



نقش ازدواج در سلامت روان جوانان

عباسعلی جهانبانی

کارشناس علوم تربیتی و رئیس

اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی شهرستان نطنز

خداوند متعال در این باره می‌فرماید:

"و از نشانه‌های او این که، همسرانی از جنس خودتان برای شما آفرید تا در کنار آنان آرامش یابید، در میانتان مودت و رحمت قرار داد. در این نشانه‌هایی است برای گروهی که تفکر می‌کنند."

رسول گرامی اسلام (ص) نیز، ازدواج را عامل ایجاد اخلاق نیکو در فرد می‌داند و می‌فرماید:

"مردان و زنان بی همسر خود را به ازدواج یکدیگر در آورید، چرا که خداوند اخلاق آنان را نیکو می‌سازد."

امروزه، پژوهش‌های جامعه‌شناسان و روان‌شناسان نیز، حاکی از ارتباط مثبت سلامت روان و ازدواج است. در همین زمینه، مطالعات اداره بهداشت عمومی آمریکا در سال ۱۹۸۰ نشان می‌دهد که بین سلامت روانی و ازدواج، ارتباط معنی

ازدواج یک امر طبیعی و فطری و یکی از نیازهای ناگزیر بشر است. کسی که به این نیاز طبیعی پشت کند بدون تردید، احساس کمبود خواهد کرد و چون بر خلاف فطرت حرکت می‌کند، به دشواری‌ها و مشکلات جسمی و روانی برخورد می‌نماید. بی شک، یکی از مهم‌ترین عوامل فشارهای روانی و استرس‌های رو به افزایش در دنیای امروز که گریبانگیر بسیاری از جوانان است، عدم ازدواج به موقع آنان است.

دختران و پسران جوان، در فراز و نشیب زندگی، به محیطی امن و پایگاهی عاطفی نیازمندند و بهترین فردی را که می‌توانند برای تامین این نیاز، برگزینند، همسر است. دختر و پسر جوان به وسیله‌ی ازدواج، در کنار یکدیگر از آرامش، امنیت و سلامت روان برخوردار می‌گردند.

به جامعه است. هر گونه تغییر مثبت یا منفی در خانواده، در جامعه‌ی بزرگ انسان‌ها تاثیر مستقیم و موثر دارد. ثبات یا بی ثباتی خانواده، مستقیماً بر ثبات جامعه تاثیر گذار است. جوامعی که در آن ارزش‌ها در خانواده متزلزل گردد، بی شک ارزش‌های اخلاقی در جامعه‌ی کلان سقوط خواهد کرد. خانواده و جامعه آن چنان به هم وابسته‌اند که فرایندهای اساسی اجتماعی بدون حضور خانواده، شکل واقعی خود را پیدا نخواهد کرد.

فرایندهایی چون هم‌کاری، سبقت‌جویی، ستیزه‌جویی، همانند سازی، سازش، فرمانروایی، سلطه‌پذیری و... همه و همه ریشه در خانواده دارند، و این مورد تایید جامعه‌شناسان و روان‌شناسان اجتماعی است. پایه و مبنای شرافت انسانی، خودخواهی و خودمداری، پذیرش انحراف، سرعت، تقلب و... همگی نشات گرفته از خانواده است و این، مورد تایید جرم‌شناسان و آسیب‌شناسان اجتماعی است. و بالاخره ریشه‌های اساسی رشد یا پس افتادگی اجتماعی، صعودها و سقوطها سامان داری یا نابسامانی‌های اجتماعی و... را باید در خانواده جست و جو کرد.

بیشترین حرکت‌های اجتماعی، سیاسی و فرهنگی از خانواده آغاز شده و در جامعه موج آفرینی می‌کنند. بر همین اساس، همه‌ی ادیان الهی به ویژه اسلام، خانواده را موثرترین راه برای هر گونه تغییر و تحول در بافت فرهنگی و اجتماعی جامعه می‌داند. زیرا از یک سو خانواده، خود مرکز تعامل و تاثیر متقابل بر روی هم است و تجربیات و آگاهی‌های فرد در خانواده، در شکل دهی نقش اجتماعی او بیشترین تاثیر را دارد. و از سوی

داری وجود دارد. افراد متاهل در مقایسه با افراد مجرد در وضعیت بهتری از سلامت روانی قرار دارند. نشانه‌های عصبی در مقایسه، کمتر در آنها دیده می‌شود همین فواید ازدواج و تشکیل خانواده، یعنی ایجاد اخلاق نیکو در افراد، سلامت و بهداشت روان، انس، آرامش، مودت و رحمت است که خانواده را بین دیگر نهادهای اجتماعی، ناهمانند و منحصر به فرد ساخته است به طوری که از آن به عنوان ریشه‌ای‌ترین نهاد اجتماعی یاد می‌شود.

نقش ازدواج و تشکیل خانواده در سلامت جامعه:

ازدواج و تشکیل خانواده، نقش مهمی در تزکیه و بقای جامعه دارد و تلاش در جهت استحکام آن، زمینه را برای سلامت اخلاقی و سعادت عمومی جامعه فراهم می‌سازد. چرا که ازدواج مشروع جلوی بی بندوباری، هرج و مرج و آشفتگی‌های جنسی را می‌گیرد و پسران و دختران را وامی‌دارد که در چارچوب قواعد و اصول مشخصی، به زندگی اجتماعی تن در دهند.

ازدواج و تشکیل خانواده برای انسان‌ها یک نیاز طبیعی است که از فطرت و آفرینش ویژه‌ی آنان سرچشمه می‌گیرد و نباید آن را یک قرار داد متعارف اجتماعی تلقی نمود که در صورت عدم تحقق آن، آسیبی به نظام اجتماعی وارد نمی‌شود، بلکه بر عکس، هر گونه آسیب به این بنیان مقدس، پیامدهایی را در تحول ساختار کلی جامعه و نظام ارزشی و فرهنگی آن به دنبال دارد.

خانواده از آن رو که زیر بنا و ریشه‌ی همه‌ی نهادهای اجتماعی است، قدرت مندترین کانون اثر گذاری و موثرترین مرکز برای سامان دهی یا نابسامانی اجتماع و عامل شکل و سیستم دهی



دیگر، هر کدام از افراد خانواده، پس از ورود به جامعه، درهم فرومی‌روند و بر یکدیگر تاثیر متقابل گذارده، آرمان‌ها و عقاید شان درهم می‌آمیزد و حاصل این فعل و انفعالات به صورت یک طرز فکر، یک اندیشه‌ی اجتماعی و در نهایت به شکل یک سیستم فرهنگی در می‌آید.

واضح است اگر خانواده از سلامت کافی برخوردار نباشد: افراد بیمارگونه‌ی خانواده نیز پس از ورود به جامعه و کنش متقابل اجتماعی با سایرین، بیماری خویش را به دیگران سرایت داده، ساختار جامعه را از هم فرومی‌پاشند، و گاهی ممکن است یک رفتار نامعقول و غیر معقول اجتماعی، در اثر همین تعاملات به صورت یک رفتار پسندیده، در جامعه ظهور کند. همین طور اگر خانواده‌های یک جامعه، بهنجار و متعادل باشند، جامعه نیز از سلامت واقعی برخوردار خواهد بود.

اسلام نیز کار خود را از خانواده شروع کرده است. چنان که پیامبر اسلام (ص) تبلیغ علنی خود را در آغاز رسالت، از خانواده و عشیره اش آغاز کرد و در تداوم آن، کار تبلیغ و توسعه‌ی جامعه‌ی اسلامی را از درون خانواده‌ی خویش و با تربیت انسان‌هایی وارسته چون فاطمه‌ی زهرا، امام حسن و امام حسین (س) ادامه داد. و به این ترتیب هر کدام از ائمه اطهار (س) نیز، قبل از هر اقدام، از خانواده‌ی خود شروع کردند. بانددک تاملی در سیره‌ی آن بزرگواران در نحوه‌ی ازدواج، تربیت فرزند، نوع ارتباط با همسر و فرزندان و هم چنین وصایا و سفارشات آنها به اهل بیت خود، به خوبی در می‌یابیم که این بزرگ مردان تا چه اندازه به اهمیت خانواده و تاثیر غیر قابل تردید

آن بر جامعه عنایت داشته‌اند.

البته ناگفته نماند، در سلامت یا فساد جامعه، نقش دیگر کارگزاران اجتماعی مانند نهادهای مذهبی و وسایل ارتباط جمعی رانمی‌توان نادیده گرفت. اما بنابر پژوهش‌های جامعه شناسان و روان شناسان اجتماعی، در این تاثیر گذاری، نهاد خانواده درصد قابل توجهی را به خود اختصاص داده است که آن را از میان دیگر کارگزاران اجتماعی متمایز می‌سازد. بنابراین "برای تشکیل یک جامعه‌ی آرمانی، تاسیس خانواده‌های آرمانی ضرورت دارد و خواستاران جامعه اگر به مطالعه این مطلب پرداخته‌اید، به احتمال زیاد از جمله افرادی هستید که به زندگی و سلامت کودکان اهمیت می‌دهید.

گاهی اوقات شناخت بهترین راه، برای دوست داشتن و تربیت فرزندان دشوار است. گاهی متوجه رفتارهایی می‌شوید که شما را متحیر یا دلخور می‌کند و یا حتی می‌ترساند. برای آگاهی از نحوه عملکرد تربیتی و برخورد با کودکان باید اطلاعات مفیدی در زمینه بهداشت روان بدست آورد. سلامت یا بهداشت روان عبارت از نحوه تفکر، احساس و عمل کرد مابه منظور رویارویی مابه موقعیت‌های زندگی است. بهداشت روان در بردارنده نوع نگاه مابه خودمان، زندگی مان و افرادی است که آنها را می‌شناسیم و به آنها علاقه مندیم. هم چنین به تعیین این که چطور استرس را کنترل کنیم، با دیگران ارتباط برقرار سازیم، گزینه‌های خود را ارزیابی کنیم و انتخاب نماییم کمک می‌کند.

سلامت روان هم مانند سلامت جسم در هر مرحله‌ای از زندگی حایز اهمیت است.

