همکاران، ۱۳۹۶، ص ۱۱-۲۰). توجه به بعد اجتماعی بودن انسان، نقش خانواده در سلامت روان و پیش‌فرض‌هایی از قبیل بخشندگی خداوند، اخلاقی بودن جهان، اهمیت دعا، ذکر، توکل و امید، اهمیت انفاق و درک معنای سختی‌ها باعث می‌شود افراد خداوند را حاضر و ناظر بر کارهای خود ببینند که این امر موجب خواهد شد با دیگران و به ویژه اعضای خانواده و همکاران رفتار محترمانه و محبت‌آمیز داشته باشند، بیشتر از یکدیگر تشکر و قدردانی کنند و به تفاوت‌های فردی هم احترام بگذارند.

با در نظر گرفتن بعد خانواده در تکامل معنوی و روحی بشر، برخی نظریات روان‌درمانی قرن بیستم به پیوندهای اجتماعی مبتنی بر درک متقابل تأکید دارند. نگاهی دقیق به بافت نظریه خانواده درمانی مینوچین نشان می‌دهد نشانه‌های ناراحتی و نابهنجاری روانی را می‌توان به بهترین شکل ممکن در بافت خانواده و در بستر الگوهای ارتباطی اعضای خانواده شناخت. به عبارت دیگر، هرچه اعضای خانواده کارکرد سالم‌تری داشته باشند، نشانه‌های اختلالاتی از قبیل افسردگی و اضطراب کمتر به چشم می‌خورد.

روش مداخله‌ای پژوهش حاضر نیز با ترکیبی از معنویت درمانی و خانواده درمانی سعی در بهبود الگوهای ارتباطی اعضای خانواده در قالبی دینی داشت. از این رو، پیوندهای دین و خانواده با تأکید بر پاسخگویی به نیازهای عاطفی اعضا نسبت به یکدیگر در نظریه‌های خانواده درمانی به دقت مورد تفحص قرار گرفته است. در واقع، تعالیم اسلامی با تأکید بر پذیرش اعضا و بخشش یکدیگر به صورت کاملاً شفاف ارتباط سالم بین اعضا را تشویق می‌کند. تعالیم دینی نمونه بارزی از سبک سالم خانوادگی در کنار زندگی معنوی است.

از جمله محدودیت‌های این پژوهش، محدودیت نمونه‌گیری طلاب زن حوزه علمیه معصومیه در شهرستان خرم‌آباد بود. همچنین، کاهش شرکت‌کنندگان در حین پژوهش از جمله محدودیت‌های دیگر بود که ممکن است تعمیم یافته‌ها را با مشکل روبه‌رو کند. بنابراین، پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آینده از سایر روش‌های درمانی مانند بسته‌های متفاوت درمان‌های معنوی خانواده محور استفاده شود و بررسی‌های مقایسه‌ای بین محتوای بسته‌های مداخله‌ای صورت گیرد. همچنین، از سایر گروه‌های جمعیتی در مناطق دیگر استفاده شود تا امکان تعمیم یافته‌ها افزایش یابد.

منابع

۱. بوالهروی، جعفر؛ نظیری، قاسم؛ زمانیان، سکینه (۱۳۹۱). اثربخشی رویکرد گروه درمانی معنوی بر کاهش میزان افسردگی، اضطراب و استرس در زنان مبتلا به سرطان سینه. *جامعه‌شناسی زنان*، سال ۳، شماره ۱، ص ۸۵-۱۱۶.
۲. بیرامی، منصور؛ موحدی، یزدان؛ موحدی، معصومه (۱۳۹۳). نقش هوش معنوی در پیش‌بینی استرس ادراک شده، اضطراب و افسردگی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی لرستان. *مجله دانشگاه علوم پزشکی بابل*، دوره شانزدهم، شماره ۱، ص ۵۶-۶۲.
۳. پاسیار، مریم؛ بخشایش، علیرضا؛ سعیدمنش، محسن (۱۳۹۷). تاثیر درمان فعال‌سازی رفتاری بر کاهش علائم افسردگی نوجوانان. *طلوع بهداشت*، دوره ۱۷، شماره ۲، ص ۴۸-۵۹.
۴. حسنوندی، صبا (۱۳۸۸). *بررسی ارتباط بین طرح‌واره‌های ناسازگارانه اولیه، سبک‌های دلبستگی، سبک‌های مقابله و افسردگی در دانشجویان*. استاد راهنما شهرام محمدخانی. پایان‌نامه کارشناسی. تهران: دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه خوارزمی.
۵. خدابخشی، شراره؛ رحیمی‌کیا، امین؛ جعفری، حسن (۱۳۹۳). شناسایی رابطه بین هوش معنوی و سلامت روانی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی لرستان. *یافته*، دوره ۱۶، شماره ۱، ص ۵۸-۶۵.
۶. صاحبی، علی؛ جمعه‌پور، حمید (۱۳۷۹). گروه درمانی شناختی: اصول و روش‌ها. *تازه‌های روان درمانی*، شماره ۵، ص ۸۴-۸۵.
۷. طبیب‌زاده، فریناز؛ سپهریان آذر، فیروزه (۱۳۹۶). اثربخشی درمان شناختی رفتاری بر تاب‌آوری و نشخوار ذهنی بیماران مولتیپل اسکلروزیس. *مطالعات ناتوانی*، دوره ۷، شماره ۱۳، ص ۵-۱۳.
۸. کجباف، محمدباقر؛ رضوانی، روح‌الله؛ عاشوری، جمال (۱۳۹۲). مقایسه اثربخشی معنویت درمانی و فراشناخت درمانی بر اضطراب دانشجویان دختر. *پژوهش‌های کاربردی روانشناختی*، دوره ۴، شماره ۱، ص ۱-۱۲.
۹. منصوری، محمد (۱۳۸۸). *بررسی تطبیقی نگرانی، وسواس و نشخوار فکری در افراد مبتلا به اختلالات اضطرابی، افسردگی و افراد بهنجار*. استاد راهنما منصور بیرامی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. تبریز: دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تبریز.
۱۰. مینوچین، سالوادور (۱۳۹۸). *خانواده و خانواده‌درمانی*. ترجمه باقر ثنائی ذاکر. تهران: شرکت چاپ و نشر بین‌الملل.
۱۱. نادری، فرح؛ روشنی، خدیجه (۱۳۸۹). رابطه هوش معنوی و هوش اجتماعی با اضطراب مرگ زنان سالمند. *زن و فرهنگ*، دوره ۲، شماره ۶، ص ۵۵-۶۷.
۱۲. نیاز آذری، زهرا؛ عبدالهی، لیلیا؛ ذبیحی حصار، مهدی؛ عاشوری، فاطمه (۱۳۹۶). تاثیر معنویت درمانی گروهی بر اضطراب و کیفیت زندگی زنان مبتلا به دیابت بارداری. *دین و معنویت*، دوره ۵، شماره ۱، ص ۱۱-۲۰.

۱۳. ولیان، علی محمد؛ سودانی، منصور؛ شیرالی‌نیا، خدیجه؛ خجسته‌مهر، رضا (۱۳۹۶). اثربخشی درمان فعال‌سازی رفتاری به شیوه گروهی بر کاهش علائم افسردگی، اجتناب شناختی- رفتاری و کیفیت زندگی دانشجویان. *روان‌شناسی معاصر*، دوره ۱۲، شماره ۱، ص ۷۳-۸۴.

14. Beck, A.T.; Steer, R.A. & Brown, G.K. (1996). **Beck depression inventory (II)**. San Antonio: Psychological Corporation.
15. Beck, A.T.; Steer, R.A. & Brown, G.K. (2000). **Manual for the Beck depression inventory (II)**. San Antonio, TX: The Psychological Corporation.
16. Brandon, A. & Gaudiano, H. (2008). Cognitive-Behavioral Therapies: Achievements and Challenges. *Evidence-based mental health*, 11(1), P. 5-7.
17. Chesin, M.S.; Benjamin-Phillips, C.A.; Keilp, J.; Fertuck, E.A.; Brodsky, B.S. & Stanley, B. (2016). Improvements in Executive Attention, Rumination, Cognitive Reactivity, and Mindfulness Among High-Suicide Risk Patients Participating in Adjunct Mindfulness-Based Cognitive Therapy: Preliminary Findings. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 22(8), P. 642-649.
18. Drissen, E. & Hollon, S. (2010). Cognitive Behavioral Therapy for Mood Disorders: Efficacy, Moderators and Mediators. *Psychiatry Clinical North American*, 33(3): P. 537-555.
19. Fergusson, D.M. & Woodward, L.J. (2002). Mental health, educational, and social role outcomes of adolescents with depression. *Arch Gen Psychiatry*, 59(3), P. 31-225.
20. First, M.B.; Spitzer, R.L.; Gibbon, M. & Williams, J.B.W. (1997). **Structured clinical interview for DSM-IV axis I disorders (SCID-I), Clinician version**. Washington, DC: American Psychiatric Association.
21. Gladis M.M.; Gosch, E.A.; Dishuk, N.M. & Crits-Christoph, P. (1999). Quality of life: Expanding the scope of clinical significance. *J. Consult Clin Psychol*, 67(2): P. 31-320.
22. Hastings, O.P. (2016). Not a lonely crowd? Social connectedness, religious service attendance, and the spiritual but not religious. *Social Science Research*, 57(5), P. 63-79.
23. Hosseini, M.; Davidson, P.; Salehi, A. & Fallahi, M.K. (2012). The effect of spiritual training on anxiety of CABG candidates in Iran. *Heart, Lung and Circulation*, 21(1), P. 93-289.
24. Kanter, J.W.; Baruch, D. & Gayner, S. (2006). Acceptance and Commitment Therapy and Behavioral Activation for the Treatment of Depression: Description and Comparison. *Behavioral Annual*, 29(2), P.161-185.
25. Lim, C.; Sim, K.; Renjan, V.; Sam, H.F. & Quah, S.L. (2014). Adapted cognitive-behavioral therapy for religious individuals with mental disorder: a systematic review. *Asian Journal of Psychiatry*, 9, P.3-12.
26. Marnat, G. (2003). **Guidance for mental assessment**. UK: Hove Erlbaum, Vol.1.

27. Nolen-Hoeksema, S. & Morrow, J.A. (1991). Prospective study of depression and posttraumatic stress Symptoms after a natural disaster: The 1989 Loma Prieta earthquake. *J. Pers Soc Psychol*, 61(2), P. 21-115.
28. Nolen-Hoeksema, S. (2000). The role of rumination in depressive disorders and mixed anxiety/depressive symptoms. *Journal of abnormal psychology*, 109(3), P.504.
29. Papageorgiu, C. & Wells, A. (2004). **Depressive rumination: Nature, theory, and treatment**. UK: Wiley.
30. Sadock B. & Sadock, V. (2003). **Synopsis of psychiatry, behavioral sciences\ clinical psychiatry**. New York: New York university press, Vol.2.
31. Udermann, B.E. (2000). The effect of spirituality on health and healing: a critical review for Athletic trainers. *Journal of Athletic Training*, 35(2), P. 7-194.
32. Wells, A. & Papageorgiou, C. (2004). 13 Metacognitive Therapy for Depressive Rumination. *Depressive rumination*, 259, P. 16-25.

استناد به این مقاله

حسنوندی، صبا؛ تنها، زهرا؛ جلیلی، راضیه (۱۳۹۹). اثربخشی معنویت درمانی گروهی مبتنی بر خانواده بر کاهش علائم افسردگی و نشخوار فکری طلاب زن حوزه علمیه معصومیه خرم‌آباد (۱۳۹۸). *دین و خانواده*، دوره اول، شماره ۱، ص ۵-۲۰.

‘Effectiveness of collective meaning therapy on suppression of emotion and religious health’ Case study: Female students with love impact symptoms¹

Mohammadjavad Aghajani

Assistant Professor, Department of Psychology, Rasht Branch, Islamic Azad University, Rasht, Iran (**Corresponding Author**), psy.aghajani@yahoo.com

Bahman Akbari

Associated Professor, Department of Psychology, Rasht Branch, Islamic Azad University, Rasht, Iran. bakbari44@yahoo.com

Taher Tizdast

Assistant Professor, Department of Psychology, Tonekabon Branch, Islamic Azad University, Tonekabon, Iran. tahertizdast@yahoo.com

Zahra Foroghi kaldarri

Instructor, Department of Psychology, Lahijan Branch, Islamic Azad University, Lahijan, Iran. Haman-138428@yahoo.com

Sarah Sobhi

Master of Family Counseling, Rasht Branch, Islamic Azad University, Rasht, Iran. Ssb73133@gmail.com

Abstract

The current study is intended to explore effectiveness of collective meaning therapy on suppression of emotion and religious health among female students who suffered from love impact symptoms. This study was of applied researches and semi-experimental methodology and pretest-posttest was used with control group in this study. The studied population included female students from Islamic Azad University- Rasht Branch in academic year (2016-17) and 30 subjects were chosen randomly using available sampling technique in two tested and control groups. Both groups filled out Suppression of Emotion and Religious Health Questionnaire before execution of training. The tested group passed meaning therapy intervention (collective method) in 10 sessions (90min), but control group received no intervention. Data were analyzed using descriptive statistical methods and by means of univariate analysis of covariance (UNCOVA). UNCOVA used for variable of emotion suppression ($F=0.031$) and religious health ($F=6.918$) indicated that there was significance difference between females in both tested and control groups ($P=0.001$). With respect to posttest scores belonged to both tested and control groups for these two variables, it was characterized that meaning therapy has reduced emotion suppression and increased religious health in females from tested group compared to control group at posttest phase. Whereas emotional regulation and spiritual health may play determinant role, as personal characteristics of individuals, in reaction to emotional failure thus it necessitates for paying attention to emotional regulation and spiritual health as important factors for reducing emotional impact in counseling with those who experience emotional failure.

Keywords: Collective meaning therapy, Emotion suppression, Religious health, Love impact, Female students, Islamic Azad University- Rasht Branch. Love failure.

اثربخشی معنادرمانی گروهی بر سرکوبی هیجان و سلامت مذهبی دانشجویان دختر دچار نشانگان ضربه عشق^۱

محمدجواد آقاجانی

استادیار، گروه روانشناسی، واحد رشت، دانشگاه آزاد اسلامی، رشت، ایران (نویسنده مسئول).

psy.aghajani@yahoo.com

بهمن اکبری

دانشیار، گروه روانشناسی، واحد رشد، دانشگاه آزاد اسلامی، رشت، ایران. bakbari44@yahoo.com

طاهر تیزدست

استادیار، گروه روانشناسی، واحد تنکابن، دانشگاه آزاد اسلامی، تنکابن، ایران. tahertizdast@yahoo.com

زهرا فروغی کلدره

استادیار، گروه روانشناسی، واحد لاهیجان، دانشگاه آزاد اسلامی، لاهیجان، ایران.

Haman-138428@yahoo.com

سارا صبحی

کارشناس ارشد مشاوره خانواده، واحد رشت، دانشگاه آزاد اسلامی، رشت، ایران. Ssb73133@gmail.com

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی معنادرمانی گروهی بر سرکوبی هیجان و سلامت مذهبی دانشجویان دختر دچار نشانگان ضربه عشق بود. این پژوهش از نوع تحقیقات کاربردی بوده و به لحاظ روش پژوهش نیمه تجربی و از طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل استفاده شده است. جامعه پژوهش دانشجویان دختر دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت در سال تحصیلی ۱۳۹۶-۱۳۹۵ بودند که از طریق نمونه‌گیری در دسترس تعداد ۳۰ نفر به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل انتخاب شدند. هر دو گروه قبل از اجرای آموزش، پرسشنامه سرکوبی هیجان و سلامت مذهبی را تکمیل کردند. گروه آزمایش طی ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای تحت مداخله معنادرمانی به شیوه گروهی قرار گرفت، اما گروه کنترل هیچ مداخله‌ای دریافت نکرد. داده‌ها با استفاده از روش‌های آمار توصیفی و به وسیله آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیره تجزیه (انکوا) و تحلیل شدند. تحلیل کوواریانس تک‌متغیره برای سرکوبی هیجان ($F=0/031$) و سلامت مذهبی ($F=6/918$) نشان داد بین دختران گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود دارد ($p=0/001$). با توجه به نمرات پس‌آزمون گروه‌های آزمایش و کنترل در این دو متغیر مشخص گردید، معنادرمانی موجب کاهش سرکوبی هیجان و افزایش سلامت مذهبی در دختران گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل در مرحله پس‌آزمون شده است. از آنجایی که تنظیم هیجانی و سلامت معنوی به عنوان ویژگی‌های شخصی افراد، نقش تعیین‌کننده‌ای در واکنش به شکست عاطفی دارد، لازم است در مشاوره با افرادی که شکست عاطفی را تجربه می‌کنند به تنظیم هیجانی و سلامت معنوی به عنوان عامل مهم برای کاهش ضربه عاطفی توجه کرد.

کلیدواژه‌ها: معنادرمانی گروهی، سرکوبی هیجان، سلامت مذهبی، ضربه عشق، دختران دانشجو، دانشگاه آزاد اسلامی

واحد رشت، شکست عشقی.

۱. مقدمه

دین اسلام تأکید زیادی بر ازدواج و تشکیل خانواده دارد، چراکه نیازهای جنسی را رفع و زن و مرد را به آرامش می‌رساند. با وجود این، آنچه امروزه در میان خانواده‌ها به صورت یک چالش اصلی درآمده، روابط دوستی پیش از ازدواج است که در باورهای دینی، چندان پذیرفته شده نیست (امانی و همکاران، ۱۳۹۳، ص ۸۲). بررسی‌ها نیز نشان می‌دهد که روابط دوستی پیش از ازدواج در بسیاری از موارد عواقب منفی زیادی به همراه دارد، مانند سوءاستفاده و تجاوز جنسی، بارداری‌های ناخواسته، سقط جنین و عفونت انتقالی از طریق روابط جنسی (آقاجانی و همکاران، ۱۳۹۷/الف، ص ۴۳۰) که البته باید به این موارد، شکست در رابطه را نیز اضافه نمود، وضعیتی که به ضربه عشق موسوم است. نشانگان ضربه عشق^۱ شکلی از احساس حقارت شدید و هنگامی است که فرد به دلایل مختلفی از فرد مورد علاقه خودش طرد می‌شود. این نشانگان، عملکرد فرد را در زمینه‌های متعدد مختل می‌سازد، مدت زمان زیادی باقی می‌ماند، به عنوان یک شوک عمل می‌کند، هیجان‌هایی مانند اندوه و ناامیدی را در شدیدترین حالت بوجود می‌آورد و قدرت مدیریت هیجانی را تحلیل می‌برد (پرایس^۲ و همکاران، ۲۰۱۶، ص ۳). به همین دلیل، ناتوانی در مدیریت یا تنظیم هیجان‌ها در شدت و ماندگاری اثرات منفی شکست‌های عاطفی نقش قابل توجهی دارد.

تنظیم هیجان^۳ به این دلیل مطرح می‌شود که پس از تجربه شکست عاطفی، معمولاً هیجان‌های منفی مانند غم و خشم بروز می‌کند و در عین حال فرد توانایی مدیریت هیجان‌های خود را از دست می‌دهد. منظور از تنظیم شناختی هیجان^۴ نیز راهبردهایی است که توسط فرایندهای شناختی افراد راه‌اندازی شده و تداوم می‌یابد. البته افراد در مواجهه با رویدادهای استرس‌زا، از راهبردهای تنظیمی مختلفی استفاده می‌کنند که برخی از انواع آن جنبه سازگارانه مانند تمرکز مجدد مثبت^۵ و ارزیابی مجدد^۶، و برخی نیز جنبه ناسازگار و مخرب مانند سرزنش خود^۷ و

-
1. Love Trauma syndrome
 2. Price
 3. Emotion Regulation
 4. Emotion Cognitive Regulation
 5. Focus again
 6. Reappraisal
 7. Self Blame

سرکوبی هیجان^۱ دارند (اندامی خشک و همکاران، ۱۳۹۲، ص ۶۱). بررسی‌ها نشان می‌دهد که افراد دچار مشکلات مختلف روانشناختی، بیشتر از راهبردهای منفی مانند اجتناب و سرکوب هیجانی استفاده می‌کنند. در راهبرد سرکوبی یا فرونشانی، فرد به اشتباه از نشان دادن هیجان‌ها خودداری می‌کند و در واقع به سرکوب آنها می‌پردازد که این اگرچه موجب کتمان هیجان منفی می‌شود، اما تجربه ناخوشایند را کاهش نمی‌دهد. به علاوه این سرکوبی، عملکرد حافظه را بدتر و فعالیت سیستم عصبی سمپاتیک را افزایش می‌دهد (مبارکی و همکاران، ۱۳۹۷، ص ۹۴).

علاوه بر مشکلات مدیریت هیجانی، به نظر می‌رسد که افراد دچار شکست‌های عاطفی از نظر سلامت معنوی^۲ نیز دچار تناقضاتی می‌شوند، چراکه ممکن است شکست عاطفی اخیر را نوعی «تنبیه وجودی»^۳ در نظر بگیرند که به عنوان مکانیسم مجازات آنها عمل می‌کند. به علاوه، سلامت معنوی به دلیل دیگری هم اهمیت دارد و اینکه تقریباً هر انسانی دارای زندگی معنوی است. بررسی جمعیت عمومی و بیماران، به طور پیوسته نشان می‌دهد که بیش از ۹۰٪ افراد، به یک وجود برتر اعتقاد دارند و ۹۴٪ از بیماران، به سلامت معنوی و جسمی خود به یک اندازه اهمیت می‌دهند (بالجانی و همکاران، ۱۳۹۰، ص ۲۹). سلامت معنوی، داشتن معنی و هدف در زندگی و برخورداری از ارتباط با یک قدرت متعالی است که بدون آن، عملکرد درست ابعاد زیستی، روانی و اجتماعی و همچنین افزایش سطح کیفیت زندگی، غیرقابل دسترسی است. سلامت معنوی، توانایی مقابله فرد با بیماری و سرعت بهبودی او را افزایش می‌دهد (محبوبی و همکاران، ۱۳۹۱، ص ۱۸۶). انسان مؤمن احساس می‌کند تکیه‌گاهی محکم داشته و همه امورش تحت نظارت خداوند است، به همین علت در هنگام دشواری‌ها از بروز خطرات مختلف مصون می‌ماند و یا در صورت ابتلا به بیماری، مواجهه بهتری با آن دارد. از جنبه نظری، سلامت معنوی دارای دو بُعد سلامت مذهبی^۳ و سلامت وجودی^۴ است. سلامت مذهبی بر چگونگی درک فرد از سلامتی در زندگی معنوی هنگامی که با قدرتی بالاتر ارتباط دارد، متمرکز است. سلامت وجودی بر نگرانی‌های اجتماعی و روانی فرد تمرکز دارد. سلامت وجودی در مورد اینکه چگونه افراد با خود، جامعه یا محیط سازگار می‌شود، بحث می‌کند (حسینی و همکاران، ۱۳۹۳، ص ۵۵).

1. Suppressing emotions
2. Spiritual Well-being
3. Religious health
4. Existential health

با توجه به مشکلات عمده‌ای که دختران دچار شکست عاطفی با آن روبرو هستند، طبیعی است که به دنبال شیوه‌هایی برای کاهش اثرات منفی آن باشیم، موضوعی که در فرهنگ کشورمان تا حدود زیادی نادیده گرفته شده است. در حالی که انتظار می‌رود با آموزش مفاهیم وجودی و معناگرایانه، ضمن افزایش مهارت مدیریت هیجانی بتوان سلامت معنوی آنان را نیز ارتقاء بخشید.

معنادرمانی^۱ شیوه‌ای است که با انسان و دنیای او سر و کار دارد. طبق این دیدگاه، بی‌معنایی زندگی انسان را از پای درمی‌آورد، پس اگر بتواند معنا را کشف کند، به جای شکایت از مشکلات، به آنها می‌بالد. معنادرمانی مراجعین را تشویق می‌کند تا با ابعادی از زندگی خود که همیشه از آن گریزان بوده‌اند مواجه شوند و بپذیرند که شادی و سلامتی زمانی به دست می‌آید که بدانند زندگی همواره مکانی برای امنیت و نشاط پایدار نیست (رضایی و همکاران، ۱۳۹۴، ص ۴۵۴). در مورد افرادی که اوضاع آنها بحرانی است، معنادرمانی می‌تواند یک دیدگاه فلسفی از رهگذر غلبه بر گذشته و متعالی کردن جنبه‌های گذرای زندگی ایجاد نماید. این رویکرد به فرد کمک می‌کند تا در شرایطی که سرنوشت غیرقابل تغییر است، پتانسیل انسانی خود را متبلور سازد و تراژدی را به پیروزی تبدیل کند (زسکا^۲ و همکاران، ۲۰۱۵، ص ۲۶).

نیکوگفتار و همکاران (۱۳۹۷) در مطالعه خود تاثیر معنادرمانی به شیوه هوتزل^۳ را بر روی ۱۴ نفر از دختران دارای تجربه شکست عاطفی بررسی کردند. نتایج این مطالعه که به روش نیمه آزمایشی از نوع پیش و پس آزمون با گروه کنترل انجام شد، نشان داد که معنادرمانی بر حالات شخصیتی، ضربه عشق و دوسوگرایی به جنس مقابل در دانشجویان دختر با شکست عاطفی، اثر بخش است.

نتایج مطالعه بخشی‌زاده (۱۳۹۳) نیز حاکی از آن بود که بکارگیری آموزش مفاهیم مربوط به معنای زندگی به طور کلی در کاهش علائم شکست عاطفی دختران دانشجویان تاثیرات مثبتی دارد. در این مطالعه که بر روی ۲۴ نفر و شامل دو گروه آزمایش و کنترل انجام شد، اساس تنهایی، اضطراب وجودی، و نشخوار ذهنی افراد کاهش یافته و در مقابل، اساس امیدواری آنان افزایش یافته بود.

1. Logo therapy

2. Zecca

3. Logo-therapy in the Hutzal Method

آقاجانی و همکاران (۱۳۹۷) مطالعه‌ای با هدف بررسی میزان تاثیر معنادرمانی بر روی توانایی مدیریت هیجانی دختران دانشجو انجام دادند که نتایج حاکی از تاثیر این شیوه درمانی بر روی کاهش بکارگیری شیوه‌های ناسازگار تنظیم هیجان و همچنین استفاده از روش‌های سازگار تنظیم هیجان بود.

محمدی و رحیم‌زاده (۱۳۹۷) طی پژوهشی با عنوان بررسی اثربخشی معنادرمانی بر سلامت معنوی و کیفیت زندگی زنان که به روش نیمه آزمایشی انجام شد، تعداد ۵ نفر از زنان مبتلا به بیماری ایدز را طی ۱۰ جلسه تحت آموزش قرار دادند که نتایج نشان داد بکارگیری این شیوه درمانی موجب افزایش تمامی ابعاد کیفیت زندگی شده و سلامت معنوی افراد را نیز ارتقاء می‌بخشد.

اینگل و یوسف^۱ (۲۰۱۳) در مطالعه‌ای با هدف بررسی میزان تاثیر معنادرمانی بر عزت نفس زنان قربانی قاچاق در جاکارتای اندونزی، از میان کلیه زنان قربانی با توجه به نمره معیار پرسشنامه عزت نفس، تعداد ۳۰ نفر را انتخاب و به طور تصادفی در دو گروه کنترل و آزمایش جای دادند. گروه آزمایش در ۱۰ جلسه معنادرمانی شرکت کردند. نتایج حاکی از اثربخشی معنادرمانی بر سطح عزت نفس گروه آزمایش بود. در حالی که چنین وضعیتی در گروه کنترل مشاهده نشد. نتایج مطالعه کانگ^۲ و همکاران (۲۰۱۳) که با محوریت معنادرمانی و در قالب برنامه «عمر گرانبهای من» انجام شد نشان داد که معنادرمانی می‌تواند موجب افزایش احترام به زندگی و کاهش افسردگی دانش‌آموزان شود.

علاوه بر اهمیت سلامت دختران دانشجو به عنوان قشر موثر جامعه، اجرای پژوهش حاضر از چند جنبه ضرورت می‌یابد. شکست‌های عاطفی تمامی ابعاد زندگی دختران دانشجو را تحت تاثیرات منفی خود قرار می‌دهد. به علاوه، آنها اغلب از مطرح کردن اثرات شکست عاطفی به خانواده خود طفره می‌روند که این زمینه آسیب‌پذیری بیشتر را فراهم می‌آورد. همچنین ظرفیت معنوی انسان ایجاب می‌کند که برای بهبود وضعیت کلی، از شیوه‌های درمانی مبتنی بر معنویت و معنا استفاده شود. در حالی که تعداد اندکی از مطالعات به اهمیت معناداری زندگی بر کاهش نشانگان ضربه عشق اشاره داشته‌اند. بنابراین، با توجه به موارد فوق، هدف از پژوهش حاضر

1. Engel & Yusuf

2. Kang

پاسخگویی به دو سوال اصلی زیر است:

۱) آیا معنادرمانی گروهی بر سرکوبی هیجان دانشجویان دختر دچار نشانگان ضربه عشق تاثیر دارد؟

۲) آیا معنادرمانی گروهی بر سلامت مذهبی دانشجویان دختر دچار نشانگان ضربه عشق تاثیر داد؟

۲. روش پژوهش

پژوهش حاضر، از نوع نیمه تجربی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل است. جامعه پژوهشی در این تحقیق را دانشجویان دختر دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت در سال تحصیلی ۱۳۹۷-۱۳۹۶ تشکیل می‌دادند که اخیراً با تجربه شکست عاطفی مواجه شده بودند. شیوه نمونه‌گیری، نمونه‌گیری در دسترس بود. به این ترتیب که از طریق پخش اطلاعیه در سطح دانشگاه از دانشجویانی که تجربه شکست عاطفی داشتند درخواست شد که جهت شرکت در جلسات گروهی معنادرمانی به مراکز مشاوره دانشگاه مراجعه کنند. در ادامه ۸۶ نفر از دانشجویان رضایت خود را از حضور در جلسات گروهی اعلام کردند. ملاک‌های ورود به پژوهش عبارت بود از کسب نمره بالا در پرسشنامه سرکوبی هیجان، نمره پایین در سلامت مذهبی، سپری کردن حداقل یک سال تحصیلی، بروز شکست عاطفی در شش ماه گذشته، تمایل به شرکت منظم در جلسات مداخله، و موافقت دانشجویان برای شرکت در پژوهش براساس امضای رضایتنامه کتبی. معیارهای خروج از مطالعه نیز شامل درگیر بودن در یک رابطه عشقی کنونی، مصرف داروهای روان‌پزشکی و انجام ندادن تکالیف اصلی پیشنهادی بود که با در نظر گرفتن ملاک‌های ورود و خروج، تعداد ۳۰ نفر از افراد که نمرات معیار پژوهش را کسب کرده بودند، به عنوان نمونه انتخاب و به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند. به منظور حفظ اصول اخلاقی، شرکت در این پژوهش به صورت داوطلبانه و با رضایت کامل افراد بود. ضمناً شرکت‌کنندگان این فرصت را داشتند تا در هر مرحله از پژوهش، در صورت عدم تمایل، از ادامه جلسات خودداری کنند. همچنین داوطلبان از هدف جلسات درمان و این پژوهش اطلاع یافتند. پس از این مراحل، جلسات معنادرمانی گروهی با استفاده از روش سخنرانی و بحث گروهی طی ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای برای گروه آموزش اجرا شد، در حالی که گروه کنترل هیچ‌گونه مداخله‌ای دریافت نکرد. خلاصه مطالب مطرح شده در جلسات درمانی در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱. شرح مختصری از جلسات معنادرمانی به شیوه گروهی

جلسات	محتوا و تکالیف
اول	معرفی خود و اعضای گروه جهت ایجاد پیوند و همبستگی بین اعضاء، بیان اهداف جلسات، قوانین و مدت زمان جلسات. آغاز جلسات با ذکر اهمیت تعاملات انسانی، روابط دوستی و رابطه عاشقانه / ذکر برخی از نتایج مثبت و منفی روابط عاشقانه / شرح کوتاهی درباره دلایل، اهداف، فرایند و نتایج روابط عاشقانه / تکلیف منزل: یادداشت برداری از قصه عشق شکست خورده.
دوم	شرح کوتاهی بر نقش مؤثر انسان در فرایند تنظیم هیجان‌های شخصی / ذکر مثال‌های کلاسی اعضای گروه از مواقعی که هیجان‌های خود را کنترل کرده‌اند.
سوم	توضیح مختصری درباره نیروهای سه‌گانه روانشناسی شامل روانکوی، رفتارگرایی و انسان‌گرایی / بیان مقدمه‌ای از رویکرد وجودی و خاطراتی از زندگی ویکتور فرانکل ^۱ ، خصوصاً خاطرات مربوط به دوران اسارت او با تأکید بر خاطراتی که به تدوین معنا درمانی منجر شد.
چهارم	توضیح سه شیوه ارتباطی که انسان به طور هم‌زمان تجربه می‌کند: «زیستن در دنیای زیست‌شناختی که به محیط فیزیکی و فیزیولوژیکی او مربوط است»؛ «زیستن در دنیای روابط انسانی که شامل محیط اجتماعی و افراد دیگر می‌شود»؛ و «زیستن در دنیای روابط شخصی که به رابطه انسان‌ها با ماهیت درونی‌شان اشاره دارد».
پنجم	توضیح درباره مفاهیم مهم معنادرمانی، شامل معنویت، آزادی اراده، مسئولیت، رنج، تعالی خویشتن.
ششم	توضیح درباره معنای عشق و انسان عاشق / اشاره به آسیب‌شناسی عشق، توضیح دادن درباره معنای کار و رابطه بی‌مانند فرد با شغل یا فعالیت‌های هدفمند روزمره.
هفتم	بررسی مفهوم انسان سالم از دیدگاه ویکتور فرانکل.
هشتم	معرفی همراه با مثال فنون قصد متضاد، عدم توجه، سازگاری نگرشی و حساس‌شدگی.
نهم	تمرین کلاسی اعضاء برای بازگو کردن و چگونگی به کار بردن فنون «قصد متضاد، عدم توجه، سازگاری نگرشی و حساس‌شدگی برای معنا» در زندگی شخصی و واقعی.
دهم	مرور نظرات و ارزیابی‌های اعضای گروه از معنادرمانی، قدردانی از افراد بابت حضور منظم در جلسات، تکمیل پرسشنامه‌های تنظیم شناختی هیجان‌ها و نشانگان ضربه عشق.

۲-۱. ابزار پژوهش

داده‌های پژوهش با ابزاری سه بخشی شامل پرسشنامه‌های اطلاعات فردی (سن و مدت تحمل ضربه عشق)، پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان گراس و جان^۲ و مقیاس سلامت معنوی پالوتزیان و الیسون^۳ و همچنین شیوه معنادرمانی گروهی (۱۳۹۶) گردآوری شدند.

1. Victor Frankl

2. Gras & john

3. Palatozian & Ellison

مقیاس سلامت معنوی: این مقیاس که توسط پالوتزیان و الیسون (۱۹۸۳) طراحی شد، دارای ۲۰ عبارت است که پاسخ‌های آن طبق مقیاس لیکرت ۶ قسمتی از کاملاً مخالفم (نمره ۶) تا کاملاً موافقم (نمره ۱) نمره‌دهی می‌شود. این مقیاس به دو گروه سلامت مذهبی و وجودی تقسیم می‌شود که هر کدام ۱۰ عبارت را شامل شده و ۱۰ تا ۶۰ نمره را به خود اختصاص می‌دهد (نمره کل مقیاس بین ۲۰ تا ۱۲۰). عبارت‌های فرد سلامت مذهبی و عبارت‌های زوج سلامت وجودی را ارزیابی می‌کنند. نمرات بالاتر نشان‌دهنده سلامت معنوی بیشتر است. در مطالعه حاضر، بُعد مذهبی سلامت معنوی مورد بحث قرار گرفت. روایی و پایایی این پرسشنامه با ویرایش ایرانی در مطالعات متعددی سنجیده شده است. پایایی این ابزار در مطالعه رضایی با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۲ و در مطالعه جدیدی، ۰/۸۷ اعلام شد (مرعشی و محرابیان، ۱۳۹۴، ص ۲۱۶).

پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان: این پرسشنامه توسط هیجان گراس و جان (۲۰۰۳) به منظور ارزیابی راهکارهای سرکوبی هیجان و ارزیابی مجدد شناختی طراحی شده است. این پرسشنامه ۱۰ گویه دارد و بر اساس مقیاس هفت درجه ای از «همیشه، بیشتر اوقات، اغلب اوقات، گاهی اوقات، به ندرت، خیلی به ندرت، هرگز» قرار دارد. حداقل و حداکثر نمره آن بین ۱۰ تا ۷۰ است که نمره بالاتر نشان‌دهنده استفاده بیشتر فرد از آن راهبردهای شناختی تنظیم هیجان است. سوالات مربوط به مولفه ارزیابی مجدد شناختی شامل سوالات شماره ۱، ۳، ۵، ۷، ۸، و ۱۰ است. سوالات مربوط به مولفه فرونشانی هم شامل سوالات شماره ۲، ۴، ۶، و ۹ است. ضریب آلفای کرونباخ برای ارزیابی مجدد ۰/۷۹ و برای فرونشانی ۰/۷۳ و پایایی بازآزمایی برای کل مقیاس ۰/۶۹ گزارش شده است. ضریب همسانی درونی این مقیاس در دانشگاه میلان، برای ارزیابی مجدد از ۰/۴۸ تا ۰/۶۸ و برای فرونشانی ۰/۴۲ تا ۰/۶۳ به دست آمده است. در ایران، بشارت (۱۳۸۷) مشخصات روانسنجی این پرسشنامه را به دست آورده است. در پژوهش تاشک (۱۳۹۰) آلفای کرونباخ مقیاس ارزیابی مجدد، ۰/۸۷ و مقیاس فرونشانی، ۰/۹۰ بدست آمد. در تحلیل عاملی تاییدی نیز شاخص‌های برازش قابل قبولی به دست آمد. نتایج به دست آمده در مورد شاخص‌های این ابزار در پژوهش تاشک (۱۳۹۰) مشابه نتایج گزارش شده در پژوهش بشارت (۱۳۸۷) است (به نقل از: کرمی و همکاران، ۱۳۹۷، ص ۲۲۲).

بسته معنادرمانی گروهی: با توجه به عنوان پژوهش، در مطالعه حاضر از بسته معنادرمانی استفاده شد. بسته معنادرمانی برگرفته از کتاب «معنادرمانی: مبانی و کاربردهای معنادرمانی»، نوشته ویکتور امیل فرانکل با ترجمه مهین میلانی (۱۳۹۶) و چارچوب مطالعه گل محمدنژاد و

همکاران (۱۳۹۲) بود که طی ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای هفته‌ای یک جلسه و به مدت بیش از دو ماه برای گروه آزمایش اجرا گردید. این بسته آموزشی به شیوه سخنرانی و بحث گروهی اجرا می‌شود که طی آن افراد علاوه بر آشنایی با تعدادی از مفاهیم تاریخی روانشناسی، با مفاهیم جدیدی مانند روانشناسی اوج نیز آشنا می‌شوند. به علاوه، افراد با اطلاع یافتن از این مفاهیم، نسبت به جایگاه خود در گروه و همچنین زندگی شخصی و خانوادگی برداشت تازه‌ای می‌یابند، چراکه فرض بر این است که آشنایی با مفاهیم مربوط به معناداری زندگی به دلیل هماهنگی با ماهیت وجودی افراد می‌تواند بر هیجان‌ها و رفتار آنان هم تأثیر بگذارد.

برای توصیف ویژگی‌های جمعیت‌شناختی شرکت‌کنندگان و داده‌های مرحله پیش - آزمون و پس‌آزمون، از شاخص‌های آمار توصیفی استفاده شد. تحلیل کوواریانس برای پی بردن به معناداری اثر متغیر مستقل بر متغیر وابسته به کار رفت. تجزیه تحلیل داده‌ها نیز با استفاده از نرم‌افزار SPSS ویرایش ۲۰ انجام پذیرفت.

۳. یافته‌ها

براساس اطلاعات به دست آمده از این مطالعه، میانگین و انحراف استاندارد سنی گروه آزمایش $19/93 \pm 1/09$ سال و برای گروه کنترل $19/13 \pm 1/05$ سال می‌باشد. مدت تحمل ضربه عشق گروه آزمایش $7/3 \pm 2/50$ ماه و میانگین مدت تحمل ضربه عشق گروه کنترل $6/8 \pm 3/1$ ماه بوده است.

جدول ۲. آماره‌های توصیفی مقیاس سرکوب هیجانی و سلامت مذهبی به تفکیک گروه و نوع آزمون

متغیرها	گروه‌ها	نوع آزمون	تعداد	حداقل	حداکثر	میانگین	انحراف استاندارد
سرکوبی هیجان	آزمایش	پیش‌آزمون	۱۵	۳۰/۰۰	۳۹/۰۰	۳۵/۸۶	۲/۶۴
		پس‌آزمون	۱۵	۹/۰۰	۱۹/۰۰	۱۲/۸۰	۳/۱۴
	کنترل	پیش‌آزمون	۱۵	۲۸/۰۰	۴۰/۰۰	۳۵/۷۳	۳/۱۹
		پس‌آزمون	۱۵	۳۰/۰۰	۳۹/۰۰	۳۴/۷۳	۲/۵۴
سلامت مذهبی	آزمایش	پیش‌آزمون	۱۵	۱۷/۰۰	۲۶/۰۰	۲۱/۸۰	۲/۹۵
		پس‌آزمون	۱۵	۳۷/۰۰	۵۷/۰۰	۴۴/۰۶	۵/۵۸
	کنترل	پیش‌آزمون	۱۵	۱۵/۰۰	۲۵/۰۰	۲۰/۴۰	۲/۸۹
		پس‌آزمون	۱۵	۱۷/۰۰	۲۶/۰۰	۲۱/۰۰	۲/۵۳

جدول ۲، اطلاعات توصیفی متغیرهای سرکوب هیجانی و سلامت مذهبی را به تفکیک گروه‌های آزمایش و کنترل نشان می‌دهد. با توجه به اطلاعات این جدول، میانگین نمرات سرکوب هیجانی گروه آزمایش در مرحله پیش آزمون ۳۵/۸۶ و در مرحله پس آزمون ۱۲/۸۰ می‌باشد. بر این اساس، ملاحظه می‌شود، نمرات آزمودنی‌های گروه آزمایش در متغیر سرکوب هیجانی در مقایسه با گروه کنترل تغییراتی داشته است. همچنین میانگین نمرات سلامت مذهبی گروه آزمایش در مرحله پیش آزمون ۲۱/۸۰ و در مرحله پس آزمون ۴۴/۰۶ می‌باشد. نمرات آزمودنی‌های گروه آزمایش در متغیر سلامت مذهبی با گروه کنترل تغییراتی داشته است.

جدول ۳. نتایج تحلیل کواریانس چندمتغیری برای بررسی الگوهای تفاوت

متغیرها	میانگین مجذورات	درجات آزادی	F	معنی‌داری	ضریب ای‌تا ^۱
سرکوبی هیجان	۰/۲۷۲	۱	۰/۰۳۱	۰/۸۶۲	۰/۰۰۱
سلامت مذهبی	۱۰۷/۴۷۹	۱	۶/۹۱۸	۰/۰۱۴	۰/۲۱۰

برای روشن شدن این مطلب که این تغییرات به لحاظ آماری معنی‌دار می‌باشند یا خیر، از آزمون تحلیل کواریانس تک متغیری استفاده شد. استفاده از این آزمون مستلزم رعایت چند پیش فرض اولیه است. ابتدا برای بررسی فرض همگنی واریانس‌های خطا از آزمون لوین^۲ استفاده شد. آزمون لوین نشان داد که برابری واریانس‌ها نیز رعایت شده است ($p > ۰/۲۷۵$ & $F=۱/۲۳۹$). همچنین برای بررسی فرض همگنی ماتریس کواریانس‌ها از آزمون باکس استفاده شد و نتایج حکایت از برقراری پیش فرض داشت ($p = ۰/۰۰۱$, $F= ۳/۰۰۳$, $p = ۰/۰۰۱$ باکس). برای بررسی پیش فرض نرمال بودن توزیع از آزمون شاپیرو-ویلک^۳ استفاده شد که نتایج حکایت از نرمال بودن توزیع‌ها داشت ($p=۰/۰۰۱$). نتایج حاکی از آن است که شرط یکسان بودن شیب خط رگرسیون برقرار بوده است ($p > ۰/۰۲۹$ & $F= ۳/۰۰$). با توجه به برقراری پیش فرض‌ها تحلیل کواریانس چند متغیری انجام شد که نتایج حکایت از معناداری داشت ($=۰/۹۵۵$ اندازه اثر، $p=۰/۰۰۱$, $F= ۲/۶۰$, $=۰/۰۴۵$ لامبدای ویلکز). نتایج تحلیل کواریانس چند متغیری که در جدول ۳ مشاهده می‌شود نشان می‌دهد که معنادرمانی گروهی در هر دو متغیر سرکوب هیجانی و

1. ETA coefficient

2. Levine test

3. Shapiro-Wilk Test

سلامت مذهبی موثر بوده است.

۴. نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی معنادرمانی به شیوه گروهی بر سرکوب هیجانی و سلامت مذهبی در دختران دانشجوی دچار نشانگان ضربه عشق انجام شد. براساس یافته‌ها، فرضیه اول پژوهش مبنی بر اثربخشی معنادرمانی به شیوه گروهی بر سرکوب هیجانی تأیید می‌شود. به این معنی که با شرکت در جلسات معنادرمانی، میزان استفاده افراد از راهبرد سرکوبی هیجانی کاهش یافت که این یافته با نتایج پژوهش‌های نیکوگفتار و همکاران (۱۳۹۷) و آقاجانی و همکاران (۱۳۹۷) هماهنگ است. در تبیین این نتیجه می‌توان گفت که معنادرمانی از اهمیت هیجان‌ها غافل نیست و وجود فنون مختلفی که مربوط به پختگی هیجانی بوده، موند همین نکته است (سایانتي^۱ و همکاران، ۲۰۱۸). در جلسات درمانی از دو تکنیک برای مدیریت هیجانی استفاده گردید که اولی با هدف آموزش عدم بروز بی‌ملاحظه هیجان‌ها و دومی به به منظور خودداری افراد از سرکوب هیجان‌های شخصی اجرا شد. بنابراین، در گام نخست از تکنیک «پذیرش مسئولیت هیجانی» استفاده شد که تغییر در ابراز بی‌ملاحظه هیجان‌ها را مورد هدف قرار می‌دهد، چراکه افراد با تجارب شکست‌های عاطفی و اصولاً اکثر کسانی که با مشکلات جسمی و روانشناختی دست و پنجه نرم می‌کنند با هیجان‌هایی مانند، اندوه، خشم، احساس گناه و حسرت ناشی از دست دادن موقعیت‌های مثبت گذشته مواجه هستند که همگی این هیجان‌ها از شدت زیادی برخوردار بوده و در سراسر روزمره فرد وجود دارد که ابراز بدون ملاحظه این هیجان‌ها می‌تواند موجب بروز مشکلات بیشتری مانند انباشتگی هیجان‌های منفی و از دست دادن روابط اجتماعی با اطرافیان شود (آقاجانی و همکاران، ۱۳۹۷/الف، ص ۴۴۲). در حالی که در تکنیک پذیرش مسئولیت هیجانی تلاش شد تا افراد یاد بگیرند در قبال هیجان‌هایی که نسبت به خودشان و دیگران دارند، مسئول هستند. آنها توانستند در فضای اینجا و اکنون زندگی کنند، اما متوجه این نکته هم شدند که هرگونه برون‌ریزی هیجانی باید جنبه منطقی داشته باشد. در جلسات معنادرمانی افراد به بیان قصه‌های خود در زمینه شکست عاطفی پرداختند، به آنها کمک شد تا هیجان و افکار خود را ابراز کنند و در عین حال، مسئولیت آنها را بپذیرند (فرمانی و همکاران، ۱۳۹۵، ص ۲۰).

بنابراین، در معنادرمانی، هیجان‌های منفی افراد انکار نشد و زیرسوال نرفت، بلکه کمک شد تا بهتر شناخته شود، اما در مرحله ابراز هیجانی و سرمایه‌گذاری روی آنها، به افراد توصیه شد که جانب احتیاط را حفظ کنند، چراکه خودشان مسئول هیجانات‌شان هستند.

تبیین دیگر از اثر کاهشی معنادرمانی بر سرکوبی هیجانی را باید در تکنیک «ارتباط هیجان و معناجویی» جستجو کرد. با کمک این تکنیک افراد یاد گرفتند که نباید هیجان‌ها را پدیده‌هایی بیهوده و در تعارض با تفکر و حالات روحانی مانند معناجویی در نظر گرفت. به علاوه یافتن معنا و حتی تلاش برای یافتن آن منجر به هیجانات مثبتی می‌شود که خود این هیجانات، زمینه‌ساز تلاش بیشتر فرد برای حرکت به سمت معناجویی هستند، جستجوی معنا باعث ایجاد هیجانات مثبت و این هیجانات مثبت، تقویت‌کننده فرد برای ادامه مسیر معناجویی می‌شود. در جلسات درمانی، معنا یکی از متغیرهای مربوط به رشد در نظر گرفته شد که باعث بوجود آمدن موقعیت‌هایی شگفت‌آور و شاد گردید. بنابراین، جستجوی معنا توانست به شادی و رضایت همه‌جانبه افراد کمک کند (مردانی و غفاری، ۱۳۹۴، ص ۵۴). شادی به عنوان یک هیجان، زمانی بوجود می‌آید که انسان، از یک زندگی هدفمند برخوردار بوده که در آن معنایی یافته و یا به دنبال معنای زندگی باشد. طبق تبیین فوق، در جلسات معنادرمانی افراد یاد گرفتند که جستجوی معنا به خودی خود حالتی از نشاط و سرخوشی واقعی را در انسان بوجود می‌آورد و اگرچه هر یک از ما در راه رسیدن به معنای زندگی ناچاریم رنج‌هایی مانند مواجهه با اضطراب و جودی را تحمل کنیم، اما حتی خود این رنج هم برای ما شادی‌آفرین است، چراکه مسیری برای رسیدن به معنا و هدف در زندگی به حساب می‌آید.

از دیگر یافته‌های پژوهش حاضر، تایید فرضیه دوم بود که طبق آن برخورداری از معنایی برای زندگی می‌تواند موجب افزایش سلامت مذهبی شود، که این یافته با نتایج پژوهش‌های بخشی‌زاده (۱۳۹۳) و محمدی و رحیم‌زاده تهرانی (۱۳۹۷) هماهنگ است. در تبیین این یافته باید گفت که معنادرمانی از دو طریق بر افزایش سلامت مذهبی موثر واقع می‌شود. ابتدا اینکه مفاهیم مشترک زیادی بین مذهب و روانشناسی مثبتی بر معنا وجود دارد. دوم اینکه معنادرمانی دیدگاهی خوش‌بینانه نسبت به مشکلات ارائه می‌دهد. به این معنا که موجب می‌شود افراد دچار آسیب در مشکلات خود نیز نوعی ارزشمندی را تجربه کنند. بنابراین، در تبیین نخست می‌توان گفت که یکی از فلسفه‌های وجودی معنادرمانی، همراهی آن با معنویت و رفتارهای معنوی است. معنادرمانی، معنویت و مذهب، همگی چارچوبی ارائه می‌دهند که از طریق آن، انسان می‌تواند معنی، هدف و

ارزش‌های متعالی زندگی خود را درک کند. معنادرمانی نگاه انسان به پدیده‌های معنوی را گسترش می‌دهد و اعمال مذهبی هم موجب ایجاد معنایی تازه از زندگی و رنج‌های آن می‌شود (سروریان و تقی‌زاده، ۱۳۹۴، ص ۲۰۵). محققان، هم ارتباط با خداوند و هم معناداری زندگی را به عنوان اصول اساسی سازگاری و مقاومت در برابر مشکلات، ضروری می‌دانند. مذهب و ایمان با افزایش امید به زندگی در کاهش مشکلات روانشناختی نقش مهمی دارد و معنادرمانی هم به دلیل برخورداری از مفاهیمی مانند آزادی، مسئولیت، رنج معنوی، و اضطراب وجودی و همچنین طرح سوالات بنیادین درباره زیستن و هستی، نقش مهمی در تثبیت باورها و رفتارهای مذهبی افراد دارد (برجی و همکاران، ۱۳۹۴، ص ۷). دین یکی از منابع مهم معنابخشی به زندگی است. هدف و کارکرد تمام ادیان و پیامبران درک‌پذیر ساختن جهان و معنا بخشیدن به زندگی از طریق خلق نظام‌های ارزشی است. دین، برای آدمی موهبتی است که او را به یک فلسفه حیات مسلح کرده و به عقل وی روشنگری می‌بخشد، بر اراده تأکید دارد و آن را می‌پرورد، به آدمی کمک می‌کند تا به فرمان‌های عقل گردن نهد و نیازهای اساسی روح به ویژه نیاز به عشق و جاودانگی را تحقق می‌بخشد. دور ماندن از باورهای اصیل مذهبی راه را برای ابتلای فرد به کشمکش‌های درونی و روانی، احساس پوچی و بی‌هدفی و یأس، و ناامیدی در برابر محرومیت‌ها، ناملایمات و فشارهای روانی هموار می‌کند (امیرلو و نادری، ۱۳۹۶، ص ۹)، که این مقابله با این پوچی، دقیقاً هدف مهم معنادرمانی برای افزایش سطح سلامتی افراد است که از عمده‌ترین مفاهیم باورهای مذهبی نیز به شمار می‌آیند.

تیبین دیگر تاثیر معنادرمانی بر افزایش سلامت مذهبی به نقش معنادرمانی در تغییر نگرش نسبت به زندگی و مشکلات آن مربوط است. اغلب افراد بیمار و یا آسیب دیده، سوالات بنیادینی از وضعیت کنونی خود دارند. آنها از خودشان می‌پرسند چرا من دچار این مشکل شده‌ام؟ بنابراین، انتظار می‌رود که اعتماد گذشته آنان نسبت به زندگی دچار لطمه شود. به علاوه بسیاری از این افراد، وجود مشکل یا بیماری را نوعی تنبیه برای خود در نظر می‌گیرند که خداوند و سرنوشت بر آنها تحمیل نموده است (آقاجانی و همکاران، ۱۳۹۷/ب، ص ۵۷۴). در حالی که در جلسات معنادرمانی تلاش شد تا باورهای مخدوش افراد نسبت به وجود برتر اصلاح گردد. در مفاهیم معنادرمانی و همچنین در بخشی از جهان‌بینی دینی که از آن به عنوان جهان‌بینی وحدت‌مدار یاد می‌شود، همه عالم هوشمند و به هم پیوسته است و ذره‌ای تصادف در کار نیست. همه یا جز او ذرات ریز و درشت عالم جزء پیکره هوشمند وحدت‌مدار و از ذات هوشیار و قدرتمند یکپارچه

یزدانی برحسب ساختار وجودی خود به درجاتی بهره‌مندند و در مراتبی به وجود پروردگار متصل هستند. این تفکر به انسان نیرو و ایمان می‌بخشد که همراه و متصل به وجود یگانه در حال تحول است. در نظریه وحدت‌مدار همه مخلوقات هستی در آئینه وجود یگانه پروردگار منعکس می‌شوند و همه پرتو و تابشی از امر یکتای یزدانی هستند و معنا و هدفی وحدانی دارند (شاره و اصغرخواه، ۱۳۹۵، ص ۱۴).

کارل یونگ^۱ در پاسخ به سؤال مذهب چیست، می‌گوید: آنها سیستم‌های روان‌درمانی هستند. ما روان‌درمانگران چه می‌کنیم؟ سعی می‌کنیم رنج‌های ذهن و روان انسان را درمان کنیم. مذهب نیز همین کار را می‌کند. بنابراین، خدا خودش شفا دهنده است. او پزشکی است که بیماران را شفا می‌دهد و مشکلات روانی را حل می‌کند و این دقیقاً همان چیزی است که ما روان‌درمانی می‌نامیم. اروین یالوم^۲ پیشنهاد می‌کند که معنای زندگی، اعتقاد به جهان در یک الگوی هدفمند است که می‌تواند از مذهب یا معنویت سرچشمه بگیرد (آقاجانی و اکبری، ۱۳۹۶، ص ۸).

البته این نکته هم اهمیت داشت که حضور دختران در جلسات گروهی، موجب بروز اثرات مثبت ناشی از معنادرمانی شد. در گروه، دختران برای بدست آوردن توان مقاومت در برابر رنج و هیجان‌ات منفی، نقش فعالانه‌تری به عهده گرفتند و تلاش کردند تا در موقعیت درمان باقی بمانند. حضور منسجم در یک گروه درمانی، موجب بهبود نگرش افراد و روابط اجتماعی آنان شد. با شرکت در جلسات گروهی، افراد متوجه وضعیت مشابه خود با دیگران می‌شوند و این موجب تقویت اعتماد به نفس می‌شود. گروه می‌تواند شرایطی ایجاد کند که فرد دیدگاه خود را نسبت به خود و دیگران، مجدداً تعریف کند. گروه باعث احساس امنیت شده و موانع تبادل نظر و ارتباط با دیگران را کاهش می‌دهد (آقاجانی و همکاران، ۱۳۹۷/ب، ص ۵۷۵).

طبق نتایج مطالعه حاضر، مداخله مبتنی بر معناداری زندگی بر کاهش سرکوبی هیجان‌ها و افزایش باورهای مذهبی دختران دچار نشانگان ضربه عشق مؤثر بود. این روش درمانی به عنوان گزینه درمانی مؤثر و مناسب جهت کاهش مشکلات روانشناختی افراد دچار مشکلات ناشی از شکست‌های عاطفی توصیه می‌گردد. پژوهش حاضر مانند هر مطالعه دیگری با موانعی روبرو بود. به عنوان نمونه برخی از متغیرها مانند هوش، تحصیلات و وضعیت اقتصادی افراد کنترل نشد، و

1. Carl Jung

2. Irvin Yalom

همچنین نتایج این پژوهش که صرفاً روی دختران جوان انجام شد، تعمیم نتایج به سنین دیگر را دشوار می‌سازد.

به پژوهشگران علاقمند پیشنهاد می‌شود که در تحقیقات آینده، متغیرهایی مانند هوش، تحصیلات و وضعیت اقتصادی افراد را کنترل کنند. از آنجایی که این پژوهش صرفاً روی دختران جوان (۱۸ تا ۲۲ سال) انجام شد، پیشنهاد می‌شود که تحقیقاتی با روش‌های مداخله مشابه بر روی دختران سنین دیگر نیز انجام شود.

۵. تشکر و قدردانی

در پایان از دانشجویان شرکت‌کننده در جلسات مداخله و همچنین مدیریت مرکز خدمات روانشناسی و مشاوره بهار شهر رشت، صمیمانه تشکر و قدردانی می‌شود.

منابع

۱. آقاجانی، محمدجواد؛ اکبری، بهمن (۱۳۹۶). ارتباط دعا کردن و امید به زندگی با سلامت عمومی زنان مبتلا به سرطان سینه. *دین و سلامت*، ۵ (۱)، ص ۱-۱۰.
۲. آقاجانی، محمدجواد؛ اکبری، بهمن؛ خلعتبری، جواد؛ صادقی، عباس (۱۳۹۷). اثربخشی معنی‌درمانی به شیوه گروهی بر احساس تنهایی و سرسختی روانشناختی دانشجویان دختر دارای نشانگان ضربه عشق. *ارمغان دانش*، ۲۳ (۵)، ص ۵۵۹-۵۷۶.
۳. آقاجانی، محمدجواد؛ اکبری، بهمن؛ خلعتبری، جواد؛ صادقی، عباس (۱۳۹۷ الف). اثربخشی معنی‌درمانی به شیوه گروهی بر نشانگان ضربه عشق و راهبردهای تنظیم شناختی هیجان دانشجویان دختر دارای تجربه شکست عاطفی. *ارمغان دانش*، ۲۳ (۴)، ص ۴۲۸-۴۴۴.
۴. امانی، احمد؛ یوسفی، ناصر؛ احمدی، سرور (۱۳۹۳). اثربخشی معنادرمانی به شیوه گروهی بر تاب‌آوری و احساس تنهایی دانشجویان دختر دارای نشانگان ضربه عشق. *پژوهش‌های مشاوره*، ۱۳ (۴۹)، ص ۸۱-۱۰۳.
۵. امیرلو، ایران؛ نادری، فرح (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش معنادرمانی بر تصویر ذهنی از خدا، اضطراب مرگ و دینداری در دانش‌آموزان متوسطه دوم شهر اهواز. *دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی*، ۱۸ (۱)، ص ۱-۱۱.
۶. اندامی خشک، علیرضا؛ گلزاری، محمود؛ اسماعیلی نسب، مریم (۱۳۹۲). نقش راهبردهای نه‌گانه تنظیم شناختی هیجان در پیش‌بینی تاب‌آوری. *اندیشه و رفتار در روانشناسی بالینی*، ۲ (۲۷)، ص ۶۶-۵۷.
۷. بخشی‌زاده، فایزه (۱۳۹۳). *بررسی معنادرمانی گروهی در کاهش علائم شکست عاطفی دانشجویان*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. مشهد: دانشگاه فردوسی.
۸. برجی، میلاد؛ مالک، معصومه؛ اعظمی، میلاد؛ بسطامی، محمدرضا؛ اعظمی، ساناز (۱۳۹۴). بررسی وضعیت سلامت معنوی و ارتباط آن با ویژگی‌های جمعیتی بیماران تحت همودیا‌لیز. *دین و سلامت*، ۳ (۲)، ص ۱-۸.
۹. بالجانی، اسفندیار؛ خشابی، جواد؛ امانپور، الهام؛ عظیمی، ندا (۱۳۹۰). بررسی ارتباط بین سلامت معنوی، مذهب و امید در بیماران مبتلا به سرطان. *حیات*، ۱۷ (۳)، ص ۲۷-۳۷.
۱۰. حسینی، راضیه و همکاران (۱۳۹۳). ارتباط بعد وجودی سلامت معنوی با کیفیت زندگی در زنان نابارور. *سلامت و مراقبت*، ۱۶ (۳)، ص ۵۳-۶۰.
۱۱. رضایی، زینب؛ جلیلی نیکو، سعید؛ نجاتی‌نژاد، نرگس؛ قاسمی، رضا؛ نوریان، خیرالله (۱۳۹۴). اثربخشی روان‌درمانی وجودی بر افزایش تاب‌آوری زنان نابارور. *ارمغان دانش*، ۲۰ (۵)، ص ۴۵۳-۴۵۹.
۱۲. سروریان، زهرا؛ تقی‌زاده، محمداحسان (۱۳۹۴). اثربخشی معنادرمانی گروهی بر عزت نفس و شادکامی دختران نوجوان شهر قم. *اخلاق پزشکی*، ۳۴ (۹)، ص ۲۰۷-۱۸۷.
۱۳. شاره، حسین؛ اصغرخواه، الهه (۱۳۹۵). اثربخشی گروه درمانی فراشناختی بر مؤلفه‌های فراشناختی و تاب‌آوری زنان مبتلا به مولتیپل اسکلروزیس. *روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران*، ۲۲ (۱)، ص ۳-۱۶.
۱۴. فرانکل، ویکتور (۱۳۹۶). *انسان در جستجوی معنا*. ترجمه مهین میلانی و نهضت صالحیان. تهران: درسا.
۱۵. فرمانی شهرضا، شیوا؛ بهمنی، بهمن؛ قاندرنیای جهرمی، علی؛ امین اسماعیلی، معصومه؛ خانجانی، سعید (۱۳۹۵). اثربخشی شناخت درمانی هستی‌نگر در نشانگان افت روحیه زنان مبتلا به ویروس نقص سیستم ایمنی انسان. *روانشناسی بالینی*، ۸ (۱)، ص ۲۴-۱۱.
۱۶. کریمی، جهانگیر؛ مؤمنی، خدامراد؛ علی‌مرادی، فریده (۱۳۹۷). بررسی رابطه کیفیت خواب با راهبردهای تنظیم شناختی

- هیجان و سیستم‌های مغزی رفتاری در زنان باردار. *مراقبت پرستاری و مامایی ابن‌سینا*، ۲۶ (۴)، ص ۲۱۹-۲۲۶.
۱۷. گل محمدنژاد، غلامرضا؛ رنجبر، فاطمه؛ عدالت‌زاده، گلناز (۱۳۹۲). بررسی اثر معنادرمانی بر نگرش به ازدواج دانشجویان و امید به زندگی آنان. *آموزش و ارزشیابی*، ۶ (۲۴)، ص ۵۰-۳۷.
۱۸. مبارکی، روناک؛ عزت‌پور، عمادالدین؛ احمدیان، حمزه (۱۳۹۷). اثربخشی شناخت‌درمانی بر تنظیم هیجانی مصرف‌کنندگان مواد افیون. *روانشناسی و روانپزشکی شناخت*، ۵ (۵)، ص ۹۲-۱۰۳.
۱۹. محبوبی، محمد؛ اعتمادی، منال؛ خراسانی، الهه؛ قیاسی، محمد؛ افکار، ابوالحسن (۱۳۹۱). رابطه سلامت معنوی و اضطراب اجتماعی در جانبازان شیمیایی. *طب نظامی*، ۱۴ (۳)، ص ۱۸۶-۱۹۱.
۲۰. محمدی، سیدینوس؛ رحیم‌زاده تهرانی، کتابون (۱۳۹۷). اثربخشی معنادرمانی بر سلامت معنوی و کیفیت زندگی زنان مبتلا به بیماری ایدز در شهر تهران. *روانشناسی سلامت*، ۷ (۱)، ص ۱۲۰-۱۰۶.
۲۱. مردانی‌ولندانی، مریم؛ غفاری، زینب (۱۳۹۴). اثربخشی معنادرمانی بر کیفیت زندگی بیماران مبتلا به ام اس شهرکرد. *مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی ایلام*، ۲۳ (۵)، ص ۴۷-۵۶.
۲۲. مرعشی، سیدعلی؛ محرابیان، طاهره (۱۳۹۴). رابطه سلامت معنوی و ابعاد دعا با عزت نفس در بیماران تحت درمان با دیالیز استان ایلام. *علوم مراقبتی نظامی*، ۲ (۴)، ص ۲۱۴-۲۲۰.
۲۳. نیکوگفتار، منصوره؛ سنگانی، علیرضا؛ احمدی، انیس؛ رام، ناهید (۱۳۹۷). اثربخشی معنادرمانی به شیوه هوتزل بر حالات شخصیتی، ضربه عشق و دوسوگرایی به جنس مقابل در دانشجویان دختر با شکست عاطفی. *مطالعات روانشناسی بالینی*، ۳۰ (۸)، ص ۳۳۱-۳۰۱.
24. Engel, J. & Yusuf, S. (2013). The Effectiveness of the Logotherapy Counseling Model Development to Improve Low Self-Esteem of Women Victims of Human Trafficking. *International Journal of Education*, 7 (1), P.27-42.
25. Kang, K.; Kim, S.; Song, M. & Kim, M. (2013). Effects of Logotherapy on Life Respect, Meaning of Life, and Depression of Older Schoolage Children. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 43 (1), P.91-101.
26. Price, M.; Hides, L.; Cockshaw, W.; Staneva, A. & Stoyanov, S. Young (2016). Love: Romantic Concerns and Associated Mental Health Issues among Adolescent Help-Seekers. *Journal of Behavioral Sciences*, 6 (9), P.1-14.
27. Suyanti, T.; Keliat, B. & Daulima, N. (2018). Effect of logotherapy, acceptance, commitment therapy, family psychoeducation on self-stigma, and depression on housewives living with HIV. *Journal of Enfermeria Clinica*, 28 (1), P.98-101.
28. Zecca, C.; Panicari, L.; Disanto, G.; Maino, P. Singh, A.; Digesu, G.A. & Gobbi, C. (2015). Posterior tibial nerve stimulation in the management of lower urinary tract symptoms in patients with multiple sclerosis. *International Urogynecology Journal*, 58, P.23-32.

استناد به این مقاله

آقاجانی، محمدجواد؛ اکبری، بهمن؛ تیزدست، طاهر؛ فروغی کلدرد، زهرا؛ صبحی، سارا (۱۳۹۹). اثربخشی معنادرمانی گروهی بر سرکوبی هیجان و سلامت مذهبی دانشجویان دختر دچار نشانگان ضربه عشق. *دین و خانواده*، دوره اول، شماره ۱، ص ۲۱-۳۸.

Studying the ways of creating happiness in the family based on the Islamic life style¹

Hamidreza Sohrabi

Assistant Professor, Department of Islamic Education, Yasouj University of Medical Sciences, Yasouj, Iran (**Corresponding Author**). dr.sohrabi1393@gmail.com

Frzanh Askry

Bachelor, Department of Educational Sciences, Boyerahmad Education Department, Yasuj, Iran. frzanhskry221@gmail.com

Abstract

The aim of the current research is considering the ways of creating happiness in the family based on the Islamic life style. The method of this research is an analytic and descriptive method and it is based on this supposition that following the Islamic life style in the family causes joy and happiness among the members of family. The findings of this research indicates that there is a special position for joy and happiness in the school of Islam and Ahlulbait (AS), and there is a praise to those who make the servants of God happy. According to Islam the need of happiness is a natural and instinctive need. Without happiness man cannot accomplish his worldly and otherworldly affairs. Consequently Islam invites its followers to positive and useful joy, and the exhilarating affairs, it recommends the style and methods of life under the name of "Islamic life style".

Keywords: Happiness, Family, Islamic life style.

بررسی راهکارهای ایجاد شادی در خانواده براساس سبک زندگی اسلامی^۱

حمیدرضا سهرابی

استادیار، گروه معارف اسلامی، دانشگاه علوم پزشکی یاسوج، یاسوج، ایران (نویسنده مسئول).

dr.sohrabi1393@gmail.com

فرزانه عسکری طبیبی

کارشناس، گروه علوم تربیتی، اداره آموزش و پرورش بویراحمد، یاسوج، ایران.

frzanhskry221@gmail.com

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی راهکارهای ایجاد شادی در خانواده براساس سبک زندگی اسلامی است. روش پژوهش توصیفی - تحلیلی بوده و بر این فرض استوار است که پیروی از سبک زندگی اسلامی در خانواده سبب شادی و نشاط در افراد خانواده می‌شود. یافته‌های پژوهش حاکی از آن است که شادی و سرور در مکتب اسلام و اهل بیت(ع) جایگاه ویژه‌ای دارد و از کسانی که موجبات شادکامی بندگان را فراهم می‌کنند، ستایش شده است. نیاز به شادی از نظر اسلام نیازی غریزی و فطری می‌باشد. بدون نشاط نه امور دنیوی انسان به انجام می‌رسند و نه امور اخروی انسان خوب انجام می‌گیرند. در نتیجه اسلام پیروان خود را به شادی‌های مثبت، سازنده و امور مفرح دعوت نموده و برای ایجاد نشاط در میان خانواده‌ها، سبک زندگی و روش‌هایی را سفارش کرده که تحت عنوان «سبک زندگی اسلامی» از آن یاد می‌شود.

کلیدواژه‌ها: شادی، خانواده، سبک زندگی اسلامی.

۱. مقدمه

توجه به شادی و نشاط از جهت شکل‌گیری شخصیت سالم و با نشاط و نیز لذت بردن از لحظات زندگی، برای یک خانواده دارای اهمیت فراوان است. در سایه شادی و نشاط، زندگی انسان‌ها دلپذیر می‌گردد، امید زندگی بالا رفته، قلب‌ها به هم نزدیک، ترس، بدگمانی، ناکامی، نگرانی در افراد خانواده از بین می‌رود. شادی امری فطری بوده و با طبیعت و خلقت کائنات توسط خداوند جهانیان سازگار می‌باشد. اساس خلقت هستی به‌گونه‌ای است که خود به خود، شادی‌هایی برای آدمی فراهم می‌آورد. طلوع خورشید، صبح پر لطافت، بهار سبز و بسیاری دیگر از پدیده‌های جهان برای انسان شادی‌آور و مسرت‌بخش است.

اسلام همواره مسلمانان را به دوری از غم و غصه و ترش‌رویی و گرفتگی توصیه کرده است. از نظر اسلام، مؤمن شادترین انسان می‌باشد، چون در مقابل سختی‌های روزگار صبور بوده و در مقابل ناامیتمی‌ها، شکوه نمی‌کند. سختی‌ها را تحمل کرده و به امید فرج در کارها و رضایت ربوبیت، لحظه‌ها را با احساس رضایت و شادمانی سپری می‌کند. در سیره معصومان، عنصر شادی آنچنان اهمیت دارد که علاوه بر تأیید آن، به بسترسازی، زمینه‌سازی و ایجاد آن نیز توصیه شده است.

در عصر حاضر یکی از مهم‌ترین معضلات اجتماعی بشر ازهم‌گسیختگی خانوادگی و پیامدهای آن می‌باشد که آرامش، امنیت و ارتباط سالم خانوادگی در زندگی انسان‌ها را دچار مشکل کرده است. برای حل این معضل، توجه به عوامل افزایش شادی در فرهنگ اسلامی کمک می‌کند تا در بُعد اجتماعی، خانواده‌ای شادتر، موفق‌تر و ایمن‌تری براساس اصول و ارزش‌های الهی داشته و از طرفی به کاهش فروپاشی و از هم گسختگی در خانواده منجر گردد و سطوح ایمنی و آرامش در خانواده افزایش پیدا کند.

در بُعد اقتصادی نیز شادی در افزایش کارایی فرد و کیفیت محصول تولیدی یا بهبود ارائه خدمات نقش مؤثری دارد. در ابعاد زیست محیطی تراکم، ازدحام، ترافیک شهری همراه با آلودگی‌های صوتی و زیستی متعدد، وضعیت نامناسبی را برای خانواده در عصر شهرنشینی ایجاد کرده است. با این وصف، شادابی و سرزندگی، گمشده زندگی شهری است. از دلایل آن می‌توان به وضعیت سخت زندگی در شهرهای بزرگ اشاره کرد، زیرا کیفیت فضاهای شهری مانند آپارتمان‌نشینی و دیگر تنگناهای زندگی صنعتی، تفاوت قابل ملاحظه‌ای با فضاهای طبیعی دارند که انسان به آنها نیازمند است.

لذا، با توجه به ضرورت و اهمیت این مسئله، در پژوهش حاضر جایگاه شادی در نظام خانواده و تقویت شادی و نشاط در جامعه اسلامی و ایجاد جامعه‌ای با نشاط، براساس احکام الهی مورد بررسی قرار می‌گیرد.

۲. تعریف مفاهیم

۲-۱. شادی

واژه «شادی» در لغتنامه‌های فارسی به معانی سرزندگی، زنده‌دلی، خوش‌دلی، سبکی و چالاکی یافتن برای اجرای امور، خوشی، شادمانی، خرمی، سرور، شادی، طرب، خرسندی و در مقابل کسل آمده است. به عنوان مثال در فرهنگ معین به این شکل تعریف شده است: «شادی در لغت به معنای، خوشحالی، مسرت و فرح آمده است» (معین، ۱۳۷۶، ص ۱۹۹۵).

لغت «شاد» در فرهنگ عمید به معنای خشنود، خوشحال، خوشوقت، بی‌غم، خوش و خرم آمده است (عمید، ۱۳۶۹، ص ۸۲۸). همچنین لغت‌نامه دهخدا، شادی را به شادمانی، خوشحالی، مسرت، نشاط و طرب تعریف کرده و در ادامه لغت شادی چنین آمده است: «حالت مثبتی که در انسان به وجود می‌آید و در مقابل غم و اندوه قرار دارد». همچنین شادی حالتی است که در مقابل سوگ قرار دارد و معمولاً منجر به رفتاری می‌شود که به آن حالت، شادی‌کنان گفته می‌شود، یعنی فرد در حال شادی کردن است (دهخدا، ۱۳۷۷، ج ۱۳، ص ۷۱۳).

معادل شادی در عربی «فرح» به معنای خوشحالی یا لذت‌های زودگذر است. بیشترین کاربرد آن، در لذت‌های جسمانی است. خاستگاه این حال انفعالی را باید در نیروی شهوانی جست. در لغت عرب درباره نشاط چنین آمده است: «نشاط در مقابل کسالت و تبلی بوده که به معنای رغبت و میل به کار داشتن است و کاری را با طیب نفس و رغبت انجام دادن و با چالاکی به کار پرداختن» (ابن منظور، ۱۳۷۵، ج ۷، ص ۴۱۳).

شهید مرتضی مطهری در این زمینه می‌نویسد: «سرور، حالت خوش و لذت‌بخشی است که پس از آگاهی بر اینکه یکی از اهداف و آرزوها انجام یافته یا انجام خواهد یافت، به انسان دست می‌دهد و غم و اندوه، حالت ناگوار و دردناکی است که بعد از آگاهی یافتن از انجام نشدن یکی از اهداف و آرزوها به انسان دست می‌دهد» (مطهری، ۱۳۹۶، ج ۲، ص ۶۶).

در زبان فارسی، علاوه بر شادی، واژه‌های خوشحالی، خشنودی، خوشی، بشاشت و نشاط نیز

بیان‌گر این حالت هستند. هایل آیزنگ،^۱ روان‌شناس شادی می‌گوید: شادی عبارت است از مجموع لذت‌های بدون درد. شادی همان آرامش خاطر و رضایت باطن است (سادات جوهری، ۱۳۸۶، ص ۳۷).

ارسطو شادی را به سه نوع تقسیم کرده است:

(۱) حالتی که همراه با لذت حاصل می‌شود،

(۲) حالتی که در پی یک رفتار خوب برای فرد حاصل می‌شود،

(۳) حالتی که بر اثر زندگی متفکرانه حاصل می‌شود (آیزنگ، ۱۳۷۸، ص ۹).

از نظر ارسطو قسم اول، معنای سطحی و زودگذر شادی بوده که عقیده مردم عادی است و شادمانی را معادل لذت می‌دانند که شامل شادی‌های حسی می‌باشد. قسمت دوم، از عمق بیشتری برخوردار است و در سطوح میانی شادی قرار دارد و احساس لذتی است که در نتیجه یک عمل خوب به انسان دست می‌دهد. در این معنی شادی معادل موفقیت و کامیابی است. قسم سوم درجه عالی و ماندگار آن است که شادمانی ناشی از معنویت همراه با معرفت می‌باشد که همان شادی عالمانه است. ایشان شادی واقعی را زندگی معنوی می‌داند که عالمانه در نتیجه یک عمل خوب همراه با معرفت واقعی حاصل می‌گردد. اصطلاح واقعی ارسطو در رابطه با شادی نوع سوم شادی معنوی می‌باشد. ایشان بهترین شادی را شادی معنوی می‌داند و از نظر ایشان عالی‌ترین خوبی‌های قابل دستیابی که چه مردم عوام و چه خواص بر آنان اذعان می‌کنند، شادی است (آیزنگ، ۱۳۷۸، ص ۱۰).

فیلسوفانی چون جان لاک^۲ و جرمی بنتام^۳ نیز شادی را تابعی از تعداد لذات زندگی انسان می‌دانند. روان‌شناسان اجتماعی هم شادی را با حاصل جمع رضایت و سطح لذت برابر می‌دانند (کاویانی، ۱۳۹۶، ص ۱). شادی احساس مثبتی است که زندگی را شیرین می‌کند. شیرین بودن شادی تجربه‌های اجتناب‌ناپذیر زندگی مانند ناکامی، ناامیدی و عاطفه منفی را خنثی کرده و به ما کمک می‌کند تا سلامت روانی خود را حفظ کنیم. یکی از فواید شادی، آرام‌بخش بودن آن است. شادی اشتیاق ما را به فعالیت‌های اجتماعی و لبخندهای شادی و تعامل اجتماعی را تسهیل

1. Heil Eiseng

2. John Locke

3. Jeremy Bentham

می‌کند (ریو، ۱۳۸۱، ص ۳۶۴). بدین معنی که افراد شاد بیشتر به فعالیت‌های اجتماعی و مشارکت گروهی تمایل و علاقه نشان می‌دهند و افراد شاد و بانشاط و خوش‌رو در ارتباط با دیگران و تعامل با دیگران موفق‌تر هستند.

روی هم رفته، در یک جمع بندی، شادی حالت مثبت و احساس خوشایندی است که در انسان به وجود می‌آید و به انسان آرامش، امید و سلامتی می‌دهد و در مقابل غم و اندوه قرار دارد که در شدیدترین حالت، انسان را دچار یأس و افسردگی و بیماری‌های خفیف و مزمن می‌کند.

۲-۲. سبک زندگی اسلامی

در مورد اصلاح سبک زندگی، برخی جامعه‌شناسان این اصطلاح را به ماکس وبر^۱، جامعه‌شناس آلمانی و برخی روانشناسان هم آن را به آلفرد آدلر^۲ اتریشی بنیانگذار رویکرد روانشناسی فردی نسبت می‌دهند (کاوایانی، ۱۳۹۶، ص ۲۹). بیشتر صاحب‌نظران آن را به آلفرد آدلر (۱۹۲۹) نسبت می‌دهند و بر ایشان اجماع دارند.

سبک زندگی نظریه نسبتاً شایعی است که بیشتر اوقات برای اشاره به روش زندگی مردم بکار گرفته می‌شود و بازتاب کامل ارزش‌های اجتماعی، طرز برخورد و فعالیت‌ها است. سبک زندگی از طریق روابط متقابل فرد با دیگران آموخته می‌شود و در زمینه شاخص‌های شناخته شده است. در مورد سبک زندگی می‌توان به فعالیت‌های فیزیکی، اوقات فراغت، خواب و بیداری، روابط اجتماعی و روابط خانوادگی، معنویت، ایمنی و آرامش، تغذیه و غیره اشاره کرد که هر یک به منزله شاهراهی از زندگی افراد محاسبه می‌شوند (Horowitz, 2002, P.148).

سبک زندگی اسلامی اصطلاحی نسبتاً جدید است. اصطلاحی که از سوی آیت‌الله سید علی خامنه‌ای، رهبر جمهوری اسلامی ایران در جمع جوانان استان خراسان شمالی مورد تأکید قرار گرفته و از آن زمان به عنوان یکی از کلیدواژه‌های محافل علمی و اجتماعی در جهان مطرح شد.

طبق نظر ایشان «سبک زندگی، یعنی رفتار اجتماعی و شیوه زیستن که آشنایی با آن از دو جهت مادی مانند زندگی راحت و برخوردار از امنیت روانی، اخلاقی و معنوی برای رسیدن به هدف اصلی انسان، یعنی رستگاری، فلاح و نجات برای انسان ضرورت دارد و همچنین شرط رسیدن به تمدن اسلامی نوین است. مصادیق متعددی برای سبک زندگی شمرده شده که تقریباً همه

1. Max Weber

2. Alfred Adler

جنبه‌های زندگی انسان را در بر می‌گیرد، از نحوه رفتار با همسر و فرزندان در خانواده گرفته تا مسئله نوع مسکن، نوع لباس، نوع خوراک، نوع آشپزی، تفریحات و مسئله خط، زبان، کسب‌وکار و نوع رفتار با دوست و دشمن که بخش‌های اصلی تمدن بوده و متن زندگی انسان است» (مقام معظم رهبری، ۱۳۹۱، ص ۱).

در تعریفی دیگر، سبک زندگی اسلامی به معنای روش و منش و چگونگی کار است. سبک زندگی اسلامی یعنی در زندگی هر فرد، چه شخصی، خانوادگی و چه اجتماعی، قواعد، الگوها و قالب‌ها و ملاک‌های اسلامی نقش مهمی ایفا کنند، یعنی روش‌ها را براساس آنچه اسلام گفته و خواسته، به کار گیرد (شریعت‌پناه، ۱۳۹۲، ص ۵۰).

در این پژوهش سبک زندگی مجموعه‌ای از طرز تلقی‌ها، ارزش‌ها، شیوه‌های رفتار، حالت‌ها و سلیقه‌ها در هر چیزی را در بر می‌گیرد و به تعبیر دیگر، چگونه زیستن بوده و سبک زندگی اسلامی هم زیستن براساس قوانین و احکام الهی در زندگی فردی و اجتماعی می‌باشد.

۳. اهمیت شادی در زندگی انسان

واقعیت آن است که آنچه در زندگی عملی مشاهده می‌شود، این است که آرامش و نشاط، تأثیر مستقیمی بر سلامت جسم و انجام بهتر کارهای روزمره و حتی مسائل عبادی دارد. امروزه دانشمندان و روان‌شناسان نیز به ضرورت شادی در زندگی انسان پی برده و به آن سفارش می‌کنند. جان بی گایزل در این باره می‌گوید: «شادکامی و خوشبختی آموختنی است، آنان که نمی‌دانند چگونه می‌توان شادکام زیست و خوشبخت بود، هنوز نصیب خود را از خوشبختی نبرده‌اند» (گایزل، ۱۳۸۶، ص ۵۵). کاترین پاندر^۱ در کتاب قانون شفا می‌نویسد: «اگر مردم از قدرت شفا بخش خنده و شادی باخبر بودند، کار بسیاری از پزشک‌ها کساد می‌شد. شادی یکی از مؤثرترین داروهای طبیعت است. شادی تندرستی را به ارمغان می‌آورد» (پاندر، ۱۳۹۶، ص ۸۱).

در خانواده‌ای که نشاط و سرزندگی وجود دارد، رابطه پدر و مادر عاشقانه بوده و برخورد پدر و مادر با فرزندان محترمانه و دوستانه است، نزاع و درگیری، تنفر و فرار از خانه و ناهنجاری‌های دیگر در این خانواده‌ها کمتر به چشم می‌خورد و اختلافات و مشکلات در پرتو دانش و فهم صحیح و با روی گشاده حل می‌گردند. شادی و نشاط باعث بروز خلاقیت و افزایش کارآمدی در جامعه

می‌شود. جامعه افسرده و غم‌زده توان حرکت، تولید و پیشروی را ندارد. در جامعه با نشاط، دل‌ها به هم نزدیک‌تر و شک و بدبینی کم‌تر و زمینه‌های رشد و کمال فراهم‌تر است. اگر افراد با چهره‌های گشاده و خندان با یکدیگر روبه‌رو شوند، درگیری و کشمکش به وجود نخواهد آمد، کار ارباب‌رجوع با رضایت‌مندی انجام خواهد گرفت و کارمندان و کارگران نیز با انرژی مثبت ناشی از شادکامی کار خود را به بهترین شکل انجام خواهند داد.

۴. جایگاه شادی از منظر آیات و روایات دینی

مفهوم شادی در قرآن مجموعاً ۲۵ بار با الفاظ مختلف (فرح و سرور) آمده است. «فرح» با الفاظی چون فرح، فرحوا، تفرحوا، یفرحوا، تفرحون، یفرحون، یفرح، تفرح، فرحون و فرحین، ۲۲ بار و «سرور» با الفاظی چون سرور و مسرور، سه بار در قرآن آمده است. فرح در لغت مخالف حزن و اندوه بوده و عبارت است از لذت قلب و روح که ناشی از رسیدن به مطلوب می‌باشد. فرح، شرح صدر است به سبب لذت‌زدگذر که اکثراً بر لذات حسی و دنیوی صدق می‌کند. فرح به معنی خوشحالی کاذب یا توهم خوشحالی به کار می‌رود. برخی واژه‌شناسان معتقدند «فرح» به سه معنی متفاوت شامل افراط در شادی، خشنودی و رضایت و سرور به کار رفته است (زینی ملک‌آباد، ۱۳۹۰، ص ۵۴).

شادی و نشاط سالم در واقع یکی از نیازهای زندگی انسان است، نه فقط به عنوان تجدید قوا، بلکه اصولاً به عنوان یکی از نیازهای اصلی، مثل نیاز به مواد غذایی، یک نیاز طبیعی است. خدای آفریدگار طبیعت و نظام طبیعت، خواسته است آدمی با احساس احتیاج به شادی، همواره نشاط‌زنده ماندن و زندگی کردن داشته باشد. خدای متعال به پیامبرش می‌فرماید: «ای پیامبر بگو: «چه کسی زیورهای الهی را که برای بندگانش پدید آورده، و روزهای پاکیزه را حرام کرده است» (اعراف، ۳۲).

این آیه از محکّمات قرآن بوده که در سال‌های آخر بعثت و هجرت نازل شده است. این جمله می‌تواند هم اشاره به زینت‌های جسمانی باشد که شامل پوشیدن لباس‌های مرتب و پاک و تمیز، و شانه زدن موها و به کار بردن عطر و مانند آن می‌شود و هم شامل زینت‌های معنوی یعنی صفات انسانی و ملکات اخلاقی و پاکی نیت و اخلاص باشد که هر کدام در انسان باعث شادی و نشاط می‌شود. رشد، طول عمر، تندرستی، آرامش اعصاب و روان، خلق و خوی و رفتار، توانمندی و قدرت، تکثیر نسل و تولید مثل ... همه به نوعی وابسته به استفاده از زینت‌های حلال و غذاهای

پاکیزه است و بدین جهت استفاده از زینت‌ها و غذاهای پاکیزه با شادی و نشاط انسان مرتبط هستند.

از این آیه استنباط می‌شود که اسلام به بهره‌مند شدن از زیبایی‌ها، مواهب زندگی و عوامل نشاط‌آور اهمیت می‌دهد. طبیعی است که در این دنیا، خدا نشاط و شادی را با غم همراه قرار داده است. در واقع شادی مطلق در این دنیا وجود ندارد، اما درجات شادی و نشاط حقیقی در بین مومنین نسبت به افراد غیر مومن بیشتر است و مومنین از نشاط و شادمانی بیشتری برخوردارند. بهشت یا همان «دارالمومنین» که خداوند به خوبان وعده داده، براساس آیات و روایات عبارت است از یک زندگی سراسر نشاط، بهره‌مند از تمام زیبایی‌های خالص و پاک، باغ، میوه، گل، جوی روان، آب‌های زلال، بهترین همسران، بهترین پذیرایی‌ها، بهترین تخت‌ها و زیباترین بسترها. «و فیها ما تشهیه الانفس و تلذ الاعین» (زخرف، ۷۱). هرچه را خودشان بدان میل کنند و چشم‌ها لذت ببرند، در آن بهشت موجود است.

همچنین در اهمیت نشاط و سرور و جایگاه آن در منابع دینی، همین بس که یکی از فصول کتاب روایی به باب «ادخال السرور» اختصاص داده شده است (کلینی، ۱۳۶۵، ص ۱۹۱). لذا، شاد کردن مومنان و مسلمانان در برخوردهای روزمره تحسین شده است. علاوه بر آن، تعاملات مسلمانان باید بر محور خوش‌رویی و آرامش روحی آغاز شود و اغلب شادی مومنان و مسلمان وقتی حاصل می‌شود که نیازهای آنها به نحو پسندیده‌ای برآورده شود. به همین دلیل در کتاب اصول کافی هم بابی تحت عنوان برآورده شدن نیازهای مومنین آمده و به برخی از آثار عظیم آن اشاره شده است. امام صادق (ع) در حدیثی لشکریان عقل را ۷۵ عدد می‌داند و لشکریان جهل هم ۷۵ عدد می‌باشد و شادی جزء لشکریان عقل است که در پیامبران و جانشینان آنها و مومنان وجود دارد (کلینی، ۱۳۶۵، ص ۲۴).

آیات قرآن خنده و گریه را از طرف خدا می‌داند. در سوره نجم آیه ۴۳ آمده است: «أَنَّهُ هُوَ أَضْحَكَ وَ أَبْكَى»، «هم اوست که می‌خندد و می‌گریاند»، زیرا تمام اسباب خنده و گریه در اختیار خدا بوده و خداوند خالق همه آنها است. یک انسان با ایمان می‌تواند شادی دنیا و آخرت را با هم داشته باشد، چنانچه در روایت آمده که فرد روزه‌دار دو شادی دارد، یکی هنگام افطار که از خوردنی‌ها و آشامیدنی‌ها استفاده می‌کند و دیگری هنگام ملاقات با پروردگار که از پاداش روزه بهره‌مند می‌شود (شیخ صدوق، ۱۳۸۵، ص ۱۳۴).

همچنین در آیه ۱۷۰ سوره آل‌عمران مفهوم شادی را گسترده نشان داده و در رابطه با شادی آمده

است: «فَرِحِينَ بِمَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ وَيَسْتَبْشِرُونَ بِالَّذِينَ لَمْ يَلْحَقُوا بِهِمْ مِنْ خَلْفِهِمْ أَلَّا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ»، «آن‌ها به خاطر نعمت‌های فراوانی که خداوند از فضل خود به آن‌ها بخشیده است، خوشحال هستند و به خاطر کسانی که مجاهدانی که بعد از آن‌ها به آنان ملحق نشدند نیز خوش‌وقتند که نه ترسی بر آنها است و نه غمی خواهند داشت».

این قبیل آیات بیان می‌کند که خداوند نمونه ناب شادی را هم در این دنیا و هم در قیامت و هم در برزخ برای مومنانی که سبک زندگی خود را براساس مجاهدت با نفس و جهاد با کفار بنا می‌نمایند، لحاظ کرده است و حتی اگر به شهادت برسند برای آنها زندگی برزخی يك زندگی واقعی و دارای رزق و حیات، شادی و بشارت است.

۵. انواع شادی

قرآن کریم دو نگرش متفاوت نسبت به شادی دارد و شادی را به دو دسته تقسیم می‌کند. شادی ممدوح و مقبول و شادی مذموم و باطل. دسته‌ای از آیات، مؤمنین را دعوت به شادی نموده و دسته دیگر از آیات قرآن، شادی را مورد نکوهش قرار داده‌اند که در ادامه به هر کدام پرداخته می‌شود.

۵-۱. شادی ممدوح

شادی ممدوح در پرتو تسلیم و بندگی خداوند و رضایت به قضای الهی بدست می‌آید و انسان مؤمنی که به مقام عالی خود رسیده، لذت شادمانی پایدار و حقیقی را خواهد چشید. شادی ممدوح در قرآن شادی‌هایی را شامل می‌شود که براساس ارزش‌ها و اهداف قرآن است. چنان‌که در این رابطه در آیه ۵۸ سوره یونس آمده است: «قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ»، «بگو به مؤمنان تنها به فضل و رحمت خداوند شاد شوند، نه به مال و مقام که آن بهتر از هر چیزی است که می‌اندوزند».

نکته مهم در این آیه این است که مومنان نعمت‌ها را از فضل الهی بدانند، نه از خود تا شادی رنگ الهی بیابد و دچار آسیب‌های شادی مانند فخر و فروشی و تکبر که خود اینها باعث رنجش سایر مومنان می‌شود، نگردد. فضل و رحمت الهی شامل همه شادی‌های دنیایی و اخروی می‌گردد که اگر مومنین همه نعمت‌ها را از طرف خدا بدانند، دچار شادی مستانه نشده و آنها طعم شادی ناب را خواهند چشید.

در واقع شادی پسندیده نوعی از شادی است که اولاً همراه با گناه نباشد، ثانیاً مقرون با غفلت از خدا نباشد، ثالثاً، در آن میانه‌روی و اعتدال رعایت گردد، یعنی تمام زندگی فرد در فلان شادی و

لذت خلاصه نشود. چون اسباب شادی متنوع هستند و پرداختن انحصاری به یک لذت، انسان را از لذت‌های دیگر که نشاط‌آور هستند، بی‌بهره می‌گذارد. اسلام انسان را به یک سلسله از سرگرمی‌های سالم و مفید مانند تیراندازی، شنا، اسب‌دوانی، گرفتن هدیه و مسافرت فراخوانده که همه بیانگر توجه اسلام به این نوع از شادی‌های ممدوح می‌باشد.

۵-۲. شادی مذموم

شادی مذموم در پرتو بندگی شیطان و نفس است و انسانی که در این مسیر قرار می‌گیرد، گرفتار شادی کاذب می‌گردد. شادی نکوهیده در قرآن شادی‌هایی را شامل می‌شود که ضد ارزش‌ها بوده و همراه با گناه، غفلت و فساد است که در ادامه انواع آن مورد بحث قرار می‌گیرد.

الف) شادی مستانه

قرآن کریم در داستان قارون که فردی خودخواه و مغرور بود و شادی‌های مستانه داشت، در آیه ۷۶ سوره قصص می‌فرماید: «إِنَّ قَارُونَ كَانَ مِنْ قَوْمِ مُوسَى فَبَغَى عَلَيْهِمْ وَآتَيْنَاهُ مِنَ الْكُنُوزِ مَا إِنَّ مَفَاتِحَهُ لَتَشُورُ بِالْعَصْبَةِ أُولَى الْقُوَّةِ إِذْ قَالَ لَهُ قَوْمُهُ لَا تَفْرَحْ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْفَرِحِينَ»، «قارون از قوم موسی بود، اما بر آنها ستم کرد، ما آن قدر از گنج‌ها به او داده بودیم که حمل صندوق‌های آن برای یک گروه نیرومند مشکل بود، به خاطر بیاور هنگامی را که قومش به او گفتند: این همه شادی مغرورانه مکن که خداوند شادی‌کنندگان مغرور را دوست نمی‌دارد».

همچنین در آیه ۷۵ سوره غافر در این رابطه آمده است: «ذَلِكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَفْرَحُونَ فِي الْأَرْضِ بِغَيْرِ الْحَقِّ وَبِمَا كُنْتُمْ تَمْرَحُونَ»، «این قهر و عذاب شما به خاطر آن است که به ناحق در زمین شادی می‌کردید و از روی غرور و مستی به خوشحالی می‌پرداختید».

خداوند متعال در آیه ۷۶ سوره قصص در این رابطه فرموده است: «إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْفَرِحِينَ»، «خداوند شادی‌کنندگان (مغرور) را دوست نمی‌دارد». همچنین در آیه ۳۲ سوره روم می‌فرماید: «مِنَ الَّذِينَ فَرَّقُوا دِينَهُمْ وَكَانُوا شِيَعًا كُلُّ حِزْبٍ بِمَا لَدَيْهِمْ فَرِحُونَ»، «از کسانی که دین خود را پراکنده ساختند و به دسته‌ها و گروه‌ها تقسیم شدند و هر گروهی به آنچه نزد آنها است، خوشحال هستند». شادمانی قارون از این جهت مذمت شده که ناشی از تکبر و قرار گرفتن در مقابل حضرت موسی (ع) بوده است.

ب) شادی منافقانه

همچنین در آیه ۱۲۰ سوره آل عمران منافقان از آن جهت مورد نکوهش و شادی آنها مورد مذمت قرار گرفته که از رسیدن رنج و ناراحتی به رسول خدا(ص) و مسلمانان، شادمان و از رسیدن

خوبی به رسول خدا(ص) و مسلمانان، محزون می‌شدند. در آیه ۸۱ سوره توبه نیز منافقان بدین خاطر مذمت شده‌اند که از فرمان جهاد سرپیچی و سپس خوشحالی می‌کردند. قرآن کریم در بیان عذاب‌های دوزخیان می‌فرماید: «این عذاب به خاطر آن است که به ناحق در زمین شادی می‌کردید و از روی غرور و مستی به خوشحالی می‌پرداختید!» (غافر، ۷۵).

ج) شادی گناه

مذمت شادی برای گناه در روایات دو چندان مورد توجه قرار گرفته است، زیرا کسی که با گناه شادی می‌کند، از دو نظر دچار معصیت است، یکی اینکه، مرتکب گناه و معصیت شده و دیگری اینکه، بر گناه خود شادی می‌کند و این از خود گناه بدتر است. حضرت علی(ع) می‌فرمایند: «التبجح بالمعاصی اقیح من رکوبها»، «شادی کردن به گناه زشت‌تر از انجام دادن آن است» (محمدری شهری، ۱۳۸۴، ص ۴۵).

باید به این نکته باید توجه داشت که این اصلی منطقی و پذیرفته شده در تمام نظام‌های متمدن است که نباید به بهانه شاد بودن، هر رفتار غیر مجازی را مرتکب شد، با این تفاوت که شاید محدوده رفتارهای مجاز و غیر مجاز دارای برخی تفاوت‌ها باشد. شادی‌های برگرفته از انواع ارتباطات نامشروع جنسی نابودکننده بنیاد خانواده و اجتماع، شادی‌های ناشی از فقدان بخش‌هایی از سیستم هوشیاری بدن به دلیل مصرف مشروبات الکلی و مواد مخدر، شادی ناشی از اذیت و آزار دیگران در روابط اجتماعی مانند رانندگی نامناسب، تجاوز به حریم خصوصی دیگران، تخریب اموال عمومی و... شادی ناشی از اسراف و تبذیر و استفاده نادرست از نعمت‌های خدادادی، شادی ناشی از تکبر و فخرفروشی به دیگران از بابت ثروت یا مقام اجتماعی، شادی فرار از جهاد و شادی منافقانه ناشی از شکست ظاهری افراد با ایمان و... از جمله مواردی هستند که مورد تأیید اسلام نبوده و بسیاری از آنها از سوی دیگر جوامع بشری نیز امری ناپسند به شمار می‌آیند. اگر کمی واقع‌نگر باشیم، به راحتی در خواهیم یافت که تنها شادی‌های غیر اخلاقی از طرف اسلام ممنوع شده و انواع شادی‌های معنوی و طبیعی نه تنها رواست، بلکه در بسیاری موارد لازم و واجب است. آنجا که سخن از بازخواست انسان‌ها به دلیل شاد بودن است، جایی است که این شادی به ناحق باشد: «ذَلِكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَفْرَحُونَ فِي الْأَرْضِ بِغَيْرِ الْحَقِّ وَبِمَا كُنْتُمْ تَمْرَحُونَ» (غافر، ۷۵)، «گرفتاری شما به کیفر الهی بدان دلیل است که شما به ناحق در زمین به شادی و گردنکشی می‌پرداختید».

د) شادی دروغ (شادی کاذب)

چنانچه شادی به قیمت متوسل شدن به دروغ باشد، به شدت در روایات اسلامی از سوی

انمه (ع) مورد حمله قرار گرفته است. پیامبر اسلام (ص) در این زمینه به ابوذر می‌فرماید: «یا اباذر ویل للذی یحدث فیکذب لیضحک به القوم ویل له ویل له ویل له»، «ای اباذر! وای بر کسی که سخنی دروغ بگوید تا مردم را بخنداند؛ وای بر او، وای بر او، وای بر او» (حرعاملی، ۱۳۸۲، ج ۱۷، ص ۲۵۲).

قرآن می‌خواهد انسان‌ها در تمام ابعاد زندگی، در دنیا و آخرت، نشاط و شادی واقعی و پایدار داشته باشند، نه اینکه در بخشی از عمر، پیمانانه شادی را لبریز و در بخشی دیگر، در رنج و محرومیت زندگی کنند. لذا، از شادی‌های کاذب و زودگذر، تعبیر به «لهو» فرموده است. معصومین (ع) نیز با تأسی به قرآن، درباره خطرات خوش‌گذرانی‌های زودگذر بارها هشدار داده‌اند. امیرالمومنین علی (ع) فرموده‌اند: «حلاوه المعصیه یفسدها الیم العقوبه»، «شیرینی معصیت را پیامدها و ناراحتی‌اش نابود می‌کند» (آمدی، ۱۳۸۰، ص ۱۸۷). نیز فرمودند: «دنیای حرام چون مار سمی است، پوست آن نرم، ولی سم کشنده در درون دارد، نادان فریب خورده به آن می‌گراید و هوشمند عاقل از آن دوری گزیند» (نهج البلاغه، ۱۳۷۹، حکمت ۱۱۹). نشاط کاذب، در ظاهر نشاط و شادمانی است، اما در باطن، غم و اندوه بوده و چهره قیامتی این نشاط غبار غم و تاریکی چهره و پریشانی است.

در قرآن کریم این نوع نشاط، هم با واژه «فرح» که مقید به «غیر الحق» شده است، آمده و هم با «مرح» به کار برده می‌شود. «مرح» در کتب لغت به معنای نشاط و خوشی آمده و عرب به هر چیز نشاط‌آور و شادکننده «مروح» می‌گوید. «فرح» هم جنبه مثبت دارد و هم جنبه منفی و در مواردی نهی شده و ممدوح و در موارد دیگری مذموم است. اما «مرح» که تنها سه مورد در قرآن استفاده شده، فقط جنبه منفی داشته و مورد نهی قرار گرفته و به معنی افراط در شادی که منجر به حرکت‌های سبک‌کودکانه در فرد است، می‌باشد. به همین دلیل است که «فرح» مقید به حق و باطل بوده، اما «مرح» بدون قید ذکر شده است. بنابراین، برخی از «فرح»‌ها از نوع «مرح» هستند، ولی عکس این مسأله صادق نیست (طیبی، ۱۳۹۸، ص ۱).

بنابراین، براساس آیات قرآنی و روایات، شادی یکی از ویژگی‌های بارز مومنان و بهشتیان است. شادی و نشاط نه تنها مذموم نبوده، بلکه اسلام شاد نمودن دیگران را از حسنات و افراد که جهت ناراحتی دیگران تلاش می‌کند، بدترین افراد شمرده است. از سفارشات موکد اسلام زدودن اندوه از دل افراد مؤمن می‌باشد. از نظر اسلام کسی که در جهت نفاق‌افکنی یا محزون نمودن مؤمنین تلاش نماید، در حقیقت در جهت اهداف شیطان تلاش می‌کند و باید از چنین کسی به

خداوند پناه برد.

۶. راهکارهای ایجاد شادی در خانواده

مهم‌ترین راهکارهای شاد زیستن در خانواده که در فرهنگ قرآنی «حیات طیبه» نام دارد، به شرح زیر می‌باشد:

۶-۱. ذکر و یاد خداوند

ذکر و یاد خداوند از مهم‌ترین و کلیدی‌ترین راه‌هایی است که برای شاد زیستن در اسلام توصیه می‌شود که در واقع مهم‌ترین راه و اطمینان بخش‌ترین راهکار است، همچنان که آیه شریفه می‌فرماید: «أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ»، «آگاه باشید که تنها با یاد خدا دل‌ها آرامش می‌یابد» (رعد، ۲۱).

اطمینان قلب و آرامش با ذکر خداوند سبب می‌شود دغدغه‌ها و مشکلات زندگی از انسان دور شود و دیگر اضطراب و ناراحتی او را سرگردان ننماید و با نشاطی درونی و شادی واقعی به انجام امور پردازد. کسی که همواره توجه می‌کند که قدرتی برتر و خدایی مهربان او را می‌بیند و به او کمک می‌کند، نشاط و شادی خود را از دست نمی‌دهد، بلکه همواره به دنبال جلب رضایتمندی اوست. برای تمرین این توجه همیشگی به قدرت لایزال الهی توجه به واژه «رَبِّ» می‌تواند کمک‌کننده باشد. رَبِّ یعنی پروردگار و تنها کسی پروردگار است که در همه امور زندگی از خوردن و خوابیدن گرفته تا اتخاذ تصمیمات بزرگ و مهم در زندگی همه را تدبیر می‌کند و انسان را می‌پروراند. بنابراین، چه جای اندوه و ناراحتی است که خدایی به این مهربانی یار و یاور ما است. افرادی که امور معنوی مثل عبادت و نیایش را از زندگی خود حذف کرده‌اند، به میزان زیادی دچار افسردگی، اندوه و ترس و احساس پوچی می‌شوند. از طرفی لحظات مناجات و خلوت با پروردگار، جزء ناب‌ترین و شوق‌انگیزترین لحظات زندگی انسان‌های مؤمن است.

۶-۲. نیایش

نیایش در عین حال که ایجاد آرامش می‌کند، در انسان نوعی انبساط باطنی و گاهی روح قهرمانی و دلآوری را ایجاد می‌کند. نیایش خصال خوبش را با علامات منحصر به فرد از جمله صفای نگاه، متانت رفتار، انبساط و شادی درونی، یقین، استعداد هدایت و نیز استقبال از حوادث نشان می‌دهد.

امام صادق (ع) می‌فرماید: «أَوْحَىٰ إِلَىٰ دَاوُدَ: بِي فَافْرَحَ وَبِذِكْرِي فَتَلَذَّذُ وَبِمُنَاجَاتِي فَتَنَعَّم»، خداوند

به حضرت داود(ع) وحی فرمود: به یاد من شاد باش و با یاد من سرخوشی کن و از نعمت مناجات با من برخوردار باش (محمدی ری شهری، ۱۳۸۴، ص ۸۶). البته باید دانست نه تنها اعمالی مثل نماز، روزه، حج، زکات، خمس و...، بلکه هر عملی که برای رضای خدا انجام گیرد، عبادت است. ایمان به خداوند و قدرت نامحدود او، باعث ایجاد شادی واقعی در انسان می شود. شهید مطهری در این باره می نویسد: «ایمان دینی آثار نیک فراوان دارد، چه از نظر تولید شادی و چه از نظر نیکو ساختن روابط اجتماعی و چه از نظر کاهش ناراحتی هایی که لازمه این جهان مادی است» (مطهری، ۱۳۶۲، ص ۳۴).

امروزه روان شناسان نیز به نقش مهم ایمان در ایجاد شادی پی برده اند. دلیل کارنگی^۱ می گوید: امروزه در روانپزشکی همان چیزهایی را تعلیم می دهند که پیامبران به مردم می آموختند، زیرا ایشان دریافته اند که برخورداری از ایمانی راسخ، نگرانی، هیجان و ترس را برطرف می کند (کارنگی، ۱۳۶۰، ص ۱۵۲).

حضرت علی(ع) می فرماید: «إِنَّ هَذِهِ الْقُلُوبَ تَمَلُّ كَمَا تَمَلُّ الْأَبْدَانُ، فَابْتَغُوا لَهَا طَرَائِفَ الْحِكْمِ» (نهج البلاغه، ۱۳۷۹، حکمت ۱۸۸). «این دل ها همانند بدن ها، خسته و افسرده می شوند و به استراحت نیاز دارند، پس برای آنها نکته های زیبا و نشاط برانگیز انتخاب کنید».

۶-۳. شکرگزاری

مورد دیگر روحیه شکرگزاری است که در اسلام برای رسیدن به شادی و شادابی توصیه شده است. انسان شکرگزار چون بیش از نداشته ها به نعمت ها و داشته هایش توجه می کند، همیشه خوش بین و واقع نگر است. این مثبت اندیشی شادی را ایجاد می کند. از سوی دیگر، انسان مثبت اندیش می کوشد تا از آنچه دارد، به بهترین شکل استفاده کند. این عملکرد باعث فزونی نعمت ها می گردد. قرآن کریم می فرماید: «لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ» (ابراهیم، ۷).

همچنین براساس روایات اسلامی، لازمه شکرگزاری حقیقی، تشکر از آفریدگان خداوند است. خداوند نیز به پیامبرش می فرماید: برای تشکر و تشویق زکات دهندگان به آنها درود بفرست، زیرا درود تو آرام بخش آنان است (توبه، ۱۰۳). کاترین پاندر روان شناس می گوید: «اگر اندیشه ها و گفتار آدمی سرشار از شکرگزاری و به دور از سرزنش و ملامت باشد، سلامت و شادابی افزون تر را

تجربه خواهند کرد» (پاندر، ۱۳۹۶، ص ۷۶).

۶-۴. صبر

صبر در برابر سختی‌ها و مشکلات نیز می‌تواند غم و اندوه را برطرف کند. زندگی انسان توأم با مشکلات است و کسی می‌تواند زندگی سرشاری از موفقیت و شادکامی داشته باشد که مشکلات را با صبر و تحمل پشت سر بگذارد. امیرمؤمنان علی(ع) می‌فرماید: انسان شکیبا پیروزی را از دست نمی‌دهد، هرچند زمان آن طولانی باشد (نهج‌البلاغه، ۱۳۷۹، ص ۴۷۳). ما از حکمت بسیاری از امور بی‌خبریم، بنابراین بهتر است تا در مقابل نعمت‌ها شکرگزار و در برابر تلخی‌ها صبور باشیم. قرآن کریم می‌فرماید: «عَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ»، «چه بسیار چیزهایی که شما دوست ندارید، ولی در حقیقت به نفع شماست و چه بسیار چیزهایی که شما دوست دارید، ولی به ضرر شماست» (بقره، ۲۱۶).

۶-۵. انتظار فرج

مسئله دیگر که در آموزه‌های مسلمانان به‌ویژه در فرهنگ شیعی وجود دارد «انتظار فرج» است. انتظار فرج دو حالت دارد: یکی انتظار فرج امام زمان(ع)، محمد بن حسن عسکری(عج) که خود نشاط‌آور بوده و دیگری انتظار فرج شخصی می‌باشد که دچار مشکل و سختی شده است که به آن «فرج بعد از شدت» می‌گویند. انسان وقتی به یک گرفتاری دچار شد، انتظار داشته باشد که به زودی این گرفتاری برطرف خواهد شد که در آیه ششم سوره الم نشرح این عبارت است که: «إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا»، «(آری) مسلماً با (هر) سختی آسانی است»، و دوبار تکرار شده است، «فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا»، «(بعد از هر سختی، گشایشی هست)». این مسئله اگر در ذهن ما رسوخ کند و باور کنیم که قرآن با تأکید فراوان بر این مسئله اشاره دارد، این مسئله موجب امید و نشاط در آدمی می‌شود در روایتی آمده است که اگر نهالی در دست داری و می‌دانی فردا روز قیامت است و دنیا ویران می‌شود، باز این نهال را بکار. یا در روایتی دیگر می‌فرماید: «آن‌چنان کار و تلاش کن که گویی همیشه زنده هستی». این روایت همراه با دیگر روایات، امیدواری را افزایش می‌دهد. در قرآن بر امید تأکید شده است، مثلاً در آیه ۲۹ سوره فاطر می‌فرماید: «إِنَّ الَّذِيْنَ يَتْلُوْنَ كِتَابَ اللّٰهِ وَاَقَامُوا الصَّلَاةَ وَاَنْفَقُوا مِمَّا رَزَقْنَاهُمْ سِرًّا وَعَلَانِيَةً يَرْجُوْنَ تِجَارَةً لَّنْ تَبُوْرًا»، همانا کسانی که کتاب خدا را تلاوت می‌کنند و نماز را برپا می‌دارند و از آن‌چه به آنان عطاء کرده‌ایم پنهان و عیان انفاق می‌نمایند، به تجارتی امید دارند که هرگز از بین نمی‌رود. بنابراین، با بکار بستن توصیه‌های دین مبین اسلام در

مورد شادی و فرهنگ‌سازی در این زمینه می‌توان سلامت روحی و روانی افراد جامعه بشری را تضمین کرد.

۶-۶. سیر در طبیعت و گردشگری

مورد دیگر که در اسلام تاکید شده، گردش و سیر در طبیعت و استفاده از مظاهر طبیعت است که نشاط‌آور می‌باشد. حضرت علی(ع) با اشاره به فرح‌بخشی جلوه‌های گوناگون طبیعت می‌فرماید: «فَهِيَ تَبْهِيحُ بَرِيئَةَ رِيَاضِهَا وَ تَزْدَهِي بِمَا أَلْبَسَتْهُ مِنْ رَيْطِ أَزَاهِيرِهَا وَ حَلِيَّةٍ مَا سَمِطَتْ بِهِ مِنْ نَاصِرِ أَنْوَارِهَا وَ...»، «زمین به وسیله باغ‌های زیبای خود، همگان را به سرور و شادی دعوت می‌کند و با لباس نازک گلبرگ‌ها که بر خود پوشیده است، هر بیننده‌ای را به شگفتی وامی‌دارد و با زینت و زیوری که از گلوبند گل‌های گوناگون خود را آراسته است، هر بیننده‌ای را به نشاط و وجد می‌آورد» (نهج البلاغه، ۱۳۷۹، خطبه ۹۱).

سیر و سفر و گردش و استفاده از مناظر زیبای طبیعت، آبشارها، کوه‌ها، دریاها و آثار باستانی دشت‌ها و حتی کویر، مورد سفارش دین اسلام است، تا آنجا که سیر و سفر را مقدمه علم‌آموزی و عبرت‌اندوزی می‌داند: «سَيُرُوا فِي الْأَرْضِ»، «در زمین سیر و سفر کنید» (انعام، ۱۱) و از رسول اکرم(ص) روایت شده که می‌فرماید: «مسافرت کنید تا صحت یابید و غنیمت به دست آورید»، «سافروا تصحوا و تغنموا» (محمدی ری شهری، ۱۳۸۴، ص ۲۵۳).

قرآن و روایات درباره سفر و تفکر در پدیده‌های طبیعی بسیار توصیه کرده‌اند. سفر، انسان را از روزمرگی خارج می‌کند و تفکر در پدیده‌های طبیعی، موجب نشاط روحی و شادی حقیقی می‌شود. از حضرت علی(ع) نقل شده است که وقتی در مسیر حرکت به صفین به سرزمین بلخ - که محل خوش آب و هوایی بود و رودخانه بزرگ و پرآبی داشت - رسیدند، به سپاهیان دستور دادند تا در آنجا بمانند و به تفریح و استراحت بپردازند (دانشی، ۱۳۸۵، ص ۱۲۲).

آیات دیگری نیز از جمله توصیه توجه به گیاهان زیبا (حج، ۵)، آب‌های روی زمین (کهف، ۷)، زینت آسمان‌ها در شب (صافات، ۶؛ فصلت، ۱۲؛ ملک، ۵؛ حجر، ۱۶؛ ق، ۶) و... بیانگر بهره‌برداری و لذت از مواهب الهی است که در طبیعت وجود دارد. مکان‌هایی مانند پارک‌ها، مناطق سرسبز، کوه و دریا باعث ایجاد انبساط روحی و رفع خستگی می‌شوند. همچنین در مکان‌هایی مانند خانه خدا، مساجد، حرم پیغمبر(ص) و امامان معصوم و... می‌توان احساس آرامش، رضایت و سرور زائران را به وضوح مشاهده کرد.

۶-۷. نگهداری و پرورش حیوانات

قرآن کریم می‌فرماید: «وَلَكُمْ فِيهَا جَمَالٌ حِينَ تُرْبِحُونَ وَ حِينَ تَسْرَحُونَ» (نحل، ۶)، «چهارپایان برای شما زیبایی است، آنگاه که آنها را از چراگاه برمی‌گردانید و هنگامی که صبحگاهان به چراگاه می‌فرستید».

صبح هنگام و عصرگاهان مواقعی است که انسان نیاز به آرامش روحی دارد. صبحگاهان، آنگاه که قصد شروع فعالیت روزانه را دارد و عصرگاهان، آن هنگام که نیازمند رفع خستگی تلاش روزانه است. قرآن مجید برای کسانی که در صحرا زندگی می‌کنند و از نعمت آب و هوای پاک و زندگی در طبیعت بهره‌مند هستند، توصیه می‌کند که به چارپایانی که خدا به شما عنایت کرده، بیشتر توجه کنید که موقع رفتن و برگشتن آنها، زیبایی و حسن نظر وجود دارد. خداوند به چنین مردمی توصیه کرده برای آرامش اعصاب و تفریح به چارپایان نگاه کنند و از نگاه به آنان لذت ببرند، حال آیا جا دارد بگوییم خدا مردمی را که هر روز با دود و دم و سر و صدا همنشین هستند، از این نعمت و سایر تفریح‌ها منع کرده باشد؟! هرگز چنین نیست و انسان‌های شهرنشین نیز باید از این مواهب برای تأمین بهداشت روان و جسم و تفریح بهره‌گیرند و این نیز توصیه‌ای برای رفتن به دل طبیعت و تماشای آن مناظر زیبا است. با توجه به زندگی صنعتی و شهرنشینی فعلی، یکی از راهکارهای ایجاد نشاط، پرورش حیوانات و گیاهان در حد مقیاس فضا و منزل با رعایت استانداردهای بهداشتی و شرعی می‌باشد که می‌تواند تا اندازه‌ای غم و اندوه را برطرف کند و باعث نشاط روحی و جلوگیری از افسردگی گردد.

۶-۸. برخی ایام و لحظات زندگی

همچنین در طول شب و روز و ماه‌ها و سال‌ها، بعضی زمان‌ها شادی آفرینند، مانند زمان تولد فرزند برای پدر و مادر، سال‌روز آشنایی‌ها، سالگرد ازدواج، سال تحویل، هنگام اذان، سحر و افطار ماه رمضان، سحرگاهان برای عابدان و عاشقان، همچنین ایام ولادت ائمه معصومین و اعیاد دینی مانند عید فطر، عید قربان و عید غدیر. امام صادق (ع) درباره عید غدیر می‌فرماید: «روز غدیر روز خوشحالی و شادمانی است» (فرج‌الله، ۱۳۶۲ق، ص ۲۶۳). آداب و اعمال این اعیاد از جمله اظهار شادی، تبریک گفتن، هدیه دادن، دید و بازدید و اعمال گروهی مثل نماز عید فطر، نماز جمعه نیز موجب شادی و نشاط در فرد و جامعه می‌شود.

۶-۹. رنگ‌ها

از دیگر پدیده‌های طبیعی نشاط‌آور، رنگ‌ها هستند. رنگ‌های روشن، سفید، آبی، سبز و زرد، رنگ‌های نشاط‌آورند. پیامبر اکرم (ص) فرمودند: «الْبِسُوا الْبِیَاضَ فَإِنَّهُ أَطْيَبُ وَأَطْهَرُ»، «لباس سفید بپوشید که بهترین و نیکوترین لباس‌ها است» (طبرسی، ۱۴۰۸ق، ج ۴، ص ۱۸۵). روان‌پزشکان اهمیت زیادی برای رنگ‌ها قائل هستند. برای مثال رنگ اتاق‌ها و وسایل آسایشگاه‌های روانی را زرد انتخاب می‌کنند، زیرا این رنگ را شادکننده یافته‌اند (اکبری، ۱۳۹۳، ص ۱۱۳).

۶-۱۰. عطرها

عطرها و رایحه خوش هم دل‌انگیز هستند. بوی خوش، انبساط روح و نشاط درونی را در پی دارد و باعث صمیمی‌تر شدن روابط انسانی می‌گردد. امام صادق (ص) در این باره می‌فرماید: رسول خدا (ص) بیشتر از هزینه خوراک، برای خرید عطر هزینه می‌کردند (حرعاملی، ۱۳۸۲، ج ۱۷، ص ۴۱۰). خودآرایی و رسیدگی به سر و وضع و لباس هم یکی از مواردی می‌باشد که در اسلام توصیه شده است. انسان چون می‌خواهد برای عبادت و حضور در مسجد از منزل خارج شود، به سفارش خداوند لازم است خود را زیبا کرده و زینت‌های خود را بردارد. «یا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ» (اعراف، ۳۱). همچنین جواز استفاده از زینت‌های خدا و طیبات رزق در آیه بعد صادر شده است (اعراف، ۳۲) و به طور کلی هر زیبایی که در روح و روان انسان و دیگران تأثیر مثبت گذارد، مورد تأیید آیات و روایات فراوان می‌باشد. از امام صادق (ع) روایت شده است: «بپوشید و زینت کنید و خود را بیارائید که خداوند زیباست و زیبایی را دوست دارد. اما این زینت و خودآرایی باید از راه حلال باشد» (حرعاملی، ۱۳۸۲، ج ۱۷، ص ۳۴۰).

۶-۱۱. مزاح و شوخی

سخنان دلنشین، مزاح و شوخی نیز تا هنگامی که به بیهوده‌گویی نینجامیده، باعث نشاط و سرور می‌شود. هرگاه رسول خدا (ص) یکی از یاران خود را اندوهگین می‌دیدند، با شوخی او را شاد می‌کردند و می‌فرمودند: «خداوند دشمن کسی است که با روی گرفته و عبوس با برادرانش ملاقات کند» (حرعاملی، ۱۳۸۲، ج ۱۷، ص ۱۰۱). روزی پیامبر اکرم (ص) و امام علی (ع) مشغول خوردن خرما بودند. پیامبر (ص) هسته خرماهای خود را مقابل حضرت علی (ع) و روی هسته‌های او می‌گذاشتند. وقتی هسته‌ها زیاد شد، به شوخی به ایشان فرمودند: شما خرماهای زیادی خورده‌اید. ایشان جواب دادند: آنکه خرماها را با هسته خورده، زیاد خورده است. پیامبر (ص) خندیدند و هر

دو بزرگوار از این شوخی خوشحال شدند (دستی، ۱۳۸۲، ص ۷۳). حضرت علی (ع) نیز می‌فرماید: این دل‌ها همانند بدن‌ها، خسته و افسرده می‌شوند و به استراحت نیاز دارند. در این حال، نکته‌های زیبا و نشاط‌انگیز برای آنها انتخاب کنید (نهج البلاغه، ۱۳۷۹، ص ۴۷۹).

مزاح و شوخی که یکی از عوامل برجسته شادی است، اگر به سبک‌سری، بی‌شرمی و گستاخی پیامیزد، «هزل» نامیده می‌شود که در اسلام مطرود بوده و اگر به تحقیر و بدگویی و ناسزا آمیخته شود، آن را «هجو» می‌خوانند و این نیز در اسلام نهی شده است (کلینی، ۱۳۶۵، ص ۶۶۳). اگر شوخی از حد خارج شود و به بیهودگی یا زیاده‌روی بینجامد، باز از نظر اسلام، عملی ناپسند خواهد بود. امام صادق (ع) می‌فرماید: «زیاد شوخی کردن، آبرو را می‌برد» (نهج البلاغه، ۱۳۷۹، ص ۵۶۶). خنده و تبسم که از دیگر عوامل نشاط و شادی است، باید صادقانه بوده، شخصیت آدمی را لکه‌دار نکند. خنده از نظر اسلام، وقتی موثر و مفید است که به شخصیت دیگران لطمه وارد نکند. خنده با انگیزه آزردن، اهانت و تحقیر دیگری، نکوهیده است.

قالب‌های نشاط و شادی و عوامل آن باید متناسب با شخصیت اجتماعی و عرف جامعه باشد، زیرا گاه محتوایی مفید در قالبی نامناسب، نتیجه‌ای معکوس دارد و به همین دلیل در روایات، قهقهه از شیطان تلقی شده و تبسم بهترین خنده دانسته شده است (آمدی، ۱۳۸۰، ص ۲۲۲). زمان و مکان شادی نیز باید با آن متناسب باشد، زیرا اگر این تناسب برقرار نباشد، بسیار ناپسند و زشت خواهد بود. مزاح و بذله‌گویی در مراسم سوگواری و مکان‌های مقدس، شرعاً، عقلاً و عرفاً ناپسند است.

۶-۱۲. صله رحم

نشست و برخاست با یکدیگر، به ویژه اقوام و خویشان، یکی از بهترین انواع تفریح‌های سالم است. این عمل آنچنان مورد تأکید بوده که روایات فراوان و نیز آیاتی در این زمینه وارد شده است. خداوند متعال در آیات مختلف این حقیقت را اینگونه بیان می‌کند: «و به پدر و مادر، و نزدیکان و یتیمان و بینوایان نیکی کنید و با مردم نیکو سخن گوید» (بقره، ۸۳).

از امام صادق (ع) در تفسیر آیه ۱۹ سوره رعد نقل شده که آنچه خدا به آن فرمان داده که آن پیوند را قطع نکنید، «صله رحم» است (محمدری‌شهری، ۱۳۸۴، ص ۸۲). همچنین از رسول خدا (ص) روایت شده است: زودترین خیر از نظر ثواب، صله رحم است (کلینی، ۱۳۶۵، ص ۱۵۱). از امام باقر (ع) برای صله رحم آثاری نقل شده که در ادابه آنها اشاره می‌شود:

اعمال را پاکیزه کرده و اموال را زیاد می‌کند، بلا را دفع می‌نماید، حساب را آسان می‌کند، اجل

را به تأخیر می‌اندازد (کلینی، ۱۳۶۵، ص ۱۵۰).

از رسول خدا(ص) روایت شده است: کسی که برادر مؤمنش را در منزل او بدون حاجت و درخواست زیارت کند، خداوند نام او را از زیارت‌کنندگان خودش می‌نویسد و واجب است بر خدا که زائر خود را گرامی بدارد (محمدری شهری، ۱۳۸۴، ص ۲۴۷).

۶-۱۳. آمیزش با همسر

یکی دیگر از تفریح‌های سالم که ضرورت آن را نمی‌توان مورد شک قرار داد، بهره‌برداری جنسی مشروع و قانونی است که در آیه ۵۸ سوره نور در قالبی زیبا و کنایی بیان شده است: «ای کسانی که ایمان آورده‌اید! باید کسانی از بردگان که مالک شده‌اید و کسانی از کودکان که به بلوغ نرسیده‌اند، در سه مرتبه از شما رخصت بگیرند. پیش از نماز صبح، و هنگام نیم روز که لباس‌های رسمی خود را فرو می‌نهد، و بعد از نماز عشاء، اینها سه وقت مخصوص امور جنسی شما است که بعد از آن زمان‌ها هیچ گناهی بر شما و بر آنان نیست که بدون اجازه و رخصت وارد شوند، چرا که برخی از شما بر گردن برخی دیگر از شما می‌چرخید، این‌گونه خدا آیات را برای شما روشن بیان می‌کند و خدا دانای فرزانه است».

در طول شبانه روز برای بهره‌برداری از لذت‌ها سه وقت مخصوص وجود دارد، به گونه‌ای که ورود اطفال غیربالغ ممنوع شمرده شده است، و افراد بالغ نیز هیچ‌گاه بدون اذن وارد نمی‌شوند. در آیه بعد می‌فرماید: «هنگامی که کودکان شما به بلوغ می‌رسند، پس باید در همه اوقات برای ورود به اتاق خصوصی پدر و مادر رخصت بگیرند، همان‌گونه که کسانی از بزرگسالان که پیش از آنان بودند، رخصت می‌گرفتند» (نور، ۵۸). از رسول گرامی اسلام(ص) نقل شده است: هر کار بیهوده‌ای از انسان مؤمن باطل است، مگر در سه چیز: تربیت و تعلیم اسب یا سوارکاری و تیراندازی و بازی با همسر که این سه چیز حق است (موسسه پژوهش‌های قرآنی المهدی، ۱۳۹۰، ص ۲).

۶-۱۴. خوردن و آشامیدن همراه با مهمان‌نوازی

از دیگر موارد شادابی مورد تأکید اسلام خوردن، آشامیدن، خوراندن و نوشانیدن و میهمانی است. قرآن کریم در داستان حضرت ابراهیم(ع)، به میهمانی او و غذای فراوانی که آماده کرد، گوساله بریان شده (هود، ۶۹) و نیز میهمانی در منزل پیامبر اسلام(ص) اشاره کرده است (احزاب، ۵۳). میهمانی کردن که نقش بسزایی در ایجاد شادی در دل مردم دارد، مورد تأکید دین اسلام

می‌باشد. از امیرالمؤمنین علی(ع) نقل شده: «لذت کریمان در خوردن است و لذت لثیمان در خوردن» (کلینی، ۱۳۶۵، ص ۲۸). همچنین از ایشان نقل شده است: «قوی کردن و توانمندسازی اجسام با غذا خوردن است و توانمندسازی روح با غذا خوردن می‌باشد». افزون بر این، هر خانه‌ای که مهمان داخل آن خانه نشود، ملانکه نیز داخل آن خانه نمی‌شوند (محمدی ری‌شهری، ۱۳۸۴، ص ۳۱۲).

در اسلام به عوامل دیگری نیز اشاره شده است، مانند ورزش، شنا، اسب‌سواری، تیراندازی، کار و تلاش، تلاوت قرآن، ازدواج و همراهی همسر در دین.

۷. موانع شادی در خانواده

خانواده با سبک زندگی اسلامی مناسب‌ترین بستر برای رشد انسان است. افراد نیازهایی دارد که حسن تأمین هر یک براساس معیارهای قرآنی گامی در مسیر رشد، شکوفایی و تعالی انسان می‌باشد و خانواده بهترین جایگاه تأمین این نیازها است، اما گاهی بی‌توجهی به عوامل شادی‌آفرین در خانواده، این محیط آمن و جایگاه تعالی را به محل کدورت‌ها، ناامنی و رکود که نتیجه آن افسردگی و از بین رفتن شادی و نشاط در خانواده می‌شود، تبدیل می‌کند. در ادامه به مهم‌ترین موانع شادی اشاره می‌شود.

۷-۱. گناه و معصیت

از مهم‌ترین موانع شادی، گناه و معصیت الهی است. گناه قلب انسان را تیره می‌کند و چون این ظلمت ناسازگار با فطرت خداجوی اوست، نفس لوامه انسان را به خاطر انجام آن سرزنش کرده و در نتیجه آرامش و نشاط از وی سلب می‌گردد. انسانی که غرق گناه است، شادی‌هایش ظاهری بوده و در غم و افسردگی روحی به سر می‌برد. از سوی دیگر اگر انسان مؤمن مرتکب گناه شود، بلافاصله پشیمان و اندوهگین می‌شود. امام رضا(ع) در این باره فرمود: «هیچ یک از شیعیان ما مرتکب گناه نمی‌شود، مگر اینکه گرفتار غم و اندوه می‌گردد و در نتیجه، گناهاش از بین می‌رود» (حر عاملی، ۱۳۸۲، ج ۱۷، ص ۹۱). خداوند بزرگ در قرآن کریم هم فراموشی یاد خدا را سبب افسردگی و غم در دنیا می‌داند، «وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا» (طه، ۱۲۴)، «هر کس از یاد من دل بگرداند، در حقیقت زندگی تنگ و سختی خواهد داشت». از دیدگاه علامه طباطبایی، مراد از تنگی و سختی معیشت، فقر و نداری نیست، بلکه مراد آن است که کسی که خدا را فراموش کند، حتی اگر ثروت بی‌شمار هم داشته باشد، باز آرامش روحی و روانی نخواهد داشت و همواره

در پی افزایش ثروت و دل‌وپاس از دست دادن آن، بیماری و... خواهد بود و روشن است که با چنین روحیه‌ای، زندگی بسیار تلخ و تنگ خواهد بود. بنابراین، ذکر و یاد خداوند یکی از موانع شادی افراد در خانواده می‌باشد (طباطبایی، ۱۳۷۸، ج ۱۴، ص ۲۲۵).

۲-۷. دل‌بستگی به دنیا

دل‌بستگی به دنیا یکی از مهم‌ترین موانع شادی می‌باشد. انسان‌ها زمانی که احساس کمبود کنند و یا چیز با ارزشی را از دست دهند، غمگین می‌شوند. آنکه تمام همتش زندگی دنیوی است، با کوچک‌ترین مشکلی افسرده و غمناک می‌شوند. از این‌رو، دل‌بستگی به دنیا و فراموشی آخرت، از مهم‌ترین موانع در رسیدن به شادی حقیقی است. در آیات و روایات بسیاری از دل‌بستگی به دنیا و غفلت و غرور و سرمستی ناشی از آن که گاهی باعث شادی‌های ناپسند نیز می‌شود، نهی شده است. از جمله می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

(۱) «وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَعِبٌ وَ لَهْوٌ»، «دنیا بازیچه است» (انعام، ۳۲).

(۲) «وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعُ الْغُرُورِ»، «زندگی دنیا، مایه غرور و غفلت است» (آل عمران، ۱۸۵).

(۳) «فَرِحُوا بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا»، «شاد شدن برای دنیای کوچک و زودگذر» (رعد، ۲۶).

پیامبر اکرم (ص) می‌فرماید: «گرایش افراطی به دنیا، غم و اندوه را زیاد می‌کند و زهد و بی‌رغبتی به آن، موجب راحتی قلب و بدن می‌گردد» (حرعاملی، ۱۳۸۲، ج ۱۷، ص ۹۱). امام صادق (ص) نیز می‌فرماید: هر آنکه دل به دنیا بندد، گرفتار سه ویژگی می‌گردد: اندوهی که از میان نرود، آرزویی که به آن نرسد و امیدی که به دست نیاید (حرعاملی، ۱۳۸۲، ج ۱۷، ص ۳۱۲). امروزه روان‌شناسان نیز تأکید می‌کنند که آرامش واقعی زمانی حاصل می‌شود که انسان توجه و علاقه خود را از امور مادی به امور معنوی سوق دهد.

۳-۷. مردم‌آزاری

مورد دیگر از موانع شادی، مردم‌آزاری می‌باشد. یکی از شرایط شادی و تفریح این است که با اذیت و آزار دیگران همراه نباشد. متأسفانه امروزه بسیاری از شادی‌ها همراه با اذیت و آزار دیگران است، مانند بلند کردن صدای موسیقی، انفجارهای تفریحی و شب‌های شادی و... پیامبر اکرم (ص) فرمودند: «مَنْ آذَى مُؤْمِنًا فَقَدْ آذَانِي وَ مَنْ آذَانِي فَقَدْ آذَى اللَّهَ»، «هر کس مؤمنی را بیازارد، مرا آزرده و هر که مرا بیازارد، خداوند را آزرده است» (مجلسی، ۱۳۶۲، ج ۷۵، ص ۷۲)، «کسی که

مومنی را آزار دهد، مرا آزار داده است».

هشام بن سالم گوید: از امام صادق(ع) شنیدیم که می‌فرمود: «قَالَ اللَّهُ عَزَّوَجَلَّ: لِيَأْذَنَ بِحَرْبٍ مِنِّي مَنْ آذَى عَبْدِي الْمُؤْمِنَ وَ لِيَأْمَنُ غَضَبِي مَنْ أَكْرَمَ عَبْدِي الْمُؤْمِنَ» (حر عاملی، ۱۳۸۲، ج ۱۷، ص ۲۶۴)، «کسی که بنده مؤمن مرا اذیت کند، با من اعلان جنگ کرده و کسی که بنده مؤمن مرا تکریم کند، از خشم و غضب من خود را در امان بداند». شادی‌های ناشی از تمسخر دیگران و شادی در ناراحتی و مصیبت دیگران ناپسند بوده و از آن نهی شده است. صحرانشینی که بر شتر چموش خود سوار شده بود، نزد پیامبر(ع) آمد و سلام کرد. او می‌خواست نزدیک بیاید و از حضرت سؤالش را بپرسد، اما شترش فرار می‌کرد و به عقب بازمی‌گشت و او را از حضرت دور می‌کرد. این عمل سه بار تکرار شد. عده‌ای از اصحاب از این منظره به خنده افتادند. خنده بی‌جای آنها باعث ناراحتی آن بادیه‌نشین شد و او با ضربه‌ای شدید آن شتر را کشت. اصحاب به رسول خدا(ص) گفتند: آن عرب شتر خود را کشت. پیامبر(ع) فرمود: آری، ولی دهان‌های شما پر از خون شتر است (رحمتی، ۱۳۸۶، ج ۴، ص ۵۵۹). یعنی چون شما با خنده بی‌جای خود آن عرب نادان را عصبانی کردید و باعث شدید تا چنین جرمی مرتکب شود، در خون آن شتر شریک هستید. شادی در برابر مصیبت‌زدگان از موانع شادی حقیقی است. همان‌گونه که امام حسن عسکری(ع) فرمود: «از ادب انسانی به دور است که انسان در برابر افراد محزون اظهار شادی کند» (مجلسی، ۱۳۶۲، ج ۷۵، ص ۳۷۴).

برای مثال می‌توان به شادی بنی‌امیه، آل‌زیاد و آل‌مروان بعد از شهادت امام حسین(ع) و یاران باوفایش و یا شادی تکفیرهای داعش بعد از جنایاتشان علیه مسلمانان و دیگر انسانها مانند سر بریدن و کشتن آنها اشاره کرد. قرآن کریم می‌فرماید: «ذالکمْ بِمَا كُنْتُمْ تَفْرَحُونَ فِي الْأَرْضِ ضِعْفِ الْحَقِّ وَ بِمَا كُنْتُمْ تَمْرَحُونَ» (غافر، ۷۵). «این برای آن است که به ناحق در زمین شادی می‌کردید و از روی غرور و مستی به خوشحالی می‌پرداختید».

۴-۷. حسد

حسادت، آتشی شیطانی است که وقتی بر جان آدمی می‌افتد، چاره‌ای در برابرش نیست، می‌سوزاند و انسان را به غم و آزدگی و اندوه گرفتار می‌کند و هم روح را گرفتار و سوسه‌های شیطانی می‌کند. حسد از جمله رذایل اخلاقی است که ریشه و اساس بسیاری از گناهان و آلودگی‌های اخلاقی دیگر محسوب می‌شود. از این رو آیات و روایات متعددی در نکوهش، انگیزه‌ها و آثار زیانبار فردی و اجتماعی آن در منابع اسلامی وارد شده است. در قرآن کریم آمده:

«وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ» (فلق، ۵)، «و از شرّ هر حسود آنگاه که حسد ورزد». در سخنی از امام علی (ع) آمده است: «وَلَا تُحَاسِدُوا؛ فَإِنَّ الْحَسَدَ يَأْكُلُ الْإِيمَانَ كَمَا تَأْكُلُ النَّارُ الْحَطَبَ»، «هرگز حسادت نورزید، زیرا حسد، ایمان را می خورد، چنان که آتش، هیزم را نابود می کند» (نهج البلاغه، ۱۳۷۹، خطبه ۸۶). حسادت با نشانه‌هایی مانند ناراحتی از رسیدن نعمت به دیگری، غیبت و عیب‌جویی، دشمنی، عداوت و کارشکنی، بی‌مهری یا قطع رابطه از شخص و پنهان کردن صفات برجسته او به طوری که حتی نمی‌خواهد سخنی از او بشنود، همراه است. همه این موارد شادی و نشاط را در فرد از بین می‌برد و فرد حسود همیشه از درون می‌سوزد.

۷-۵. بخل

نعمت‌ها و مواهبی که پروردگار در اختیار انسان‌ها گذاشته، در بسیاری از موارد بیش از نیاز آنها است، به گونه‌ای که می‌توانند دیگران را نیز در آن سهیم کنند، بدون آنکه زبانی به زندگی خودشان برسد، ولی گروهی به خاطر صفت رذیله «بخل» از این کار امتناع می‌ورزند. خدای تعالی می‌فرماید: «وَلَا يَحْسَبَنَّ الَّذِينَ يَبْخُلُونَ بِمَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ هُوَ خَيْرًا لَّهُمْ بَلْ هُوَ شَرٌّ لَّهُمْ سَيُطَوَّقُونَ مَا بَخُلُوا بِهِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ» (آل عمران، ۱۸۰)، «آنانی که بخل می‌ورزند، بدان چه خداوند از فضل خود به ایشان مرحمت کرده است، نباید گمان کنند که این عمل بهتر است برایشان، بلکه برایشان بدتر است، روز رستاخیز، هر آنچه را که بخل کرده‌اند، به صورت طوقی به گردن آنها ببندازند».

قرآن کریم این صفت را محکوم کرده و این عمل را نوعی بدبینی نسبت به خداوند جهان به شمار می‌آورد، و انسان‌های بخیل را به عذاب وعده داده است. بنابر روایات، آدم بخیل کم‌تر از همه آسایش دارد، خزانه‌دار وارثان خود است، همنشین خود را خوار می‌سازد، هیچ دوستی ندارد، فقر را به سوی خود می‌کشانند و ثروت را از خود دور می‌کند، در دنیا همچون تهی‌دستان زندگی می‌کند و در آخرت همچون توان‌گران از او حسابرسی می‌شود. در جامعه هم افرادی مشاهده می‌شوند که اینقدر مال دارند که آنچه امید به عمر خود دارند، کفایت ایشان را می‌کند و حتی اموال بسیار زیادی بعد از مرگ برای آنها می‌ماند و بعضی از آنها حتی فرزندی ندارند، ولی بر خود سخت‌گیری می‌کنند. زندگی را به مشقت می‌گذرانند و از دادن خمس و زکوة خودداری نمایند و حتی به خرج کردن دیناری در علاج بیماری خود راضی نشوند. چنین کسی عاشق درهم و دینار بوده و لذت او به داشتن مال است و با وجود اینکه می‌داند که به زودی می‌میرد و مال او در آینده غارت می‌گردد، اما دیناری به مصرف دنیا یا آخرت خود نمی‌رساند و این مرضی است روحی که

مانع شادی و نشاط در فرد می‌شود.

۶-۷. تنبلی

تنبلی و کسالت آفتی است که گاهی اوقات دامن‌گیر اکثر افراد جامعه می‌شود. تنبلی سرآغاز تمامی محرومیت‌ها است. شخص تنبل از آنجا که حال و حوصله انجام کاری ندارد، خموده و ناتوان کناری می‌نشیند و منتظر گذران شب و روز است. روزش را بی‌حاصل شب می‌کند و شبش را بی‌ثمر روز می‌کند. نتیجه این ناتوانی و بی‌حوصلگی آن است که بسیاری از موقعیت‌ها و شرایط خوب زندگی را از دست می‌دهد. او نه تنها در کسب و کار توفیق نمی‌یابد، بلکه موقعیت‌ها و شرایط مطلوب اجتماعی را نیز از دست می‌دهد و در دام انواع محرومیت‌ها خواهد افتاد و همیشه ناراحت و غمگین است.

از آنجا که تنبلی و رخوت امری ناپسند است و آثار مخرب بسیاری دارد، بزرگان دین، علاوه بر آنکه برای دوری از این معضل تلاش می‌نمودند ریال دست نیاز به سوی بارگاه الهی بالا می‌بردند تا آنان را یاری نموده و از تنبلی‌رهایی بخشند و توانی به ایشان ارزانی دارد تا همواره سرزنده و کوشا باشند.

پیامبر گرامی اسلام (ص) می‌فرمایند: «پروردگارا، نعمت سرزندگی و کوشایی را به ما ارزانی دار و از سستی و تنبلی و ناتوانی و بهانه‌آوری و زیان و دل‌مردگی و ملال محفوظمان بدار» (مجلسی، ۱۳۶۲، ج ۷۵، ص ۱۲۵). لذا، یکی از موانع شادی تنبلی است که باعث پشیمانی در دنیا و آخرت می‌شود و افراد خانواده باید مراقب تنبلی باشند که پدیده شوم زندگی و مایه عقب‌ماندگی در امور دنیایی و اخروی می‌شود و با خود حسرت را به همراه دارد.

۷-۷. بدگمانی

بدگمانی از جمله این صفات ناپسند است که از ضعف ایمان سرچشمه می‌گیرد و باعث ناآرامی فرد می‌شود. انسان بدگمان به هیچ کس اعتماد ندارد و زندگی را به کام خود و دیگران تلخ می‌سازد. این اخلاق آرامش و نشاط او را نیز برهم می‌زند. حضرت علی (ع) در این باره فرمود: «شایسته نیست به سخنی که از دهان کسی خارج شد، گمان بد ببری، چرا که برای آن برداشت نیکویی می‌توان داشت» (دشتی، ۱۳۸۲، ص ۵۱۱). بدترین نوع بدگمانی، بدگمانی نسبت به خداوند است که باید از آن پرهیز کرد. در روایات آمده است: «حسن الظنَّ يُخَفِّفُ الْهَمَّ وَ يُنَجِّي مِنَ تَقَلُّدِ الْإِثْمِ»، «گمان خوش به خداوند، اندوه را سبک می‌گرداند و انسان را از پیروی گناه می‌رهاند».

۷-۸. از دست دادن فرصت‌ها

از دست دادن فرصت‌ها هم یکی از موانع شادی است. حضرت علی (ع) فرمود: «إِضَاعَةُ الْفُرْصَةِ غُصَّةٌ»، «از دست دادن فرصت، باعث اندوه می‌شود» (دشتی، ۱۳۸۲، ص ۵۱۱). از جمله این فرصت‌ها، فرصت جوانی و سلامتی است که از دست دادن آن باعث حسرت و اندوه می‌شود. امام علی (ع) فرمود: «دو نعمت است که تا از دست نرفته‌اند، ارزش آنها دانسته نمی‌شود، جوانی و تندرستی» (آمدی، ۱۳۸۰، ص ۲۲۲). با برنامه‌ریزی و نظم می‌توان از این غم جلوگیری کرد.

۷-۹. فقر

از دیگر موانع شادی فقر می‌باشد. اگرچه ثروت همیشه باعث شادی نیست، اما فقر - نداشتن امکانات اولیه زندگی و شرایط دشوار معیشت - باعث اندوه می‌شود. حضرت علی (ع) می‌فرماید: «من از تهی دستی بر تو هراسانم، از فقر به خدا پناه ببر که همانا فقر دین انسان را ناقص و عقل او را سرگردان می‌کند و عامل دشمنی است» (نهج البلاغه، ۱۳۷۹، حکمت ۳۱۹).

در اسلام برای مبارزه با فقر راهکارهای مختلفی ارائه شده است. قناعت و میانه‌روی در زندگی و یاری ثروتمندان به نیازمندان و رفع مشکل آنها از جمله این راهکارها است. بنابراین، با شناخت موانع شادی می‌توان شادی و نشاط را در جامعه و در میان افراد نهادینه و فرهنگ‌سازی کرد.

۸. نتیجه‌گیری

اسلام کامل‌ترین دین و برنامه زندگی است و در تمامی ابعاد زندگی برای انسان خصوصاً شادی، برنامه دارد و در تکالیف و توصیه‌ها مرتبط با شادی مصلحت انسان را در نظر می‌گیرد، لذا، برای شادی و نشاط او هم برنامه‌های خاصی را پیشنهاد می‌کند که مطابق با فطرت الهی اوست. از آنجا که هدف اسلام کمال واقعی انسان و رسیدن به درجات عالی است، لذا، شادی و نشاطی که در این مکتب مورد تاکید می‌باشد، باید به‌گونه‌ای باشد که با هدف خلقت و با کمال نهایی او منافات نداشته باشد. همچنین براساس یافته‌های این پژوهش، شادی اثرات قابل توجهی در زندگی فردی و اجتماعی افراد بشر دارد. می‌تواند سلامت جسمی را بهبود بخشد. افراد شاد احساس امنیت بیشتری دارند، آسان‌تر تصمیم می‌گیرند و روحیه مشارکتی بالاتری دارند. شادمانی همواره با خرسندی، خوش‌بینی، امید و اعتماد همراه است. همچنان که بدن انسان نیاز به مواد غذایی سالم دارد، روح و روان آدمی نیز به نشاط و شادی نیاز دارد. تشویش، نگرانی و اضطراب در زندگی مانند تب، لرز، سردرد و هزاران درد جسمی دیگر است که افزون بر تحلیل و از بین بردن توان جسمی،

کاهش عملکرد اجتماعی فرد را نیز در پی دارد. شادی و طراوت سبب سلامتی روح و جسم انسان می‌شود و آنچه که سلامتی انسان را در پی داشته باشد و موجب پویایی عقل شود، از جانب دین قبول و مورد حمایت است. اسلام با توجه به نیازهای اساسی انسان، شادی را تحسین کرده است. قرآن که یکی از بهترین و مستحکم‌ترین منابع اسلام به شمار می‌رود، زندگی با نشاط و شادی را نعمت و رحمت خدا تلقی فرموده است. پیام دین به انسان‌ها این است که راه نجات از غم و اندوه، ایمان به خدا و ذکر اوست که به انسان آرامش، شادی و نشاط می‌بخشد. قرآن، به شادی و نشاط، که نیاز فطری بشر است، تأیید کرده و جهت می‌دهد و راهنمایی‌های لازم را برای بهره‌گیری از شادی و نشاط ارائه می‌کند.

منابع

۱. نهج البلاغه، ابوالحسن محمد بن الحسین سید رضی. ترجمه محمد دشتی. قم: نشر آل علی، ۱۳۷۹.
۲. ابن منظور، محمد بن مکرم (۱۳۷۵). لسان العرب. بیروت: دارالبیروت، ج ۷.
۳. آمدی، عبدالواحد (۱۳۸۰). غم و شادی در سیره معصومین (ع). قم: نشر فتیان.
۴. عصر (عج).
۵. آیزنک، مایکل (۱۳۷۸). همیشه شاد باشی. ترجمه زهرا چلونگر. تهران: انتشارات نسل نواندیش.
۶. پاندر، کاترین (۱۳۹۶). قانون شفا. ترجمه گیتی خوشدل. تهران: نشر پیکان.
۷. حر عاملی، ابن شعبه حسن بن علی (۱۳۸۲). تحف العقول. ترجمه صادق حسن‌زاده. قم: انتشارات آل علی، ج ۱۷.
۸. خامنه‌ای، سیدعلی (۱۳۹۱/۷/۲۳). سبک زندگی: سخنرانی در جمع جوانان استان خراسان شمالی. قابل دسترس در: www.farsi.khamenei.ir
۹. دانشی، شکرالله (۱۳۸۵). شادی و نشاط در منابع و متون اسلامی. تهران: موسسه فرهنگی و هنری خردپژوهان.
۱۰. دشتی، محمد (۱۳۸۲). امام علی (ع) و تقریحات اسلام. تهران: موسسه تحقیقاتی امیرالمومنین (ع).
۱۱. دهخدا، علی اکبر (۱۳۷۷). لغت‌نامه دهخدا. تهران: روزنه، موسسه چاپ و انتشارات دانشگاه تهران، ج ۱۳.
۱۲. رحمتی شهرضا، محمد (۱۳۸۶). گنجینه معارف. تهران: صبح پیروزی، ج ۴.
۱۳. ریو، مارشال (۱۳۸۱). انگیزش و هیجان. ترجمه یحیی سیدمحمدی. تهران: نشر ویرایش.
۱۴. زینی ملک‌آباد، هادی و همکاران (۱۳۹۰). جایگاه شادی و نشاط در قرآن و روایات. فرهنگ در دانشگاه اسلامی، ۱(۱).
۱۵. سادات جوهری، شکبیا (۱۳۸۶). ضرورت شادی و مروری بر برخی عوامل شادمانی در زندگی انسان. طوبی، ۲(۱۶).
۱۶. شریعت‌پناه، علی (۱۳۹۲). قواعد و الگوها در سبک زندگی اسلامی. پیامدهای انقلاب، شماره ۷۳.
۱۷. شیخ صدوق (۱۳۸۵). من لا یحضره الفقیه. ترجمه محمدجواد غفاری. تهران: دارالکتب الاسلامیه.
۱۸. طباطبایی، سید محمدحسین (۱۳۷۸). تفسیر المیزان. تهران: بنیاد علمی فکری علامه طباطبایی، مرکز نشر فرهنگی رجاء، ج ۱۴.
۱۹. طبرسی، حسین بن محمدتقی (۱۴۰۸ق). مستدرک الوسائل. بیروت: موسسه آل‌البیت لاحیاء التراث، ج ۴.
۲۰. طیبی، ناهید (۱۳۹۸). پژوهشی نو درباره «فَرَح» و «مَرَح» و رویکردهای قرآنی. قابل دسترس در: <http://ensani.ir/fa/article/76484>
۲۱. علامه فرج‌الله، شیخ محمد (۱۳۶۲ق). الغدیر فی الاسلام. نجف: الهادی.
۲۲. عمید، حسن (۱۳۶۹). فرهنگ عمید. تهران: موسسه انتشارات امیرکبیر.
۲۳. کارنگی، دیل (۱۳۶۰). آیین زندگی. ترجمه جواد پاکدل و مسعود میرزایی. تهران: قاصدک صبا.
۲۴. کاویانی، محمد (۱۳۹۶). روان‌شناسی عزاداری. سایت درگاه پاسخ‌گویی به مسائل دینی. قابل دسترس در: www.porsojoo.com

۲۴. کلینی، محمد بن یعقوب (۱۳۶۵). *اصول کافی*. تهران: دارالکتاب الاسلامیه.
۲۵. گایزل، جان (۱۳۸۶). *شادکامی*. ترجمه محمد حجازی. تهران: نشر عطار.
۲۶. مجلسی، محمدباقر (۱۳۶۲). *بحار الانوار*. تهران: دارالکتاب الاسلامیه، ج ۷۵.
۲۷. محمدی، ری شهری (۱۳۸۴). *میزان الحکمه*. قم: انتشارات دارالحدیث.
۲۸. مطهری، مرتضی (۱۳۹۶). *مقالات فلسفی*. تهران: نشر صدرا، ج ۲.
۲۹. مطهری، مرتضی (۱۳۶۲). *انسان و ایمان*. قم: دفتر انتشارات اسلامی.
۳۰. معین، محمد (۱۳۷۶). *فرهنگ فارسی معین*. تهران: امیرکبیر.
۳۱. موسسه پژوهش‌های قرآنی المهدی (۱۳۹۰). *نظر قرآن و روایات در مورد تفریح‌های سالم، شادی و نشاط چیست؟*. قابل دسترس در: www.quransc.com
32. Horowitz, A.V. (2002). Outcomes in the sociology of mental health and illness: Where have we been and where are we going?. *Journal of Health and Social Behavior*, 43, P.143-151.

استناد به این مقاله

سهرابی، حمیدرضا؛ عسکری طیبی، فرزانه (۱۳۹۹). بررسی راهکارهای ایجاد شادی در خانواده براساس سبک زندگی اسلامی. *دین و خانواده*، دوره اول، شماره ۱، ص ۳۹-۶۸.

The role of resurrection in the formation of the family according to the Holy Quran¹

Abdul Reza Soleimani Babadi

Level 4, Qom Seminary, Qom, Iran. As0leimani1780@gmail.com

Hassan Islampour Karimi

Assistant Professor, Shahid Mahallati University, Qom, Iran (Corresponding Author).

Eslampur88@gmail.com

Abstract

The purpose of this study is to explain the verses related to the role of believing in the resurrection in the formation of the family system. The present study has tried to explain the role of believing in the resurrection in the process of family formation by referring to the verses of the Holy Quran in a descriptive-analytical method. The research findings indicate that the belief in the resurrection, due to the systematic and comprehensive view that it creates for the believer in all walks of life, calls him to all-round responsibility and observance of divine criteria in choosing spouse and avoiding false customs. Believing in the resurrection has a great impact on the formation of the family and the observance of appropriate criteria in the process of choosing a spouse and educates family members to be believing in the resurrection and religious. Hence, it can be said that the most important problems in the beginning of the family institution and the harms associated with this stage are disbelief in the resurrection.

Keywords: Quran, Resurrection, Family, Marriage.

نقش معادباوری در تشکیل نهاد خانواده از منظر قرآن کریم^۱

عبدالرضا سلیمانی بآبادی

سطح ۴، حوزه علمیه قم، قم، ایران. As0leimani1780@gmail.com

حسن اسلام‌پور کریمی

استادیار، دانشگاه شهید محلاتی، قم، ایران (نویسنده مسئول). Eslampur88@gmail.com

چکیده

هدف این پژوهش تبیین آیات مرتبط با نقش معادباوری در تشکیل نظام خانواده است. تحقیق حاضر تلاش کرده است با مراجعه به آیات قرآن کریم به روش توصیفی-تحلیلی نقش معادباوری را در فرایند تشکیل خانواده تبیین کند. یافته‌های تحقیق حاکی از آن است که باور به معاد، در اثر نگاه سیستمی و جامع که برای مؤمن در تمام لایه‌های زندگی ایجاد می‌کند، او را به مسئولیت‌پذیری همه‌جانبه و رعایت ملاک‌های الهی در انتخاب همسر و پرهیز از رسوم غلط فرامی‌خواند. معادباوری در تشکیل خانواده و رعایت معیارهای مناسب در فرایند انتخاب همسر تأثیر بسزایی دارد و اعضای خانواده را معادگرا و فرزندان دین‌مدار تربیت می‌کند. از این‌رو، می‌توان گفت مهم‌ترین معضلات در شروع نهاد خانواده و آسیب‌های مرتبط با این مرحله، عدم اعتقاد به معاد است.

کلیدواژه‌ها: قرآن، معادباوری، خانواده، ازدواج.

۱. مقدمه

انسان برای خانواده و برنامه عالی طبیعی باید بر مبنای مقررات شرعی و قوانین الهی که در قرآن مجید و سخنان ملکوتی انبیاء و امامان (ع) آمده است، عمل کند. مایه‌های اولیه این حقیقت به صورت غریزه، میل، دوستی، عشق و مهربانی در مرد و زن به اراده حکیمانه حضرت حق قرار داده شده است. منظور از خانواده در سراسر این نوشته، خانواده الهی و متدین است. دین برای تربیت یک خانواده اصیل و پایدار و فرزندان صالح، اساس خانواده را بر امور دینی سامان می‌بخشد. در حقیقت تمدن هر جامعه مرهون تربیت فرزندان صالح است. ازدواج و گزینش همسر، انتخاب مطلوب‌ترین همراه و ترسیم روشن‌ترین طریق سعادت و پاسخی مناسب به عالی‌ترین نیاز فطری انسان، یعنی وصول به کمال و سعادت می‌باشد. از سوی دیگر، یکی از مهم‌ترین امور و اعتقادات دینی، معادباوری بوده که بخش قابل توجهی از حجم قرآن کریم را به خود اختصاص داده است. طبعاً این باور فراگیر باید با آموزه مهم تشکیل خانواده که در قرآن مورد تأکید است، ارتباط معناداری داشته باشد.

از این‌رو، تحقیق حاضر درصدد پاسخ به این سؤال محوری است که نقش اعتقاد به معاد، در تشکیل خانواده از نظر قرآن کریم چیست؟

معادباوری ایجاب می‌کند که با انتخاب صحیح انسان برای تشکیل خانواده، خود و اعضای خانواده را در مسیر سعادت قرار دهد. آدمی، با پرهیز از انتخاب غلط خود و با رعایت معیارهای دینی در تشکیل خانواده، می‌تواند خود را از آتش جهنم دور کند. بنابراین، ضرورت دارد از معادباوری در تشکیل خانواده بحث شود تا با انتخاب صحیح و رعایت معیارهای مناسب، زندگی سرتاسر شادی و سعادت برای خود و اعضای خانواده رقم بزنیم.

پژوهش‌های انجام شده در این زمینه نشان می‌دهد که برخی همچون کامرانی، ۱۳۹۹؛ صفورایی ۱۳۹۰ و عسکری نقوی، ۱۳۹۸، به نقش معاد در خانواده به صورت کلی پرداخته و بر مسئله مورد نظر این تحقیق، تمرکز خاصی نداشته‌اند. اما پژوهش پیش‌رو تلاش کرده است با روش توصیفی-تحلیلی، با محوریت آیات قرآن، نقش‌های متعدد معادباوری را در فرآیند تشکیل خانواده به صورت مرحله به مرحله تبیین کند.

۲. مفاهیم پژوهش

الف) معادباوری: اعتقاد به معاد، اصول سه‌گانه دین مقدس اسلام و از ضروری‌ترین مسائل این دین پاک است. صدها آیه در قرآن کریم و هزاران روایت از پیامبر اکرم (ص) و ائمه معصومین (ع)

بر وجود معاد و برانگیختن همه انسان‌ها در یک روز معین پس از مرگ اشاره و تأکید می‌کنند. روزی که خداوند به نیکوکاران، نعمت و لذتی ابدی می‌بخشد و بدکاران را به سزای کردار و رفتارشان، گرفتار عذابی ابدی می‌کند.

معادباوری نیز به این معناست که انسان در اعماق وجود خود به حیات ابدی ایمان آورد و اعتقاد به معاد را محور زندگی خود قرار دهد. بیشتر انسان‌ها براساس فطرت خود و با نوع ادیباتی که با مردگان سخن می‌گویند و تعامل دارند، به وجود این اصل اقرار می‌کنند؛ با این تفاوت که برخی به طور قلبی و برخی در عمل، به آن یقین پیدا نکرده‌اند. به عبارت دیگر، گرچه همه می‌دانند روزی مرگ به سراغ آنان می‌آید، ولی در عمل به‌گونه‌ای رفتار می‌کنند که گویی به مردن و برانگیخته شدن شک دارند و مرگ را باور نمی‌کنند. اسلام این نوع ایمان را نفی کرده و ایمان، اطمینان و باور قلبی، ظهور عینی و عملی آن را در زندگی، مفهوم معادباوری معرفی می‌کند (مانده، ۶۹).

ب) خانواده: خانواده به معنای خاندان، دودمان، اهل خانه، زن و فرزند، واحدی اجتماعی بوده که شامل پدر، مادر و فرزندان آنها است (عمید، ۱۳۷۴، ج ۱، ص ۹۷۸). معادل واژه «الاسرة»، در زبان فارسی، خانواده می‌باشد. الاسرة: عشيرة الرجل و اهل بيته (ابن منظور، ۱۴۱۶ق، ج ۴، ص ۲۰).

اگر یک تعریف نسبتاً جامع برای خانواده از نگاه اسلام بخواهیم ارائه دهیم، می‌تواند چنین باشد: خانواده بنائی است که با پیمان زندگی مشترک یک زن و مرد مسلمان بنا نهاده می‌شود و براساس آن غالباً زن و مرد با فرزندان و گاهی فرزند همسر، پدر و مادر بزرگ در مسکنی واحد و در فضایی همراه با آرامش و محبت، تحت مدیریت و تأمین معیشت مرد زندگی می‌کنند. زوجین نسبت به نیازهای هم به‌ویژه نیاز جنسی مسئول و برای سایرین نقش محافظتی و پرورشی دارند (سراقی و صفورایی پاریزی، ۱۳۹۸). نکاح، عقدی است که براساس آن، رابطه زوجیت بین زن و مرد برقرار و پس از آن، برای طرفین وظایف و حقوقی جدید ایجاد می‌شود. ارتباط خویشاوندی در سایه نکاح پدید می‌آید و اعضای آن دارای روابط قانونی، اخلاقی و عاطفی هستند (قائمی، ۱۳۷۴، ص ۲۰).

۳. نقش‌های معادباوری

۳-۱. نقش معادباوری در پذیرش مسئولیت در تشکیل خانواده

در تشکیل و اصل پذیرش مسئولیت تشکیل خانواده، بهانه‌جویی‌ها یا مشکلات و فشارهایی از

سوی اولیای زن و مرد و با مردم و خویشاوندان وارد می‌شود.

۳-۱-۱. نقش معادباوری در اجتناب از رسوم مانع ازدواج

از رسوم ظالمانه جاهلیت در امر طلاق این بود که مرد، همسرش را طلاق می‌داد، ولی اجازه ازدواج مجدد به او نمی‌داد و زن و یا بستگان او را تهدید می‌کرد و یا آنها را تطمیع می‌کرد تا مانع ازدواج زن با مرد دیگری شود (علی، بی‌تا، ج ۵، ص ۵۵۲)، زیرا ازدواج مجدد زن با دیگری، با غیرت و تعصب عربی شوهر قبلی منافات داشت (نوری، ۱۳۷۶، ص ۶۱۶). در رسوم جاهلیت بستگان نزدیک، به خود حق می‌دادند که در امر ازدواج زنان مطلقه خویشاوندان خود دخالت کنند (مکارم شیرازی و همکاران، ۱۳۷۱، ج ۲، ص ۱۲۸). قرآن کریم برای از بین بردن و اصلاح این اندیشه خرافی، می‌فرماید: «وَ إِذَا طَلَّقْتُمُ النِّسَاءَ فَبَلَغْنَ أَجَلَهُنَّ فَلَا تَعْضُلُوهُنَّ أَنْ يَنْكِحْنَ أَزْوَاجَهُنَّ إِذَا تَرَاضُوا بَيْنَهُمْ بِالْمَعْرُوفِ ذَلِكَ يُوعَظُ بِهِ مَنْ كَانَ مِنْكُمْ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ ذَلِكَمْ أَرْكَى لَكُمْ وَ أَطَهَرَ وَ اللَّهُ يَعْلَمُ وَ أَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ»، «و هنگامی که زنان را طلاق دادید و عده خود را به پایان رساندند، مانع آنها نشوید که با همسران (سابق) خویش، ازدواج کنند! اگر در میان آنان، به طرز پسندیده‌ای تراضی برقرار گردد. این دستوری است که تنها افرادی از شما که ایمان به خدا و روز قیامت دارند، از آن، پند می‌گیرند (و به آن، عمل می‌کنند). این (دستور)، برای رشد (خانواده‌های) شما مؤثرتر و برای شستن آلودگی‌ها مفیدتر است و خدا می‌داند و شما نمی‌دانید» (بقره، ۲۳۲).

«عضل» در لغت برای ممانعت شدید به کار رفته و جایز شده است (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲ق، ص ۵۷۱). نوعی جلوگیری همراه با تنگنا و تحت فشار قرار دادن، است، مانند منع کردن زن از ازدواج دلخواهش (مصطفوی، ۱۳۶۸، ج ۸، ص ۱۶۵). به حوادث سخت نیز «معضلات»، به دردی که درمان آن دشوار است «داء عضال» و به گوشت سفت و سخت «عضله» گفته می‌شود (ابن فارس، ۱۴۰۴ق، ج ۴، ص ۳۴۵-۳۴۶).

در تبیین این آیه آمده است: زن در ازدواج مجدد بعد از طلاق آزاد است و می‌تواند با همسر سابق و یا همسر جدیدی ازدواج کند و ازدواج زن بیوه سفارش خداوند به مؤمنان است. خداوند متعال فرموده است: مانع نشوید و زن‌ها را تحت فشار قرار ندهید و آنها را در انتخاب آزاد بگذارید تا خود برای آینده خود تصمیم بگیرند، اما در ذیل آیه می‌فرماید، شما مردان و یا اولیاء جلوگیری نکنید تا اینکه زنان طلاق داده شده‌ای که شما سرپرست و ولی آنان هستید، دوباره با شوهران سابقشان ازدواج کنند که این کار و رجوع مجدد «ذَلِكُمْ أَرْكَى لَكُمْ وَ أَطَهَرَ»، مشارالیه به اشاره «ذَلِكُمْ»، مانع نداشتن از رجوع زنان به شوهران و یا خود رجوعشان است. برگشت هر دو به یک

معنا می‌باشد، چه بگوئیم مانع نشدن شما از رجوع زنان به شوهران برای شما ازکی و اطهر است و چه بگوئیم رجوع زنان به شوهران برای شما ازکی و اطهر است. اما علت ازکی و اطهر بودن چنین رجوعی، رجوع از دشمنی و جدایی به التیام و اتصال است. این رجوع، غریزه توحید در نفوس را تقویت می‌کند و براساس آن، رشد همه فضائل دینی، تربیت ملکه عفت و حیا در میان زنان را سبب می‌شود. چنین تربیتی در پوشاندن معایب زن و پاک‌سازی دل‌هایشان مؤثرتر است. این رجوع، از فایده‌ای دیگر نیز برخوردار می‌باشد، اینکه دل‌هایشان از اینکه متمایل به اغیار شود، محفوظ می‌ماند. اگر خلاف این سبک رجوع، اتفاق بیفتد و اولیاء و بستگان، زن مطلقه را از ازدواج با همسر قبلی منع کنند، به احتمال قوی خطری جبران‌ناپذیر پیش خواهد آمد (طباطبایی، ۱۳۹۰، ج ۲، ص ۲۳۹).

بعضی از مفسران جمله «ازکی لکم» را اشاره به ثواب‌هایی می‌دانند که با عمل به این دستورها حاصل می‌شود. جمله «اطهر» به پاک شدن از گناهان بدیهی اشاره دارد. حوادثی پیش می‌آید که دو همسر با تمام علاقه‌ای که به یکدیگر دارند، تحت تاثیر آن مشکل، از هم جدا می‌شوند. بعد که آثار مرگبار جدایی را با چشم خود می‌بینند، پشیمان شده، تصمیم به بازگشت می‌گیرند. سخت‌گیری و تعصب در برابر بازگشت آنها، ضربه سنگینی به هر دو می‌زند (مکارم شیرازی، ۱۳۷۱، ج ۲، ص ۱۸۴).

اگر کسی ایمان دقیق و کامل به خدای متعال و روز آخرت داشته باشد، به دستورات شریعت پایبند است و هرگز با فرامین الهی مخالفت نمی‌کند. فرد مؤمن، تعصب‌ها، رسوم، پندارها، سنت‌های غلط و کینه‌توزی‌های موجود در زندگی امروزه را دور می‌ریزد و پندهای خداوند را در زندگی خانوادگی خود اجرا می‌کند و می‌تواند تمایل‌های خود را کنترل کند. هرچند ایمان به پرورگار و روز قیامت در انسان قوی‌تر گردد، پابندی او به دستورات قرآن و سنت نیز بیشتر، زندگی او توأم با آرامش می‌شود. بنابراین، انسان معادباور و معتقد، می‌داند جهان دیگر برای حساب و کتاب است و مانع ازدواج زنان نمی‌شود. با وجود این مراقبت‌ها، با تعصبات و رسوم غلط و مخالف با دستورات الهی، موجبات ترک فرامین و عذاب خداوند را برای خود فراهم نمی‌کند.

۳-۱-۲. نقش معادباوری در رفع موانع مالی ازدواج

امروزه مسئله تشکیل خانواده آن‌قدر در میان آداب و رسوم غلط از جمله تجمل‌گرایی، تشریفات، مهریه‌های سنگین و جهیزیه گران‌قیمت و خرافات پیچیده شده است که جوانان بسیاری

در انتظار و آرزوی ازدواج مانده‌اند. افراد، ازدواج را به صورت يك مسیری غیر قابل عبور می‌بینند. عدم توجه به این موانع، می‌تواند مشکلات پیچیده‌تری را به وجود بیاورد.

ازدواج سالم یک حکم و قانون فطری بوده و انسان برای استمرار نسل و آرامش جسم و روح و حل مشکلات زندگی به تشکیل خانواده نیازمند است. در هیچ آیین الهی ممکن نیست حکمی برخلاف اقتضانات فطری تشریح گردد. احکام تشریح با تکوین هماهنگ است. اسلام نیز که هماهنگ با آفرینش گام برمی‌دارد، در این زمینه تعبیرات جالب و مؤثری دارد، زیرا غریزه جنسی نیرومندترین و سرکش‌ترین ویژگی انسان است که به تنهایی با دیگر غرائز برابری می‌کند و انحراف آن، نیمی از دین و ایمان انسان را به خطر خواهد انداخت. به همین دلیل در آیه ۳۲ سوره نور و همچنین روایات متعددی، مسلمانان به همکاری در امر ازدواج مجّردان و هرگونه کمک به این امر تشویق شده‌اند (حرعاملی، ۱۴۰۹ق، ج ۱۴، ص ۲۷). به‌ویژه اسلام در مورد فرزندان مسئولیت سنگینی بر دوش پدران افکنده است و پدرانی را که در این مسئله حیاتی بی‌تفاوت هستند، شریک جرم انحراف فرزندانشان شمرده است. خداوند در سوره تحریم آیه ۶ می‌فرماید:

«يا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ»، «ای کسانی که ایمان آورده‌اید، خود و خانواده خویش را از آتشی که هیزم آن انسان‌ها و سنگ‌ها است، نگه دارید؛ آتشی که فرشتگانی بر آن گمارده شده که خشن و سخت‌گیرند و هرگز فرمان خدا را مخالفت نمی‌کنند و آنچه را فرمان داده شده‌اند (به طور کامل)، اجرا می‌نمایند».

در آیه مبارکه فوق خداوند به مؤمنان معادباور خطاب کرده و دستور می‌دهد که در قبال خانواده خود مسئولیت دارند و هر آنچه که اهل و خانواده آنها را به عذاب اخروی دچار می‌کند، باید رفع شود. بدیهی است که یکی از مصادیق وقایه و مصونیت‌بخشی فرزندان از انحرافات جنسی، اقدام به ازدواج است و والدین و اطرافیان و حتی دولت اسلامی که به معاد و آتش دوزخ اعتقاد دارند، باید با رفع موانع ازدواج که عمدتاً موانع مالی می‌باشد، مسئولیت خویش را ایفا کنند.

از آنجا که امر ازدواج و قرار دادن غرائز جنسی در مسیر ارضاء مشروع، در سعادت اخروی انسان نقشی تعیین‌کننده دارد، در آیه دیگری این فرایند اداء مسئولیت در قبال فرزندان و افراد بی‌همسر را به طور مصداقی نشان داده، می‌فرماید: «وَأَنْكِحُوا الْأَيَامَىٰ مِنْكُمْ وَالصَّالِحِينَ مِنْ عِبَادِكُمْ وَإِمَائِكُمْ إِنْ يَكُونُوا فُقَرَاءَ يُغْنِهِمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ»، «مردان و زنان بی‌همسر خود را همسر دهید، همچنین غلامان و کنیزان صالح و درستکاران را؛ اگر فقیر و تنگدست باشند، خداوند از

فضل خود آنان را بی‌نیاز می‌سازد؛ خداوند گشایش دهنده و آگاه است!» (نور، ۳۲).

نکاح در لغت به معنای ضم (پیوستن) است (کبیر مدنی شیرازی، ۱۳۸۴، ج ۵، ص ۷۹). لغت‌شناسان درباره معنای نکاح، اختلاف دارند، برخی معتقدند معنای نکاح همان وطی بوده (ازهری، بی‌تا، ج ۴، ص ۹۴) و نظر دیگر بر تزویج بودن نکاح است (ابن منظور، ۱۴۱۶ق، ج ۳، ص ۶۲۵). برخی نیز معتقدند که نکاح به معنای عقد است (ابن فارس، ۱۴۰۴ق، ج ۵، ص ۴۷۵). برخی نیز معتقدند معنای نکاح هر دو معنا یعنی هم وطی و هم عقد است (جوهری، ۱۳۷۶، ج ۱، ص ۴۱۳).

مخاطب این آیه، تمام مسلمانان هستند (طبرسی، ۱۳۷۲، ج ۷، ص ۲۱۹). پس از آنکه خداوند به مردان و زنان دستور داد که عفت خود را نگه دارند و از نگاه به نامحرم خودداری کنند و زن‌ها را از جلوه‌گری زیورها در برابر نامحرمان نهی کرد، اکنون به آنان فرمان می‌دهد که برای آسان شدن ازدواج برای هر مرد و زنی که به آن نیاز دارد، همکاری کنند، زیرا انتخاب نکردن همسر، منبع زشتی‌ها و پستی‌هایی همچون زنا و لواط است و ازدواج موجب می‌شود که انسان از این کارهای زشت در امان بماند (مغنیه، ۱۴۲۴ق، ج ۵، ص ۴۱۹). پس از آن فرمود: اگر فقیر باشند، خداوند از فضل خویش، آنان را بی‌نیاز می‌سازد. برخی گفته‌اند: «مفاد این آیه، وعده خداوند به بی‌نیاز کردن کسانی است که تشکیل خانواده می‌دهند» (آلوسی، ۱۴۱۵ق، ج ۱۸، ص ۲۱۸). روایاتی نیز این معنا را تأیید می‌کند. در حدیثی، امام صادق (ع) «ترك ازدواج به سبب ترس از فقر و تنگدستی را سوء ظن به پروردگار دانسته است» (کلینی، ۱۴۰۷ق، ج ۵، ص ۳۳۰)، زیرا پس از وعده قرآن به توسعه رزق، نگرانی در این زمینه، جز بدگمانی به خدا نیست. منظور از رزق در آیه، بخششی است که به اندازه کوشش انسان به او می‌رسد، هرچند که عطاءکننده آن معلوم نباشد. سپس توسعه دیگری در معنای آن داده و آن را شامل هر سودی که به انسان برسد کرده است، هرچند که غذا نباشد. به این اعتبار، همه مزایای زندگی اعم از مال، مقام، فامیل، یاوران، زیبایی، علم و... را رزق خواندند (طباطبایی، ۱۳۹۰، ج ۳، ص ۱۲).

در این آیه وظیفه ازدواج دختران و پسران را بر عهده همه افراد جامعه اسلامی و به‌ویژه پدران قرار داده است؛ بنابراین، اعتقاد به معاد و بازخواست از مسئولیت‌ها و وظایف در قیامت (در بحث کمک و مانع نشدن در امر ازدواج) باعث می‌شود پدران، طبق مسئولیت و وظیفه‌ای که دارند، فرزندان خود را کمک کنند و بسترهای مناسب فرهنگی و یک ازدواج خوب و با امکاناتی در حد توان برای ازدواج فرزندان را فراهم کنند تا امنیت و آرامش فرزندان فراهم شود. افراد با تسهیل فرآیند

ازدواج، از گناه، فساد، خودکشی‌ها و بی‌آرامشی در زندگی امروزه جلوگیری کنند و با بهانه‌های مختلف از جمله نداری، مانع ازدواج آنها نشوند و آنان را در تشکیل زندگی یاری کنند. در این راه از ثواب و اجرهای زیادی نیز در قیامت بی‌بهره نمی‌مانند. از این رو از کمک به فرزندانشان دریغ نمی‌کنند. همچنین باید بدانند اگر سهل‌انگار و سخت‌گیر و یا بی‌تفاوت باشند، شریک جرم فرزندان محسوب می‌شوند و در قیامت باید پاسخگو باشند. به همین دلیل باید در امور ازدواج، فرزندان خود را یاری و به بهانه‌های مختلف مانع ازدواج آنها نشوند.

همچنین اگر در آیات ۲۶ و ۲۷ سوره قصص، رفتار حضرت شعیب (ع) را در تزویج دخترش با حضرت موسی (ع) مورد تأمل قرار دهیم، درمی‌یابیم که والدین نباید در امر ازدواج دختر و پسر سخت‌گیری کنند و در خرج عروسی و جهیزیه و مهریه نباید داماد را تحت فشار و تنگنا قرار دهند. بله، سخت‌گیری و ایجاد موانع و تأکید بر عادات و رسم‌های غلط و درخواست شرایط سخت، جمال، ثروت و مقام از طرف پدر و مادر برای پسران و دختران خود، علت ازدیاد استمنا، لواط، زنا و فشارهای عصبی و بیماری‌های روانی دختران و پسران است. این همه فتنه و فساد عواقبش گریبان‌گیر آن پدر، مادران، اقوام و خانواده‌هایی است که در مسئله ازدواج سخت‌گیری می‌کنند. بنابراین، اعتقاد به خدا، معاد و اعتقاد به بازخواست از اعمال، باعث می‌شود که پدر و مادر و یا اقوام، اگر خواستگار خوبی آمد و اگر ثروت و مقام و... نداشته باشد، داماد را در ازدواج یاری نمایند.

۳-۱-۳. نقش معادباوری در انتخاب‌های تشکیل خانواده

یک جوان معادباور که خود را در برابر اوامر الهی پاسخگو می‌بیند، ملاک‌های انتخاب خود را براساس بایدها و نبایدهای الهی هم‌سو می‌کند و به منظور تسهیل راه رسیدن به خدا و سعادت دنیوی و اخروی با انتخاب صحیح همسر، راه بندگی خدا را برای خود هموار می‌سازد. انتخاب درست همسر می‌تواند تا پایان عمر، فرد را با طعم خوشبختی در زندگی دنیوی و لذت سعادت‌مندی در آخرت آشنا کند، زیرا همسر خوب و موفق زندگی را قرین آرامش و آسایش می‌کند و عامل مهمی است که زمینه‌های گناه را حذف کند، ولی اگر فرد در انتخاب همسر خود به اندازه لازم و کافی دقت نکند و در این زمینه دچار خطا شود، به غیر از بدبختی و تیره‌روزی چیز دیگری در انتظار او نخواهد بود. با توجه به اهمیت این امر، لازم است که چه دختر و چه پسر برای تشکیل زندگی مشترک و یکی شدن، رسیدن به آرامش، حفظ نوع بشر، تربیت بشر و تربیت انسان‌های برتر و شایسته از خود باید در انتخاب همسر دقت کنند و به آخرت و عاقبت کار بیندیشند، زیرا

اشتباه در این امر می‌تواند آسیب‌های زیادی را به دنبال داشته باشد و حتی زندگی فرد را برای مدتی تحت تأثیر قرار دهد و باور به معاد ایجاب می‌کند باید جوابگوی این انتخاب‌ها بوده و در انتخاب‌ها، سنجه‌های الهی را مدنظر داشته باشد. انسان باید به دور از احساسات زودگذر و با چشمانی باز به بررسی تمام جوانب امر بپردازد و تصمیمی عاقلانه و درست بگیرد. در ادامه به نقش معادباوری در بعضی از ملاک‌ها و دقت در انتخاب در تشکیل خانواده در قرآن کریم می‌پردازیم.

یکم. نقش معادباوری در انتخاب نکردن زنان مشرک و ازدواج با همسر باایمان

مهم‌ترین شرط و ملاکی که قرآن کریم در آیات متعدد برای همسر مطرح می‌کند، ایمان و اعتقاد او است، زیرا ایمان و اعتقاد به خداوند و باور قلبی به روز قیامت و حسابرسی دقیق آن، از آدمی انسانی متعهد می‌سازد، انسانی که شرایط یک همسر خوب را دارد و حقوق همسر خود را ضایع نمی‌کند، زیرا ایمانش مانع این کار است. مهریه‌های سنگین و نه الزامات دیگر، هیچ‌کدام نمی‌تواند مانند «ایمان» و «اعتقاد» شخص را به زندگی و مسئولیت‌های آن پایبند کند. بنابراین، اگر در فردی «ایمان قوی» یافتیم، می‌توانیم امیدوار باشیم که سایر گزینه‌های دیگر را نیز دارد؛ یا اگر نداشته باشد، می‌تواند آسان‌تر به دست آورد. قرآن کریم می‌فرماید «وَلَا تَنْكِحُوا الْمُشْرِكَاتِ حَتَّىٰ يُؤْمِنَ وَلَأَمَةٌ مُّؤَمَّمَةٌ خَيْرٌ مِنْ مُشْرِكَةٍ وَلَوْ أَعْجَبَتْكُمْ وَلَا تُنْكِحُوا الْمُشْرِكِينَ حَتَّىٰ يُؤْمِنُوا وَلَعَبْدٌ مُّؤْمِنٌ خَيْرٌ مِنْ مُشْرِكٍ وَلَوْ أَعْجَبَكُمْ أُولَئِكَ يَدْعُونَ إِلَى النَّارِ وَاللَّهُ يَدْعُوا إِلَى الْجَنَّةِ وَالْمَغْفِرَةِ بِإِذْنِهِ وَبَيْنَ أَيْتِهِ لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَذَكَّرُونَ»، «با زنان مشرک و بت‌پرست، تا ایمان نیاورده‌اند، ازدواج نکنید! زیرا کنیز باایمان، از زن آزاد بت‌پرست، بهتر است؛ هرچند (زیبایی، یا ثروت، یا موقعیت او) شما را به شگفتی آورد و زنان خود را به ازدواج مردان بت‌پرست، تا ایمان نیاورده‌اند، درنیاورید! (اگرچه ناچار شوید آنها را به همسری غلامان باایمان درآورید)، زیرا یک غلام باایمان، از یک مرد آزاد بت‌پرست، بهتر است؛ هرچند (مال و موقعیت و زیبایی او) شما را به شگفتی آورد. آنها دعوت به سوی آتش می‌کنند و خدا دعوت به بهشت و آمرزش به فرمان خود می‌نماید و آیات خویش را برای مردم روشن می‌سازد، شاید متذکر شوند» (بقره، ۲۲۱).

مشرک: اسم فاعل از ریشه شرک است که در لغت به معنی مخلوط شدن مالکیت (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲ق، ص ۴۵۱) و سهم و نصیب (ابن منظور، ۱۴۱۶ق، ج ۱۰، ص ۴۴۹) می‌باشد. در اصطلاح قرآنی مشرک به شخصی اطلاق می‌گردد که برای شخصی یا چیزی وجودی مستقل و مؤثر، در عرض خداوند قائل باشد و در اعمال خود سهم و نصیبی برای غیر خدا قائل شود

(مصطفوی، ۱۳۶۸، ج ۶، ص ۵۰).

مراد از مشرکین: برخی گفته‌اند تمام کسانی را که به نبوت محمد (ص) ایمان ندارند، در برمی‌گیرد. اهل کتاب، یهود و نصارا از جمله مشرکان است و نیز برخی گفته‌اند: قرآن، لفظ مشرکین را برای اهل کتاب به کار نمی‌برد، هر چند آنان به ربوبیت عیسی (ع) و سه‌گانه‌پرستی عقیده دارند». طرفداران این نظریه به آیه: «مَا يُوَدُّ الَّذِينَ كَفَرُوا مِنْ أَهْلِ الْكِتَابِ وَلَا الْمُشْرِكِينَ» و نیز آیه اول سوره بینه: «لَمْ يَكُنِ الَّذِينَ كَفَرُوا مِنْ أَهْلِ الْكِتَابِ وَالْمُشْرِكِينَ» (بقره، ۱۰۵) استدلال کرده‌اند، بدین ترتیب که [در این دو آیه] «الْمُشْرِكِينَ» بر «أَهْلِ الْكِتَابِ» عطف شده و عطف، تعدد و تغایر را اقتضاء دارد، زیرا شیء بر خودش عطف نمی‌شود (مغنیه، ۱۴۲۴ق، ج ۱، ص ۳۳۲). پس به نظر می‌رسد منظور همان بت‌پرستان است، چون کلمه مشرک در قرآن بر غیر اهل کتاب اطلاق شده است.

علت تحریم زن گرفتن و زن دادن به مشرکان در آیه پیشین این است که آنها با عمل و عقیده، پیوسته مردم را به سوی آتش می‌خوانند و مؤمن به خداوند لیبیک گفته و خداوند او را به بهشت و غفران می‌خواند. پس مؤمن نمی‌تواند و نباید با مشرکان شریک زندگی باشد که فهدراً با دوست داشتن و مودت و غیره همراه خواهد بود (قرشی بنان، ۱۳۷۵، ج ۱، ص ۴۰۷). پس مشرکان چه زن و چه مردشان به سوی آتش دعوت می‌کنند و اگر از طریق ازدواج به خانه‌های مسلمانان راه یابند، جامعه اسلامی گرفتار هرج و مرج و دشمنان داخلی می‌شود، ولی این تا زمانی است که آنها بر مشرک بودن پافشاری می‌کنند. در عین حال، راه به روی آنها باز است و می‌توانند ایمان بیاورند و در صفوف مسلمانان قرار گیرند و به اصطلاح کفو آنها در مسئله ازدواج شوند (مکارم شیرازی، ۱۳۷۱، ج ۲، ص ۱۳۲)، ولی مؤمنان برخلاف آن، با سلوک راه ایمان و اتصافشان به لباس تقوا انسان را به زبان و عمل به سوی جنت و مغفرت می‌خوانند و به اذن خدا هم می‌خوانند، چون خدا اجازه‌شان داده که مردم را به سوی ایمان دعوت کنند و به رستگاری و صلاح که سرانجامش جنت و مغفرت است، راه بنمایانند (طباطبایی، ۱۳۹۰، ج ۲، ص ۳۰۵). معنای دعوت به آتش در آیه، دعوت به کارهایی می‌باشد که مستوجب آتش است. آن اعمال، کفر و گناهان گوناگون هستند. اینها است که قیامتشان را به صورت آتشی تصویر می‌کند که در آن معذب خواهند شد. ممکن است مراد از کلمه «نار» همان کارهای مستوجب آتش باشد که به طور مجاز و از باب اطلاق مسبب و اراده سبب، آتش نامیده شده است (همان، ج ۱۶، ص ۳۸). مراد از فراخواندن به آتش، دعوت به معصیت و کفر و افعالی است که عذاب جهنم و آتش را در پی دارد (قمی مشهدی، ۱۳۶۸، ج ۱۰، ص ۷۳).

در این آیه ازدواج با مشرک نهی شده است و انسان مشرک با گفتار و کردارش انسان باایمان را به آتش فرامی خواند. بنابراین، انسان معتقد به معاد، قیامت، حساب و کتاب باور داشته باشد و بداند که حسابی در کار است و اگر انتخابش از روی غیر تدین باشد و ملاک انتخابش در انتخاب همسر ایمان باشد و اگر همسری مشرک انتخاب کند، این کار او باعث استحقاق عذاب جهنم و آتش می شود. بنابراین، انسان معتقد، به عواقب کارش در روز قیامت می اندیشد و انتخابش را درست انجام می دهد و تدین و دین داری در انتخاب همسر را بر همسر مشرک و اگر با کمالات، ترجیح می دهد، زیرا ایمان و اعتقاد به خداوند و باور قلبی به روز قیامت و حسابرسی دقیق آن، از آدمی انسانی متعهد می سازد.

دوم. نقش معادباوری در ملاک های درست در ازدواج

از نظر اسلام، ازدواج مهم ترین عامل تربیت انسان و خانواده محبوب ترین بنای عالم هستی نزد خداوند است. اسلام توصیه می کند در گزینش های اساسی از جمله در انتخاب همسر به ملاک های ظاهری و چشم نواز مانند زیبایی، ثروت، مقام، جاه و مدارک بالا توجه نکند و برای سنجش افراد خاستگاه های اصیل همچون میزان و کیفیت دین داری و عوامل خانوادگی را در نظر بگیرد. قرآن کریم در این باره می فرماید: «لَا مَئِمَّةٌ مُؤْمِنَةٌ خَيْرٌ مِنْ مُشْرِكَةٍ وَلَا أَعْجَبَتْكُمْ وَلَا تُنَكِّحُوا الْمُشْرِكِينَ حَتَّى يُؤْمِنُوا وَ لَعَبْدٌ مُؤْمِنٌ خَيْرٌ مِنْ مُشْرِكٍ وَلَا أَعْجَبَكُمْ أُولَئِكَ يَدْعُونَ إِلَى النَّارِ وَاللَّهُ يَدْعُوا إِلَى الْجَنَّةِ وَالْمَغْفِرَةِ بِإِذْنِهِ وَ بَيِّنُ آيَاتِهِ لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَذَكَّرُونَ»، (بقره، ۲۲۱). خداوند در این آیه با انسان های معادباور سخن می گوید و این امر از ادبیاتی که در انتهای آیه استعمال شده، کاملاً نمایان است، ملاک انتخاب را بر روی ایمان و توحید تمرکز داده است.

عجب، آن حالتی است که از بزرگ شمردن یا انکار چیزی بر شخصی عارض می شود (قرشی بنان، ۱۳۷۱، ج ۴، ص ۲۹۲) و در اصطلاح مفسران حالتی است که از دیدن چیزی به وجود می آید که آن چیز خارج از جریان طبیعی و خارج از مورد انتظار و عادت باشد (مصطفوی، ۱۳۶۸، ج ۸، ص ۳۵).

اگر مردان مشرک و زنان مشرک را برای ازدواج و تشکیل خانواده انتخاب کنید و اگر زیبایی، مقام، جاه، ثروت و طبقات خانوادگی را داشته باشند، شما را فریب ندهد، این ها ملاک اصلی نیست، زیرا طرف مقابل خود را به طرف آتش و عذاب الهی می کشاند، یعنی شرك و بت پرستی که نتیجه آن عذاب دوزخ است، دعوت می کنند و پیداست که اگر این دعوت را اجابت کردید، عذاب ابدی و همیشگی برای خود فراهم کرده اید و اگر هم اجابت نکنید، بین شما کدورت برقرار شده

است و کانون خانواده که باید کانون مهر و محبت باشد، به دوزخ قهر و عداوت مبدل می‌گردد و بالاخره چه بسا مستلزم معاصی می‌شود که باعث عذاب و دخول در آتش خواهد بود (طیب، ۱۳۶۹، ج ۲، ص ۴۳۹).

دین ما بر یک اصل مهم در همسرگزینی تأکید زیادی دارد، بپرهیزید از اینکه ویژگی‌های ظاهری (زیبایی، ثروت، مقام، موقعیت اجتماعی یا مدرک تحصیلی بالا) شما را تحت تأثیر قرار بدهد، بلکه به ریشه‌ها و زمینه‌های رشد و تربیت فرد دقت کنید. همچنین در برخی روایات به بی‌نتیجه بودن زیبایی و مال در انتخاب همسر اشاره شده است: «عن ابی عبدالله: إِذَا تَزَوَّجَ الرَّجُلُ الْمَرْأَةَ لِجَمَالِهَا أَوْ مَالِهَا وَكُلَّ إِلَى ذَلِكَ وَ إِذَا تَزَوَّجَهَا لِدِينِهَا رَزَقَهُ اللَّهُ الْجَمَالَ وَ الْمَالَ»، «امام صادق (ع) فرمود: اگر مردی با زنی به خاطر زیبایی یا ثروت او ازدواج کند، خدا او را با آن‌ها واگذار خواهد کرد؛ اما اگر به خاطر تدین او ازدواج کرد، خداوند ثروت و جمال را روزی او خواهد کرد» (حر عاملی، ۱۴۰۹ق، ج ۲۰، ص ۷۸).

بنابراین، در انتخاب همسر، ایمان اصالت دارد و نباید فریب ظاهر زیبای مشرکان و زنان را بخوریم و باید بدانیم که ازدواج خوب و موفق زمینه‌ساز بهشت و ازدواج بد و ناموفق زمینه‌ساز جهنم است. پس همسر و والدین معتقد باید بدانند در صورت نافرمانی و انتخاب غلط، عذاب دوزخ در انتظار آنها است، بنابراین، انسان عاقل در این دنیا کاری نمی‌کند که در دنیای دیگر، مستحق عقاب و آتش باشد و زیبایی ایمان همسر را فدای زیبایی ظاهری او نکند. پس باید ملاکش را اخلاق و تدین و... قرار دهد و بداند که ازدواج خوب و موفق زمینه‌ساز بهشت، ازدواج بد و ناموفق زمینه‌ساز جهنم است. از این‌رو، باید در ملاک‌هایش برای ازدواج دقت کند. پس اعتقاد معادباوری در زوجین باعث می‌شود در انتخاب درست در ازدواج دقت بیشتری کنند و به زیبایی‌های ظاهری و ثروت و مقام طرف مقابل توجه نکنند و به حسن خلق و اصالت خانوادگی و... توجه داشته باشند تا از آثار مثبت این انتخاب و ملاک درست همسر، هم در دنیا و هم در آخرت بهره‌مند شوند.

سوم. تأثیر معادباوری بر دقت در انتخاب همسر

یکی از انتخاب‌های مهمی که ما در طول زندگی خود انجام می‌دهیم، انتخاب همسر است. انتخاب و دقت در انتخاب همسر بسیار پر اهمیت می‌باشد. انتخاب درست همسر می‌تواند در زندگی دنیوی و سعادت مندی انسان در آخرت مؤثر باشد و عدم دقت انسان در همسرگزینی و تشکیل خانواده غیر از بدبختی و تباهی چیزی دیگری نصیب انسان نمی‌کند و در زندگی مشترک

خود دچار بحران خواهد شد؛ چرا که اشتباه در این امر و انتخاب نادرست می‌تواند آسیب‌های زیادی را به دنبال داشته باشد. پس انسان باید به دور از احساسات زودگذر با چشمانی باز به بررسی تمام جوانب امر بپردازد و عاقلانه و درست تصمیم بگیرد. قرآن کریم درباره این انتخاب می‌فرماید: «نِسَاؤُكُمْ حَرْثٌ لَّكُمْ فَاَتُوا حَرْثَكُمْ اَنِّي سِئْتُمْ وَقَدِّمُوا لِاَنفُسِكُمْ وَ اتَّقُوا اللّٰهَ وَ اعْلَمُوا اَنَّكُمْ مُلَاقُوهُ وَ بَشِّرِ الْمُؤْمِنِينَ»، «زنان شما، محل بذرافشانی شما هستند؛ پس هر زمان که بخواهید، می‌توانید با آنها آمیزش کنید و (سعی کنید از این فرصت بهره گرفته، با پرورش فرزندان صالح) اثر نیکی برای خود، از پیش بفرستید! و از خدا بپرهیزید و بدانید او را ملاقات خواهید کرد و به مؤمنان، بشارت ده!» (بقره، ۲۲۳).

حرث: به معنای کاشتن و بذرافشانی و نیز به معنای کشتزار است. در آیه نیز مقصود کشتزار می‌باشد (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲ق، ص ۲۲۶).

در تفسیر معنای «نِسَاؤُكُمْ حَرْثٌ لَّكُمْ» سه قول آمده است:

۱) زنان، کشتزار شمايند؛

۲) زنان صاحب کشتند برای شما که فرزند و لذت از آنان به دست می‌آورد؛

۳) زنان مانند کشت‌اند برای شما، «فَاَتُوا حَرْثَكُمْ اَنِّي سِئْتُمْ...»، در آیه به کشت خود از هر جا و یا به هر کیفیت که خواستید (طبرسی، ۱۳۷۲، ج ۲، ص ۵۶۴). قرآن کریم رابطه زناشویی بین زن و مرد را کشتزار می‌نامد، نه فقط محلی برای ارضای غریزه جنسی. بر این اساس، وجود زن برای تولید نسل و حفظ بقای انسان است و کردار شوهر با زن، در مقام تولیدمثل باید مانند رفتار کشاورز با مزرعه‌اش، برای تولیدمثل باشد. پس، آیه در مقام بیان سهم زن در تولید و حفظ نسل بوده و تکرار حرث به علت اهمیت نسل و تأکید بر آن است (جوادی آملی، ۱۳۸۷، ج ۱۱، ص ۱۸۹).

زنان در اجتماع همچون مزرعه و برای افزایش و بقاء نسل، وسیله هستند. پس هرچه مردم در موقع کشت دقت کنند و دستورات را به‌کار بندند، نتیجه و محصول، بهتر خواهد بود.

در مجموع می‌توان گفت، باید در انتخاب همسر به اندازه کافی دقت بشود و احساسات را دخالت نداد. زنان صالحه و عقیفه انتخاب شوند تا فرزندان پاک و صالح تحویل جامعه شود، زیرا همسر انسان شریک در تمام مراحل زندگی است و بر روحیات، عواطف، اخلاق و افکار انسان تأثیر گذاشته، سعادت خانواده را تضمین می‌کند. نتیجه این انتخاب آن است که چنین خانواده‌ای فرزندان صالح و شایسته‌ای به جامعه تحویل می‌دهد و اثرات مثبت این فرزندان شایسته را در روز

قیامت خواهند دید. بنابراین، فرد معتقد به معاد و زنده شدن دوباره و حسابرسی اعمال می‌داند که همه اعمال او در روز قیامت ثبت و ضبط و جزا و پاداش داده می‌شود. باید در انتخاب همسر خوب و صالح و عقیف دقت لازم را بنماید و سعی کند از این فرصت بهره بگیرد و با پرورش فرزندان صالح و شایسته که به حال دین و دنیای او مفید باشد، اثر نیکی به عنوان یک ذخیره معنوی برای فردای قیامت از پیش بفرستد. وی اگر در انتخاب همسر دقت لازم را نداشته باشد و احساسات را ترجیح دهد (چشم‌بسته انتخاب کند)، با پرورش فرزندان ناصالح ضربه‌ای جبران‌ناپذیر به خود زده است و پیامدهای این انتخاب و فرزندان ناشایسته را تا روز قیامت خواهد دید، پس معادباوری در افراد، ایجاب می‌کند تا در انتخاب همسر دقت کنند.

۴. نتیجه‌گیری

بنابراین، باور به معاد، زندگی خانوادگی انسان را جهت‌دهی می‌کند و در تشکیل خانواده، انتخاب و رعایت معیارهای مناسب برای همسر و نیز شیوه ازدواج تأثیر بسزایی دارد و او را به تشکیل خانواده‌ای که بتواند او را در مسیر سعادت قرار دهد و او را از نعمت‌های اخروی بهره‌مند سازد، متعهد می‌کند. همه این اثرها، به علت آن است که اعتقاد به معاد، انسان را عاقبت‌اندیش کرده، یک نگاه جامع و خدامحورانه به او عطاء می‌کند تا خود را در برابر محکمه الهی در معاد تجسم کند. با بررسی صورت گرفته ذیل آیات مرتبط با معادباوری این نتیجه حاصل شد که از مهم‌ترین معضلات در تزلزل نهاد خانواده، عدم اعتقاد به معاد است. با عدم معادباوری در تشکیل این نهاد، در اثر عدم انتخاب‌های صحیح و ملاک‌های درست، انسان خود را به سقوط نزدیک می‌کند یا دست‌کم ظرفیت‌های فراوانی که خدا برای رشد و تسهیل راه سعادت او فراهم کرده است، از دست می‌دهد. این معادباوری در آیاتی از قبیل آیه ۲۲۱ و ۲۲۳ سوره بقره، قصص ۲۶-۲۷ و... اشاره شده است. با مراجعه به آیات می‌توان دریافت، معادباوری در تشکیل نهاد خانواده تأثیر بسزایی دارد و پذیرش مسئولیت در تشکیل خانواده، انتخاب همسر صالح و اهتمام به ملاک‌های الهی در این فرایند، جزء آثار و برکات آن محسوب می‌شوند.

۵. پیشنهادات

۱) توصیه می‌شود محققان اسلامی از یک‌سو وضعیت امر خانواده و ازدواج را واکاوی کرده و از سوی دیگر، ظرفیت معادباوری برای اصلاح و ارتقای وضع موجود به وضع مطلوب اسلامی را با نگاهی جامع به مفاهیم و ارزش‌های اسلامی تبیین کنند.

۲) شایسته است که مبلغان علوم دینی به مشکل بالا رفتن سن ازدواج اهتمام کافی داشته باشند و در این زمینه هشدارهای دینی و اخلاقی را به جوانان ابلاغ کنند.

۳) رسانه‌ها به‌ویژه صدا و سیما، نسبت به ساخت فیلم‌ها و محصولات هنری و معرفی الگوهای اسلامی بر پایه ارزش‌های دینی در زمینه تشکیل خانواده توجه بیشتری داشته باشند و از نشر محصولات فکری غربی پرهیز نمایند.

منابع

- قرآن کریم، ترجمه ناصر مکارم شیرازی، قم: دفتر مطالعات تاریخ و معارف اسلامی، ۱۳۷۳، چاپ دوم.
۱. ابن فارس، احمد بن فارس (۱۴۰۴ق). معجم مقاییس اللغة. قم: مکتبه الاعلام الاسلامی، ج ۴-۵.
 ۲. ابن منظور، محمد (۱۴۱۶ق). لسان العرب. بیروت: انتشارات دار احیاء التراث العربی، چاپ دوم، ج ۴-۳، ۱۰.
 ۳. ازهری، محمد بن محمد (بی تا). تهذیب اللغة. بیروت: دارالاحیاء التراث العربی، ج ۴.
 ۴. آلوسی، محمود بن عبدالله (۱۴۱۵ق). روح المعانی فی تفسیر القرآن العظیم و السبع المثانی. بیروت: دارالکتب العلمیه، ج ۱۸.
 ۵. جوادی آملی، عبدالله (۱۳۸۷). تفسیر تسنیم. قم: مرکز نشر اسراء، چاپ دوم، ج ۱۱.
 ۶. جوهری، اسماعیل (۱۳۷۶). تاج اللغة و صحاح العربیة. قاهره: انتشارات دارالعلم للملانی، ج ۱.
 ۷. حر عاملی، محمد بن حسن (۱۴۰۹ق). وسائل الشیعه. قم: مؤسسه آل البيت، ج ۲۰.
 ۸. راغب اصفهانی، حسین بن محمد (۱۴۱۲ق). مفردات الفاظ قرآن. بیروت: الشامیه.
 ۹. سراقی، همایون؛ صفورایی پاریزی، محمدمهدی (۱۳۹۸). بازتعریف خانواده براساس قرآن و منابع روایی. پژوهش های روان شناسی، سال دوم، شماره ۲، ص ۶۷-۹۵.
 ۱۰. طباطبایی، محمدحسین (۱۳۹۰). المیزان فی تفسیر القرآن. بیروت: مؤسسه الاعلامی للمطبوعات، چاپ دوم، ج ۲-۳، ۱۶.
 ۱۱. طبرسی، فضل بن حسن (۱۳۷۲). مجمع البیان فی تفسیر القرآن. تهران: انتشارات ناصرخسرو، چاپ سوم، ج ۷، ۲.
 ۱۲. طیب، عبدالحسین (۱۳۶۹). الطیب البیان فی تفسیر القرآن. تهران: اسلام، چاپ دوم، ج ۲.
 ۱۳. علی، جواد (بی تا). المفصل فی تاریخ العرب قبل از اسلام. قم: منشورات الرضی، ج ۵.
 ۱۴. عمید، حسن (۱۳۷۴). فرهنگ فارسی عمید. تهران: مؤسسه انتشارات امیرکبیر، چاپ ششم، ج ۱.
 ۱۵. قائمی، علی (۱۳۷۴). نظام حیات خانواده در اسلام. تهران: انجمن اولیاء و مربیان.
 ۱۶. قرشی بنان، علی اکبر (۱۳۷۱). قاموس قرآن. تهران: دار الکتب الاسلامیه، چاپ ششم، ج ۴.
 ۱۷. قرشی بنان، علی اکبر (۱۳۷۵). تفسیر احسن الحدیث. تهران: بنیاد بعثت، مرکز چاپ و نشر، چاپ دوم.
 ۱۸. قمی مشهدی، محمد بن محمدرضا (۱۳۶۸). تفسیر کنز دقائق و بحر الغرائب. تهران: وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، سازمان چاپ و انتشارات، ج ۱۰.
 ۱۹. کبیر مدنی شیرازی، سید علی خان بن محمد (۱۳۸۴). الطراز الاول و الكنز لما علیه من لغة العرب المعول. مشهد: مؤسسه آل بیت (ع)، ج ۵.
 ۲۰. کلینی، محمد بن یعقوب (۱۴۰۷ق). الکافی. تهران: دارالکتب الاسلامیه، ج ۵.
 ۲۱. مصطفوی، حسن (۱۳۶۸). التحقیق فی کلمات القرآن الکریم. تهران: وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، ج ۶، ۸.
 ۲۲. مغنیه، محمدجواد (۱۴۲۴ق). التفسیر الکاشف. قم: دارالکتب الاسلامی، ج ۵، ۱.

۲۳. مکارم شیرازی، ناصر و همکاران (۱۳۷۱). تفسیر نمونه. تهران: انتشارات دار الکتب الاسلامیه، چاپ دهم،

ج ۲.

۲۴. نوری، یحیی (۱۳۷۶). اسلام و عقاید و آراء بشری یا جاهلیت و اسلام. تهران: مؤسسه مطبوعاتی فراهانی، چاپ

دوم.

استناد به این مقاله

سلیمانی بآبادی، عبدالرضا؛ اسلام‌پور کریمی، حسن (۱۳۹۹). نقش معادباوری در تشکیل نهاد خانواده از نظر قرآن کریم. دین و خانواده، دوره اول، شماره ۱، ص ۶۹-۸۶.

The Prediction of Attitude to Relationship before Marriage by Personality Dimensions and Religious Orientation in Male Students¹

Azam Norouzi

Ph.D. Student in Counseling, Faculty of Humanities, Qom Branch, Islamic Azad University, Iran (**Corresponding author**). norouzi.22000@gmail.com

AbdolAllah Shafi' Abadi

Professor, Department of Counseling, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran. ashafiabady@yahoo.com

Sohrab Abdi Zarrin

Assistance Professor, Department of Educational Sciences, Faculty of Literature and Humanities, University of Qom, Qom, Iran. elmzarrin5@gmail.com

Abstract

The purpose of the present study was to investigate on prediction of attitude to relationship before marriage by personality dimensions and religious orientation in male students in university. This study was correlational and the population for study included the male students in Pardis higher education of Allameh Tabataba'ei University. The sampling method performed by simple random sampling and sample size were 80 persons. The instruments were the Attitude to Relationship before Marriage, Religious Orientation Scale (Allport) Big Five Factors (NEO) Personality questionnaires. Data were analyzed by SPSS-22. The results of regression analysis show that the attitude to relationship before marriage by personality factors and religious orientation could predicted (0/714). The results of correlation analysis show that there is a positive correlation between neuroticism and openness to experience with attitude to relationship before marriage. There is a negative correlation between extraversion and attitude to relationship before marriage. In relationship between religious orientation and attitude to relationship before marriage, correlation between internal religious orientation and attitude to relationship before marriage was negative. Those, the attitude to relationship before marriage could predict by personality factors and religious orientation. The results of this study can be useful in the counseling centers in work with clients that wants to marriage.

Keywords: Relationship before marriage, NEO, Religious orientation, Male students.

پیش‌بینی نگرش به روابط قبل از ازدواج بر اساس ابعاد شخصیت و جهت‌گیری مذهبی در پسران دانشجوی^۱

اعظم نوروزی

دانشجوی دکتری مشاوره، دانشکده علوم انسانی، واحد قم، دانشگاه آزاد اسلامی، ایران (نویسنده مسئول).

norouzi.22000@gmail.com

عبداله شفیعی‌آبادی

استاد، گروه مشاوره، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

ashafiabady@yahoo.com

سهراب عبدی‌زرین

استادیار، گروه علوم تربیتی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه قم، قم، ایران. elmzarrin5@gmail.com

چکیده

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی نگرش به روابط قبل از ازدواج بر اساس ابعاد شخصیت و جهت‌گیری مذهبی دانشجویان پسر مقطع تحصیلات تکمیلی دانشگاه علامه طباطبائی انجام شد. این پژوهش از نوع همبستگی بوده و جامعه مورد مطالعه شامل کلیه دانشجویان پسر پردیس تحصیلات تکمیلی دانشگاه علامه طباطبائی تهران است. ۸۰ نفر نمونه مورد پژوهش با روش نمونه‌گیری تصادفی انتخاب شدند. ابزارهای مورد استفاده، پرسشنامه نگرش به روابط قبل از ازدواج، مقیاس جهت‌گیری مذهبی آلپورت و پرسشنامه پنج عاملی شخصیتی نتو (فرم کوتاه) بودند. تحلیل داده‌ها با نرم‌افزار SPSS-22 انجام شد. نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه نشان داد ابعاد شخصیت و جهت‌گیری مذهبی سهم قابل توجهی در پیش‌بینی نگرش به روابط قبل از ازدواج (۰/۷۱۴) داشتند. نتایج تحلیل همبستگی نیز حاکی از آن است که بین روان‌رنجوری و گشودگی به تجربه از ابعاد شخصیت با نگرش مثبت به روابط قبل از ازدواج همبستگی مثبت وجود دارد، در حالی که، بُعد باوجدان بودن با نگرش مثبت به روابط قبل از ازدواج همبستگی معکوس داشت. از مؤلفه‌های نگرش مذهبی، بُعد جهت‌گیری درونی پیش‌بینی‌کننده منفی نگرش به روابط قبل از ازدواج بود. بنابراین، ابعاد شخصیتی روان‌رنجوری، گشودگی به تجربه و باوجدان بودن و نگرش مذهبی درونی توانایی پیش‌بینی نگرش به روابط قبل از ازدواج را دارند.

کلیدواژه‌ها: روابط قبل از ازدواج، جهت‌گیری مذهبی، دانشجویان پسر، دانشگاه علامه طباطبائی تهران، شخصیت.

۱. مقدمه

یکی از چالش‌هایی که جوامع در حال گذار از دوران سنتی به مدرن با آن روبه‌رو هستند، چالش سنت‌های کنونی جامعه با ارزش‌های مدرن است. ارزش‌ها و نگرش‌ها درباره نهاد خانواده، ازدواج و شیوه‌های همسرگزینی، از زمینه‌هایی بوده که دچار دگرگونی گسترده‌ای شده است، تا جایی که می‌توان گفت ارزش‌های فرهنگی ایرانیان در حال نوزایی است. روابط آزادانه دختر و پسر پیش از ازدواج در جامعه پدیده‌ای نو است که در هیچ دوره‌ای در کشور بدین گستردگی (چه در سطح رفتاری و چه در سطح نگرشی) دیده نشده، اما در سال‌های اخیر، همراه با افزایش دانش‌آموختگی زنان و حضور گسترده آنان در گستره‌های مختلط اجتماعی و همچنین با گسترش رسانه‌های گروهی و دگرگونی‌های بنیادی در بستر زمینه‌های فرهنگی جامعه‌پذیری، پدیده روابط و معاشرت پیش از ازدواج، از درون روابط بین فردی جوانان در حال زایش بوده و یافته‌های پژوهشی نیز این گفته را تأیید می‌کند (آزاد ارمکی، ۱۳۷۹، ص ۲۸).

نژاد کریم و همکاران (۱۳۹۵) در پژوهشی نشان دادند که سابقه روابط قبل از ازدواج، با خیانت عاطفی، جسمانی و جنسی بعد از ازدواج همبستگی داشته است که می‌تواند به علت عدم تناسب این مقوله با فرهنگ جامعه بوده و منجر به نوعی بی‌اعتمادی در روابط بعد از ازدواج شود. قنبری برزیان، سلیمانوندی و فاطمی (۱۳۹۷)، نیز در پژوهشی نشان دادند روابط جنسی قبل از ازدواج، سبب کاهش گرایش به ازدواج جوانان دانشجو و نگرش منفی آنها نسبت به ازدواج و تشکیل خانواده و بی‌اعتمادی به جنس مخالف می‌شود. همچنین، کاهش گرایش به ازدواج، زمینه را برای افزایش میانگین سن ازدواج و بستر را برای رسیدن به مجرد قطعی فراهم می‌کند.

قادرزاده، محمدی و محمدی (۱۳۹۶)، طی یک پژوهش کیفی نشان دادند که تجربه رابطه پیش از ازدواج، پیامدهایی چون احساس تأسف، مقایسه و تنوع‌طلبی جنسی، اختلافات خانوادگی، بی‌وفایی و عدم پایداری در زندگی متأهلی را در پی داشته است.

زارع شاه‌آبادی و سلیمانی (۱۳۹۱)، نیز در پژوهشی با عنوان بررسی عوامل مرتبط با گرایش دانشجویان به روابط پیش از ازدواج در دانشگاه یزد، نشان دادند که حدود ۶۰ درصد از دانشجویان، به روابط پیش از ازدواج، نگرش مثبت داشته‌اند. گرایش به رابطه پیش از ازدواج، با درآمد خانواده و تحصیلات پدر و سن فرد، رابطه مستقیم و با سطح دینداری، روابط حسنه با والدین و معدل دانشگاه، رابطه معکوس دارند. همچنین، دو متغیر نیاز عاطفی و دینداری، حدود ۲۷ درصد از تغییرات در زمینه گرایش به رابطه پیش از ازدواج را تبیین می‌کنند.

محمودیان و دراهکی (۱۳۹۳)، در پژوهش دیگری با عنوان عوامل موثر بر نگرش جوانان به روابط دوستی دختر و پسر قبل از ازدواج، بر روی دانشجویان تحصیلات تکمیلی دانشگاه تهران، نشان دادند که حدود ۷۴ درصد از دانشجویان تحصیلات تکمیلی دانشگاه تهران نگرش مثبتی به رابطه دوستی دختر و پسر قبل از ازدواج داشتند. همچنین، متغیر فرامادی‌گرایی بیشترین تأثیر را بر نگرش به روابط دوستی دختر و پسر قبل از ازدواج دارد و متغیرهای خانواده-محوری، هزینه فرصت ازدواج، وضعیت تأهل و جنسیت به ترتیب در مرتبه‌های بعدی قرار دارند.

به طور کلی نگرش به معنای طرز تلقی، وجهه نظر، طرز فکر، رویه و تمایل به بازخورد است (آلپورت^۱، ۱۹۹۲). ترکیب شناخت‌ها و احساس‌ها و آمادگی برای عمل به هر چیز معین را نگرش شخص به آن چیز گویند، یعنی نظامی با دوام که شامل یک عنصر شناختی و یک عنصر احساسی و تمایل به عمل است. عنصر شناختی شامل باورهای شخص درباره یک اندیشه یا شیء می‌باشد. عنصر احساسی، عواطف نسبت به آن است که معمولاً نوع احساس عاطفی با باورهای ما پیوند دارد و تمایل به عمل به آمادگی برای پاسخگویی به شیوه‌ای خاص اطلاق می‌شود (بارون، بیرن و برنسکامپ، ۱۳۸۸). به عقیده کوستا و مک‌کری^۲ (۱۹۹۹) شخصیت را می‌توان به پنج بُعد یا مؤلفه تقسیم کرد که هر یک از آنها نشان‌دهنده خصوصیات و ویژگی‌های منحصر به فردی است و تسلط هر یک از آنها منجر به شخصیتی خاص و متمایز می‌شود: روان‌رنجوری^۳، برون‌گرایی^۴، گشودگی به تجربه^۵، توافق‌پذیری^۶، وجدانی بودن^۷. روان‌رنجوری به صورت یک تمایل کلی به داشتن حالت‌های عاطفی منفی، ایده‌های غیر منطقی و درگیری با اعمال تکانشی تعریف می‌شود. برون‌گرایی به صورت یک تمایل کلی به ابراز وجود، پویا بودن و انجام اعمال اجتماعی تعریف می‌گردد. این افراد هیجان‌پذیر، تحریک‌پذیر و خوش مشرب هستند. گشودگی (نسبت به تجربیات) با تمایل کلی به گسترش اطلاعات جدید، داشتن تفکر واگرا و ارزش‌های غیرمعمول تعریف می‌شود. توافق‌پذیری، به صورت یک تمایل کلی به داشتن احساسات نوع‌دوستانه، اعتماد

1. Alport
2. Costa & McCrae
3. Neuroticism
4. Extraversion
5. Openness to experience
6. Agreeableness
7. Conscientiousness

به دیگران و همراهی و موافقت با آنها تعریف می‌شود. وجدانی بودن، تمایل کلی به داشتن رفتار و شناخت هدفمند، اراده قوی و مصمم بودن تعریف می‌گردد.

در زمینه رابطه دختر و پسر پیش از ازدواج، برخی ابعاد دینی و مذهبی مسأله را در نظر می‌گیرند. از دینداری به مثابه عامل کنترل‌گرایی یاد می‌شود و اینکه دینداری شروع ارضای غرایز جنسی را به تعویق می‌اندازد. نتایج برخی پژوهش‌ها حاکی از آن است که در میان افرادی که نمره دینداری بیشتری دارند، روابط جنسی زود هنگام کمتر است (روستوسکی^۱ و همکاران، ۲۰۰۴). بر اساس نظریه آلپورت و راس^۲ (۱۹۶۷) منظور از جهت‌گیری مذهبی^۳، نگرش به انجام اعمال و تفکرات مذهبی است. نوع جهت‌گیری مذهبی در افراد از دیدگاه آلپورت به صورت درونی و بیرونی است. مذهب درونی، مذهبی فراگیر و دارای اصول سازمان یافته و درونی شده می‌باشد، در حالی که مذهب بیرونی امری خارجی و ابزاری است که برای ارضای نیازهای فردی از قبیل مقام و امنیت مورد استفاده قرار می‌گیرد. منظور آلپورت از جهت‌گیری مذهبی درونی عبارت از یک تعهد انگیزشی فراگیر است که غایت و هدف می‌باشد، نه وسیله‌ای برای دستیابی به اهداف فرعی. به عبارت دیگر، جهت‌گیری مذهبی را می‌توان معادل دین‌ورزی یا دینداری در نظر گرفت (آذربایجانی، ۱۳۸۵). برخی پژوهش‌ها وجود رابطه منفی بین روان رنجورخویی و جهت‌گیری مذهبی درونی را گزارش کرده‌اند. همچنین نتایج برخی پژوهش‌های دیگر نشان داده است که جهت‌گیری بیرونی مذهبی رابطه مثبتی با رگه اضطراب دارد (به نقل از: پارک^۴ و همکاران، ۱۹۹۰). در حالی که جهت‌گیری مذهبی درونی همبستگی منفی با رگه اضطراب دارد (به نقل از: خداپناهی و خوانین‌زاده سریزدی، ۱۳۷۹).

بنابراین، با در نظر گرفتن نقش و جایگاه مذهب در تمامی وجوه زندگی از سویی و اهمیت شخصیت به عنوان عامل عمده در رابطه با جهت‌دهی نگرش و رفتار افراد، پژوهش حاضر به دنبال پاسخ به این سؤال است که آیا پنج عامل شخصیت و جهت‌گیری مذهبی توانایی پیش‌بینی نگرش به روابط قبل از ازدواج را در دانشجویان پسر دارد؟

1. Rostoski
2. Ross
3. Religious orientation
4. Park

۲. روش‌شناسی پژوهش

پژوهش حاضر از نوع همبستگی بوده و جامعه مورد مطالعه شامل کلیه دانشجویان پسر تحصیلات تکمیلی پردیس دانشگاه علامه طباطبایی تهران شامل دانشجویان متأهل و مجرد و در تمامی رشته‌ها بودند. حجم نمونه ۸۰ نفر بود که با نمونه‌گیری تصادفی ساده از میان کلیه دانشجویان پسر تحصیلات تکمیلی انتخاب شدند. ابزار جمع‌آوری اطلاعات شامل پرسشنامه بررسی نگرش و نگرش به ارتباط قبل از ازدواج، پرسشنامه جهت‌گیری مذهبی و پرسشنامه پنج عامل شخصیت بودند. معیارهای ورود به پژوهش شامل متأهل بودن به مدت بیش از یک سال و عدم متارکه و جدایی از همسر بود، همچنین معیارهای خروج از پژوهش شامل: در دوران عقد بودن و ازدواج غیر رسمی زوجین بود. معیارهای ورود و خروج به این دلیل اهمیت داشت که هر کدام می‌توانست منجر به سوگیری در پاسخ دادن و یا کتمان پاسخ شود. لازم به ذکر است که کلیه موارد اخلاق پژوهش از جمله اصل داوطلبانه بودن در پاسخ به پرسشنامه‌ها و اصل محرمانه بودن اطلاعات و استفاده از اطلاعات پرسشنامه‌ها در راستای اهداف پژوهش به طور کامل رعایت گردید.

پرسشنامه نگرش به روابط قبل از ازدواج: این پرسشنامه توسط کردلو (۱۳۸۰) جهت سنجش نگرش و میزان موافقت افراد برای ارتباطات خارج از چارچوب با دوستان غیر همجنس ساخته شد. این پرسشنامه دارای ۲۲ سؤال برای تعیین نگرش به ارتباط پیش از ازدواج می‌باشد. در این آزمون سؤالات ۴، ۵، ۸ به صورت منفی نمره‌گذاری می‌شود و مابقی سؤالات در صورت کاملاً موافقم ۵، موافقم ۴، نظری ندارم ۳، مخالفم ۲، کاملاً مخالفم ۱ نمره‌گذاری می‌شوند. هرچه نمره به ۹۸ نزدیک‌تر باشد، بیانگر نگرش مثبت به این روابط است. به منظور ساخت این پرسشنامه تعداد ۱۰۰ گزاره انتخاب شد و در اختیار اساتید و روانشناسان قرار گرفت و از آنان خواسته شد نظرات خود پیرامون روایی محتوای گزاره‌ها را به طور مکتوب ارائه دهند. پس از به دست آمدن روایی محتوا، سؤالات نامرتب حذف شد. پس از آن پرسشنامه به منظور اعتباریابی در اختیار ۳۵ دانش‌آموز قرار گرفت. سپس اعتبار آزمون ضریب آلفای کرونباخ برای هر کدام از مؤلفه‌ها محاسبه شد. برخی از سؤالات با اعتبار پایین حذف گردید و دوباره بر روی نمونه ۱۰۰ نفره دیگر تکرار شد. در پایان از جامعه آماری دانش‌آموزان دختر دبیرستانی شهر تهران، نمونه آماری شامل ۶۴۵ دانش‌آموز به شیوه تصادفی خوشه‌ای از ۳۵ دبیرستان انتخاب شده و آزمون بار دیگر تکرار گردید. نتایج نشان داد این آزمون دارای روایی ۰/۹۳ می‌باشد (کردلو، ۱۳۸۰). لازم به ذکر است که در پژوهش حاضر، پایایی پرسشنامه نگرش به ارتباط قبل از ازدواج با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۳ به دست آمد.

مقیاس جهت‌گیری مذهبی آلپورت^۱: این پرسشنامه که شامل ۲۱ جمله است، به آزمودنی داده شده و از او خواسته می‌شود احساس و نگرش خود به هر یک از عبارات را با علامت زدن و انتخاب یکی از گزینه‌ها مشخص کند. گزینه‌ها به صورت: الف) کاملاً مخالفم، ب) تقریباً مخالفم، ج) تقریباً موافقم، د) کاملاً موافقم می‌باشد. گزینه (الف) نمره ۱، گزینه (ب) نمره ۲، گزینه (ج) نمره ۴ و گزینه (د) نمره ۵ و عبارات بدون پاسخ نمره ۳ می‌گیرند. جمع امتیازات ۱ تا ۱۲ میزان جهت‌گیری مذهبی بیرونی آزمودنی و مجموع نمرات عبارت‌های ۱۳ تا ۲۱ نمره جهت‌گیری مذهبی درونی او را مشخص می‌کند. آلپورت و راس در سال ۱۹۵۰ این مقیاس را تهیه کردند و در مطالعات اولیه‌ای که صورت گرفت، مشاهده شد که همبستگی جهت‌گیری بیرونی با درونی ۰/۲۱ است (آلپورت و راس، ۱۹۶۷). این آزمون در سال ۱۳۷۸ در ایران هنجاریابی گردید و همسانی درونی آن با استفاده از روش ضریب آلفای کرونباخ، ۰/۷۱ و پایایی بازآزمایی آن ۰/۷۴ بود (مختاری، ۱۳۷۹). در پژوهش حاضر، پایایی این مقیاس با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۷ به دست آمد.

پرسشنامه شخصیتی نتو (فرم کوتاه) NEO-PI-R^۲: این پرسشنامه فرم کوتاه شده پرسشنامه شخصیتی NEO می‌باشد که در سال ۱۹۸۵ تهیه شده و مناسب افرادی است که سن آنها ۱۷ سال به بالا است. این پرسشنامه ۶۰ سؤالی بوده و برای ارزیابی پنج عامل بزرگ شخصیت: روان رنجورخویی (N)، برون‌گرایی (E)، گشودگی (O)، توافق‌پذیری (A) و وجدانی بودن (C) به کار می‌رود. در این فرم برای هر مؤلفه ۱۲ سؤال وجود دارد و هر سؤال بر حسب پاسخ از صفر تا ۴ نمره‌گذاری می‌شود. برای آزمون شخصیت نتو فرم کوتاه، با اینکه هنجار جدیدی برای آن ارائه شده، اما دارای همان شکل اولیه می‌باشد (حق‌شناس، ۱۳۸۵). این پرسشنامه در ایران توسط گروهی فرشی (۱۳۸۰) بر روی دانشجویان هنجاریابی شده است. به منظور ارزیابی روایی ملاک آزمون، از روش همبستگی بین دو فرم گزارش شخصی و فرم مشاهده‌گر استفاده شد که ضرایب حاصل بین ۰/۴۵ تا ۰/۶۶ به دست آمد. به منظور ارزیابی پایایی آزمون از روش ضریب آلفا استفاده گردید که ضرایب حاصل بین ۰/۵۶ تا ۰/۸۷ به دست آمد. لازم به ذکر است که در پژوهش حاضر، پایایی پرسشنامه پنج عاملی شخصیتی نتو (فرم کوتاه) با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۹ به دست آمد.

برای تحلیل آماری داده‌ها نیز از نرم‌افزار SPSS-22 و آزمون آماری همبستگی و رگرسیون

1. Alport Religious Orientation Scale
2. NEO Personality Inventory Revised

استفاده شد.

۳. یافته‌ها

در پژوهش حاضر ۸۰ نفر از دانشجویان پسر متأهل پردیس دانشگاه علامه طباطبائی تهران مورد مطالعه قرار گرفتند که ۶۱٪ کم‌تر از ۲۵ سال، ۳۳/۳٪ بین ۲۵ تا ۳۵ سال و ۱۲/۶ درصد بیش از ۳۵ سال داشتند. در این بخش ابتدا توصیف داده‌ها در جدول توصیفی و نتایج آزمون کولموگروف-اسمیرنوف و در ادامه نتایج تحلیل رگرسیون گزارش شده است.

جدول ۱- شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

شاخص آماری	میانگین	انحراف استاندارد	کجی	کشیدگی
روان‌رنجوری	۳۴,۱۰	۷,۹	۰,۰۴	۱,۰۸
برون‌گرایی	۴۰,۱۳	۴,۴	۰,۰۵	۰,۵۳
گشودگی به تجربه	۳۸,۸۰	۵,۷	۰,۳۰	۰,۳۶
وجدانی بودن	۳۶,۵۷	۸,۵	۰,۴۱	۰,۲۷
توافق‌پذیری	۳۸,۱۲	۵,۹	۰,۶۸	۱,۰۱
بیرونی	۲۷,۷۰	۴,۵	۰,۳۶	۰,۱۴
درونی	۲۳,۴۲	۵,۷	۰,۰۱	۰,۵۲
نگرش به روابط قبل از ازدواج	۶۶,۶۵	۱۴,۹	۰,۲۹	۱,۰۹

چنانچه ملاحظه می‌شود، در جدول ۱ میانگین، انحراف استاندارد، کجی و کشیدگی متغیرها نشان داده شده است.

جدول ۲- نتایج بررسی مفروضه نرمال بودن داده‌ها با آزمون کولموگروف-اسمیرنوف

متغیر	K	P
نگرش به روابط قبل از ازدواج	۰,۹	۰,۳۸
جهت‌گیری مذهبی بیرونی	۱,۰۵	۰,۲۲
جهت‌گیری مذهبی درونی	۰,۷۹	۰,۵۵
روان‌رنجوری	۰,۹۸	۰,۲۴
برون‌گرایی	۰,۷۳	۰,۶۴
گشودگی به تجربه	۰,۷۷	۰,۵۹
وجدانی بودن	۰,۶۹	۰,۶۸
توافق‌پذیری	۰,۹۹	۰,۲۱

براساس اطلاعات مندرج در جدول ۲ جهت بررسی نرمال بودن توزیع داده‌ها و با توجه به نتایج آزمون کولموگروف-اسمیرنف، همانطور که ملاحظه می‌شود، مقدار K در هیچ سطحی معنادار نیست، بنابراین، نرمال بودن توزیع نمرات تأیید شده و می‌توان از تحلیل پارامتریک یعنی آزمون رگرسیون جهت تحلیل داده‌ها استفاده کرد.

جدول ۳- شاخص‌ها و آماره‌های تحلیل رگرسیون

ضریب همبستگی	مجذور ضریب همبستگی	مجذور ضریب همبستگی اصلاح شده	خطای معیار
۰,۷۱۴	۰,۵۱	۰,۴۶	۱۰,۹۸

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که همبستگی بین ابعاد شخصیت و نگرش مذهبی با نگرش به روابط قبل از ازدواج ۰/۷۱۴ است. همچنین ۵۱ درصد واریانس تبیین شده نگرش به روابط قبل از ازدواج، توسط ابعاد شخصیت و نگرش مذهبی تبیین می‌شود.

جدول ۴- تحلیل واریانس رگرسیون

P	F	میانگین مجذورات	درجه آزادی	مجموع مجذورات	شاخص آماری
					منبع
۰,۰۰۰	۱۰,۵۳	۱۲۷۱,۷۵	۷	۸۹۰۲,۲۸	اثر رگرسیون
-	-	۱۲۰,۶۹	۷۱	۸۵۶۹,۴۳	باقیمانده
-	-	-	-	۱۷۴۷۱,۷	جمع

همانطور که در جدول ۴ مشاهده می‌شود، نتایج تحلیل واریانس پیش‌بینی نگرش به روابط قبل از ازدواج براساس ابعاد شخصیت و جهت‌گیری مذهبی در دانشجویان پسر، در سطح ۰/۰۱ معنی‌دار است.

جدول ۵- خلاصه نتایج تحلیل رگرسیون برای پیش‌بینی نگرش به روابط قبل از ازدواج از روی ابعاد شخصیت و جهت‌گیری مذهبی

P	T	Beta	خطای معیار	B	شاخص آماری
					منبع
۰,۰۰۲	۳,۱۸	-	۲۱	۶۷,۲۳	مقدار ثابت
۰,۰۲۵	۲,۲	۰,۲۳	۰,۱۹	۰,۴۳۸	روان‌رنجوری
۰,۷۸۶	۰,۲۷	۰,۰۲۳	۰,۲۸	۰,۰۷۸	برون‌گرایی
۰,۰۱۷	۲,۴	۰,۲۱	۰,۲۳	۰,۵۶	گشودگی
۰,۸۴۵	۰,۱۹	۰,۰۶	۰,۲۱	۰,۰۴۱	توافق‌پذیری

منع	شاخص آماری	B	خطای معیار	Beta	T	P
با وجدان بودن	-۰,۷۲	۰,۱۷۶	۰,۴۱	-۴,۱	۰,۰۰۰	
جهت‌گیری مذهبی بیرونی	۰,۱۸۶	۰,۲۸	۰,۰۵۷	۰,۶۶	۰,۵	
جهت‌گیری مذهبی درونی	-۰,۴۶۹	۰,۲۳	-۰,۱۸	-۲,۰۱	۰,۰۴۸	

با توجه به جدول ۵، پنج عامل شخصیت و دو بعد جهت‌گیری مذهبی بر روی هم ۵۱ درصد از واریانس نگرش به روابط قبل از ازدواج را تبیین می‌کنند. در بین ابعاد شخصیت، روان‌رنجوری و گشودگی به تجربه، پیش‌بینی‌کننده مثبت و معنادار نگرش به روابط قبل از ازدواج بودند و با وجدان بودن پیش‌بینی‌کننده منفی و معنادار نگرش به روابط قبل از ازدواج بود. همچنین با وجدان بودن با مقدار بتای ۰/۴۱، پیش‌بینی‌کننده منفی و معنادار نگرش به روابط قبل از ازدواج بودند. در بعد جهت‌گیری مذهبی، جهت‌گیری مذهبی درونی با مقدار بتای ۰/۱۸- پیش‌بینی‌کننده منفی و معنادار نگرش به روابط قبل از ازدواج بود. برون‌گرایی، توافق‌پذیری و جهت‌گیری مذهبی بیرونی در نگرش به روابط قبل از ازدواج نقش معنادار نداشتند.

۴. نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی ارتباط بین ویژگی‌های شخصیتی و جهت‌گیری مذهبی با نگرش به روابط قبل از ازدواج دانشجویان پسر انجام شده است. براساس نتایج مطالعه حاضر، بین برخی از ابعاد شخصیت و نگرش مذهبی با نگرش به روابط قبل از ازدواج ارتباط معناداری وجود دارد. نتایج تحلیل همبستگی نشان می‌دهد که بین روان‌رنجوری و نگرش به روابط قبل از ازدواج ارتباط مستقیم و معناداری وجود دارد، بین گشودگی به تجربه با نگرش به روابط قبل از ازدواج همبستگی مستقیم و معناداری وجود دارد، بین با وجدان بودن و نگرش به روابط قبل از ازدواج همبستگی معکوس و معناداری مشاهده شد و بین جهت‌گیری درونی مذهبی با نگرش به روابط قبل از ازدواج ارتباط معکوس و معناداری وجود دارد. بنابراین، ابعاد شخصیتی روان‌رنجوری، گشودگی به تجربه و با وجدان بودن می‌توانند نگرش به روابط قبل از ازدواج را تبیین کنند. همچنین، نگرش مذهبی درونی می‌تواند نگرش منفی به روابط قبل از ازدواج را تبیین کند.

بیشتر دانشجویان به روابط قبل از ازدواج نگرش مثبتی دارند (زارع شاه‌آبادی و سلیمانی، ۱۳۹۱؛ محمودیان و دراهکی، ۱۳۹۳). از طرف دیگر، داشتن روابط قبل از ازدواج منجر به

نارضایتی در روابط بعد از ازدواج و مشکلات متعدد می‌شود (نژاد کریم و همکاران، ۱۳۹۵؛ قنبری برزیان و همکاران، ۱۳۹۷؛ قادرزاده و همکاران، ۱۳۹۶). بیشتر دانشجویان به دلیل قرار داشتن در دوره هیجانی از زندگی، به روابط قبل از ازدواج گرایش داشته و به دلیل عدم دوراندیشی و عدم توجه به فرهنگ جامعه و خانواده، به روابط دوستی قبل از ازدواج علاقه نشان می‌دهند که این روابط می‌تواند در زندگی بعد از ازدواج مشکلاتی را به همراه داشته باشد که عمده‌ترین این مشکلات بی‌اعتمادی به یکدیگر و نارضایتی از زندگی زناشویی خواهد بود.

همچنین نتایج این مطالعه بیانگر آن بود که بین ابعاد شخصیت، با نگرش به روابط قبل از ازدواج ارتباط وجود دارد که این نشان‌دهنده آن است که ابعاد شخصیت سهم قابل توجهی در تبیین نگرش به روابط قبل از ازدواج در دانشجویان پسر دارند. نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که بین روان‌رنجوری و نگرش به روابط قبل از ازدواج، ارتباط مستقیم و معناداری وجود دارد. همچنین بین گشودگی به تجربه با نگرش به روابط قبل از ازدواج ارتباط مستقیم و معناداری وجود دارد و بین باوجدان بودن و نگرش به روابط قبل از ازدواج ارتباط معکوس و معناداری مشاهده شد. ابعاد شخصیتی برون‌گرایی و توافق‌پذیری نتوانستند نگرش به روابط قبل از ازدواج را پیش‌بینی کنند. می‌توان ادعا کرد که روان‌رنجوری در تبیین نگرش به روابط قبل از ازدواج مؤثر است. در ارتباط با نقش روان‌رنجوری در پیش‌بینی روابط قبل از ازدواج می‌توان گفت افرادی که در روان‌رنجوری، نمره بالایی می‌گیرند معمولاً مضطرب، بی‌مناک و مستعد نگرانی هستند و معمولاً احساس غم تنهایی و طرد می‌کنند، این افراد احتمالاً دارای افکار غیر منطقی می‌باشند و قدرت کم‌تری در کنترل تکانه دارند. همچنین این افراد درجه انطباق‌پذیری ضعیف‌تری با دیگران و شرایط فشار روانی نشان می‌دهند (دانشگر سلوکویی، ۱۳۹۵). از آنجا که نمره بالا در روان‌رنجوری با بی‌ثباتی عاطفی و عواطف منفی مثل ترس، غم، دست‌پاچگی، عصبانیت، احساس گناه و نفرت همراه است و کسانی که در این حوزه نمرات بالایی کسب می‌کنند، تمایل بیشتری به تکانش‌گری، پرخاشگری و آسیب‌پذیری دارند. افرادی که در روان‌رنجوری نمره بالایی دارند، آمادگی آنها برای نشان دادن اضطراب در موقعیت‌های تنش‌زا و چالش برانگیز بیشتر بوده و عمدتاً از روش‌های متمرکز بر هیجان استفاده می‌کنند. این بعد، همچنین شامل حساسیت به داشتن عقاید غیرواقعی، کنترل ضعیف امیال فرد و راهبردهای غیرمؤثر مقابله با استرس است (آویا^۱ و همکاران، ۱۹۹۵). بُعد

روان‌رنجوری بیان‌گر تمایل و آمادگی برای تجربه اضطراب، تنش، خودخوری، خصومت، تکانشوری، کم‌رویی، تفکر غیر منطقی، افسردگی و عزت نفس پایین بوده و با تحمیل درماندگی روانشناختی بر فرد، فرایند شناسایی و توصیف احساسات را تحت تأثیر قرار می‌دهد. یکی از مکانیسم‌های تأثیرگذاری درماندگی روانشناختی بر فرایندهای شناسایی و توصیف احساسات، ایجاد اختلال در سیستم پردازش شناختی فرد می‌باشد (کاستا و مک‌کری، ۱۹۹۰). لذا، فردی که سیستم پردازش شناختی‌اش دچار اختلال است، نمی‌تواند تحلیل منطقی از روابط داشته باشد و توانایی دوران‌دیشی لازم را ندارد، بلکه برای کاهش افسردگی و جبران عزت نفس پایین، به صورت تکانشی عمل کرده و روابط کوتاه مدت را برای کاهش احساسات منفی‌اش انتخاب می‌کند و احتمالاً این ویژگی‌ها در افراد دارای خصیصه روان‌رنجوری، آنها را مستعد داشتن نگرش مثبت به روابط قبل از ازدواج می‌نماید. خصوصاً کنترل ضعیف امیال می‌تواند دلیلی به داشتن نگرش مثبت افراد روان‌رنجور به روابط قبل از ازدواج باشد.

بُعد شخصیتی گشودگی به تجربه توانایی تبیین نگرش مثبت به روابط قبل از ازدواج را دارد. بنابراین، بالا بودن بُعد گشودگی می‌تواند نگرش مثبت به روابط قبل از ازدواج را در دانشجویان پیش‌بینی کند. گشودگی به تجربه که بیانگر تمایل به کنجکاوی، خیال‌پردازی، زیبایی‌شناسی، خردورزی، روشنفکری و نوآوری (جان، ۱۹۸۹) است، فرایند شناسایی و توصیف احساسات را از طریق دو مکانیسم پردازش شناختی اطلاعات هیجانی و تنظیم هیجان‌ها تحت تأثیر قرار می‌دهد. ویژگی‌های مربوط به بعد گشودگی، امکانات لازم برای پردازش شناختی هیجان‌ها را در اختیار فرد قرار می‌دهد و وی را قادر می‌سازد تا از این امکانات در جهت شناسایی و توصیف احساسات و هیجان‌ها استفاده کند. این ویژگی‌ها، مخصوصاً آمادگی‌های مربوط به کنجکاوی و نوآوری، به خودی خود مستلزم عملی‌سازی و پذیرش عملی تجربه‌های مربوط به احساسات و هیجان‌ها، یعنی تنظیم و مدیریت هیجان‌ها است (کاستا و مک‌کری، ۱۹۹۲). روابط قبل از ازدواج نیز در حقیقت نوعی تجربه می‌باشد که افرادی که نمره گشودگی بالایی کسب می‌کنند، تمایل به تجربه آن را دارند. از لحاظ نظری، افراد باز (نمره بالا در گشودگی) انسان‌هایی کنجکاو هستند و زندگی آنها سرشار از تجربه است. این افراد طالب لذت بردن از نظریه‌های جدید و ارزش‌های غیر متعارف بوده و در مقایسه با افراد بسته احساسات مثبت و منفی فراوانی دارند (حق‌شناس، ۱۳۸۸). بنابراین،

به نظر می‌رسد افراد با گشودگی بالا به تجربه، به شرایط جدید و روابط جدید کنج‌کاو هستند و از داشتن روابط قبل از ازدواج به دلیل غیر متعارف بودن، هیجان داشتن و لذت داشتن از تجارب جدید، استقبال می‌کنند.

بُعد شخصیتی باوجدان بودن می‌تواند عدم نگرش مثبت به روابط قبل از ازدواج را تبیین کند. افرادی که در باوجدان بودن، نمره بالایی دارند، احساس می‌کنند که برای رویارویی با مسائل زندگی آمادگی کافی دارند و به شدت بر اصول اخلاقی خود پایبند بوده و در حدی افراطی به تعهدات اخلاقی خود عمل می‌کنند. سطح توقعات آنان بالا و تلاش زیادی برای تحقق این سطح از خود نشان می‌دهند. افراد پرتلاش و سالمی هستند و برای حرفه خود سرمایه‌گذاری زیادی می‌کنند (باریک و هانت^۱، ۱۹۹۱؛ به نقل از: حق‌شناس، ۱۳۸۵). بنابراین، پایبندی به تعهدات و اصول اخلاقی، منجر به نگرش منفی به روابط قبل از ازدواج در افراد دارای وجدان بالا خواهد شد. افراد باوجدان دارای هدف و خواسته‌های قوی و از پیش تعیین شده‌اند، در واقع باوجدان بودن تمایل شخص به توانمندی در انضباط و وظیفه‌مند بودن را نشان می‌دهد و نمرات پایین در این مقیاس با رفتارهای پرخطر مرتبط است. افراد باوجدان در تصمیم‌گیری منطقی عمل می‌کنند و در روابط اجتماعی راسخ و قابل اعتماد هستند (حق‌شناس، ۱۳۸۸). بنابراین، افراد باوجدان روابط قبل از ازدواج را به دلیل نامعلوم بودن و گاهی کوتاه مدت بودن، ترجیح نمی‌دهند، چراکه با اهداف و خواسته‌های از پیش تعیین شده‌شان هم‌سو نمی‌دانند و به دلیل محتاط بودن، نگرش مثبتی به روابط قبل از ازدواج ندارند.

بین جهت‌گیری مذهبی درونی با نگرش به روابط قبل از ازدواج، ارتباط معکوس و معناداری مشاهده شد، در حالی که بین جهت‌گیری مذهبی بیرونی و نگرش به روابط قبل از ازدواج ارتباط معناداری وجود نداشت. در همین راستا، نتایج پژوهشی نشان داد که بین جهت‌گیری مذهبی با نگرش به روابط قبل از ازدواج همبستگی وجود دارد (برزگر خضری و خدابخشی کولایی، ۱۳۹۶). افرادی که دارای جهت‌گیری مذهبی درونی هستند، بُعد اعتقادی دینداری در آنان قوی‌تر است و خداوند را در همه حال ناظر بر اعمال و کردار خود می‌بینند. بنابراین، داشتن روابط قبل از ازدواج برای فردی که جهت‌گیری مذهبی درونی دارد، پذیرفته شده نیست و آن را با اعتقادات دینی ناهم‌سو می‌بیند و در واقع این نوع روابط برای فردی که این نوع جهت‌گیری دینی را دارد، با باورهای دینی او

ناهمخوان است. در همین راستا، در قرآن کریم آمده است: «الْمُحْصَنَاتُ مِنَ الْمُؤْمِنَاتِ وَالْمُحْصَنَاتُ مِنَ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ مِنْ قَبْلِكُمْ إِذَا آتَيْتُمُوهُنَّ أُجُورَهُنَّ مُحْصِنِينَ غَيْرَ مُسَافِحِينَ وَلَا مُتَّخِذِي أَخْدَانٍ» (مانده، ۵)، «و زنان پاکدامن از مسلمانان و زنان پاکدامن از اهل کتاب حلال‌اند، هنگامی که مهر آنان را بپردازید و پاکدامن باشید، نه زناکار و نه دوست پنهانی و نامشروع گیرید». همچنین، افراد با جهت‌گیری درونی مذهبی از گرایش‌ها و باورهای مذهبی خود به عنوان تعدیل‌کننده استرس استفاده می‌کنند و این باور مذهبی روی ارزیابی اولیه آنها از رخداد‌های زندگی تأثیر می‌گذارد. افراد دارای جهت‌گیری مذهبی درونی موقعیت‌های فشارزای زندگی را تدبیری الهی که گریزی از آن نیست، تلقی نموده و معتقدند که خداوند خیراندیش آنها بوده و به آنها آسیبی نمی‌رساند (یونس، ۱۰۹)، همچنین مطمئن هستند کسانی که شکیبایی کرده و تقوی پیشه کنند، خداوند پاداشی عظیم به آنها اعطاء می‌نماید (هود، ۱۱؛ آل عمران، ۱۲۵).

به‌طور کلی، برنامه‌ریزی علمی و کاربردی در زمینه نهادینه کردن بُعد درونی مذهب در افراد جامعه، توجه ویژه به اهمیت ابعاد شخصیت در جهت‌گیری‌ها و نگرش افراد به خصوص در دوران دانشجویی و داشتن برنامه‌هایی جهت رشد ابعاد مثبت شخصیت افراد و آموزش مهارت‌های اجتماعی و روابط سالم با جنس مخالف از سوی مراجع ذی‌ربط از جمله سازمان ملی جوانان و سازمان امور دانشجویان را می‌توان از مهم‌ترین کاربردهای احتمالی نتایج بدست آمده از پژوهش حاضر معرفی کرد.

در نظر گرفتن عوامل جمعیت‌شناختی نظیر شرایط اقتصادی، تحصیلی و جنسیتی جوانان در نگرش آنان به روابط پیش از ازدواج از جمله پیشنهادات این پژوهش است.

۵. محدودیت‌های پژوهش

محدود بودن پژوهش از لحاظ جنسیتی فقط به نمونه آقایان و دانشجویان تحصیلات تکمیلی، همچنین عدم تمایل برخی پاسخ‌دهندگان برای پاسخگویی به سؤالات نگرش به روابط قبل از ازدواج به دلایل فرهنگی این موضوع، از جمله مهم‌ترین محدودیت‌های پژوهش حاضر بود. در همین راستا، پیشنهاد می‌شود پژوهشی به صورت مقایسه‌ای در ارتباط با نگرش به روابط قبل از ازدواج در بین آقایان و خانم‌ها انجام شود. همچنین، پژوهشی در نمونه‌های غیر دانشجویی و نیز دانشجویان مقطع کارشناسی انجام گیرد تا امکان مقایسه نتایج وجود داشته باشد.

منابع

قرآن کریم.

۱. آذربایجانی، مسعود (۱۳۸۵). **تهیه و ساخت آزمون جهت‌گیری مذهبی با تکیه بر اسلام**. قم: پژوهشکده حوزه و دانشگاه.
۲. آزاد ارمکی، تقی (۱۳۷۹). **بررسی تحولات اجتماعی و فرهنگی در طول سه نسل خانواده تهرانی**. نامه علوم اجتماعی، ۸(۱۶)، ص ۳-۲۹.
۳. بارون، رابرت؛ بیرن، دان؛ برنسکامپ، نایلا (۱۳۸۸). **روانشناسی اجتماعی**. ترجمه یوسف کریمی. تهران: نشر روان.
۴. برزگر خضری، رسول؛ خدابخشی کولایی، آناهیتا (۱۳۹۶). **رابطه خودکنترلی و جهت‌گیری مذهبی با نگرش به روابط قبل از ازدواج در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد رباط کریم**. پژوهش در دین و سلامت، ۳(۴)، ص ۵-۱۸.
۵. حق‌شناس، حسن (۱۳۸۵). **طرح پنج عاملی ویژگی‌های شخصیت: راهنمای تفسیر و هنجارهای آزمون‌های NEO PI-R و NEO-FFI**. شیراز: انتشارات دانشگاه علوم پزشکی.
۶. حق‌شناس، حسن (۱۳۸۸). **روانشناسی شخصیت**. کاشان: انتشارات دانشگاه علوم پزشکی.
۷. خداپناهی، محمدکریم؛ خوانین‌زاده سریزدی، مرجان (۱۳۷۹). **بررسی نقش ساخت شخصیت در جهت‌گیری مذهبی دانشجویان**. روانشناسی، ۴(۱۴)، ص ۱۸۵-۲۰۴.
۸. دانشگر سلوکویی، رعنا (۱۳۹۵). **رابطه پنج عامل بزرگ شخصیت با اهمال‌کاری تحصیلی، نقش واسطه‌ای خودتنظیمی**. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، رشته روانشناسی تربیتی. دانشگاه پیام نور استان فارس.
۹. زارع شاه‌آبادی، اکبر؛ سلیمانی، زکیه (۱۳۹۱). **بررسی عوامل مرتبط با گرایش دانشجویان به روابط پیش از ازدواج در دانشگاه یزد**. رفاه/اجتماعی، ۱۲(۴۵)، ص ۳۳۹-۳۶۴.
۱۰. قادرزاده، امید؛ محمدی، فردین؛ محمدی، حسین (۱۳۹۶). **جوانان و روابط پیش از ازدواج؛ مطالعه کیفی زمینه‌ها، تعاملات و پیامدهای آن**. راهبرد فرهنگ، ۱۰(۳۸)، ص ۴۰-۷.
۱۱. قنبری برزبان، علی؛ سلمانوندی، شاپور؛ فاطمی، نرگس سادات (۱۳۹۷). **تأملی بر تأثیر روابط جنسی پیش از ازدواج بر گرایش به ازدواج: مورد مطالعه دانشجویان دانشگاه اصفهان**. پژوهش‌های راهبردی مسائل اجتماعی ایران، ۷(۳)، ص ۳۳-۵۴.
۱۲. کردلو، منیره (۱۳۸۰). **بررسی عوامل موثر بر نگرش جوانان به ارتباط با جنس مخالف بین دانش‌آموزان دبیرستان‌های منطقه ۱۴ تهران**. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. واحد تهران جنوب، دانشگاه آزاد اسلامی.
۱۳. گروسی فرشی، محمدتقی (۱۳۸۰). **هنجارهایی آزمون جدید شخصیتی NEO و بررسی تحلیل ویژگی‌ها و ساختار عاملی آن در بین دانشجویان دانشگاه‌های ایران**. رساله دکتری. تهران: دانشگاه تربیت مدرس.
۱۴. محمودیان، حسین؛ دراهکی، احمد (۱۳۹۳). **عوامل موثر بر نگرش جوانان به روابط دوستی دختر و پسر قبل از ازدواج**. مطالعات راهبردی ورزش و جوانان، ۱۳(۲۳).
۱۵. مختاری، عباس (۱۳۷۹). **بررسی رابطه بین جهت‌گیری مذهبی و میزان تئیدی**. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. تهران: دانشگاه تربیت مدرس.

۱۶. نژاد کریم، الهه؛ سعیدی فرد، طاهره؛ وحیدنیا، نرگس؛ احمدی، خدابخش (۱۳۹۵). نقش روابط پیش از ازدواج در خیانت زناشویی. *سلامت اجتماعی*، ۳(۴)، ص ۳۰۶-۲۹۹.
17. Allport, G.W. & Ross, J.M. (1967). Personal religious orientation and prejudice. *Journal of Personality and Social psychology*, 5, P.432-433.
18. Allport, G.W. (1992). Personal religious orientation and prejudice. *Journal of personality and social psychology*, 10, P.123-128.
19. Avia, M.D., Sanches-Benardos, S.M.L., MartinezArias, M.R.M., Silva, F. & Grana, J.L. (1995). The five factors model- II. Relations of the NEO-PI with other personality variables. *Personality and Individual Differences*, 19, P.81-97.
20. Costa, P.T. & Mc Crae, R.R. (1990). Personality disorders and the Fivefactor model of personality. *Journal of Personality Disorders*, 4, P.362371.
21. Costa, P.T. & McCrae, R.R. (1992). The five-factor model of personality and its relevance to personality disorders. *Journal of Personality Disorders*, 6(4), P.343-359.
22. John, O.P. (1989). **Towards a taxonomy of personality descriptors**. In: D.M. Buss & N. Cantor (Eds), *Personality psychology: recent trends and emerging directions* (P. 261-271). New York: Springer.
23. McCrae, R.R. & Costa, P.T. (1999). **A five factor theory of personality**. In: L.A. Pervin & O.P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research*. (2nd Ed). New York: Guilford.
24. Rostosky, S.S. & et al. (2004). The Impact of Religiosity on Adolescent Sexual Behavior: A Review of the Evidence. *Journal of Adolescent Research*, 19(6), P. 677-697.

استناد به این مقاله

نوروزی، اعظم؛ شفیع آبادی، عبدالله؛ عبدی زرین، سهراب (۱۳۹۹). پیش‌بینی نگرش به روابط قبل از ازدواج براساس ابعاد شخصیت و جهت‌گیری مذهبی در پسران دانشجو. *دین و خانواده*، دوره اول، شماره ۱، ص ۸۷-۱۰۲.

‘The relationship between religious motives and forgiveness in rural families’¹

Ahmad Abbasi

M.A., Shia Studies, Department of Social Sciences, University of Isfahan, Isfahan, Iran
(Corresponding author). a.abbasi.d2020@gmail.com

Sayed Ahmad Mahmoudian

Assistant Professor, Medical, School of Medicine and Student Research Committee,
Isfahan University of Medical Sciences, Isfahan, Iran. a_mahmoudian@med.mui.ac.ir

Abstract

The current investigation aims to study on rate of forgiveness in rural families and state of application of commands from Pure Imams (PBUT) between rural families. The methodology of this study was of descriptive-analytical type using librarian sources and Family Forgiveness Questionnaire (Margie W. Pollard et al.). The findings indicated that the mean score of forgiveness was 21.63 ± 4.1 (10-32). There is no difference among gender and various educations in terms of mean score of forgiveness. The variables of religious motives and other motives are positively correlated with score of forgiveness in the family. Thus, application of ideologies and commands of Pure Imams (PBUT) is assumed as an efficient method to improve forgiveness in families and one could benefit from this advantage by training and improving skill of families to use it more than ever.

Keywords: Religious motives, Mercy and forgiveness, Rural family, Religious commands, Darreh Bid and Dolat Abad Villages.

ارتباط انگیزه‌های دینی با بخشش در خانواده‌های روستایی^۱

احمد عباسی دره‌بیدی

کارشناس ارشد، شیعه‌شناسی، گروه علوم اجتماعی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران (نویسنده مسئول).

a.abbasi.d2020@gmail.com

سیداحمد محمودیان

دانشیار، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران.

a_mahmoudian@med.mui.ac.ir

چکیده

هدف پژوهش حاضر، بررسی میزان بخشش در خانواده‌های روستایی و وضعیت به کار بردن دستورات معصومین(ع) در بین خانواده‌های روستایی بود. روش پژوهش توصیفی-تحلیلی با استفاده از منابع کتابخانه‌ای و پرسشنامه بخشش در خانواده مارگی بود. نتایج نشان داد میانگین نمره بخشش در آقایان 16.4 ± 10.47 (۱۶۰-۴۰) و در خانمها 9.25 ± 10.18 است و میانگین نمره انگیزه دینی بخشش 4.1 ± 21.63 (۳۲-۱۰) می‌باشد. بین جنسیت و تحصیلات مختلف تفاوتی در میانگین بخشش وجود ندارد. بین انگیزه‌های دینی و سایر انگیزه‌ها با نمره بخشش در خانواده همبستگی مثبت وجود دارد. لذا، بکارگیری اعتقادات و دستورات معصومین(ع) روشی مؤثر در افزایش بخشش در خانواده‌ها است و با آموزش و افزایش مهارت خانواده‌ها در بکارگیری آن، می‌توان بیش از گذشته بهره‌مند شد.

کلیدواژه‌ها: انگیزه‌های دینی، عفو و بخشش، خانواده روستایی، دستورات دینی، روستای درّه بید و دولت‌آباد.

۱. مقدمه

مباحث اخلاقی از جمله موضوعاتی هستند که نقش کلیدی در زندگی بشر (خانواده، فرد، جامعه) داشته و با زوایای مختلف حیات انسانی ارتباط مستقیم دارند. در روایات وارد شده از پیامبر اکرم (ص) و ائمه‌ی معصومین (ع) از صفت عفو^۱ با عنوان بهترین خوی در دنیا و آخرت، بزرگ‌ترین فضیلت، ارزشمندترین خصلت و... یاد شده است (نوروزی، بی‌تا).

عفو و گذشت سبب سلامت روح، آرامش جان و طول عمر خواهد شد (ری شهری، ۱۳۸۴، ج ۳، حدیث ۱۳۱۸۴). رسول اکرم (ص) می‌فرماید: «عفو و گذشت، سبب عزت و آبرو می‌گردد. چرا که عفو چیزی جز عزت بر انسان نمی‌افزاید» (کلینی، بی‌تا، ج ۲۳، ص ۱۰۸). خداوند متعال در آیه‌ای (مؤمنون، ۹۶)^۲ خطاب به پیامبر اکرم (ص) می‌فرماید: «آزار و بدی‌ها را به آنچه نیکوتر است دفع کن و ما (جزای) گفتار آن‌ها را بهتر می‌دانیم».

عفو و گذشت از نظر عقل و عقلاء و شریعت و حیانی، امری ارزشی و هنجار و رفتاری پسندیده و نیکو است. خداوند در آیات بسیاری بر ارزشمندی عفو و گذشت تأکید کرده و از صاحبان حق خواسته است که حتی برخلاف حق خویش از باب انسانیت از خطا و اشتباه دیگری درگذرند و بر رفتار نادرست و نکوهیده وی چشم ببوشند و آن را نادیده بگیرند (بقره، ۱۷۸، ۲۸۰، ۲۳۷؛ آل عمران، ۱۵۲؛ فصلت، ۳۴؛ حجر، ۸۵). در مقابل خشونت که از مؤلفه‌های مهم تأثیرگذار در سلامتی است، امری نکوهیده بوده و عموماً در آیات قرآن خشم، غضب و انتقام در مورد مشرکین و متجاوزان مطرح شده است که عموماً به صورت جهاد یا دفاع واجب می‌شود. خشونت گرچه شکل و صور گوناگونی دارد، اما به صورت کلی خشونت خانگی، به دلیل مرز شخصی و خصوصی بودن حریم خانواده‌ها دقیقاً قابل اندازه‌گیری نیست. در مطالعه‌ای در خوزستان میزان شیوع خشونت فیزیکی ۲۰/۲ درصد تعیین گردید. خشونت روانی ۴۱ درصد، خشونت جنسی ۱۰/۹ درصد و هر نوع خشونت ۴۷/۳ درصد گزارش شد (کاظمیان، ۱۳۹۳، ص ۲۸).

عفو و بخشش دیگران، از والاترین ارزش‌های اخلاقی و انسانی و نیز نشانه‌ی تعالی روح و

۱. عفو ضد انتقام است و آن صرف نظر کردن از حق القصاص یا غرامت است (نراقی، ۱۳۹۱، ص ۴۷۱).

۲. «ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ السَّيِّئَةِ نَحْنُ أَعْلَمُ بِمَا يَصِفُونَ» (مؤمنون، ۹۶).

عظمت شخصیت آدمی (ایروانی، ۱۳۸۴) و از جمله مکارم اخلاق و آداب معاشرت است (غباری بناب، ۱۳۷۹، ص ۲۸۹) که کشف و پرورش توانمندی‌هایی مانند آن می‌تواند در حفظ سلامت خانواده نقش مؤثری داشته باشد (نجفی و همکاران، ۱۳۹۰، ص ۲۵). چرا که عفو دارای پیامدها و آثاری است که به سلامت روحی و روانی فرد و خانواده کمک می‌کند، مانند این‌که عفو و گذشت باعث رهایی احساس منفی از خاطی شده، غلبه بر رنجش حاصل از بدی و پرهیز از عصبانیت و دوری و جدایی از خاطی (خدایاری فرد و همکاران، ۱۳۸۱) و عوامل تهدیدکننده‌ی سلامت می‌باشد.

در سودمندی بخشودگی برای سلامت روانی، مشخص شده است که افرادی که خطاها را می‌بخشند، اضطراب، خشم^۱ و افسردگی را کمتر گزارش می‌کنند (احتشام‌زاده و همکاران، ۱۳۸۹، ص ۴۴۵)، زیرا کسانی که در زمینه عفو در سطوح بالایی هستند، انگیزش‌های مثبت‌تری را گزارش می‌دهند و رضایت از زندگی آنها در سطح بالایی است (خدابخش و کیانی، ۱۳۹۲، ص ۱۰۵).

تنش و عدم گذشت در خانواده‌ها اهمیت خاص‌تری دارد. بسیاری از آنان نان و نمک یکدیگر را خورده‌اند، هم خون‌اند، به هم خدمت کرده و مدیون یکدیگرند و هنگامی که مشکلی میان آن‌ها پیش می‌آید، عفو و گذشت، منطقی‌تر است. مواردی از غضب و کینه یا قهر بین خانواده‌ها دیده می‌شود، در حالی که خداوند متعال یکی از مهم‌ترین ویژگی‌های انسان‌های الهی و پارسا پیشه را، کظم غیظ و عفو می‌شمارد و می‌فرماید: «وَالْكَاطِمِينَ الْغَيْظِ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ» (آل عمران، ۱۳۴)، «و خشم خود را فرومی‌برند و از خطای مردم درمی‌گذرند و خدا نیکوکاران را دوست دارد».

انتقام‌جویی باعث از هم پاشیدن کانون خانواده می‌گردد و مدموم دانسته می‌شود و تأکید بر عفو و گذشت می‌باشد. بی‌تردید انسان، در قبال تربیت صحیح خانواده‌ی خود مسئول است (خدایاری فرد و همکاران، ۱۳۸۱، ص ۳۹). اما قرآن کریم تأکید می‌کند که در برابر رفتار نادرست آنان، نباید شدت عمل نشان داد، بلکه می‌باید در عین قاطعیت و حفظ ارزش‌ها، از شیوه‌ی عفو و محبت و گذشت در امر تربیت و در زندگی خانوادگی (در قبال همسر و فرزندان) استفاده کرد.

۱. عزت و بزرگی، عدم تحمل فشارهای جسمی و روحی، حفظ وحدت و اخوت دینی و بالاتر از آن جلب رضایت حق تعالی از آثار برجسته فرو بردن خشم است (نصر اصفهانی، ۱۳۷۸، ص ۱۱۹).

چنانکه قرآن کریم هم در آیه ۱۴ سوره تغابن^۱ می‌فرماید: «ای کسانی که ایمان آورده‌اید، بعضی از همسران و فرزندانتان دشمنان شما هستند، از آنها برحذر باشید و اگر عفو کنید و صرف نظر نمایید و ببخشید (خدا شما را می‌بخشد)، چرا که خداوند بخشنده و مهربان است».

در زمینه‌ی اهمیت عفو و گذشت، از پیامبر اکرم (ص) و اهل بیت (ع) نیز روایات زیادی وارد شده که نشان از اهمیت و بزرگی این موضوع در زندگی می‌باشد. به عنوان مثال پیامبر اکرم (ص) می‌فرماید: «بخشیدن کسی که به شما آسیب رسانده، بهترین اخلاق دنیا و آخرت است» (صدوق، ۱۴۰۴ق، ج ۴، ص ۲۵۷). در مقابل، نداشتن روحیه گذشت، بدترین عیب محسوب می‌شود. امام علی (ع) نیز در رابطه با عفو و گذشت فرمودند: «کمی عفو و گذشت، زشت‌ترین عیب‌ها و شتاب نمودن برای انتقام، بزرگ‌ترین گناه است» (آمدی تمیمی، ۱۴۰۷ق، ج ۴، ص ۵۰۵).

حوزه مدارا و عفو بسیار گسترده است. در مسائل شخصی، به‌ویژه در معاشرت و هم‌زیستی اجتماعی که با حقوق دیگران در تقابل نیست، اصل بر تسامح، نرمش، مدارا و گذشت است؛ از این رو، توسل به خشونت و شدت، جز به هنگام ضرورت مجاز نیست. البته در مقابل اشتباهات دیگران فرو بردن خشم هم به تنهایی کافی نیست، زیرا ممکن است کینه و عداوت را از قلب انسان ریشه کن نکند، در این حالت برای پایان دادن به عداوت فرو بردن خشم باید توأم با عفو و بخشش باشد، البته نسبت به کسانی که شایسته‌ی آنند، نه دشمنان خون آشام که عفو و گذشت باعث جرأت و جسارت آنها می‌شود (مکارم شیرازی، ۱۳۶۸، ج ۳، ص ۹۸-۹۶). افراد خانواده از کسانی هستند که عفو نسبت به آنان جایز و دارای آثار مثبت می‌باشد.

عفو پدیده‌ای مثبت و تأثیرگذار در زندگی فردی- خانوادگی و اجتماعی بوده که دارای ویژگی‌های متعددی است از جمله، پرتوی از تقوا (به علت فرو بردن خشم) (آل عمران، ۱۳۴-۱۳۳)، گذشت از خطای مردم (و العافین عن الناس) و نیکی کردن (و الله يحب المحسنین)، زمینه‌ساز آموزش و محبت الهی (نور، ۲۲)، فراهم‌کننده پاداش الهی: «فمن عفا و أصلح فأجره علی الله»، برترین مکارم اخلاق، مکمل قانون، به این علت که در قصاص و عفو و گذشت بعد از طلاق مورد توجه قرآن بوده است و اینکه عفو جوهر انفاق بوده (ایمانی فر و همکاران، ۱۳۹۱، ص ۱۵۱) و میوه و ثمر آن، التیام رنج ما از دیگران و آزادسازی خویش از بار سنگین عاطفی است (رفتار ارتباطی درون

۱. «يا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّ مِنْ أَرْوَاجِكُمْ وَأَوْلَادِكُمْ عَدُوًّا لَكُمْ فَاحْذَرُوهُمْ وَإِنْ تَعَفَّوْا وَتَصَفَّحُوا وَتَغَفَّرُوا فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ» (تغابن، ۱۴).

شخصی) (فرامرز قراملکی و همکاران، ۱۳۸۸، ص ۶۵) که متضمن سلامتی می‌باشد. بخشش عامل صلح و آشتی است و می‌تواند در انتقال عدالت نقش موثری داشته باشد (Doom, 2011, P.3).

بخشیدن بستگی به عوامل متعددی همچون عوامل موقعیتی (قصد خطا کار از خطا، تکرار جرم، شدت عواقب، عذرخواهی کردن خطاکار، جبران خسارت)، عوامل ارتباطی (هویت فرد خاخی و نزدیکی او با قربانی، وضعیت سلسله مراتبی اش، نگرشش پس از ارتکاب جرم، فشارهای محیطی) و عوامل شخصیتی دارد (Myerberg, 2011, P.24) و میزان آن در میان افراد و خانواده‌های مختلف، متفاوت است. از طرف دیگر، عفو و گذشت می‌تواند جنبه‌ی تاکتیکی داشته و یا اینکه برای خودسازی فرد باشد و گاهی مواقع هم برای تربیت و اصلاح طرف مقابل است (مصباح یزدی، بی تا، ج ۳، ص ۳۹۴).

جامعه ما یک جامعه دینی بوده و تاثیر اعتقادات دینی در رفتار مردم بسیار عمیق است، چنانچه در حرکت‌های بزرگ مثل انقلاب و جنگ نقش انگیزشی اصلی را داشته، ولی صاحب‌نظران معتقدند که در برخی از ابعاد سبک زندگی از این توان درست استفاده نشده است.

پیرامون کاربرد انگیزه‌های دینی بخشش در خانواده‌ها اطلاع کافی در دسترس نیست. در این راستا و با توجه به اهمیت بخشش و گذشت در خانواده، هدف پژوهش حاضر بررسی میزان بخشش و به کار بردن دستورات معصومین (ع) پیرامون بخشش در میان خانواده‌های روستایی بود.

لذا سؤالات اصلی پژوهش به شرح ذیل است:

- میزان بکارگیری عفو و گذشت و میانگین نمره بخشش در خانواده‌های روستایی به چه میزان است؟
- آیا بکارگیری عفو و گذشت بر حسب جنس و تحصیلات متفاوت بوده و بین انگیزه‌های دینی و سایر انگیزه‌ها ارتباط و همبستگی وجود دارد؟

۲. پیشینه پژوهش

به دلیل اهمیت عفو و گذشت در زندگی اجتماعی و جمعی انسان‌ها، پیرامون آن و اثر و مزیت‌های بکارگیری آن تحقیقات گوناگونی انجام شده است که به عنوان نمونه به چند مورد از آن‌ها اشاره می‌گردد.

محمدی و فریدافشار (۱۳۹۸)، در مطالعه‌ای با عنوان «توسعه سرمایه روانشناختی با تأکید بر مؤلفه بخشش در نهج البلاغه»، بخشش را به عنوان مؤلفه پنجم در کنار چهار مؤلفه دیگر شناخته شده سرمایه روان‌شناختی با روش تحلیل محتوی کیفی جهت‌دار تبیین و تحلیل کرده و بر این عقیده‌اند که روش‌های بخشش از نگاه دین به صورت عفو، صفح، غفران، تغافل و تجاوز می‌باشد،

زیرا شیوه‌های بخشش در هر سازمانی باید نسبت به افراد مختلف، متفاوت باشد. همچنین مشخص کردند که بخشش باید به شکل یک فرهنگ سازمانی فراگیر درآید، تا مدیران به صورت منطقی و کارا در راستای بهره‌وری بهتر سازمان و توسعه سرمایه روان‌شناختی از آن استفاده نمایند.

در پژوهشی دیگر یازرلو و همکاران (۱۳۹۸) به بررسی نقش قدردانی و بخشش در پیش‌بینی سلامت روان‌شناختی کارکنان یک واحد انتظامی پرداختند و به این نتیجه رسیدند که بین قدردانی و بخشش با سلامت روان‌شناختی، رابطه منفی معنی‌داری وجود دارد و این دو متغیر می‌توانند سلامت روان‌شناختی را پیش‌بینی کنند. همچنان که قدردانی و بعد بخشش خود و بخشش دیگران می‌توانند سلامت روان‌شناختی کارکنان نیروی انتظامی را پیش‌بینی کند.

در مطالعه‌ای دیگر با عنوان «بررسی نقش عفو در سلامت و بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان» خدابخش و کیانی (۱۳۹۲)، به بررسی ۲۴۳ نفر از دانشجویان ساکن خوابگاه دانشگاه تهران پرداختند و نتایج پژوهش آنها نشان داد که عفو و گذشت با سلامت و بهزیستی روان‌شناختی رابطه مثبت و مستقیم دارد. همچنین سلامت و بهزیستی روان‌شناختی توسط ابعاد عفو، قابل پیش‌بینی است و یافته‌های آن‌ها با تحقیقات مشابه قبلی هم‌خوانی دارد و نتایج قابل اعتماد و اطمینان است.

نجفی ذهتاب و همکاران (۱۳۹۰) در پژوهشی با عنوان «رابطه بین بخشودگی و رضایت زوجین کرمانشاهی»، تمام زوج‌های کرمانشاهی را که حداقل ۵ سال از ازدواج آن‌ها می‌گذشت، مطالعه و بررسی کردند و نتایج بررسی آن‌ها حاکی از وجود رابطه‌ی معنادار میان بخشیدن و خرده‌مقیاس‌های آن با رضایت زناشویی بوده است. همچنین مؤلفه‌های بخشودگی، درک واقع‌بینانه و دلجویی کردن، پیش‌بین رضایت زناشویی هستند و نهایتاً اینکه بخشش به عنوان یک عامل مثبت و پسندیده، پتانسیل بالایی در حفظ سلامت روحی و فکری زوجین دارد.

زندى پور و یادگاری (۱۳۸۶) در پژوهشی با عنوان «ارتباط بخشش با رضایت از زندگی در بانوان دانشجوی متاهل غیر بومی دانشگاه‌های تهران» با بررسی ۲۰۰ دانشجوی زن متأهل ساکن در خوابگاه‌ها، بخشش را لازمه‌ی رشد ارتباطی، عاطفی، روحانی و جسمانی انسان دانسته‌اند و نتایج تحقیق آنها نشان داد که بین بخشش و رضایت از زندگی همبستگی وجود دارد و افراد کم‌گذشت از رضایت کمتری در زندگی نسبت به آنهایی که بخشش بیشتری دارند، برخوردارند و همبستگی بین سن و گذشت نیز تایید شد.

خدایاری‌فرد و همکاران (۱۳۸۱) در مطالعه‌ای با عنوان «روش درمانی عفو با تأکید بر دیدگاه اسلامی: بررسی موردی» اثربخشی شیوه‌ی عفو و گذشت در رابطه با یک خانم (همسر) و یک مرد

(شوهر) را بررسی کردند. نتایج نشان داد که هر دو مراجعه‌کننده اظهار نموده‌اند که رفتار و روابط خود با خانواده و دیگران خوب شده و توانسته است بر مسائل و مشکلاتی که گریبان‌گیر آن‌ها شده بودند، فائق آیند. نتایج مطالعه آن‌ها نشان داد که مراجعه‌کنندگان با بکارگیری بخشش توانسته‌اند خود را از رنجش آزاد کنند و به آرامش دست یابند و عفو می‌تواند موجب کاهش افسردگی و اضطراب و بهبود روابط فردی گردد. همچنین به کار بردن عفو و گذشت باعث شده است تا روابط همسران با هم بهبود یافته و صفا و صمیمیت و اعتماد زن و شوهر را نسبت به هم بالا برده و با نتایج تحقیقات قبلی نیز هم‌سان است.

لیو^۱، گونگ^۲، ژائو^۳ و ژو (۲۰۱۷)، نشان دادند که انگیزه‌های دینی و صفات مثبت مانند بخشش و گذشت، نقش مهمی در سلامت روان انسان و کاهش افسردگی دارد. بخشش می‌تواند موجب کاهش آسیب‌های اخلاقی و افزایش بهزیستی روانشناختی گردد.

همانطور که نتایج تحقیقات گوناگون نشان داده است، عفو و گذشت یکی از موثرترین شیوه‌ها در کنترل عواطف و احساسات و به دست آوردن رضایت از زندگی چه در بعد خانوادگی و چه در بعد فردی و اجتماعی بوده و با آموزش و بکارگیری آن می‌توان از بسیاری از مشکلات پیشگیری کرد و در صورت بوجود آمدن، حل نمود. اگرچه بررسی عفو و بخشش در میان قشرهای مختلف و همچنین در مکان‌های متعدد مانند دانشگاه، مدرسه، شهرها و... مورد پژوهش قرار گرفته است، اما به نظر می‌رسد در میان خانواده‌های روستایی این امر کمتر مورد توجه و پژوهش قرار گرفته و لذا نوآوری این پژوهش در راستای بررسی این امر در میان خانواده‌های یک منطقه روستایی است.

نتایج تحقیقات خارجی همانند تحقیقات داخلی نشان‌دهنده‌ی ارتباط معنی‌دار و همبستگی مثبت و مستقیم بین معنویت و انگیزه‌های دینی با بکار بردن بخشش است. در نتیجه تحقیق ماونس- ایگواپلتا^۴ (۲۰۰۷) مشخص گردید که عدم بخشش در فرد ارتباط معناداری با اضطراب و افسردگی، بدگمانی و عزت نفس پایین دارد.

1. Liu
2. Gong
3. Gao
4. Munoz-Eguilta

۳. روش‌شناسی پژوهش

پژوهش حاضر به لحاظ هدف از نوع تحقیقات کاربردی و از نظر روش، از نوع تحقیقات توصیفی - تحلیلی است و جهت گردآوری اطلاعات مورد نیاز از دو شیوه مطالعات اسنادی و پیمایشی (تکمیل پرسشنامه) استفاده شده است. جامعه آماری پژوهش را کلیه خانواده‌های روستای درّه بید و دولت آباد، از توابع شهرستان تیران و کرون واقع در غرب استان اصفهان، تشکیل می‌دهد. وضعیت فرهنگی این دو روستا به گونه‌ای است که از نظر رعایت قواعد و دستورات مذهبی در سطح بالایی بوده و نماز جماعت، مراسمات عزاداری و راهپیمایی‌های طول سال نیز در آن‌ها انجام می‌گیرد و براساس مشاهدات نگارنده توجه به دستورات دینی میان آنان متوسط رو به بالا است. برای نمونه مورد مطالعه حدود ۱۰۰ خانواده انتخاب و تعداد ۲۵۰ پرسشنامه بین افراد که به صورت تصادفی به عنوان نمونه انتخاب شدند، توزیع گردید و به صورت خود گزارش‌دهی تعداد ۲۳۵ پرسشنامه کامل پاسخ و بازگشت داده شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۱۹ و از روش‌های توصیفی و همبستگی استفاده شد. ابزار گردآوری داده‌های پژوهش، شامل ۲ پرسشنامه اندازه‌گیری و معرفی انگیزه‌های دینی و سایر انگیزه‌های عفو و گذشت و دیگری پرسش‌نامه بخشش در خانواده مارگی^۱ بود.

پرسشنامه انگیزه‌های عفو و بخشش شامل ۸ گویه خودساخته در رابطه با انگیزه‌های دینی گذشت و ۶ گویه دیگر در رابطه با سایر انگیزه‌ها است. روایی (روایی صوری) این پرسشنامه با کسب نظرات کارشناسان و اساتید مربوطه به تأیید نهایی رسید. پاسخ هر عبارت شامل یک طیف چهار درجه‌ای تقریباً همیشه این طور است، اغلب اوقات همین طور است، به ندرت این طور است، اصلاً این طور نیست، می‌شود. ضریب آلفای کرونباخ حاصل با استفاده از نرم‌افزار SPSS الفای (۰/۷۴۹)، نشان‌دهنده قابلیت اعتماد ابزار مورد استفاده بود.

برای بررسی میزان بخشایش در بین زوجین از مقیاس سنجش بخشایش در خانواده استفاده شد. این مقیاس در سال ۱۹۹۸ توسط پولارد^۲ و همکارانش برای یافتن میزان بخشایش در خانواده‌ها و نیز ابعاد بخشایش طراحی و ساخته شد. پرسشنامه شامل دو قسمت است، یک قسمت مربوط به خانواده اصلی (نسل اول) و قسمت دیگر مربوط به خانواده هسته‌ای یا نسل دوم

1. Margie

2. Pollard

(زوجین) می‌شود. فرم اصلی مقیاس شامل ۴۰ عبارت است. عبارت‌ها در مورد وضعیت رنجش‌ها و دلخوری‌ها و همچنین بخشایش و گذشت در بین اعضای خانواده است. پاسخ هر عبارت شامل یک طیف چهار درجه‌ای: تقریباً همیشه این‌طور است، اغلب اوقات همین‌طور است، به ندرت این‌طور است، اصلاً این‌طور نیست، می‌شود.

پرسشنامه از خرده مقیاس‌های زیر تشکیل شده است: واقع‌بینی^۱، تصدیق^۲، جبران عمل^۳، دلجویی کردن^۴، احساس بهبودی‌دهنده^۵.

اعتبار پرسشنامه انگلیسی مارگیو^۱ توسط پولارد و همکارش اعتباریابی و با آلفای کرونباخ %۹۳ در حد بسیار خوب معتبر شد (پولارد و همکاران، ۱۹۹۸، ص ۴). ترجمه فارسی این پرسشنامه توسط بهاری و سیف (۱۳۸۵)، در یک طرح پژوهشی با عنوان ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس سنجش بخشش در خانواده‌های ایرانی بررسی شد. ضریب پایایی مقیاس بخشش در خانواده، برابر با %۸۴ محاسبه شد که مطلوب می‌باشد. برای روایی پرسشنامه از ضریب تمیز و بار عاملی استفاده شد. ضریب نسبی ۸/۸۸ به دست آمد که مطلوب است (سیف و بهاری، ۱۳۸۵، ص ۷۰).

۴. تعاریف مفهومی

بخشش: در روابط خانوادگی عوامل متعددی باعث رضایت همسران از یکدیگر می‌شود. بخشودگی یکی از مهمترین عوامل موثر در رضایت از زندگی محسوب می‌شود. بخشودگی به شکل‌های مختلفی تعریف شده است. در یکی از معتبرترین تعاریف، بخشودگی به عنوان تغییر میان فردی و اجتماعی مثبت در مقابل خطایی که در حوزه میان فردی قرار دارد، بیان شده است (Allemand & et.al, 2007, P.7).

این تعریف به تغییراتی اطلاق می‌شود که می‌تواند تنها دربرگیرنده کاهش در احساسات منفی و یا دربرگیرنده کاهش احساسات منفی همراه با افزایش احساسات مثبت باشد. در هر دو صورت این تغییر یک تغییر مثبت اجتماعی است که هدفش ایجاد تعاملات اجتماعی مثبت‌تر است. هنگامی

1. Realization
2. Recognition
3. Reparation
4. Restitution
5. Resolution
6. Margie W

که فرد قادر به بخشش باشد رابطه میان هتک حرمت و کیفیت زناشویی و رضایت زناشویی ضعیف، تعدیل خواهد شد. هتک حرمت می‌تواند تأثیرات منفی بر روابط و رضایت زناشویی و همچنین بر فرد و خانواده داشته باشد. توانایی بخشش همسر می‌تواند به عامل پابرجایی رابطه و افزایش رضایت زناشویی منجر گردد (Backus, 2009, P.245). افرادی که قادر به بخشش همسر خود هستند اعتقاد بر تقدس رابطه زناشویی خود دارند و این توانایی بخشش همسر به استحکام بیشتر رابطه زناشویی و افزایش رضایت زناشویی می‌انجامد (Magyar, 2001).

در کنار مفهوم بخشش، مفاهیم دیگری نیز مانند صفح، غفران و احسان نیز مطرح است که تا حد زیادی هم‌معنی عفو و بخشش بوده و در این قسمت به صورت خلاصه اشاره‌ای به این مفاهیم می‌گردد.

صفح: صفح در لغت به معنای پهلوی و جانب و روی هر چیز است، مثل صفحه صورت، روی شمشر و صفحه سنگ (فراهیدی، ۱۴۰۹ق، ج ۳، ص ۱۲۲). صفح از عفو بلیغ‌تر و رساتر است و آن معنای اضافی که در صفح است، عبارت است از روی خوش نشان دادن (طباطبایی، ۱۳۷۷، ج ۱۳، ص ۲۸۰). به عبارتی در صفح، انسان علاوه بر آنکه از خطا و گناه دیگران را می‌بخشد، از آن‌ها درمی‌گذرد و نسبت به آنان مهربان و دارای روی خوش است. در آیه ۲۲ سوره نور نیز خداوند عفو و صفح را در کنار هم به کار برده و از مؤمنان خواسته است که از تقصیر یکدیگر درگذرند و درصدد انتقام برنیایند و بعد از بخشش روی خوش بهم نشان دهند.

غفران: غفران از ماده «غفر» بوده و به معنای پوشیدن چیزی است که انسان را از زشتی حفظ می‌کند. در اصطلاح قرآنی غفران به معنای آن است که خداوند عیوب و گناه بندگان خود را می‌پوشاند و آنان را از عذاب و کیفر حفظ می‌کند (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲ق، ص ۶۰۲). خداوند در آیه ۳ سوره آل‌عمران از مؤمنان می‌خواهد که برای غفران الهی شتاب کنند ...

احسان: واژه احسان از ریشه «حسن» به معنای زیبایی و نیکی می‌باشد که در قرآن در سه معنا به کار رفته است: تفضل و نیکی به دیگران، انجام و سر و سامان دادن به کارها به وجه نیکو و کامل، انجام اعمال و رفتار صالح. احسان در این کاربرد تقریباً مترادف با تقوا و پرهیزکاری است (بن فارس، ۱۴۰۲ق، ج ۲، ص ۵۷). در قرآن کریم نیز این واژه با مشتقات آن زیاد به کار رفته و حتی آیه ۹۰ سوره نحل، آیه احسان نام گرفته است که خداوند در این آیه به ۶ نکته اخلاقی ایجابی و سلبی (سه اصل مثبت و سه اصل منفی) که یکی از آن‌ها احسان است، دستور می‌دهد.

تعاریف عملیاتی: در این پژوهش منظور از نمره استاندارد بخشش در خانواده، نمره‌ای است که فرد به سوالات ۴۰ گویه‌ای پرسشنامه پاسخ می‌دهد.

مؤلفه‌ها: مقیاس سنجش بخشایش شامل پنج خرده مقیاس است که عبارتند از: واقع‌بینی، تصدیق، جبران عمل، دل‌جویی کردن و احساس بهبودی یا سبک‌بالی. هر خرده مقیاس شامل ۸ سوال بوده که براساس دستورالعمل نمرات محاسبه گردید. پرسشنامه ۱۷ سوال معکوس دارد که حد پایین نمرات ۴۰، حد متوسط ۱۰۰ و حد بالای آن‌ها ۱۶۰ می‌باشد. در کل حداکثر امتیازی که فرد از مجموع نمرات قسمت خانواده اصلی و هسته‌ای بدست می‌آورد ۱۶۰ و حداقل ۴۰ می‌باشد. در تعریف کیفی بخشش، نمره بین ۴۰ تا ۸۰: بخشایش کم، نمره بین ۸۰ تا ۱۰۰: بخشایش متوسط و نمره بالاتر از ۱۰۰: بخشایش زیاد می‌باشد.

روایی و پایایی: روایی و پایایی پرسشنامه سیف و بهاری (۱۳۸۰) در جامعه ایرانی با تاکید بر ضریب اعتبار، ضریب عاملی، ضریب تمیز، ضریب همبستگی، رگرسیون خطی آزمون آماری هنجاریابی شده است.

این پرسشنامه در سال ۱۳۸۳ توسط حسینی (به نقل از: خادمی و همکاران، ۱۳۹۵، ص ۴۶) در پژوهش بررسی رابطه بخشایش و رضایت زناشویی و همچنین توسط سیف و بهاری (۱۳۸۵) در بررسی رابطه بین بخشودگی و سلامت روانی همسران و در سال ۱۳۸۶ توسط افخمی و همکاران در بررسی رابطه بخشودگی و میزان تعارض همسران در یزد مورد استفاده قرار گرفت که پایایی آن ۰/۸۵ عنوان شده است. پایایی قسمت مربوط به خانواده ۰/۸۴، قسمت مربوط به زوجین ۰/۸۵ می‌باشد.

۵. یافته‌های پژوهش

از میان پاسخگویان، ۱۲۵ نفر مرد و ۱۱۰ نفر از آنها زن می‌باشند که از این تعداد ۳۳/۶ درصد پدر، ۴۲/۶ درصد مادر و ۲۳/۸ درصد را فرزندان تشکیل می‌دهند. از نظر تحصیلات بیشترین پاسخگویان با ۴۸/۱ درصد دارای تحصیلات دیپلم و کمترین میزان فوق لیسانس با ۳/۸ درصد بوده‌اند. ۴ فرزند بیش‌ترین فراوانی و ۱۰ فرزند هم کم‌ترین فراوانی فرزندان افراد مورد مطالعه بودند. شغل اکثر سرپرستان خانوار کشاورزی است با ۳۳/۶ درصد و بیشترین پاسخگویان در گروه ۲۰-۳۰ سال قرار گرفته‌اند (۴۰/۱ درصد).

در جدول ۱، میانگین نمره بخشش و کم‌ترین و بیش‌ترین نمره بر حسب نسبت در خانواده نشان داده شده که میانگین‌ها در نسبت پدر و مادر به هم نزدیک بوده و تفاوت چندانی ندارد و در فرزندان میانگین و میزان بخشش، مقداری کمتر از والدین است.

جدول ۱. میانگین نمره بخشش و کمترین و بیشترین نمره بر حسب نسبت در خانواده

نسبت در خانواده	تعداد	کمترین	بیشترین	میانگین	انحراف معیار
پدر	۷۹	۶۷	۱۶۱	۱۰۰/۴۷	۱۹/۵۱۶
مادر	۱۱۰	۸۳	۱۳۱	۱۰۰/۴۳	۸/۸۰۳
فرزند	۵۶	۸۲	۱۲۴	۹۸/۴۱	۹/۵۸۰

میانگین نمره بخشش (۱۰۰/۳) از حد متوسط به بالا می‌باشد. همچنین نمره‌ی میزان انگیزه‌های دینی افراد در بکار بردن بخشش از حد متوسط به بالا بوده است (نمره انگیزه دینی در بالاترین حد آن ۳۲ و حد پائین آن ۸ است) و سایر انگیزه‌های بخشش نیز در حد متوسط اعلام گردیده است (نمره سایر انگیزه‌ها در بالاترین حد آن ۲۴ و کمترین حد آن ۶ می‌باشد) که در جدول ۲ این مقادیر نشان داده شده است.

جدول ۲. میانگین نمره بخشش و نمره انگیزه دینی و سایر انگیزه‌ها

مؤلفه / مقدار	تعداد	کمترین	بیشترین	میانگین	انحراف معیار
بخشش	۲۳۵	۶۷	۱۶۰	۱۰۰/۳۰	۱۳/۵۱۴
انگیزه دینی	۲۳۵	۱۰	۳۲	۲۱/۶۳	۴/۱۴۴
سایر انگیزه‌ها	۲۳۵	۶	۲۲	۱۴/۹۵	۲/۷۲۹

بیشترین نمره در انگیزه‌های دینی مربوط به اعتقاد به معاد و بعد از آن، اعتقاد به این که انسان در این دنیا پاداش کارهای خوب و بدش را می‌بیند، است. یادآوری خاطره و نحوه برخورد علما و شهداء کمترین نمره را داشته‌اند و در رابطه با سایر انگیزه‌ها بیشترین نمره و پاسخ‌ها ابتدا مربوط به حفظ آبرو و گذشت کردن بوده و بعد از آن برای اینکه شخص می‌خواسته مانند طرف مقابل نباشد، گذشت نموده است.

همبستگی بین سایر مؤلفه‌ها و انگیزه‌های دینی و سایر انگیزه‌ها

همان‌طور که بیان شد، میزان استفاده و بکارگیری انگیزه‌های دینی بیشتر از سایر انگیزه‌ها در بخشش و عفو بوده است. اما بین این دو انگیزه همبستگی وجود دارد که مقدار آن حدود ۰/۱۹۴ می‌باشد.

هم‌چنین مقایسه نمره بخشش دو گروه زنان و مردان که با توجه به آزمون تی تست نشان داده شد، تفاوتی ندارد.

جدول ۳. آزمون تی تست
برای مقایسه نمرات بخشش دو گروه زنان و مردان

لوین		تی تست		
مقدار f	سطح معنی داری	مقدار تی	درجه آزادی	سطح معنی داری
۱۱,۳۱۷	۰/۰۰۱	۰/۱۲۳	۲۳۳	۰/۹۰۲
		۰/۱۲۷	۲۰۰/۰۳۰	۰/۸۹۹

به طور کلی، بین نمره انگیزه‌های دینی و نمره بخشش در خانواده همبستگی وجود دارد. همچنین بین نمره سایر انگیزه‌های بخشش و نمره بخشش در خانواده نیز همبستگی مشاهده می‌شود. چنانکه بین نمره انگیزه‌های دینی و نمره عفو و گذشت همبستگی با مقدار ۰/۲۵۱ و بین سایر انگیزه‌ها و نمره عفو و گذشت همبستگی با مقدار ۰/۱۶۴ وجود دارد که در مقایسه مقدار همبستگی انگیزه‌های دینی با نمره بخشش از شدت بیشتری نسبت به سایر انگیزه‌ها برخوردار است. اما در کل استفاده از هر دو نوع انگیزه در افراد تفاوت چندانی ندارد.

میزان استفاده از انگیزه‌های دینی و سایر انگیزه‌ها در افراد روستایی تفاوتی ندارد (طبق آزمون ویلکاکسون^۱). به عبارت دیگر، بین میانگین میزان استفاده از انگیزه‌های دینی و سایر انگیزه‌ها در عفو و گذشت، تفاوتی مشاهده نمی‌شود. با توجه به آزمون آماری ویلکاکسون مشخص گردید که ۶۶ نفر از سایر انگیزه‌ها کمتر از انگیزه‌های دینی استفاده کرده و ۴۹ نفر از سایر انگیزه‌ها بیشتر از انگیزه‌های دینی استفاده می‌کنند و ۱۲۰ نفر از هر دو انگیزه به یک اندازه استفاده می‌کنند. از آنجا که سطح معنی داری از ۰/۰۵ بزرگ‌تر است، نمی‌توان فرض تفاوت در استفاده از انگیزه‌ها را پذیرفت و در نهایت اینکه در رابطه با ارتباط و همبستگی سن و نمره بخشش و همچنین میزان تحصیلات و نمره بخشش ارتباط و همبستگی در نتایج مشاهده نگردید.

۶. نتیجه‌گیری

تحقیق و بررسی پژوهشگران، نشان داده است که در افراد افسرده چه از نظر کلینیکی آشکار باشد یا خیر، میزان بخشش پایین‌تر است، بنابراین، عوامل استرس‌زا، فقر و... که در افسردگی نقش دارند، یکی از دلایل میزان بخشش کمتر از انتظار این خانواده‌ها محسوب می‌شود. در حالی که بخشش و بخشیدن یک فضیلت اخلاقی است که در برابر خطای دیگران انجام می‌شود و قابل آموزش دادن است

1. Wilcoxon test

(Enright, 2011, P.28). هرچند انتقام گرفتن پاسخ طبیعی انسان در برابر خطاهای دیگران است (Myerberg, 2011, P.24)، اما بخشش شاهراه سلامت روانی است (Matsuyuki, 2011, P.271) و منجر به کاهش اضطراب افراد می‌شود (Heble & Enright, 1993) و برای شفای جراحات عمیق عاطفی انسان امری الزامی است (Ritzman, 1987). در قرآن هم دستوراتی مانند بخشش به دیگران دارای فلسفه بهداشت روانی است: «الَّذِينَ يَنْفِقُونَ أَمْوَالَهُمْ ابْتِغَاءَ مَرْضَاتِ اللَّهِ وَ تَثْبِيَةً مِنْ أَنْفُسِهِمْ» (بقره، ۲۶۵)، «آنان که اموال خود را برای خشنودی خدا و ثبات روانی خویش انفاق می‌کنند». در سیره اهل بیت (ع) نیز مدام با عفو و بخشش و توصیه‌های آنها در رابطه با این صفت و اخلاق پسندیده روبرو هستیم. به عبارتی فرهنگ قرآن و اهل بیت (ع) فرهنگ عفو و گذشت می‌باشد (سروری مجد، ۱۳۹۲، ص ۸۱).

دین‌داری و افزایش اعتقادات موجب عفو و گذشت بیش‌تری می‌گردد، یعنی ارتباط مثبتی بین دین‌داری و دو عامل بخشش، یعنی کینه مداوم و تمایل فراگیر به بخشیدن، دیده می‌شود. به عبارت دیگر، هرچه فرد مذهبی‌تر باشد، میل بیشتری به بخشیدن دارد. همچنین تمایل به بخشش همراه با افزایش سن، از نوجوانی به پیری، افزایش می‌یابد، به این معنا عموماً افراد پیر بیشتر تمایل به بخشش دارند و کم‌تر انتقام‌جو هستند. زنان مسن نیز در مقایسه با مردان مسن تمایل بیشتری به بخشیدن دارند (Mullet, et.al, 2003, P.19).

در تعالیم دینی و روایات هر یک از خرده مقیاس‌های بخشش مورد توجه قرار گرفته است، چنانکه در رابطه با واقع‌بینی در قرآن و در آیه ۳۶ سوره اسراء آمده است: «وَلَا تُقَفِّ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ...». بنابراین، نباید بدون علم و اطلاع دقیق در مورد رفتار دیگران قضاوت کنیم.

تصدیق کردن نیز خرده مقیاس دیگری است که در احادیث و روایات زیادی مطرح شده است. امام جعفر صادق (ع) فرمود: «قصدم کردم شخصی را به عنوان شریک با مال التجاره به یمن بفرستم. نزد امام باقر (ع) رفتم و درباره انتخاب آن شریک با او مشورت کردم. آن حضرت فرمود: مگر نمی‌دانی او شراب‌خوار است؟ گفتم: مؤمنان چنین می‌گویند. فرمود: آنان را درباره شراب‌خواری او تصدیق کن، زیرا خدا فرمود: «يَوْمِنُ بِاللَّهِ وَ يَوْمِنُ لِلْمُؤْمِنِينَ»، یعنی خدا و مومنان را تصدیق می‌کند (اشاره به آیه ۶۱ سوره توبه بوده که در وصف رسول خدا (ص) است). تصدیق مومن لازم است مگر مواردی که دلیلی بر خلاف گفتار او باشد یا اخبار مومنان با هم تعارض داشته باشد (عیاشی، بی‌تا، ج ۲، ص ۹۵). پیامبر اکرم (ص) درباره جبران عمل فرمودند: هرگاه کسی به شما نیکی کرد، جبران‌ش کنید و اگر چیزی نداشتید که آن را جبران نمایید، برایش به درگاه خدا دعا کنید، طوری که فکر کنید پاداش احسان او را داده‌اید. همچنین جبران عمل می‌تواند در این مفهوم باشد

که وقتی شخص یا فردی در ارتباط با ما عمل نه چندان مناسبی انجام داد، ما کارهای خوب او را که در حق ما انجام داده است، به یاد آوریم و با گذشت از خطای او قدرشناسی و جبران عمل داشته باشیم. در رابطه با دلجویی و احساس بهبودی که در هنگام بخشش نیز نقش مهم و مؤثری دارد و با انتقال احساس خوب به دیگران می‌تواند، نتیجه و تأثیر بخشش را بیشتر گرداند، در روایات آمده است که امام سجاده (ع) در برخورد با فردی که دشنام می‌داد به نرمی سخن گفت و از آن فرد خواستند تا اگر مشکلی دارد، بیان کند تا امام برایش فراهم گرداند. حضرت علی (ع) نیز فرمودند: هرکس دلی را شاد کند، خداوند از آن شادی لطفی برای او قرار می‌دهد که در هنگام مصیبت همچون باران بر او باریده و تلخی مصیبت او را می‌زداید (نهج البلاغه، حکمت ۲۵۷).

توسینت و وب^۱ معتقدند که بخشش را باید به عنوان یک ساختار چند بعدی حاوی عاطفه، رفتار و شناخت، مفهوم‌سازی کرد و بر اهمیت اهداف مختلف (مثل شخص، دیگران و خدا) و شیوه‌های بخشش (مانند ابراز احساس و جستجو) تأکید کرد (Toussaint & Webb, 2005, P.349).

یافته‌های تحقیق حاضر نشان داد که، وضعیت بخشش در خانواده‌های مورد مطالعه در حد متوسط است. میزان انگیزه‌های دینی افراد برای بخشش نیز در حد متوسط بوده و بر میزان بخشش در مردم این منطقه تأثیر داشته است (نه به میزان مطلوب)، زیرا بین نمره بخشش و انگیزه‌های دینی رابطه مستقیم وجود داشت.

با وجود این، یافته‌ها حاکی از مؤثر بودن اعتقادات و باورهای دینی در امور زندگی خانواده‌ها است. با اطلاعاتی که از وضعیت اعتقادی مردم منطقه و اهتمام به برگزاری و انجام مراسمات و برنامه‌های مذهبی وجود دارد، به نظر می‌رسد، بکار گرفتن اعتقادات در زندگی هنگام نیاز، کمتر از مورد انتظار می‌باشد. این کار نیاز به مهارت‌های مختلفی از جمله خودآگاهی دارد. عفو و گذشتی که با وجود داشتن قدرت باشد چنانکه امام صادق (ع) فرمودند: «عفو کردن و از تقصیر گذشتن با وجود قدرت و انتقام، طریقه پیامبران و متقیان است و هرگاه از کسی جرمی و تقصیری نسبت به شما واقع شد، دنبال او نروید و به او اظهار نکنید و از ظاهر و باطن فراموش کرده و احسان را به او زیاده‌تر از پیش کنید» (گیلانی، ۱۳۷۷، ج ۱، ص ۳۷۴).

همچنین در نتایج مشخص گردید که میزان بکارگیری عفو و بخشش در میان خانواده‌ها با تحصیلات ارتباط و همبستگی ندارد و از اعتقادات و باورهای دینی و آنچه در زندگی اجتماعی و نه

تحصیلی خود آموخته است، ناشی می‌گردد. نتایج دیگر نشان داد که میزان انگیزه‌های دینی افراد در بکارگیری بخشش از حد متوسط به بالا بوده و میانگین آن ۱۰۰/۳ است و انگیزه‌های دینی سهم بیشتری در نمره‌ی بخشش در مقابل سایر انگیزه‌ها به خود اختصاص داده‌اند، اما در رابطه با تأثیر انگیزه‌های دینی و سایر انگیزه‌ها نمره افراد بیشتر در حد متوسط بوده و در نهایت اینکه بکارگیری عفو و گذشت بر حسب جنس و تحصیلات تفاوتی ندارد. اما با اندازه‌گیری و مشخص نمودن انگیزه‌های عفو و گذشت و ارتباط آن با نمره‌ی گذشت در خانواده می‌توان نقاط ضعف و قوت خانواده‌ها را مشخص نمود و جهت آموزش آنان بکار گرفت و چون عفو دارای آثار و پیامدهای فراوان (فردی- خانوادگی- اجتماعی) است، آن را ترویج نمود و حتی آموزش داد. لذا، راه‌کارها و پیشنهادهای زیر در این زمینه ارائه می‌گردد.

۷. پیشنهادها

- ۱) اختصاص بودجه‌های فرهنگی در کنار بودجه‌های عمرانی و آموزش عفو و گذشت در میان برنامه‌های فرهنگی که در روستاها اجرا می‌شود.
- ۲) تولید محصولات فرهنگی در زمینه عفو کودکان از قبیل کتاب‌های شعر و داستان، بازی‌های رایانه‌ای، فیلم‌های کارتونی و... همراه با توزیع رایگان یا نیم‌بها در روستاها، که می‌تواند در گسترش فرهنگ عفو و گذشت کمک‌کننده باشد.
- ۳) یادآوری عفو و بخشش در سیره پیامبر(ص) (مانند بخشش هند جگرخواه و غلامی که حمزه سیدالشهداء را به شهادت رساند) و ائمه معصومین(ع) در جلسات روضه و عزاداری و مراسم سوگواری که برای اهل بیت(ع) برگزار می‌شود.
- ۴) هدفمند کردن برنامه‌ها و توجه به نقش صدا و سیما و رسانه‌های جمعی در گسترش و ترویج فرهنگ عفو و بخشش و تهیه کلیپ و فیلم‌هایی در رابطه با بخشش.
- ۵) آشنایی افراد با اثربخشی عفو و گذشت در سلامت روح و روان انسان و بالتبع تبلیغ و ترویج مؤثر بودن بخشش در سلامت جسم و تلفیق آثار دنیایی آن با آثار اخروی در بهتر شدن پذیرش آن از سوی قشرهای مختلف.

منابع

قرآن کریم.

نهج البلاغه.

۱. احتشام‌زاده، پروین؛ احدی، حسن؛ عنایتی، میرصلاح‌الدین؛ حیدری، علیرضا (۱۳۸۹). ساخت و اعتباریابی مقیاسی برای سنجش بخشودگی بین‌فردی. *روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران*، سال ۱۶، شماره ۴، ص ۴۴۳-۴۵۵.
۲. افخمی، ایمانه؛ بهرامی، فاطمه؛ فاتحی‌زاده، مریم‌السادات (۱۳۸۶). بررسی رابطه بین میزان بخشودگی و تعارض زناشویی زوجین در استان یزد. *خانواده پژوهی*، دوره ۳، شماره ۹، ص ۴۳۱-۴۴۲.
۳. ایروانی، جواد (۱۳۸۴). خاستگاه مدارا و عفو از دیدگاه قرآن و حدیث. *الهیات و حقوق*، شماره ۱۷، ص ۱۵۱-۱۸۶.
۴. ایمانی‌فر، محمدرضا؛ فاطمی، جمیله؛ امینی، فاطمه (۱۳۹۱). بخشش از دیدگاه قرآن و روانشناسی. *انسان‌پژوهی دینی*، سال ۹، شماره ۲۷، ص ۱۷۵-۱۴۹.
۵. آمدی تیمی، عبدالواحد (۱۴۰۷ق). *شرح غرر الحکم و درر الکلم*. تهران: انتشارات دانشگاه تهران.
۶. بن فارس، احمد (۱۴۰۲ق). *مجمع مقایس اللغة*. قم: نشر مکتب الاعلام الاسلامی، ج ۲.
۷. خدابخش، محمدرضا؛ کیانی، فریبا (۱۳۹۲). بررسی نقش عفو در سلامت و بهزیستی روانشناختی دانشجویان. *تحقیقات نظام سلامت*، سال ۹، شماره ۱۰، ص ۱۰۶۱-۱۰۵۰.
۸. خدایاری فرد، محمد؛ غباری بناب، باقر؛ فقیهی، علی نقی؛ وحدت تربتی، شادی (۱۳۸۱). روش درمانی عفو با دیدگاه اسلامی؛ بررسی موردی. *اندیشه و رفتار*، سال ۸، شماره ۱، ص ۴۸-۳۹.
۹. راغب اصفهانی، حسین بن محمد (۱۴۱۲ق). *مفردات الفاظ القرآن کریم*. ترجمه مصطفی رحیمی‌نیا. تهران: نظر سبحان.
۱۰. ری شهری، محمد (۱۳۸۴). *میزان الحکمه*. قم: انتشارات دارالحدیث، چاپ پنجم، ج ۳.
۱۱. زندی‌پور، طیبه؛ یادگاری، هاجر (۱۳۸۶). ارتباط بخشش با رضایت از زندگی در بانوان دانشجوی متأهل غیربومی دانشگاه‌های تهران. *مطالعات زنان*، سال ۵، شماره ۳، ص ۱۲۲-۱۰۹.
۱۲. سروری مجد، علی (۱۳۹۲). قرآن و جامعه آرمانی. *سراج منیر*، سال ۴، شماره ۱۲، ص ۸۹-۶۹.
۱۳. سیف، سوسن؛ بهاری، فرهاد (۱۳۸۵). *استانداردسازی، هنجاریابی و رواسازی مقیاس سنجش بخشش در خانواده برای خانواده‌های ایرانی*. دانشگاه الزهراء (س)، طرح پژوهشی پژوهشکده زنان، ص ۷۳-۶۷.
۱۴. صدوق، ابی جعفر محمد بن علی (۱۴۰۴ق). *من لا یحضره الفقیه*. تصحیح علی اکبر غفاری. قم: انتشارات جامعه مدرسین، ج ۴.
۱۵. طباطبایی، محمدحسین (۱۳۷۷). *تفسیر المیزان*. ترجمه محمدباقر موسوی همدانی. قم: جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، ج ۱۳.
۱۶. عیاشی، محمدبن مسعود (بی‌تا). *تفسیر عیاشی*. تهران: مکتب العلمیه الاسلامیه، ج ۲.
۱۷. غباری بناب، باقر (۱۳۷۹). رفتار بخشایش‌گرانه در نهج‌البلاغه. *مسائل کاربردی تعلیم و تربیت اسلامی*،

شماره ۴، ص ۳۱۰-۲۸۹.

۱۸. فرامرز قراملکی، احد و همکاران (۱۳۸۸). *اخلاق حرفه‌ای در تمدن ایران و اسلام*. تهران: پژوهشکده مطالعات فرهنگی و اجتماعی وزارت علوم و تحقیقات و فناوری، چاپ دوم.
۱۹. فراهیدی، خلیل بن احمد (۱۴۰۹ق). *العین*. قم: نشر هجرت، ج ۳.
۲۰. کاظمیان، مرجان (۱۳۹۳). *بررسی خشونت خانوادگی علیه زنان نابارور شهر اصفهان*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، رشته مطالعات زنان و خانواده. دانشکده علوم انسانی، دانشگاه اصفهان.
۲۱. کلینی، محمدبن یعقوب (بی‌تا). *اصول کافی*. ترجمه سیدجواد مصطفوی. قم: دفتر نشر فرهنگ اهل بیت (ع)، ج ۲۳.
۲۲. گیلانی، عبدالرزاق (۱۳۷۷). *ترجمه مصباح الشریعه*. تهران: انتشارات پیام حق، ج ۱.
۲۳. محمدی، مسلم؛ فریدافشار، عباس (۱۳۹۸). توسعه سرمایه روانشناختی با تأکید بر مؤلفه بخشش در نهج البلاغه. *پژوهشنامه اخلاق*، شماره ۴۵، ص ۳۲-۱۹.
۲۴. مصباح یزدی، محمدتقی (بی‌تا). *اخلاق در قرآن*. قم: انتشارات جامعه مدرسین، ج ۳.
۲۵. مکارم شیرازی، ناصر و همکاران (۱۳۶۸). *تفسیر نمونه*. تهران: دارالکتب الاسلامیه، چاپ هفدهم، ج ۳.
۲۶. نجفی زهتاب، عادل؛ درویزه، زهرا؛ پیوسته‌گر، مهرانگیز (۱۳۹۰). رابطه بین بخشودگی و رضایت زناشویی زوجین کرمانشاهی. *زن و فرهنگ*، سال ۲، شماره ۸، ص ۳۳-۲۳.
۲۷. نراقی، مهدی (۱۳۹۱). *جامع السعادات*. ترجمه کریم فیضی. قم: انتشارات قائم آل محمد (عج).
۲۸. نصر اصفهانی، محمد (۱۳۷۸). *اخلاق دینی در اندیشه شیعی*. قم: انتشارات نهادی.
۲۹. نوروزی، سمیرا (بی‌تا). *بررسی عفو و بخشش در اجتماع از دیدگاه آیات و روایات*. قابل دسترس در: <http://reyhane-esfaha.womenhc.com/?p=59186&more=1&c=1&tb=1&pb=1>
۳۰. یازرلو، محمدتقی؛ هاشمی، نظام؛ باشقره، رابعه؛ ممشلو، زهرا (۱۳۹۸). نقش قلدردانی و بخشش در پیش‌بینی سلامت روان‌شناختی کارکنان یک واحد انتظامی. *روانشناسی نظامی*، شماره ۳۹، ص ۲۶-۱۵.
31. Allemand, M.; Amberg, I.; Zimprich, D. & Fincham, F.D. (2007). The role of trait forgiveness and relationship satisfaction in Epistiodic forgiveness. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 26 (2), P.199-217.
32. Backus, L.N. (2009). **Establishing links between desecration, forgiveness and marital quality during pregnancy**. Master of Art Dissertation. Bowling Green State University.
33. Doorn, N. (2011). Forgiveness, Reconciliation, and Empowerment in Transitional Justice. *International Journal of Humanities and Social Science*, Vol.1, No.4, P.13.
34. Enright, R. (2011). **Psychological Science of Forgiveness: Implications for Psychotherapy and Education**. Presented at the Conference, Neuroscience and Moral Action: Neurological Conditions of Affectivity, Decisions, and Virtue Pontificia Universita della Santa Croce Rome, Italy.
35. Heble, J.H.; Enright, R.D. (1993). Forgiveness as a Psychotherapeutic goal with elderlyfemales. *Journal of Psychotherapy*, vol. 30, P.658-667
36. Magyar, G.M. (2001). **Violating the sacred: An initial study of desecration in**

- romantic relationship among college students and its implication for mental and physical health.** Master dissertation. Bowling Green State University.
37. Matsuyuki, M. (2011). **An examination of the process of forgiveness and the relationship among state forgiveness, self compassion, and psychological well being experienced by Buddhists in the united states.** A dissertation submitted in partial fulfillment of the Requirement for the degree of Doctor of Philosophy in the College of Education at the University of Kentucky.
38. Mullet, E.; Barros, J.; Frongia, L.; Usai, V. & Shafighi, S. (2003). Religious involvement and the forgiving personality. *Journal of Personality*, 71, P.1-19.
39. Munoz-Eguilta, A. (2007). Irrational Beliefs as Predictors of Emotional Adjustment after Divorce. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior*, 25, P.1-12.
40. Myerberg, L. (2011). **FORGIVENESS AND SELF-REGULATION: Forgiveness as a Mechanism of Self-Regulation: An Ego-Depletion Model.** Honors Thesis in Psychology University of Richmond
41. Pollard, M.W.A.; Anderson, R.A.; Anderson, W.T. & Jennings, G.d. (1998). The development of a family forgiveness scale. *Journal of Family Therapy*, No.20, P.95-109.
42. Ritzman, T.A. (1987). Forgiveness: its role in therapy. *Journal of Medical Hypnoanalysis*, vol.2, P.4-13.
43. Toussaint, L. & Webb, J. (2005). **Theoretical and empirical connections between forgiveness, mental health, and well-being.** In: E.L. Worthington, J.r. (Eds.). Handbook of forgiveness. New York: Brunner-Routledge.

استناد به این مقاله

عباسی دره بیدی، احمد؛ محمودیان، سیداحمد (۱۳۹۹). ارتباط انگیزه‌های دینی با بخشش در خانواده‌های روستایی. *دین و خانواده*، دوره اول، شماره ۱، ص ۱۰۳-۱۲۲.

فاعلية العلاج الروحي الجماعي القائم على الأسرة في الحد من أعراض الاكتئاب والاجترار الفكري لدى إناث الحوزة المعصومية في خرم آباد ۲۰۱۹

صبا حسنوندی^۱، زهرا تنها^۲، راضیه جلیلی^۳

الملخص

هدف هذا البحث هو دراسة الحد من اعراض الاكتئاب و الاجترار الفكري لطالبات علوم الدينية عن طريق علاج روحي جماعي قائم على الاسرة. المجتمع الاحصائي لهذا البحث يشمل جميع النساء اللواتي يدرسن في مدرسة معصومية في مدينة خرم آباد عام ۱۹۳۸. و تتكون عينة البحث ۳۸ طالبة تم اختيارهم عشوائيا من مجموعتين تجريبية و ضابطة بطريقة اخذ العينات الطوعية. تصميم هذا البحث شبه تجربي مع اختبار قبل - بعد و متابعه. اكتملت كلتا المجموعتين في مراحل قبل الاختبار و بعد الاختبار و مرحلة المتابعه الاستبيانات مقياس بيك للاكتئاب مقياس نولين هوكسيما و مورو لمدة شهر. النتائج تظهر بان العلاج الروحي الجماعي القائم على الاسرة يحدث نجاحاً كبيراً في مرحلتي مابعد الاختبار و المتابعة. و تظهر النتائج أن العلاج الروحي الجماعي القائم على الأسرة يحدث فرقاً كبيراً في مرحلتي ما بعد الاختبار والمتابعة. و بحسب نتائج هذه الدراسة، فإن الاهتمام بالبعد الروحي في الأسرة، كأحد أبعاد الصحة النفسية، يمكن أن يكون مفيداً في رفع مؤشرات الصحة النفسية للكوادر النسائية، بشكل خاص، وجميع النساء بشكل عام. لذلك، يمكن أن يكون استخدام العلاجات الروحية القائمة على الأسرة فعالاً وقابلاً للتطبيق في بروتوكولات الصحة العامة للمراكز التعليمية والعلمية.

الكلمات المفتاحية:

العلاج الروحي، الأسرة، الاكتئاب، الاجترار، الطالبات، حوزة المعصومية في خرم آباد.

۱. أستاذة مساعدة، قسم علم النفس، كلية العلوم الإنسانية، فرع خرم آباد، جامعة آزاد الإسلامية، خرم آباد، إيران (المؤلف).
- Hasanvandi2010 @ yahoo.com
۲. أستاذة مساعدة، قسم علم النفس، كلية العلوم الإنسانية، فرع خرم آباد، جامعة آزاد الإسلامية، خرم آباد، إيران.
- bagheri@ymail.com
۳. أستاذة مساعدة، قسم علم النفس، كلية العلوم الإنسانية، فرع خرم آباد، جامعة آزاد الإسلامية، خرم آباد، إيران.
- R.jalili2014@gmail.com

فعالية العلاج الجماعي للمعنى في قمع العاطفة والصحة الدينية للطالبات المصابات بمتلازمة صدمة الحب

محمدجواد آقاجانی^١، بهمن أكبری^٢، طاهر تیزداست^٣، زهرا فروجی کالدره^٤، سارة صبحی^٥

الملخص

تهدف الدراسة الحالية إلى متابعة واستكشاف فعالية العلاج الجماعي بالمعنى في كبت المشاعر والصحة الدينية عند الطالبات اللاتي يعانين من أعراض تأثير العشق أو الحب. كانت هذه الدراسة من البحوث التطبيقية والمنهجية شبه التجريبية والاختبار القبلي والبعدى مع المجموعة الضابطة في هذه الدراسة، شمل المجتمع المدروس طالبات من جامعة آزاد الإسلامية فرع رشت في العام الدراسي (٢٠١٦-٢٠١٧) وتم اختيار ٣٠ موضوعاً بشكل عشوائي باستخدام تقنية أخذ العينات المتاحة في مجموعتين تم اختبارها ومجموعة ضابطة. قامت كلتا المجموعتين بملء استبيان قمع العاطفة والصحة الدينية قبل تنفيذ التدريب. وقد مرت المجموعة المختبرة بالمعنى التدخل العلاجي (الطريقة الجماعية) في عشر جلسات (٩٠ دقيقة)، لكن المجموعة الضابطة لم تتلق أي تدخل. تم تحليل البيانات باستخدام الأساليب الإحصائية الوصفية وعن طريق التحليل أحادي المتغير للتغير المشترك (UNCOVA). أشارت UNCOVA المستخدمة لمتغير قمع العاطفة ($F = 0.031$) والصحة الدينية ($F = 6.918$) إلى وجود فرق معنوي بين الإناث في كل من المجموعة المختبرة والمجموعة الضابطة ($P = 0.001$). فيما يتعلق بدرجات الاختبار البعدى تنتمي إلى كل من المجموعتين المختبرة والضابطة لهذين المتغيرين، فقد تم تمييز أن العلاج المعنى قد قلل من قمع العاطفة وزاد من الصحة الدينية للإناث من المجموعة المختبرة مقارنة بالمجموعة الضابطة في مرحلة الاختبار البعدى. في حين أن التنظيم العاطفي والصحة الروحية قد يلعبان دوراً حاسماً، كخصائص شخصية للأفراد، كرد فعل للفشل العاطفي، وبالتالي فإنه يستلزم الانتباه إلى التنظيم العاطفي والصحة الروحية كعوامل مهمة لتقليل التأثير العاطفي في تقديم المشورة لأولئك الذين يعانون من الفشل العاطفي.

الكلمات المفتاحية:

العلاج الجماعي بالمعنى، كبت المشاعر، الصحة الدينية، تأثير الحب، طالبات جامعة آزاد الإسلامية فرع رشت، فشل الحب.

١. أستاذ مساعد، قسم علم النفس، فرع رشت، جامعة آزاد الإسلامية، رشت، إيران (المؤلف). psy.aghajani@yahoo.com

٢. أستاذ مساعد، قسم علم النفس، فرع رشت، جامعة آزاد الإسلامية، رشت، إيران. bakbari44@yahoo.com

٣. أستاذ مساعد، قسم علم النفس، فرع تونكابون، جامعة آزاد الإسلامية، تونكابون، إيران. tahertizdast@yahoo.com

٤. أستاذة مساعدة بقسم علم النفس، فرع لاهيجان، جامعة آزاد الإسلامية، لاهيجان، إيران. Haman-138428@yahoo.com

٥. ماجستير في الإرشاد الأسري، فرع رشت، جامعة آزاد الإسلامية، رشت، إيران. Ssb73133@gmail.com

طرق خلق السعادة في الأسرة على أساس نمط الحياة الإسلامية

حمیدرضا سهرابی^۱، فرزانه أسکری^۲

الملخص

الهدف من البحث الحالي هو دراسة طرق السعادة في الأسرة على أساس نمط الحياة الإسلامية. منهج هذا البحث هو منهج تحليلي وصفي و يقوم على هذا الافتراض بان تتبع نمط الحياة الاسلامي يسبب السعادة و الفرح لافراد الأسرة. تشير نتائج هذا البحث بان هناك مكانه خاصه للسعادة و الفرح في مدرسة اهل البيت و الاسلام، و الاسلام يمدح من يفرح عباد الله. نظرا الى الاسلام فان الحاجة الى الفرح حاجة طبيعية و غريزية. بدون السعادة لايمكن للانسان ان يقوم بشؤنه الدنيوية و الاخروية ولذا الاسلام يحث اتباعه الى الفرح الايجابي و البناء و يدعو الى الامور المبهجة. ويوصي بخلق البهجة بين العوائل بأسلوب و طرق تحت مسمى اسلوب الحياة الإسلامية.

الكلمات المفتاحية:

السعادة، الأسرة، أسلوب الحياة الإسلامي.

۱. أستاذ مساعد، قسم التربية الإسلامية، جامعة ياسوج للعلوم الطبية، ياسوج، إيران (المؤلف).

dr.sohrabi1393@gmail.com

۲. بكالوريوس، قسم العلوم التربوية، قسم التعليم بويرأحمد، ياسوج، إيران. frzanhskry221@gmail.com

دور الايمان بالقيامة في تكوين الأسرة وفق تعاليم القرآن الكريم

عبدالرضا سليمانى بابادى^١، حسن اسلامبور كرمي^٢

الملخص

هدف هذه الدراسة هو تبين الايات المتعلقة بدور الايمان بالقيامة في تكوين الاسرة حاولت الدراسة الحالية تبين دور الايمان بالقيامة في تكوين الاسرة بالرجوع الى ايات القرآن الكريم بطريقة وصفية تحليلية تشير نائج البحث بأن الايمان بالقيامة يسبب رؤية منهجية شاملة التي يخلقها المومن في جميع انحاء حياته و تدعوه الى مسئولية شاملة و مراعاة المعايير الالهيه في اختيار الزوج و تجنب العادات المزيفة، الايمان بالقيامة له اثر كبير في تكوين الاسرة ومراعاة المعايير المناسبة في اختيار الزوج و تربيته افراد الاسرة تربية دينية و مومنة بالقيامة لذا يمكن القول بأن اهم المشاكل في تكون الاسرة و الاضرار المرتبطة في هذه المرحلة هي انكار القيامة.

الكلمات المفتاحية:

القرآن، الايمان بالقيامة، تكوين الأسرة.

١. طالب للمستوى الرابع فى الحوزه العلميه، مدرسة قم، قم، إيران. As0leimani1780@gmail.com

٢. أستاذ مساعد، جامعة شهيد محلاتي، قم، إيران (المؤلف). Eslampur88@gmail.com

توقع المواقف تجاه العلاقات قبل الزواج بناءً على أبعاد الشخصية والتوجه الديني لدى الطلاب الذكور

اعظم نوروزی^۱، عبدالله شفي عبادي^۲، سهراب عبدی زرين^۳

الملخص

الغرض من هذه الدراسة هو التحقيق في التنبؤ بالموقف من العلاقة قبل الزواج من خلال أبعاد الشخصية والتوجه الديني لدى الطلاب الذكور في الجامعة. كانت هذه الدراسة ارتباطية ويشمل مجتمع الدراسة جميع طلاب الدراسات العليا من جامعة العلامة الطباطبائي. كانت طريقة أخذ العينات التي أجريت عن طريق أخذ العينات العشوائية البسيطة وحجم العينة ۸۰ شخصاً. الأدوات كانت الموقف من العلاقة قبل الزواج، استبيانات مقياس التوجه الديني (NEO) Big Five Factors (Allport) استبيانات الشخصية. تم تحليل البيانات بواسطة SPSS-22. تظهر نتائج تحليل الانحدار أن الموقف من العلاقة قبل الزواج حسب عوامل الشخصية والتوجه الديني يمكن التنبؤ به (۰/۷۱۴). تظهر نتائج تحليل الارتباط أن هناك علاقة إيجابية بين العصائية والانفتاح على التجربة مع الموقف من العلاقة قبل الزواج. هناك علاقة عكسية بين الانبساطية والموقف من العلاقة قبل الزواج. في العلاقة بين التوجه الديني والموقف من العلاقة قبل الزواج، كان الارتباط بين التوجه الديني الداخلي والموقف من العلاقة قبل الزواج سلبياً. أي أن الموقف من العلاقة قبل الزواج يمكن أن يتنبأ بعوامل الشخصية والتوجه الديني. يمكن أن تكون نتائج هذه الدراسة مفيدة في مراكز الاستشارة التي تعمل مع العملاء الراغبين في الزواج.

الكلمات المفتاحية:

العلاقة قبل الزواج، NEO، التوجه الديني، الطلاب الذكور.

۱. طالبة دكتوراه في الإرشاد، كلية العلوم الإنسانية، فرع قم، جامعة آزاد الإسلامية، إيران (المؤلف).
norouzi.22000@gmail.com

۲. أستاذ بقسم الإرشاد، كلية علم النفس والعلوم التربوية، جامعة العلامة الطباطبائي، طهران، إيران.
ashafiabady@yahoo.com

۳. أستاذ مساعد، قسم العلوم التربوية، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، جامعة قم، إيران.
elmzarrin5@gmail.com

العلاقة بين الدوافع الدينية و المغفرة في الأسر الريفية

أحمد عباسي^١، سيد أحمد محموديان^٢

الملخص

هدف البحث الحالي هو دراسة مستوى التسامح في الأسرة الريفية و موقفهم من تطبيق اوامر المعصومين(ع). منهجية هذا البحث من نوع وصفي- تحليلي و باستخدام مصادر المكتبات و استبيان التسامح الاسري المارجي. اظهرت النتائج بان متوسط درجة التسامح لدى الرجال كان $(١٠٠/٤٧ \pm ١٦/٤)$ ((١٦٠-٤٠)) و لدى النساء $(١٠٠/١٨ \pm ٩/٢٥)$ و متوسط درجة التسامح $(٤/١ \pm ٢١/٦٣)$ ((٣٢-١٠)) لا يوجد فرق بين الجنسين و بمختلف انواع التعليم من حيث درجة التسامح. يوجد ارتباط ايجابي بين دوافع الدينية و دوافع اخرى لدرجة التسامح في الأسرة. ولذا تطبيق معتقدات و اوامر الامعصومين له دور فعال لزيادة التسامح في الأسرة و لتثقيف و ارتقاء المهارات الأسر ممكن استخدامها و الاستفادة منها اكثر من اي وقت مضى.

الكلمات المفتاحية:

دوافع دينية، المغفرة، الأسرة الريفية، تعاليم دينية، قرية درة بيد و دولت آباد.

١. ماجستير، الدراسات الشيعية، قسم العلوم الاجتماعية، جامعة أصفهان، أصفهان، إيران (المؤلف).
a.abbasi.d2020@gmail.com

٢. أستاذ مساعد، كلية الطب و لجنة أبحاث الطلاب، جامعة أصفهان للعلوم الطبية، أصفهان، إيران.
a_mahmoudian@med.mui.ac.ir